

# 新型コロナウイルス感染症 療養終了後も続く症状について (いわゆる後遺症)

新型コロナウイルス感染症は誰でもかかる可能性のある病気ですが、治療や療養が終了しても、年代に関わらず、嗅覚障害・咳・呼吸困難・倦怠感などといった症状が現れ、長引く場合があります。

## 症状



だるさ



息苦しさ



胸の痛み・違和感



咳



脱毛



味覚・嗅覚障害



不眠症



記憶障害



集中力低下



抑うつ 等

## 療養終了後も症状が続く場合

激しい運動や無理な活動は避け、お近くの保健所にご相談ください。また、日常生活を規則的に送るように気をつけましょう。

### 【療養終了の基準】

発症日※から10日間経過 かつ 症状軽快後72時間経過

※無症状の方は検体採取日

(個別の判断については、医師の判断によります。)

療養終了の基準を満たせば、感染力が極めて低くなることがわかっており、他の人へうつす可能性はないと考えられています。

困ったこと、心配なことがあれば  
最寄りの保健所へご相談ください！

一人で悩まず  
相談してね！



相談先は次のページへ



# 【連絡先一覧】

■道立保健所管内にお住まいの方は、こちらへお電話ください。

北海道コロナウイルス感染症 健康相談センター  
0120-501-507 (フリーダイヤル)  
24時間相談窓口

または

お近くの保健所にご相談ください。(平日 8時45分～17時30分)

| お住まいの市町村 |  | 保健所名   | 電話番号         |
|----------|--|--------|--------------|
| 渡島       | 北斗市 松前町 福島町 知内町 木古内町 七飯町 鹿部町 森町  | 渡島保健所  | 0138-47-9524 |
|          | 八雲町 長万部町 今金町 せたな町  | 八雲保健所  | 0137-63-2168 |
| 檜山       | 江差町 上ノ国町 厚沢部町 乙部町 奥尻町  | 江差保健所  | 0139-52-1053 |
| 石狩       | 江別市 石狩市 当別町 新穂津村   | 江別保健所  | 011-383-2111 |
|          | 千歳市 恵庭市 北広島市   | 千歳保健所  | 0123-23-3175 |
| 後志       | 島牧村 寿都町 黒松内町 蘭越町 ニセコ町 真狩村<br>留寿都村 喜茂別町 京極町 倶知安町 積丹町 古平町 仁木町 余市町 赤井川村             | 倶知安保健所 | 0136-23-1914 |
|          | 共和町 岩内町 泊村 神恵内村  | 岩内保健所  | 0135-62-1537 |
| 空知       | 夕張市 岩見沢市 美瑛市 三笠市 南幌町 由仁町 長沼町 栗山町 月形町   | 岩見沢保健所 | 0126-20-0100 |
|          | 戸別市 赤平市 滝川市 砂川市 歌志内市 奈井江町 上砂川町 浦臼町 新十津川町<br>雨竜町                                  | 滝川保健所  | 0125-24-6201 |
|          | 深川市 妹背牛町 秩父別町 北竜町 沼田町  | 深川保健所  | 0164-22-1421 |
| 上川       | 幌加内町 鷹栖町 東神楽町 当麻町 比布町 愛別町 上川町 東川町 美瑛町  | 上川保健所  | 0166-46-5979 |
|          | 士別市 名寄市 和寒町 剣淵町 下川町 美深町 音威子府村 中川町  | 名寄保健所  | 01654-3-3121 |
|          | 富良野市 上富良野町 中富良野町 南富良野町 占冠村   | 富良野保健所 | 0167-23-3161 |
| 留萌       | 留萌市 増毛町 小平町 苫前町 羽幌町 初山別村 遠別町 天塩町   | 留萌保健所  | 0164-42-8310 |
| 宗谷       | 稚内市 猿払村 浜頓別町 中頓別町 枝幸町 豊富町 礼文町 利尻町 利尻富士町<br>幌延町                                   | 稚内保健所  | 0162-33-2538 |
|          | (礼文町 利尻町 利尻富士町)  | 利尻支所   | 0163-84-2247 |
| オホーツク    | 網走市 斜里町 清里町 小清水町 大空町   | 網走保健所  | 0152-41-0683 |
|          | 北見市 美幌町 津別町 訓子府町 置戸町   | 北見保健所  | 0157-24-4171 |
|          | 紋別市 佐呂間町 遠軽町 湧別町 滝上町 興部町 西興部村 雄武町  | 紋別保健所  | 0158-23-3108 |
| 胆振       | 室蘭市 登別市 伊達市 豊浦町 杜野町 洞爺湖町   | 室蘭保健所  | 0143-24-9833 |
|          | 苫小牧市 白老町 厚真町 安平町 むかわ町  | 苫小牧保健所 | 0144-34-4168 |
| 日高       | 浦河町 様似町 えりも町   | 浦河保健所  | 0146-22-3071 |
|          | 日高町 平取町 新冠町 新ひだか町  | 静内保健所  | 0146-42-0251 |
| 十勝       | 帯広市 音更町 士幌町 上士幌町 鹿追町 新得町 清水町 芽室町 中札内村 更別村<br>大樹町 広尾町 幕別町 池田町 豊頃町 本別町 足寄町 陸別町 浦幌町 | 帯広保健所  | 0155-27-8634 |
| 釧路       | 釧路市 釧路町 厚岸町 浜中町 標茶町 弟子屈町 鶴居村 白糠町   | 釧路保健所  | 0154-65-5811 |
| 根室       | 根室市  | 根室保健所  | 0153-23-5161 |
|          | 別海町 中標津町 標津町 羅臼町   | 中標津保健所 | 0153-72-2168 |

■札幌市・函館市・旭川市・小樽市にお住まいの方は、こちらへお電話ください。

| 保健所設置市 | 区分           | 電話番号                      | 開設時間         |
|--------|--------------|---------------------------|--------------|
| 札幌市    | 救急安心センターさっぽろ | #7119 または<br>011-272-7119 | 24時間         |
| 旭川市    | 健康相談窓口       | 0166-25-1201              | 24時間         |
| 函館市    | 函館市保健所       | 0138-32-1547              | 平日8:45～17:30 |
| 小樽市    | 小樽市保健所       | 0134-22-3110              | 平日8:50～17:20 |