

## 自宅療養中に保健所等に相談する症状等の目安

発熱、咳などの症状の目安 (※は家族等が確認)	
1	<input type="checkbox"/> 顔色が明らかに悪い※
2	<input type="checkbox"/> 唇が紫色になっている
3	<input type="checkbox"/> いつもと違う、様子がおかしい※
4	<input type="checkbox"/> 息が荒くなった (呼吸数が多くなった)
5	<input type="checkbox"/> 急に息苦しくなった
6	<input type="checkbox"/> 日常生活の中で少し動くと息があがる
7	<input type="checkbox"/> 胸の痛みがある
8	<input type="checkbox"/> 横になれない・座らないと息ができない
9	<input type="checkbox"/> 肩で息をしている・ゼーゼーしている
10	<input type="checkbox"/> ぼんやりしている (反応が弱い) ※
11	<input type="checkbox"/> もうろうとしている (返事がない) ※
12	<input type="checkbox"/> パルスオキシメータの数値 (SpO2) 90以下
13	<input type="checkbox"/> 自宅内の生活動作 (自宅内移動、食事、トイレ、着替えなど) がつらい
14	<input type="checkbox"/> 咳がひどい、または痰が多い、または発熱が続いている
15	<input type="checkbox"/> 経験したことのないひどい全身倦怠感がある
16	<input type="checkbox"/> パルスオキシメータの数値 (SpO2) 93以下
17	<input type="checkbox"/> 息切れがある
18	<input type="checkbox"/> 全身倦怠感がある
19	<input type="checkbox"/> パルスオキシメータの数値 (SpO2) 94か95
20	<input type="checkbox"/> 発熱・咳・感冒様症状は軽い
21	<input type="checkbox"/> 咳のみで息切れがない
22	<input type="checkbox"/> 味覚障害がある、または鼻が詰まっていないのに嗅覚障害がある
23	<input type="checkbox"/> 軽い全身倦怠感がある
24	<input type="checkbox"/> パルスオキシメータの数値 (SpO2) 96以上

< 1つでも該当する項目があれば >

今すぐ119番通報して  
救急車を要請して下さい

保健所または保健所がお伝えしているフォローアップセンター、またはかかりつけ医に連絡して下さい (特に13~16に該当した場合には今すぐ連絡して下さい)

症状が悪化している場合は保健所または保健所がお伝えしているフォローアップセンター、またはかかりつけ医に連絡して下さい

2つ以上該当した場合には、小さい数字のほうの項目が属するカテゴリーの指示に従ってください。

例：16「パルスオキシメータの数値93以下」(黄)と23「軽い全身倦怠感がある」(緑)の双方に該当した場合  
⇒16が属する(黄)カテゴリーの指示に従う。