

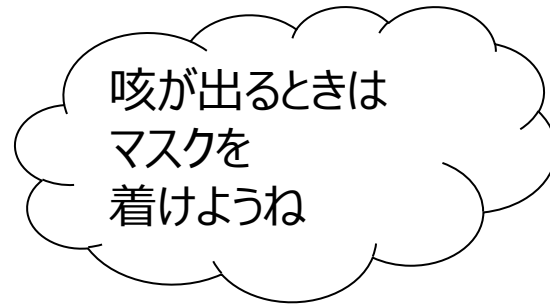
# 安心して！

# 日頃からできる事

外側・日本語訳

結核は治る病気  
です！

毎日、確実に内服  
することが最も重要  
です。



## 健康診断

学校や職場の健診は  
必ず受けてください

## 健康的な生活をおくる。

バランスの良い食事

禁煙

適度な運動

十分な睡眠

# 長引く咳、本当に 風邪ですか？

ごほっ  
ごほっ

結核菌

東京都福祉保健局

# 2週間以上咳が続く場合は、医療機関を受診しましょう

## 結核ってどんな病気？

結核は患者が咳やくしゃみをした時に結核菌が空気中に飛び散り、それを肺の奥まで吸い込むことによって感染します。

咳

微熱

こんな症状が  
続くときは結核かも

だるい

食欲不振

やせた

医療機関は、呼吸器内科を受診してください。

外国語で電話対応できる相談窓口  
をご利用ください。

名称	電話番号	対応言語	曜日	時間
東京都保健医療情報センター 外国語による相談窓口	03-5285-8181	英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語	毎日	9:00～20:00
公益財団法人結核予防会 外国人結核電話相談	03-3292-1218 03-3292-1219	英語、中国語、韓国語、ベトナム語	火	10:00～12:00 13:00～15:00
		ミャンマー語	第2・第4火	10:00～12:00
(特活) シェア 国際保健協力市民の会	050-3424-0195	英語	月・水・金	10:00～17:00