



# COVID-19

## ハワイ州保健省

### COVID-19 感染者と濃厚接触した場合の手順

濃厚接触の定義は次のすべてです。

- COVID-19 感染者と同じ世帯で暮らしている
- COVID-19 感染者と 6 フィート ( 2 メートル ) 以内の距離に 24 時間のうち合計 15 分以上いた
- COVID-19 感染者の介護をしている
- COVID-19 感染者の分泌物と直接的な接触がある ( 咳をかけられる、キスをするなど )

#### □ 医療従事者<sup>1</sup>に連絡して COVID-19 検査を受けてください

- 検査結果が陽性の場合： COVID-19 陽性者で、もはや「濃厚接触」ではない 10 日間外出を自粛し、自分自身の症状を観察する
- 検査結果が陰性の場合： 検査時点では COVID-19 に感染していない まだ COVID-19 感染が発症する可能性はある 以下に記載の期間隔離する必要がある

#### □ 外出の自粛 ( 隔離 ) をしてください

- 症状がない世帯員と接触する場合 ( COVID-19 感染者と同じ家で暮らし、継続して接触がある ) : COVID-19 感染者が隔離から解除された後 10 日間<sup>§</sup>外出を自粛してください。
- 症状がない世帯員でない者と接触する場合 ( COVID-19 感染者と暮らしていない ) : COVID-19 感染者と最後に濃厚接触があった日から 10 日間<sup>§</sup>外出を自粛してください。家族/世帯員との接触は検査が陽性であったり病気にならない限り、外出を自粛する必要はありません。

#### □ 世帯員/世帯員以外との接触は隔離期間には次に従う必要があります。

- 医療を受けるときのみ外出が許可される ( まず医療従事者<sup>1</sup>に連絡し、COVID-19 感染者との濃厚接触があったことを伝える )。あらゆる種類の公共交通機関、自動車の相乗り、タクシーなどの利用を避ける。
- すべての訪問を許可しない
- 同居する世帯員と別の領域で暮らし、できれば専用の寝室があれば好ましい。
- 世帯内の人と接触をする必要がある場合は、布製フェイスカバーを着用し、少なくとも 6 フィート ( 2 メートル ) の距離をおく。
- COVID-19 の症状を毎日観察する ( 発熱、咳、呼吸困難、頭痛、のどの痛み、新たな味覚・臭覚障害、吐き気、おう吐、下痢、疲労感、全身の痛みなど )
- COVID-19 の症状が発症した場合は、かかりつけの医療従事者<sup>1</sup>に連絡し、COVID-19 感染者との接触があり、新たな症状が発症していることを伝える。
- 細菌の拡散を防ぐ
- 私物 ( 食器、タオル、寝具など ) を共有しない
  - 頻繁に接触があるすべての面 ( テーブル、ドアノブ、照明スイッチ、ハンドル、電話、キーボードシンク、蛇口など ) を洗浄・消毒する
  - 石けんと水で 20 秒間手指を頻繁に洗うか、あるいはアルコール 60% 以上の手の消毒剤で手指を消毒する
  - 手袋を外したり病人と接触したりした後は必ずすぐに洗う  
洗っていない手で目、鼻、口を触らない

<sup>1</sup>かかりつけの医療従事者がいない場合や質問がある場合は、<https://www.auw211.org/>にアクセスするか、あるいは「211」に連絡してください。

<sup>§</sup>14 日間の隔離は人が集まる環境 ( 長期療養施設、共同生活介護施設、生活支援施設、矯正施設、避難所、居住施設のあるリハビリ治療環境、軍隊入隊者住居など ) にも適用されます。