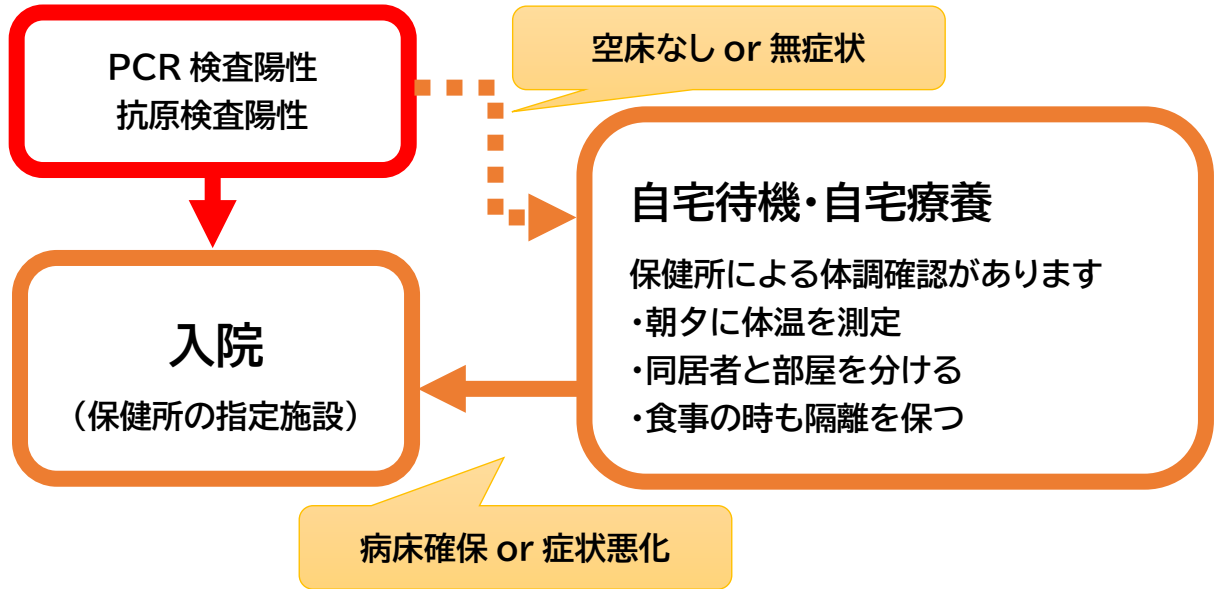


# 新型コロナウイルスに感染した方へ

## 新型コロナウイルス感染症に感染した場合

保健所が入院や自宅療養の調整をしますので、指示に従ってください



## 退院の基準と退院後の注意点

発症から 7~10 日程度経過すると他者への感染の可能性はかなり低くなると考えられています

### 退院基準

- ①発症日もしくは検体採取日から14日間経過し、症状軽快後 72 時間経過した場合
- ②発症日から 10 日経過以前に症状軽快した場合には、症状軽快後 24 時間経過した後、24 時間以上間隔をあげ 2 回の PCR 検査陰性を確認できれば退院可能

### 自宅療養の解除基準

発症日もしくは検体採取日から 14 日間経過、かつ症状軽快後 72 時間経過後

## 体調に不安のある、心配事がある場合などの相談先

発熱(38℃以上)、咳、息苦しさ、倦怠感、風邪症状がある、心配事がある場合は電話をしてください

東京都にお住まいの方

いずれかの症状がある  
相談したいことがある

東京都外国人新型コロナ相談センター  
(ネパール語、平日 10~17 時)  
0120-296-004

東京都発熱相談センター  
(日本語のみ、平日夜間、土日祝)  
03-5320-4592

必要時  
PCR 検査

# कोरोन लागेको खण्डमा

होकेनज्योबाट अस्पताल जानेकि घरमै बस्ने बारे सल्लाह गरिनेछ



अस्पतालबाट डिस्चार्जहुन जरुरीकुरा र डिस्चार्जभए पछि ध्यान दिनेकुरा हरु

## डिस्चार्जहुनको लागि जरुरी

- ① लक्षणसुरु भएको दिनबाट १४ दिन पुरा भएको र लक्षण सकेको ३ दिन भन्दा बडी भएको
- ② लक्षण १० दिन भन्दा थोरै मात्र देखिएको खण्डमा, लक्षण सकेको १ दिन भन्दा बडी भएको र २४ घण्टा नाघी २ चोटी PCR नेगेटिब देखिएको

## घरैमा सेल्फ क्वारेन्टिन सकाउनको लागि जरुरी

लक्षणसुरु भएको दिनबाट १४ दिन पुरा भएको र लक्षण सकेको ३ दिन भन्दा बडी भएको

स्वास्थ्यमा समस्या आएको खण्डमा परामर्सलिनै ठाउँ  
(ज्वरो ( $>38^{\circ}\text{C}$ ), खोकी, स्वाँस्वाँ हुने, जिउ गरुङ्गो हुने, रुघाको लक्षण हुँदा)

टोकियोमा बस्ने हरुलाई

東京都外国人新型コロナウイルス相談センター  
(नेपाली, 平日10~17時)

0120-296-004

東京都発熱相談センター  
(日本語のみ、平日夜間、土日祝)

03-5320-4592

स्वास्थ्यमा समस्या आएको खण्डमा

परेको खण्डमा PCR टेस्ट