

Attention aux symptômes pendant l'observation à domicile

Expressions et apparence

- 1. A visiblement mauvaise mine ※
- 2. Les lèvres sont mauves
- 3. Semble ne pas être comme d'habitude ※



Difficultés à respirer, etc.

- 4. Respiration devient difficile (la fréquence respiratoire augmente)
- 5. A soudainement du mal à respirer
- 6. Essoufflé(e) dès qu'il faut bouger même pour des actes du quotidien.
- 7. Douleur à la poitrine
- 8. Difficile de s'allonger, du mal à respirer sans s'asseoir
- 9. Respire par les épaules, respiration bruyante



Troubles de la conscience

- 10. Apathie (ne réagit pas beaucoup) ※
- 11. Ne répond pas ※
- 12. Oxymètre de pouls (SpO₂) **en dessous de 90**



Critères pour appeler une ambulance

Appeler une ambulance à n'importe quelle heure lorsque la personne en observation a n'importe lequel de ces symptômes.

Tél : 119

(demander à parler en anglais ou français au besoin. Ils ont des interprètes.)

※ La famille ou les personnes qui vivent ensemble ont besoin de le vérifier

Traduction : [InfosLocalesauJapon.org](https://www.infoslocalesaujapon.org)

Source : [gouvernement de Tokyo](https://www.gouvernement.tokyo)

- ❑ 13. Difficultés à bouger dans la maison (se déplacer, manger, aller aux toilettes, se changer, etc.)
- ❑ 14. Forte toux, ou beaucoup de crachats, ou fièvre continuellement élevée
- ❑ 15. Sentiment de lourdeur jamais connu jusqu'à présent.
- ❑ 16. Oxymètre de pouls (SpO₂) **en dessous de 93**



S'il y a même seulement un seul de ces symptômes, **contacter immédiatement** son médecin traitant, un hokenjo ou le Follow up Center. Le faire à n'importe quel moment du jour ou de la nuit.

- ❑ 17. Essoufflements
- ❑ 18. Sentiment de lourdeur dans tout le corps
- ❑ 19. Oxymètre de pouls (SpO₂) **à 94 ou 95**



À partir d'un de ces symptômes, contacter son médecin traitant, un hokenjo ou le Follow up Center. (À n'importe quel moment du jour ou de la nuit.)

- ❑ 20. Légère fièvre, faible toux ou légers symptômes de rhume
- ❑ 21. Les essoufflements s'arrêtent quand on tousse
- ❑ 22. Perte du goût. Bien que le nez ne soit pas bouché, perte de l'odorat.
- ❑ 23. Léger sentiment de lourdeur (malaise)
- ❑ 22. Oxymètre de pouls (SpO₂) **à 96 ou plus**



Quand les symptômes empirent, contacter son médecin traitant, un hokenjo ou le Follow up Center.

Lorsqu'on a plusieurs symptômes, suivre les instructions qui correspondent au numéro de ligne le plus faible. Par exemple, quand on a 16. "Oxymètre de pouls (SpO₂) en dessous de 93" et 23 "Léger sentiment de lourdeur (malaise)", ⇒ suivre les instructions de la catégorie où se trouve la ligne 16.

Traduction :
[InfosLocalesauJapon.org](https://www.infoslocalesaujapon.org)

Source : [gouvernement de Tokyo](https://www.gouvernement-tokyo.fr)