

嚴重特殊傳染性肺炎防疫小叮嚀

～飛沫、接觸傳染～

防護篇

一、不去人潮擁擠、空氣不流通的場所

- (1) 避免或減少去密閉式室內空間如電影院、KTV、傳統市場、醫院等人多場所。
- (2) 在室內打開窗戶，保持通風良好。
- (3) 落實生病不上班不上課原則，生病在家休息，除就醫外，儘量避免外出，以免傳染他人。

二、勤洗手(最重要的預防方法)

- (1) 應經常洗手，吃東西前、接觸病人前後、如廁後、擤鼻涕和打噴嚏後、咳嗽後、看病後…等。
- (2) 勤濕洗手以肥皂澈底搓洗雙手 40 秒以上或酒精(60%-80%)、乾洗手液搓洗 20 秒以上(唱兩次兩隻老虎歌的時間)。

三、避免觸摸眼鼻口，注意呼吸道衛生及咳嗽禮節

- (1) 預防中國武漢肺炎，戴一般外科口罩就夠了，戴口罩四字訣：開、戴、壓、密。
- (2) 有症狀時應戴口罩，沾到口鼻分泌物時，應立即更換，一般使用為每日更換。
- (3) 打噴嚏時，應用衛生紙遮住口鼻，落實呼吸道衛生及咳嗽禮節，以降低病毒傳播的風險。
- (4) 民眾應落實肥皂勤洗手、避免觸摸眼鼻口。
- (5) 沾有咳嗽、鼻涕等分泌物之衛生紙，應先置入塑膠袋妥善密封，或利用馬桶沖掉後並洗手。

四、均衡營養、良好生活習慣

- (1) 飲食注意定時定量及均衡營養。
- (2) 養成規律的生活習慣、充足睡眠。
- (3) 儘量避免與其他人共用床單、毛巾及食器等物品，使用後應以肥皂及熱水清洗才可再度使用。

五、正確使用口罩

- (1) 口罩使用時機仍應著重在「出入醫療院所，有呼吸道症狀者應戴口罩，有慢性病者外出建議戴口罩」，而健康民眾及一般學生無須戴口罩，請隨時留意指揮中心專家建議。
- (2) 正確使用口罩才能有效防範病毒入侵，①打開檢查口罩有無破損；②兩側鬆緊帶戴上耳朵、上下拉開；③輕壓鼻樑片，讓口罩與鼻樑貼緊；④檢查口罩和臉部內外上下是否有密合。

六、每天自我觀察身體狀況，出現類流感不適症狀，儘速就醫

- (1) 不適症狀包括：呼吸道症狀為主、發燒 (fever)、乾咳 (cough)、肌肉痠痛 (myalgia) 或四肢乏力 (fatigue) 等，亦可能咳嗽有痰 (productive cough)、或腹瀉 (diarrhea) 等症狀。
- (2) 重症患者：嚴重肺炎、急性呼吸道窘迫症候群、敗血性休克、代謝性酸中毒等，甚至死亡。

七、居家及環境防護

- (1) 大部分的病毒都怕熱。
- (2) 常態性環境清潔及消毒：學校教職員工應定期針對學生經常接觸之物品表面(如門把、桌面、電燈開關、或其他公共區域)進行清潔消毒，可用 1:100 (500ppm) 漂白水稀釋液進行擦拭。
- (3) 保持室內空氣流通。
- (4) 泡製酒精 70-75% 濃度之酒精方法：以市售藥用 95% 濃度酒精，用 4 份 95% 酒精加 1 份水(蒸餾水或煮沸過冷水)稀釋。

八、出國的人應注意

- (1) 盡可能不到中央流行疫情指揮中心布的旅遊疫情警告區域。
- (2) 配合中央疫情指揮中心公告之具感染風險民眾追蹤管理防疫機制，配合居家隔離、檢疫、自主健康管理。
- (3) 返國後 14 天內如出現疑似症狀，可撥打免付費防疫專線 1922(或 0800-001922)依指示戴口罩儘速就醫，並請務必告知醫師旅遊史、職業別、接觸史及是否群聚(TOCC)，以及時診斷通報。

自主健康管理篇

一、出現不適症狀，立即戴上口罩，並通知學校校安中心或衛生保健組

- (1) 不適症狀包括：發燒、乾咳、肌肉痠痛或四肢乏力等，亦可能出現咳嗽有痰、頭痛、咳血、或腹瀉等症狀。
- (2) 立即戴上口罩並**通報**就醫。
- (3) 如就醫後通報疑似為嚴重傳染性肺炎，應盡速通知學校。

通報電話：

校安中心：08-7235372(24 小時)、0912838499(民生、屏師校區)或 0965389995(屏商校區)

衛生保健組：08-7663800 轉 12301-8(星期一~五，上午 08：00 至下午 17：30)

二、配合具感染風險民眾追蹤管理防疫機制

- (1) 依政府指示落實「居家隔離」、「居家檢疫」，及「自主健康管理」措施之規定。
- (2) 具感染風險民眾追蹤管理防疫措施依疫情狀況，以中央流行疫情指揮中心訊息公告為依據。

具感染風險民眾追蹤管理機制

資料更新日期 2020/3/2

介入措施	居家隔離	居家檢疫	自主健康管理
對象	確定病例之接觸者	具中港澳、南韓、義大利或伊朗旅遊史者	對象1:申請赴港澳獲准者 對象2:通報個案但已檢驗陰性且符合解除隔離條件者 對象3: 社區監測 通報採檢個案 對象4:自「國際旅遊疫情建議等級」 第一級 及 第二級 國家返國者
負責單位	地方衛生主管機關	地方政府民政局/ 里長或里幹事	衛生主管機關
方式	居家隔離14天 主動監測1天2次	居家檢疫14天 主動監測1天1~2次	自主健康管理 14天
配合事項	<ul style="list-style-type: none">衛生主管機關開立「居家隔離通知書」衛生主管機關每日追蹤2次健康狀況隔離期間留在家中(或指定地點)不外出，亦不得出境或出國，不得搭乘大眾運輸工具有症狀者由衛生主管機關安排就醫。如未配合中央流行疫情指揮中心防治措施，將依傳染病防治法裁罰，必要時進行強制安置。	<ul style="list-style-type: none">主管機關開立「旅客入境健康聲明暨居家檢疫通知書」，配戴口罩返家檢疫。里長或里幹事進行健康關懷14天，每日撥打電話詢問健康狀況並記錄「健康關懷紀錄表」。檢疫期間留在家中(或指定地點)不外出，亦不得出境或出國，不得搭乘大眾運輸工具。有症狀者將送指定醫療機構採檢送驗，衛生主管機關加入主動監測。如未配合中央流行疫情指揮中心防治措施，將依傳染病防治法裁罰，必要時進行強制安置。	<ul style="list-style-type: none">無症狀者：儘量避免出入公共場所，如需外出應全程配戴外科口罩；勤洗手，落實呼吸道衛生及咳嗽禮節；每日早/晚各量體溫一次。有發燒或咳嗽、流鼻涕等呼吸道症狀、身體不適者：確實佩戴外科口罩，儘速就醫，就醫時主動告知接觸史、旅遊史及身邊是否其他人有類似症狀。返家後亦應配戴口罩避免外出，與他人交談時應保持適當距離。對象3採檢後返家於接獲檢驗結果前，應留在家中不可外出。
法令依據	§ 傳染病防治法第48條 § 制定嚴重特殊傳染性肺炎防治及紓困振興特別條例第15條第1項	§ 傳染病防治法第58條 § 制定嚴重特殊傳染性肺炎防治及紓困振興特別條例第15條第2項	§ 傳染病防治法第36條 § 傳染病防治法第70條

中央流行疫情指揮中心 關心您



www.cdc.gov.tw

疫情通報及諮詢專線：1922

※ 落實衛生好習慣，是預防傳染病的最佳方法※
做好健康防疫小方法，愛護自己也保護他人！

學務處衛生保健組 關心您~

資料來源參閱衛生福利部疾病管制署提供資料