

## **Precauções contra o novo coronavírus e o que fazer se infectado <Português>**

Ibaraki NPO Center Commons 2021.5.17

### **1. Declaração de estado de emergência e designação de medidas prioritárias como a prevenção da infecção**

- A infecção do vírus mutante se espalhou e há uma 4ª disseminação da infecção sendo espalhada.
- Nove prefeituras, incluindo Osaka e Tóquio, declararam estado de emergência. Até 31 de maio. Existe uma possibilidade de prorrogação.
- Medidas prioritárias como a prevenção da estagnação, foram emitidas em 10 prefeituras como Saitama, Chiba e Gunma.
- Em áreas designadas, restaurantes e grandes instalações ficarão fechados ou o horário comercial será reduzido.
- Há áreas em Ibaraki onde a infecção está aumentando, então precisamos ter cuidado.
- Existe um risco do número de pessoas infectadas aumentar e os hospitais ficarem lotados, não podendo oferecer os cuidados médicos necessários .
- Não vá para áreas onde tenha sido decretado o de estado de emergência.
- O vírus mutante tem ganho mais potência e a infectatividade está aumentando . Também ocorreram surtos de pessoas contaminadas que faziam churrasco ao ar livre.
- Ao contrário do estado de emergência decretado em fevereiro do ano passado, as escolas não estão fechadas.
- Acesso limitado para Índia e outros países estrangeiros.
- .

### **2. A vacinação começou.**

- O governo local decidirá a ordem de vacinação, como funcionários da área da saúde, pessoas com mais de 75 anos, pessoas com mais de 65 anos e entrará em contato com as pessoas.
- Os cupons de vacina serão enviados para sua casa. Neste papel consta uma numeração.
- Você pode reservar sua vacina por telefone, website ou através do aplicativo LINE e escolher o dia e a instituição que deseja receber a vacina.
- Grande dificuldades de conexão para as chamadas telefônicas.
- Não é possível fazer reserva ligando diretamente para o hospital ou para a clínica.
- Se você periodicamente vai ao médico para tratar de alguma doença, ou é portador de alguma das doenças que se enquadram no grupo de alto risco, consulte o seu médico antes de tomar a vacina .
- A vacina da Pfizer é aplicada duas vezes com intervalo de 3 semanas entre uma vacina e outra.

### **3.Quando estiver preocupado com a sua infecção,**

Meça sua temperatura todos os dias e registre com quem teve contato e onde esteve.

①Se estiver com febre de 37,5 ° C ou superior à esta temperatura, alterações do paladar, cefaleias e mal-estar há possibilidade de ter sido infectado pelo vírus.

②Deve também ter-se precaução quando se encontram com membros da família infectados ou designados como contatos próximos de pessoas infectadas.

Em caso de se enquadrar nos números ①② avise o trabalho, a escola, caso tenha uma criança na família e abstenha-se de ir ao trabalho ou à escola.

Reserve sua consulta por telefone para ir ao hospital e fazer o teste.Não esqueça sua máscara.

**\* Os que tenham tido um contato próximo com conhecidos ou familiares que tenham testado positivo devem fazer o teste sob a direção de um centro de saúde pública (HOKENJO).**



•Informações de Corona na Província de Ibaraki

•Centro de exames médicos e aconselhamento (8: 30 ~ 22: 00 Todos os dias)  
029-301-3200

### **4.Se o teste for positivo, como você deve passar o seu tempo em casa?**

Siga as instruções do centro de saúde de onde você mora .Você não deve sair sem permissão.

Mesmo que os sintomas se acalmem, há a possibilidade de outras pessoas serem infectadas.O centro de saúde também te instrui quando você pode sair.

#### **8 Pontos importantes**

①Salas para refeições e quartos os quartos devem ser separados (2 m ou mais, divisórias, etc.)

②O cuidado da pessoa infectada, deve ser feito por uma pessoa fixa(Evitar pessoas com doenças crônicas e mulheres grávidas)

③Usar máscara (Depois de remover a máscara sem tocar na superfície, descarte-a de forma higiênica e lave as mãos.)

④Lave e desinfete as mãos frequentemente (Não toque nos olhos, nariz ou boca com as mãos)

⑤Ventile o ambiente

⑥Desinfete as mãos (botões das portas, sanitários, interruptores, etc.) e não partilhe

toalhas

⑦ Use luvas e máscara ao lavar roupas e secá-las completamente.

⑧ Feche e elimine o lixo (Coloque os lenços de papéis sujos de secreção nasal no saco de lixo imediatamente.)

## 5.Q e A

### **Q1. Membros da família foram submetidos ao teste PCR. Posso ir ao trabalho, à escola, ou ao berçário?**

A1. Familiares que vivem juntos de alguém que irão fazer o exame PCR não poderão ir ao jardim de infância e ao trabalho .

Por favor, diga ao jardim de infância e ao local de trabalho que sua família fez o exame.

Um membro da família que vive em conjunto que não fez o teste pode ir para o trabalho, à escola ou ao jardim de infância? Isso dependerá dos sintomas da pessoa que fez o teste, Por favor, verifique com uma instituição médica ou um centro de saúde antes de sair.

### **Q2. Custo do Exame**

**A2. Gratuito para aqueles que foram considerados contato próximo e designados por um centro de saúde público (HOKENJO)**

Se você for diagnosticado em um ambulatório de febre e for recomendado a fazer o teste por um médico , você não terá que pagar pelo teste, mas terá que pagar a taxa da consulta médica antes do teste. Coberto por seguro médico (30% do encargo)

Não há febre e os exames voluntários não são cobertos pelo seguro de saúde (encargo de 100%).

Informações do governo japonês para os estrangeiros residentes .

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyou/jigyounushi/pag e11\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/jigyounushi/pag e11_00001.html) (Você também pode acessá-lo a partir do código QR à direita.)



Folha de vacinação

É introduzida uma versão multilingue do formulário para vacinação. Você precisa preencher a versão japonesa e submetê-la, mas use-a versão multilingue como referência quando você for preencher.

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine\\_tagengo.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_tagengo.html)

