

# 國立成大附工傳染病防治衛教宣導

又到了炎炎夏日，為防範各種傳染病〔季節性流感、登革熱、肺結核、腸病毒、H7N9 流感…等〕，已達維護健康之目的，以下事項敬請注意並配合，謝謝您的合作！

- ☞ 平時勤洗手，雙手避免任意碰觸眼、鼻、口等黏膜。
- ☞ 非必要或無防護下，避免到生禽宰殺處所、養禽場及活禽市場；避免接觸禽鳥及其分泌物，若不慎接觸，應馬上以肥皂澈底清潔雙手。
- ☞ 保持空氣流通，咳嗽、打噴嚏需遮掩口鼻，若出現發燒、咳嗽、喉嚨痛等呼吸道症狀，應戴口罩並就醫。
- ☞ 打噴嚏或咳嗽時，以面紙或手帕遮住口鼻，並立即用肥皂或洗手乳徹底清潔雙手；與他人交談時，儘可能保持 **1 公尺** 以上距離；有咳嗽情形務必戴上口罩。
- ☞ 若出現發燒 ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )、頭痛、咳嗽、流鼻水、打噴嚏、肌肉痠痛或極度倦怠感等類流感症狀，請立即戴口罩就醫。
- ☞ 禽肉及蛋類要熟食。
- ☞ 請不要輕忽久咳、有痰等身體不適症狀，若有上述症狀，可以「**七分篩檢法**」，進行自我檢測，當下述症狀分數達 **5 分** 以上，請盡快就醫檢查，以即早診斷及接受治療：

| 項 | 目 | 分 | 數 |     |
|---|---|---|---|-----|
| 咳 | 嗽 | 兩 | 週 | 2 分 |
| 有 |   | 痰 |   | 1 分 |
| 胸 |   | 痛 |   | 1 分 |
| 沒 | 有 | 食 | 慾 | 1 分 |
| 體 | 重 | 減 | 輕 | 1 分 |

☞ 住家四周環境請定期**清乾淨、倒乾淨、刷乾淨、晾乾淨**：A. 廢棄雜物勿堆積，瓶瓶罐罐要丟棄；B. 盆栽花瓶勤換水，每週刷洗最安心；C. 水桶陶甕要倒放，使用中的要加蓋；D. 遮蓋帆布要拉平，窪地積水要填平。

感謝您的配合！

～ 成大附工關心您！ ～

國立成大附工保健室 敬啟  
102.06