

# 致各位市民 【有关甲型 H1N1 流感的通知】

千 叶 市

～ 可 以 到 家 庭 医 生 等 一 般 的 医 疗 机 构 就 诊 ～



如果突然出现发烧、咳嗽、喉咙痛等症状...



## 【就诊方法】

请事先致电医疗机构（家庭医生），听从医生关于就诊时间和方法等的安排后就诊。

如果没有家庭医生，请致电<sup>はつねつそうだん</sup>発熱相談センター（发烧咨询中心（参照背面）），咨询到哪个医疗机构就诊。也可以从以下地方寻找离自己家近的医疗机构。

- 千叶市网站：医疗机构信息内的「わたしの町のお医者さん」<sup>まち おいしや</sup>（我们街区的医生）
- 千叶县网站：「ちば医療ナビ」<sup>いりょう</sup>（千叶医疗介绍）
- 各区役所・保健所摆放的千叶市医疗保健信息多媒体系统（触屏式机器）

- 如不事先联系医疗机构，请不要直接到医疗机构就诊。
- 到医疗机构就诊时，请佩戴口罩。

## ● 有慢性疾病（\*）等并有家庭医生

请事先联系家庭医生，听从医生关于就诊时间和方法的安排后就诊。因为在国外曾有慢性病患者得甲型流感后病情恶化的报告，所以请从平时起就向家庭医生咨询好就诊方法以及用药处方。

（\*）慢性疾病...慢性呼吸器疾病、慢性心脏疾病、代谢性疾病（糖尿病等）、肾功能障碍、免疫功能不全（服用或注射类固醇等）等等

## ● 如果正在怀孕

请致电家庭产科医生，家庭产科医生会介绍给您能够就诊的医疗机构。产科医生有可能会向所介绍的医疗机构的医生提供您的医疗信息。

## ● 如果呼吸困难、意识朦胧等重症患者

请尽快到有住院设备的医疗机构就诊。如果致电 119 叫救护车时，请告诉对方有流感症状。

甲型 H1N1 流感具有突然发烧和咳嗽以及喉咙痛等特征，很多患者病情较轻，并得以康复。今后如果疫情扩大，看病的人数也必定将增加，届时医疗机构将会拥挤混乱不堪。如果病情较轻，就算发烧也不要马上去看病，留在家里观察一天，也是一个防止疫情扩大的方法。为了维持医疗体制的秩序，请给予合作。

如果被诊断是流感...

就算烧退了，但流感的传染力仍有，所以还会有传染给他人的可能性。

- 从出现发烧、咳嗽、喉咙痛等症状的那天的第二天起算至第七天，就算没有症状，也请尽量减少外出。
- 特别是从退烧后起算到第二天为止，请在家里好好疗养。



如果被诊断为流感请联系所属单位（学校・保育所・工作单位等）。

千叶市将继续努力为各位市民提供信息。请各位市民获取正确信息，冷静对待。

※如果病毒发生变异，毒性和传染力度加大，市将迅速更改应对体制，并通知各位市民。

○千叶市网站 <http://www.city.chiba.jp/index.html>

「しんがたいんふるえんざ たいおう新型インフルエンザの対応について」（有关应对甲型 H1N1 流感）（滚动更新信息）

### 《はつねつそうだん発熱相談センター》（发烧咨询中心）

发烧咨询中心将于 2009 年 8 月 17 日（周一）开始变更名称和办公时间。

	现在 (2009 年 8 月 1 6 日 (周日) 为止)	更改后 (2009 年 8 月 1 7 日 (周一) 开始)
名 称	发烧咨询中心	新型インフルエンザ相談センター (甲型 H1N1 流感咨询中心)
办公时间	24 小时	8: 0 0 ~ 1 9: 0 0 (节假日也办公)
电话号码	电话: 0 4 3 - 2 3 8 - 1 7 9 2 ・ 1 7 9 3 传真: 0 4 3 - 2 3 8 - 9 9 3 2	

### 《有关甲型 H1N1 流感的预防》

预防方法与普通季节性流感的预防方法同样，注意咳嗽时的礼貌举止，勤洗手勤漱口是非常有效的。

#### ■咳嗽和喷嚏时请遵守「咳嗽时礼貌举止」

※何谓咳嗽时礼貌举止？

- ・咳嗽、打喷嚏时，请注意用纸巾等捂住口鼻，转开脸，不要直接对着他人打。
- ・使用过的纸巾请立即扔到垃圾箱。
- ・其后请立即洗手。洗手前，如没有必要不要触摸周围物品。



■请使用肥皂正确地洗手。

■避免不必要的外出。外出时，请戴上口罩。