

# 抗原定性検査キットで セルフチェックされる方へ



R4.9.26時点

## 【自分で検査して陽性だった場合】

「医療機関を受診する」か「県健康フォローアップセンターへ登録」のいずれかを行ってください。 ※県外の方は、お住まいの県のホームページ等をご確認ください

### 【医療機関を受診】

- かかりつけ医やお近くの医療機関に必ず連絡してから受診してください。
- 検査結果をスマートフォン等で撮影し、受診しましょう。
- かかりつけ医がない場合には、県ホームページに掲載された「診療・検査外来」か「県受診・相談コールセンター」に相談ください。

### 【受診のお願い】

2歳未満のお子さんや65歳以上の方、妊娠中の方、基礎疾患のある方、医師の診察や薬の処方希望の方などは必ず医療機関に相談の上、受診してください。

### 【健康フォローアップセンター登録】

- 症状が軽くご自身で医療機関の受診は不要と判断された方は、直接、健康フォローアップセンターに登録し、そのまま自宅療養を開始してください。
- 医療機関を受診せずに直接、登録するには、次の条件を全て満たす必要があります。

### 【直接登録が可能な方】

- 2歳以上65歳未満
- 発熱などの症状が軽症
- 基礎疾患がないこと（慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患など）
- BMI 30未満
- 妊娠していない
- 医師の診察や薬の処方は不要と自ら判断



・購入時に薬剤師から使い方などについて説明があります。

・「医薬品」との表示はありません

(注) ○×は承認の有無を示します。

検査キットは国が承認したキット(※)を使用しましょう！

(※)「体外診断用医薬品」又は「第1類医薬品」と表示されています。

### 〈健康フォローアップセンターの登録方法〉

- センターでは、自宅で療養される方の健康相談、体調悪化時の受診案内、生活支援（食料品：条件あり）、宿泊療養施設の入居調整等を行います。
- 医療機関を受診せずに自宅療養を開始する方は、QRコード「陽性者登録窓口」から、ご登録ください。



## 【自分で検査して陰性だった場合】

引き続き、基本的な感染予防対策を継続しましょう。症状が軽快するまでは外出等は控えてください。症状が軽快しない場合は、かかりつけ医やお近くの医療機関に相談してください。

# 自宅療養される皆様へ

R4.9.26時点

## 療養期間について

- 症状のある方は、発症日から7日間経過し、かつ、症状軽快後24時間経過した場合には、8日目に解除
- 初めから症状のない方（無症状者）は、検体を採取した日から7日間経過した場合8日目に解除。また、5日目に抗原検査キットによる検査で陰性を確認した場合は6日目に解除可能（途中で症状が出た場合は、その日が発症日です）

		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	11日目	
 自宅療養者 宿泊施設療養者	症状のある方	発症日	不要不急の外出自粛（発症日を0日目として7日間）							療養解除	検温など自主的な感染予防行動の徹底			
	症状のない方	検体採取日	不要不急の外出自粛（検体採取日を0日目として7日間）							療養解除				
			不要不急の外出自粛			抗原検査キット陰性	療養解除	検温など自主的な感染予防行動の徹底						

## 療養期間中の外出自粛について

- 原則、外出は自粛してください。
- ただし、①症状はあったが、症状が軽快してから24時間経過した方、②無症状者の方は、外出時や人と接する際は短時間とし、移動時に公共交通機関は使わないこと、外出時に必ずマスクを着用するなど感染予防行動を徹底することを前提に、食料品や生活必需品の買い出しなど必要最低限の外出を行うことは差し支えありません。

## 療養解除後の注意点

- 療養期間経過後（療養解除後）も、症状がある方は10日間、症状がない場合は7日間が経過するまでは、周りの人に感染させるリスクがありますので、次の感染予防行動の徹底をお願いします。
- 毎日、体温を測定し、発熱（37.5℃以上）の有無を確認してください
- 高齢者や基礎疾患のある方等との接触、高齢者・障害者施設等への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避けてください。
- 正しくマスクを着用してください。（不織布マスクを推奨）
- こまめな換気や手洗い、アルコール消毒液を用いた手指消毒をお願いします。

## 療養中に体調が悪化したときは

- 健康フォローアップセンターにご相談ください。 ※県外の方は、お住まいの県のホームページ等で相談先をご確認ください

## 〈群馬県健康フォローアップセンター〉

日中の連絡先 TEL：027-225-2125（受付時間 8:30～17:30）

※受付時間外で体調が悪化し、急を要する場合は「受診・相談コールセンター（☎0570-082-820）」へ