

请当心非典型性肺炎 (SARS・萨斯)!



しんがたはいえん じゅうしゅうきゅうせい こきゅう きしゅうこうぐん さーず ちゅうい
 新型肺炎・重症急性呼吸器症候群 (SARS) にご注意ください!

众所周知，最近非典型性肺炎 (SARS・萨斯)，在亚洲一带肆虐成灾。虽然作为病原体的冠状病毒已经被确定，可是围绕着感染途径，依然谜团重重。

迄今为止，尽管在日本还没有发现萨斯感染者，但是在与诸位息息相关的中国，除了广州、北京等重灾区以外，东北等地，也出现了萨斯患者，并且有日益增多的倾向。截止到5月14日，包括疑似病例在内，中国全国报告萨斯患者人数为7473人（死亡267人）。其中吉林省35人（死亡4人）、辽宁省8人、黑龙江省4人。

有些什么症状?

突如其来地发烧，且热度达到38度以上、并伴随咳嗽、呼吸困难等症状。也有人出现头疼、肌肉疼、出疹子、浑身没劲儿以及腹泻等病症。通过胸部X光透视可以观察到肺叶发炎的形迹。据说这种病的死亡率大

みな ぜん げんざい ちゅう
 皆さんもご存じのように、現在アジアを中
 しん じゅうしゅうきゅうせい こきゅう きしゅうこうぐん さーず
 心に重症急性呼吸器症候群 (SARS) が
 もうい ひょうげんたい しんがた
 猛威をふるっています。病原体は新型のコロナ
 ウイルスと断定されましたが、感染ルート等ま
 だまだ不明な点が多く、謎に包まれています。
 げんじてん にほんこくない かんせんしゃ はっけん
 現時点で日本国内では感染者は発見されて
 いませんが、みな ぜん ともとも かんけい ふか ちゅう
 国では広州・北京等の大流行地域だけではなく
 とうほくちほう かんじゃ はっせい かんじゃすう
 東北地方でも患者が発生しており、患者数も
 ひびぞう かけいこう がつしゅうよっかげんざい
 日々増加傾向にあります。5月14日現在、
 うたが ひと ふく ちゅうごくほんどぜんたい
 疑いのある人を含めると中国本土全体の
 かんじゃすう しほうしゃ にん きつりんしやう
 患者数は7473人(死亡者267人)、吉林省
 にん どうよじん りょうねいしやう にん こくりゅうこうしやうよ
 35人(同4人)、遼寧省8人、黒竜江省4
 人と報告されています。

どんな症状?

きゅう どいしやう こうねつ て せき
 急に38度以上の高熱が出て咳をしたり、
 こきゅう こんなん すつう きんにくつう
 呼吸が困難になったりします。頭痛や筋肉痛、
 はっしん けんたいかん げり しやうしやう て
 発疹、倦怠感、下痢といった症状が出るこ
 ともあります。むね えくくせんさつえい はいえん かげ
 胸をX線撮影すると肺炎の影が
 うつ ちしりつ ばーせんとせんご い
 写ります。致死率は15%前後ともいわれま

概为15%左右,但详细情况至今无人知晓。只是,有报导说患有糖尿病、心脏病等其它疾病的人,一旦感染“非典”,则比较容易恶化且死亡率也比较高。

年齢	死亡率
24歳以下	1%未満
24-44歳	約6%
45-64歳	約15%
65歳以上	50%超

应该怎么办?

没有必要过于恐慌。请正确掌握有关“非典”的基础知识、冷静地去面对它。世界卫生组织(WHO)曾告戒大家:重要的是,如果不属于紧急情况,最好不要前往有疫情的地区。只要避免走进疫情发生地区,就可以安心地一如既往地度日生活。

据说在日本已经具备了一旦“非典”入侵,即可对其大规模扩散进行阻止的彻底隔离和消毒的能力。其实包括“非典”在内,对所有传染病的预防都离不开彻底的洗手和漱口。外出时要尽量避开电车以及娱乐设施等非特定的、人数众多的公共场合;当触摸到非特定的、多数人曾经触摸过的物体时,千万不要再触摸自己的嘴、鼻子以及眼睛。外出回来之后,请用肥皂仔细洗净双手、反

复漱口。另外,摄取营养均衡的食物、保证充分的睡眠以维持自己完善的免疫功能,也是十分重要的。

如前所述,最好的预防措施是不要去中国等



すが詳しい致死率は分かっていません。但し65歳以上の高齢者や糖尿病、心臓病等別の病気がある人がかかると重症化しやすく、致死率が高まると言われています。

どうすればいいの?

不必要に恐れる心配はありません。正しい知識を身につけ、冷静に対応してください。世界保健機関(WHO)も勧告していますが、緊急の用事がない限り流行地域に行かないことが大切です。流行地域に行かない限り普通に生活する上ではあまり心配することはありません。

万が一日本にSARSが侵入しても患者の隔離や消毒の徹底などで大規模な二次感染は防げると言われています。SARSに限りませんが感染症の予防策は、手洗い、うがいの徹底に尽きます。外出の際は電車、娯楽施設など不特定多数の人が集まる場所はできる限り避け、不特定多数の人が触れるものを触った手で、口、鼻、目

などを触らないことが大切です。外から戻ったら石けんを使って流水で十分に手を洗い、うがいをしてください。バランスの良い食事と十分



な睡眠をとることで免疫力を維持することも大切です。

先に述べたように、一番の予防法は中国等の感染地域には出かけることですが、もし皆さんが中国等SARS感染地域から最近帰国

有疫情发生的地区。如果您刚从发生了“非典”疫情的中国等地回来、或者是与刚从中国等疫情发生地来的人有过接触的话，就有必要对您自身的健康状况进行十天左右的观察。（据报告“非典”的潜伏期为十天）为了防范于未然，日本政府敦促大家采取以下措施。请符合上述情况的人，尽量不要外出：

- (1) 把与包括家人及朋友等的会面，控制在最小限度内。
- (2) 尽可能地不要外出，而是呆在家中对自己的健康状况进行观察。
- (3) 不得不外出时，请尽可能戴上口罩。
- (4) 如果出现下述症状中的任何一个，请您务必与保健所或是平时常去的医院及医师进行联系，在事先告知对方您从有疫情的地区归来、或是与从疫情发生地来的人员有过接触这一情况之后，再遵从指示接受诊疗。

- ・ 突然发烧并高达38度以上
- ・ 咳嗽
- ・ 呼吸困难

凡被诊断为“非典”或疑似“非典”病例的人，从住院的第一天起，均可享受公费治疗。

※以上有关“非典”疫情的信息为截止到5月15日的內容。有关“非典”疫情的报告，每天都在更新。请注意收看、查阅电视及报章以帮助您掌握有关“非典”的最新信息。



したり、最近中国等の感染地域から帰国した人と接触したりした場合、10日間は自身の健康状態を観察する必要があります。（SARSの潜伏期間は10日間といわれています。）日本政府もこの期間は念のため、以下のような対応をとるように指導しています。該当される方は以下の対応をとり、外出を控えるようにしてください。

- (1) 家族友人を含め、人に会うのは最小限にしてください。
- (2) できるだけ外出を控え、自宅にて健康状態を観察するようにしてください。
- (3) やむを得ず外出する際にはマスクをできるだけ着用してください。
- (4) 下記の症状が一つでも出たら、事前に保健所もしくはかかりつけの医師に連絡し、自身が感染地域から帰国した、或いは帰国した人と接触したことを告げたいうで指示を受けてください。

- ・ 38度以上の急な発熱
- ・ せき
- ・ 呼吸困難

SARSと診断、或いは疑いがあると診断された場合、医療費は入院時までさかのぼって公費でまかなわれます。

※SARSに関する情報は5月15日現在のものです。SARSに関する情報は日々新しいものが発信されています。テレビのニュースや新聞などで最新の情報を得るように気を付けてください。