

Balcão de consultas da província de Gifu sobre a COVID-19



Balcão de consultas para os residentes da província

Tel. 058(272)8198

<Horário de atendimento> Das 8:30 até as 17:15

Balcão de consultas de saúde da província

Tel. 058(272)8860

<Horário de atendimento> 24 horas (Todos os dias)

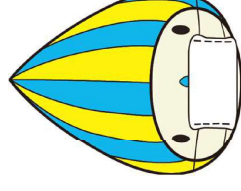


<Supervisão> Murakami Nobuo
(Diretor do Centro de Exames médicos gerais / Professor Especialmente Nomeado como tutor no Centro Médico Regional do curso de Medicina da Universidade de Gifu)
(Membro do Comitê dos Especialistas em Controle de Doenças Infecciosas e COVID-19 da Província de Gifu)
<Elaboração> Província de Gifu

2021.8
ポルトガル語版

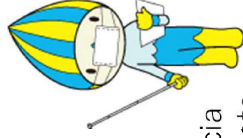
Guia de prevenção de infecções

Vamos proteger todas as vidas contra a COVID-19!



Província de Gifu

1 A COVID-19 se espalha pelas seguintes formas



- Tosses, espirros e conversas que disseminam respingos contendo o vírus em até uma distância de 2 m, resultando na infecção pelo contato direto com os olhos, nariz e boca. (**Infecção por respingos**)
- Inalar gotículas respiratórias menores (aerossóis) que se propagam pelo ar, sejam em locais fechados ou ao ar livre em aglomerações com exercícios, cantorias, voz alta e outros. (**infecção por gotículas respiratórias menores**).
- Tocar os olhos, boca ou nariz após ter entrado em contato com pessoas ou itens infectados (**Infecção por contato direto e indireto**)

2 Atitudes e locais perigosos.



- Conversar ou se aproximar por menos de **2 metros** sem a utilização da máscara.
- Fazer longas refeições junto de conversas com um grande número de pessoas que não moram com você
- Ir a locais (mesmo que fechados ou ao ar livre) que tenham mais de uma das seguintes questões:
Com pouca circulação de ar (**Fechado**), com aglomerações (**lotado**), ou com pessoas uma perto da outra (**apertado**).

3 Se você seguir todas as recomendações é possível prevenir a COVID-19



- A boca e o nariz são as portas de entrada da COVID-19
Vamos protegê-los utilizando a **máscara** corretamente (Bloqueie o vírus protegendo a boca e o nariz através da utilização de máscaras)
- Proteja vidas higienizando as mãos (seja sabonete e água ou álcool, todos são efetivos)
- Faça as refeições em silêncio (**Comer silenciosamente**).
Caso for conversar nas refeições, pare de comer e coloque sempre a máscara antes de falar.

4 Vamos juntos parar o vírus!



- Renove o ar do interior das salas regularmente (mais de 2 vezes a cada 1 hora, sendo por mais de 5 minutos a cada vez)
- Ensine as pessoas a sua volta sobre as medidas de prevenção de infecção (Utilização de máscaras, higienização das mãos e outros)
- Caso não se sintam bem, repouse em casa e consulte um médico o mais rápido o possível.