

¡Por iniciativa propia cree un nuevo estilo de vida tomando medidas para el control de infecciones!

Debido al **posicionamiento del nuevo coronavirus como enfermedad infecciosa de categoría 5 a partir del 8 de mayo**, las medidas de control estarán llegando a **un gran cambio definitivo**. Nos gustaría agradecer una vez más a todos por su cooperación en la prevención de la propagación de la infección durante los últimos tres años.

Con el cambio de posicionamiento, las medidas básicas de control de infecciones **quedarán a criterio individual y de cada empresa**. Construyamos una nueva vida mientras tomamos medidas básicas para el control de infecciones, haciendo uso de los esfuerzos realizados hasta ahora.

1 Tomemos voluntariamente medidas de control de infecciones aprovechando los esfuerzos realizados hasta ahora

- El lavado de manos, la desinfección de manos y dedos, la ventilación eficaz y el uso adecuado de mascarillas siguen siendo **eficaces** como **medidas básicas de control de infecciones** dada las características del nuevo coronavirus.
- **Si tiene síntomas como fiebre o dolor de garganta, o si ha dado positivo** al nuevo coronavirus, **absténgase de salir** para evitar la propagación de la infección entre quienes lo rodean. Si no tiene más remedio que salir para ir a una consulta ambulatoria, etc., **evite las aglomeraciones y use mascarilla** (para aquellos que han dado positivo, usar la mascarilla durante 10 días a partir del día posterior al inicio de los síntomas).
- **Cuando visite una institución médica, farmacia, instalación para personas mayores, etc.**; les solicitamos **tomar medidas para evitar contagios tales como usar mascarilla** para proteger a los adultos mayores y personas con enfermedades subyacentes.

2 Si tiene un alto riesgo de enfermarse gravemente o tiene síntomas fuertes y desea consultar a un médico, debe contactar y preguntar antes de acudir

- Si tiene un alto riesgo de enfermarse gravemente o tiene síntomas fuertes y **desea ver a un médico, consulte con anticipación a su médico de familia o al Centro de Llamadas para Consulta de Salud disponible las 24 horas**, o consulte la lista de instituciones médicas publicada en el sitio web de la prefectura y **comuníquese con la institución médica correspondiente antes de ir acudir al médico**. (Después del 8 de mayo, deberá pagar los gastos médicos, etc., con algunas excepciones.)
- **Prepare un kit de autoexamen y medicamentos** para cuando se sienta mal. Si el riesgo de ponerse grave es bajo y los síntomas serán leves, trate de **asistirse por sí mismo**.
- **Si tiene un alto riesgo de enfermarse gravemente**, considere **vacunarse regularmente** en el lugar de vacuación de la prefectura (programado a instalarse en el mes de junio).
- El **período de recuperación** después del 8 de mayo se deja a criterio del individuo, **puede tomar como guía 5 días a partir del día posterior al inicio de los síntomas**.