

あるく健康ニュース 12月号

コロナの症状

喉の痛みと発熱

皆さんこんにちは、今回は新型コロナウイルス感染症の症状を簡単にご紹介します。

まずは、喉の痛みが最初に出やすいです。
鼻の奥の方から喉の少し上の辺りに、痛みが出やすいです。

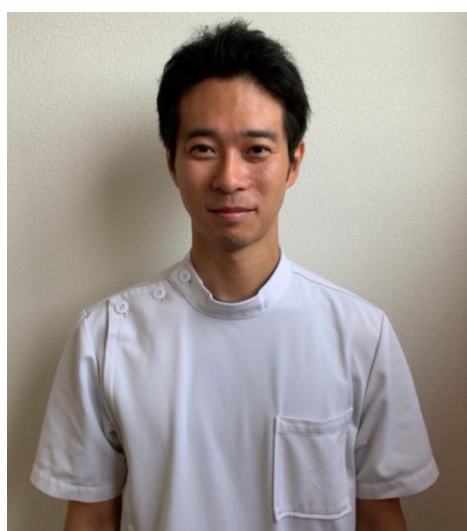
次に発熱があります。大体1~2日ぐらいで治る場合が多いですが、38℃以上出る人もいますので、解熱剤の服用をオススメします。

そして、咳が出てきますが、この症状が長く続く方が多いようで、2~3週間後も咳だけ残る場合もあるようです。

これらはあくまでも軽症の場合の症状です。
重症化のリスクが高い方は、体調の変化に注意して下さい。

現在、厚労省の発表では、自宅療養の期間は、7日間です。
また発症から10日間経てば、感染のリスクは無くなると言われています。

新型コロナウイルスの感染力は凄く強いです。
もしも、同居の家族が感染してしまった場合には、なるべく接触を減らして、頻繁に換気を行い、洗面所やトイレ、お風呂などを使うたびに消毒した方が良いでしょう。



あるく鍼灸治療院 長橋 勇人

ナガハシ ハヤト
鍼灸師・推拿
パーソナルトレーナー

東京都江東区の治療院で10年間修行
目黒の治療院で院長として3年勤務
現在は地域に密着した治療を目指して
訪問での鍼灸治療・推拿療法・
パーソナルトレーニングを行っております。



<https://kuron-aruku-sinkyu.ssl-lolipop.jp>

見附市今町 5-39-39
Kコーポ 5 B4

070-4213-9354

sinkyu.nagahashi@gmail.com