

## 緊急性の高い症状チェックリスト

- 新型コロナウイルス感染症に感染が疑われる方は、原則1日2回、以下の項目を確認してください。
- もし一つでも該当したら、ただちに帰国者・接触者相談センター（043-238-9966）に連絡してください。

### 【表情・外見】

- 顔色が明らかに悪い※
- 唇が紫色になっている
- いつもと違う、様子がおかしい※

### 【息苦しさ等】

- 息が荒くなった（呼吸数が多くなった）
- 急に息苦しくなった
- 生活をしていて少し動くと息苦しい
- 胸の痛みがある
- 横になれない、座らないと息ができない
- 肩で息をしている、ゼーゼーしている

### 【意識障害など】

- ぼんやりしている（反応が弱い）※
- もうろうとしている（返事がない）※
- 脈がとぶ、脈のリズムが乱れる感じがする

※がついているものは、例えばご家族など周りの方が見て判断した場合です。