

# 全面掃除



# H1N1 新型流感

## 一、新型流感防治原则：

- 1.勤洗手，并确实遵守湿、搓、冲、捧、擦等5步骤。
- 2.手部接触到呼吸道分泌物时，要立即澈底清洁双手。
- 3.双手避免任意碰触眼、鼻、口等黏膜。
- 4.充足均衡的饮食与充足的睡眠和运动。
- 5.保持轻松愉快的心情，不抽烟、不过量饮酒。



## 二、居家防治方法：

- 1.养成良好的个人与环境卫生。
- 2.保持环境卫生及空气流通。
- 3.有咳嗽、打喷嚏时等症状应用面纸或手帕遮住口鼻，若无面纸或手帕时，可用衣袖代替。
- 4.当口罩沾到口鼻分泌物时，应立即更换并丢进垃圾桶
- 5.如有呼吸道症状，与人交谈时应保持2公尺以上距离。
- 6.若出现生病时应戴口罩并在家休息，做自我健康管理7天，除就医外应避免外出。
- 7.如有密切接触确定病例时，请先通知卫生单位，不可径至医疗院所。



## 三、校园防治方法：

- 1.窗户打开，让空气流通。
- 2.每周请清洁人员消毒校园和清洗冷气出风口。
- 3.保持手部清洁，每次洗手均使用洗手乳、肥皂、干式洗手露或70%酒精正确洗手。
- 4.室内外环境表面(如桌面、门把、电灯开关、楼梯、楼梯间等公共区域)，以500ppm(0.05%)之漂白水溶液进行消毒。
- 5.浴室、厕所以5000ppm(0.5%)之漂白水溶液进行消毒。
- 6.平滑金属表面、桌面及其它无法使用漂白水溶液消毒之表面，可用70%酒精进行消毒。
- 7.学校指定专人每日测量体温，并纪录、汇整班上请假状况及追踪。



相關訊息請上教育部全球資訊網 (<http://www.edu.tw/>)

——H1N1新型流感防疫專區

