

嚴重特殊傳染性肺炎(武漢肺炎)防疫須知

為提升寒假、春節期間於中國大陸武漢市或鄰近地區從事旅遊、探親、學術交流等活動之教職員工生對該疾病之警覺及認知，請加強以下正確防疫觀念：

※ 在當地期間：

- (1) 落實肥皂勤洗手、咳嗽戴口罩等個人防護措施。
- (2) 避免出入販售活體動物之市場或當地醫療院所等高風險公共場所。
- (3) 避免接觸活體動物及動物屍體。
- (4) 避免食用生肉及生蛋。
- (5) 如出現類流感（如發燒[$\geq 37.5^{\circ}\text{C}$]、咳嗽等）症狀，應戴上口罩儘快就醫。

※ 返國後：

- (1) 返國入境時如出現發燒或類流感症狀，主動告知航空公司人員及機場港口檢疫人員。
- (2) 返家後如出現上述症狀，撥打防疫專線 1922，並戴上口罩儘快就醫，就醫時告知醫師旅遊史、接觸史及不適症狀等。
- (3) 生病在家休息，不出門，減少或避免與他人接觸。
- (4) 咳嗽或打噴嚏時，使用紙巾或衣袖遮住口鼻。
- (5) 有呼吸道症狀應持續戴口罩。

如有任何不適症狀應盡速就醫，倘若有發現或通報得知學生出現疑似傳染病症狀，敬請通知各學制防疫窗口(分機如下)，並撥打免付費防疫專線 1922(或 0800-001922)，於就醫時請告知醫師旅遊史、職業別、接觸史及是否群聚發生狀況，以利及時介入防疫及時診斷，防杜校園流行疫情。其他「嚴重特殊傳染性肺炎」相關資訊，可參閱疾管署網站(<https://www.cdc.gov.tw>)。

★如有疑問洽詢各學制分機窗口：

教職員勞工:5857

日間部學生:5233-6(三民校區)、5888(民生校區)

進修部:5735

進修學院(含進專):5934

空中學院:5835

推廣部:5565

下班時間：校安中心(5999)

國立臺中科技大學 嚴重特殊傳染性肺炎防疫小組 關心您

武漢肺炎



2019 nCoV
新型冠狀病毒

傳染方式



防疫專線：1922

潛伏期

14天

務必如實告知過去14天
旅遊史、職業及接觸史

症狀



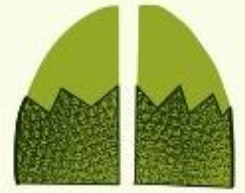
發燒 > 38度



四肢無力



乾咳



呼吸困難/肺炎

預防

有呼吸道症狀或在醫院

外科口罩

接觸身體/臉部前後
肥皂洗手或
酒精性乾洗手



勤量體溫



勤洗手



有呼吸道症狀
戴外科口罩



減少進出
公眾場所

流行病學

發病前14天內
與相關病例
有密切接觸
或發病前14天內
於中國疫區*
旅遊或居住

*疫區已不限武漢

密切接觸：

- 醫護或同住者，無防護，>15分鐘面對面之接觸或照護
- 飛機及長程(>1hr)交通工具同排及前後兩排及空服員
- 同班上課之同學，固定位置3公尺內之同事

- 戴口罩：
- 發燒+咳嗽
- 前往醫院



檢驗陰性：(-)
自主健康管理14天

檢驗陽性：(+)
接觸者健康監測14天

一般民眾使用外科口罩即可
無需囤積N95

f 抓住那個醫生

【防範新型冠狀病毒】

Novel Coronavirus : What You Need to Keep in Mind 旅遊疫情警示・主動健康申報

中國大陸發生新型冠狀病毒疫情，您可能也曾暴露於感染環境，臺灣疾病管制署為維護您及周遭親友的健康，請您配合以下事項：

As the novel coronavirus outbreak is ongoing in China, you might have been exposed to infection sources. To protect your health, please follow the instructions below.

1. 入境時有發燒、咳嗽、呼吸急促等身體不適，無論是否服用退燒藥、止咳藥，請主動向機場 / 港口檢疫人員報到，並接受健康評估。

If you have fever, cough or shortness of breath upon your arrival, whether you are taking any cough suppressants / antipyretics or not, please inform quarantine officers at the airport / port immediately.

2. 入境後14天內，如出現前述不適症狀，請立即撥打防疫專線1922，並依指示就醫。

If such symptoms occur within 14 days after entry, please call our toll-free hotline 1922, to obtain instructions on seeking medical attention.

3. 就醫時，務必告知醫師您的旅遊史及接觸史。

Be sure to inform doctors of your recent travel and exposure history.

【個人衛生好習慣】

Personal hygiene reminders



肥皂勤洗手
Wash your hands
with soap regularly



咳嗽戴口罩
Wear a mask
while coughing



返家先更衣及沐浴
Change your clothes
and take a shower/bath
once you arrive home



嚴重特殊傳染性肺炎預防措施

如果從疫區回來



發燒通報

自我監測

防疫專線

疑似(需通報)病例



接觸病史

感冒發燒

肺炎診斷

感染時會有哪些症狀



咳嗽鼻涕

發燒不適

全身倦怠

病毒傳播途徑



飛沫吸入

眼睛結膜

口鼻粘膜

避免染病方式



減少群聚

戴上口罩

請多洗手

醫院檢查後



返家觀察

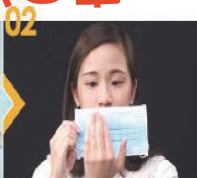
住院治療

加護治療

正確戴口罩



01 佩戴外科口罩前，應先洗手。



02 分辨外科口罩的前後，一般有顏色或摺紋向下的面向外，有金屬條的一邊向上。



03 如選用掛耳式外科口，把橡筋繞在耳朵上，使口罩緊貼面部。



04 拉開外科口罩，使口罩完全覆蓋口、鼻和下巴。



05 把外科口罩的金屬條沿鼻樑兩側按緊。



06 佩戴口罩後，應避免觸摸口罩。若必須觸摸口罩，在觸摸前、後都要徹底洗手。

口罩丟棄方式



01 洗手後，把口罩的橡筋從雙耳除下。



02 盡量避免觸摸口罩向外側部份，將口罩往外摺。



03 放進密實袋內封好。



04 將卸除的口罩棄置於有蓋垃圾桶內，然後立即清潔雙手。

酒精洗手20秒

(比照洗手步驟)



健康洗手七步驟

確實洗手20秒



滋潤雙手並取用洗手乳

1 內

雙手掌

2 外

手背

3 夾

指縫

4 弓

指背、指腹

5 大

大拇指

6 立

指尖

7 腕

手腕

清水沖洗乾淨
使用擦手紙擦乾

本校嚴重特殊傳染性肺炎防疫專區



國立臺中科技大學

學務處衛保組 關心您~



洗手秘訣懶人包

長揚製圖



用什麼洗



肥皂就很棒



各種清潔液



75%酒精

該怎麼洗



1. 內：搓揉手掌



2. 外：搓洗手背



3. 夾：清洗指縫



4. 弓：搓洗指節



5. 大：洗大拇指



6. 立：清洗指尖



7. 腕：搓揉手腕



洗完手後別亂摸

洗手清潔做得好，全面防疫沒煩惱

我正在 居家隔離／居家檢疫 我該怎麼做？

- ◆隨時配戴**口罩**，待在家中**不得外出**。
- ◆和同住者**保持1公尺以上距離**，**減少接觸**
(例如：同桌用餐)
- ◆咳嗽或打噴嚏時，**口罩不可拿下**，或用衛生紙遮住口鼻。接觸到呼吸道分泌物後應**用肥皂洗手**。
- ◆每日早晚各量一次體溫，詳實記錄**體溫**與**健康狀況**，並**如實回報**負責人員。
- ◆出現**不適症狀立刻通知**居家隔離／檢疫通知書上之聯絡人、所在地衛生局，或撥1922，依指示就醫。**禁止自行搭乘大眾交通運輸工具就醫**。

降低風險！指揮中心公布「社交距離注意事項」

資料來源：疾病管制署

建檔日期：109-04-01

更新時間：109-04-01

中央流行疫情指揮中心今(1)日表示，COVID-19(武漢肺炎)疫情已擴大至全球大流行，我國近期境外移入病例數快速增加，不排除潛藏有未就醫或無症狀之感染者進入社區，威脅國內防疫安全。為降低社區感染風險，指揮中心制定「社交距離注意事項」，在兼顧民眾合理權益，並顧及國內防疫安全等雙重前提下，分階段鼓勵社會大眾保持社交禮貌或強制保持社交距離。

第一階段是柔性勸說，建議民眾避免出席展覽會、體育競賽、演唱會等近距離接觸之社交活動，也應避免進入與維生無關之娛樂等性質之場所。並建議人與人之間，在室內應保持1.5公尺、室外保持1公尺之距離，若雙方正確佩戴口罩，則可豁免社交距離，但處於擁擠、密閉之場所仍應佩戴口罩。有較高機率近距離接觸，無法有效維持1.5公尺社交距離的場所，則業主應停止營業。

第二階段是強制處分，除醫療、執行公務、維生等必要性活動，其餘非必要性活動，特別是娛樂活動，均在禁止之列。必要性活動亦須維持室內1.5公尺、室外1公尺之社交距離。與他人間若雙方均正確佩戴口罩，仍應保持至少1公尺之距離。

該注意事項分別就餐廳、校園或辦公室、大眾運輸、賣場或其他營業場所、排隊人龍、特殊機構(如長照機構、監獄等)及其他特定場所等情境，提供維持社交距離之個別規範。請民眾在防疫期間，務必遵守相關規範，以降低社區感染與傳播的機會，保護自己也保護他人。