

# 新型コロナウイルス感染症と診断された方へ

令和5年5月8日から、新型コロナウイルス感染症は5類感染症になり、陽性者は法律に基づく外出自粛は求められません。外出を控えるかどうかは個人の判断になります。そのほかにも、5月7日以前とは取扱いが大きく異なりますので、必ずご確認ください。

## 療養について

- 診断を受けた医師の指示に従い、療養してください。※保健所等から連絡は行いません。
- 症状が悪化した場合や薬が必要な場合は、診断を受けた医療機関またはかかりつけ医にご相談ください。相談・受診先が無い場合は、長野県新型コロナ受診・健康相談センター等（下記参照）にご相談ください。

※呼吸困難、意識障害、けいれん等で急を要する場合は、119番に連絡をしてください。連絡をする際には、新型コロナウイルス感染症陽性者である旨を伝えてください。

- 療養証明書の発行、宿泊療養施設への入所、食料や生活支援物資の支援はありません。

## 発症後5日間は外出を控えることが推奨されています

新型コロナウイルス感染症では、発症2日前から発症後7～10日間は感染性のウイルスを排出しているといわれています。発症後3日間は、感染性ウイルスの排出量が非常に多く、5日間経過後は大きく減少することから、特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことに注意してください。

### 外出を控えることが推奨される期間

- ・ 発症日を0日目として5日間（無症状の場合は検体採取日を0日目とします。）
- ・ 5日目に症状が続いていた場合は、熱が下がり、痰や喉の痛みなどの症状が軽快して24時間程度が経過するまで

### 周りの方への配慮

発症から10日間が経過するまでは、マスク着用や、高齢者等ハイリスク者との接触を控えるなど、周りの方へうつきさないよう配慮してください。

- 登校や出勤、高齢者施設や障がい者施設等の利用については、学校や職場、施設等にご相談ください。
- 医療機関への受診や入院の際は、マスクの着用等感染対策をしたうえで、公共交通機関（バス、電車、タクシー等）を利用することが可能です。

## 治療にかかる自己負担について

※公費負担は令和5年9月末（予定）まで。

外来：診療費、検査費、新型コロナ治療薬（※）以外の薬剤費（解熱剤等）等は保険診療扱いとなり、自己負担があります。

※新型コロナ治療薬（ラゲブリオ、パキロビッド、ゾコーバ等）のみ公費負担。

入院：高額療養費制度の自己負担限度額から原則2万円を減額した額が自己負担額です。

※所得区分に応じて自己負担額が変わります。

## 陽性者と接触のあった場合 ※同居も含む

- 濃厚接触者の特定、調査、検査はありません。また、法律に基づく外出自粛はありません。
- 陽性者と最後に接触した日を0日目として、特に5日間はお自身の体調に注意するほか、7日目までは発症する可能性がありますので、マスク着用や高齢者等ハイリスク者との接触を控えるなど配慮してください。

陽性者の体調悪化時や症状が改善しない場合等の相談先 ※電話相談は令和5年9月末（予定）まで。

長野市、松本市以外の方 長野県新型コロナ受診・健康相談センター 0120-924-444

長野市の方 長野市受診・相談センター 026-226-9957 松本市の方 松本市受診相談センター 0263-47-5670

