

매일 건강체크

① 귀하의 건강 상태를 확인

② 긴급도가 높은 증상이 있는지 셀프체크(1일 2회)

‘체온과 Spo2의 수치, 기침, 권태감, 숨이 참 등의 건강 상태’에 대해 1일 2회 건강체크를 해주십시오(건강체크표를 참고하여 주십시오).

◎ 매일 보건소에서 전화 등으로 건강 상태를 확인합니다.

◎ 긴급도가 높은 증상이 있을 시 바로 연락 주십시오.

건강체크표

월일		/		/		/		/	
		1일째		2일째		3일째		10일째	
체온		°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
산소포화도(SpO2)		%	%	%	%	%	%	%	%
호흡기증상	기침	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	호흡곤란	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	콧물·코막힘	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	인후통	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
그 외	구토감·구토	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	안구 충혈	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	두통	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	전신의 권태감	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	관절통·근육통	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	설사	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	미각·후각장애	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	의식장애	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	경련	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무	유·무
	그 외								

※매일 직접 기입하여 주십시오

자택 요양 해제 기준

자택 요양의 해제는 다음의 기준을 충족하는 경우에 실시를 하고 있습니다.

※ 사람에 따라 증상의 정도 등이 다르기 때문에, 절대적인 기준은 아닙니다.

1. 유증상 환자의 경우

발병일로부터 10일간 경과하고, 증상이 경쾌한 후 72시간이 경과한 경우

2. 무증상환자(무증상병원체보유자)의 경우

검체 채취일로부터 7일간 경과된 경우

(10일이 경과할 때까지는 체온검사 등 자신을 통한 건강상태 확인이나 위험이 높은 장소의 이용, 회식 등을 피할 것, 마스크 착용 등의 감염대책이 요구됩니다.)