ご自宅で療養される方へ

- パルスオキシメーターの使い方｜ご自宅で療養される方へ
- LINE健康観察報告の使い方｜ご自宅で療養される方へ
- 「健康観察アプリ」個人情報保護方針
- 「健康観察アプリ」利用規約

更新日：令和3(2021)年2月15日

パルスオキシメーターの使い方｜ご自宅で療養される方へ

パルスオキシメーターの使い方

現在、新型コロナウイルス感染症によりご自宅で療養される方の中で、保健所長が必要と判断した方には、パ
渡ししています。
使用や、健康観察時の報告については、ご自身の療養を担当する保健所の案内に従ってください。

（注意）ご自宅で療養されている方以外の方がパルスオキシメーターをお使いの場合は、必ず、かかりつけ

（解説）パルスオキシメーター：血液中の酸素飽和度をはかる機器です。呼吸により体に酸素が十分とりこめ
なります。

使い方

1. いすに座り、数回深呼吸します。
2. 電源ボタンを押します。
3. クリップ部分をつまんで、指ホルダーを開きます。
4. 指ホルダーに、指を入れます。
5. 指を入れて固定するとはかり始めます。
6. 数値が表示されたら記録しておきます。（SpO_2：酸素飽和度、PR：脈拍数）
7. はかり終わったら指をはずします。
8. 酸素飽和度の数値が95以下だった場合は、深呼吸してからもう一度はかりなおしてください。
   はかりなおしても数値が95以下の場合は、ご自身の療養を担当する保健所までご連絡ください。

自宅療養者向けパルスオキシメーターの使い方動画
「使い方」が基本の使い方です。
「使い方（注意点）」は、正しくお使いいただくための、注意点について説明したものです。

正しく測定するための注意点

- マニキュアを塗っていない指ではかってください。
- 汚れていないゆびではかってください。
- 指先が冷えている場合は、よくあたためてからはかってください。
- 日光など、強い光があたらない場所ではかったください。
- センサー部分（光っているところ）に、指が触れるようにつけてください。
- はかっている間は、手や体をうごかしたり、しゃべらずに、静かに呼吸してください。

千葉県庁
〒260-8667 千葉市中央区市場町1-1
電話番号：043-223-2110（代表）
法人番号：4000020120006

Copyright © Chiba Prefectural Government. All rights reserved.

ページのトップへ