

Información sobre la prevención de la infección por coronavirus

(Creado por NPO Commons el 29 de febrero de 2020)

El nuevo coronavirus se está propagando rápidamente desde China al resto del mundo.

Los síntomas incluyen fiebre, tos, dolor de cabeza y fatiga, que son similares a los de un resfriado.

Todavía no conozco la causa y no tengo ninguna vacuna o remedio. Sin embargo, en muchos casos, la infección no causa síntomas graves y la persona se ha recuperado.

Debe tener cuidado porque puede ser grave cuando las personas mayores o con enfermedades como la diabetes, el corazón, el pulmón y el riñón se infectan. Las mujeres embarazadas también deben tener cuidado. La tasa de infección de los niños es baja.

Se dice que el período de incubación es de 2 a 12,5 días. Por lo tanto, si existe la posibilidad de infección, descansaremos 14 días y veremos cómo va.

Durante las siguientes dos semanas, el gobierno japonés está tomando medidas especiales para minimizar la transmisión persona a persona. Durante el fin de semana, el gobierno japonés pidió a los ciudadanos que se abstuvieran de eventos masivos, de cerrar instalaciones públicas y de cerrar escuelas primarias, medias y secundarias.

(La guardería, el jardín de infantes y la atención después de la escuela no están cerrados.)

Se trata de una medida de emergencia para prevenir el aumento repentino de personas infectadas y el colapso de la atención médica. El Gobierno también está trabajando para fortalecer el sistema de inspección.

Lo importante ahora es evitar que cada persona se infecte.

una acción que debe tomarse

- Cuando llego a casa, me lavo las manos con jabón durante más de 30 segundos. Es efectivo hacer gárgaras y lavarse la cara.
- Lavarse las manos después de toser o estornudar, antes de cocinar, antes de comer y después de usar el baño.
- Permanezca en casa tanto como sea posible. Por favor, usa una máscara cuando salgas de casa.
- Además de las manos, desinfecte partes tocadas con frecuencia como los pomos de las puertas, interruptores, llaves, teléfonos celulares, pasamanos, mesas, baños y controles remotos (televisores y aire acondicionado) desinfectándolos con alcohol al menos una vez al día.
- Por favor, tome un día libre en el trabajo cuando se sienta enfermo como tener fiebre. (Protéjase, a su familia y a su empresa.)
- Si tiene fiebre, tome su temperatura y grabe todos los días.

Si la fiebre es superior a 37,5 ° C durante 4 días (2 días para los ancianos) o si la respiración es difícil o malestar general

No vayas al hospital de inmediato. Tome un antipirético y descanse en casa. (Porque existe la posibilidad de infección en el hospital).

Si un familiar está enfermo, quédate en otra habitación y abre las ventanas cada 1-2 horas durante el día para ventilar.

Si hay una persona enferma en su familia, por favor no comparta vajilla o toallas. Por favor, lava la ropa por separado.

Si desea ir al hospital o someterse a un examen

Por favor llame al "Centro de Consulta Kikokusha/Sesshokusha" en la prefectura de Ibaraki o al centro de salud más cercano.

029-301-3200 (lunes-viernes De 9:00 a 21:00) Si la conversación en japonés es difícil, busque un intérprete

Si necesita un examen, irá después de recibir una instrucción en el hospital que usted tome el examen.

El paciente fue internado en el hospital si la prueba mostraba "positivo". Aunque sea "negativo", tengo que descansar en casa un rato.

También ayudamos con la interpretación en la NPO Commons. También puede consultar.

Número de teléfono: 070-2303-7408 (portugués) 070-2303-7416 (inglés, japonés)



iPhone



Android

←Puedes escuchar importantes noticias japonesas en 17 idiomas en NHK.