

# 臺北市中山區大佳國民小學防疫小叮嚀



	流感	腸病毒	新型冠狀病毒	病毒性腸胃炎	水痘
好發季節	一年四季皆會發生。 台灣多發生於12月至隔年2月，3月後逐漸下降	台灣地區全年都有感染個案，一般以4~9月為流行期	持續流行中	台灣地區諾羅病毒及輪狀病毒主要流行季節為11~3月間，高峰期為1月份	主要流行季節在冬及早春
傳染途徑	*咳嗽、噴嚏等飛沫傳染 *接觸到污染物體表面，再觸摸自己的口、鼻而傳染	*糞-口傳染(經水或食物污染，或在環境中接觸到，再經手口接觸而轉移) *咳嗽、打噴嚏等飛沫傳染 接觸到污染物體表面，再觸摸自己的口、鼻而傳染	*咳嗽、噴嚏等飛沫傳染 *接觸到污染物體表面，再觸摸自己的口、鼻而傳染	*糞-口傳染(經水或食物污染，或在環境中接觸到，再經手口接觸而轉移) *接觸到污染物體表面，再觸摸自己的口、鼻而傳染	*與感染者的皮膚直接接觸 *飛沫或空氣傳染 *被水泡液和黏膜分泌物所污染的器物間接傳染
潛伏期	1~4天，平均為2天 出現併發症的時間約在發病後的1-2週內	約2~10天(平均3~5天)	約7~14天	諾羅病毒：24~48小時 輪狀病毒：24~72小時	2~3週，一般為13~17天
症狀	發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身酸痛、頭痛、寒顫與疲勞，有些病例出現腹瀉、嘔吐症狀	常見為手足口病及疱疹性咽峽炎	發燒、咳嗽、呼吸急促、流鼻水	<b>症狀解除 24 小時後，始可返校喔！</b>  水瀉、嘔吐、也可能有頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉酸痛等症狀	微燒(37.5~39°C)、顫抖、腹痛、肌肉或關節酸痛持續2~5天。最初皮膚上會出現紅疹，然後由臉往身體及手腳延伸，隨後由紅疹變成水泡，最後留下皮疹

施打季節流感，也能預防唷！

★★ 須居家自主管理至少7天喔！！ ★★



最後一顆水泡乾掉才不具傳染力，始可返校喔！

預防方法

- 勤洗手，肥皂洗手至少20秒以上，養成良好日常生活習慣。(最簡單又有效的方法)
- 均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以提昇免疫力
- 出現呼吸道症狀，如：咳嗽、打噴嚏、流鼻水等，請戴口罩。
- 生病時，應儘速就醫，請假在家多休息，落實「生病不上課」原則。
- 發燒不上學：在未使用退燒藥物下，至發燒緩解24小時後才返校上課。
- 兒童玩具(尤其是帶毛玩具)經常清洗、消毒。
- 注意居家環境的衛生清潔及通風。
- 保持社交距離，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
- 幼童之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生。



就醫後若診斷為上述傳染病，請即刻通知班導師、學務處衛生組或健康中心(擇一通報)，以利通報衛生局，及完成校園防護，達到有效防止校園傳染病之大流行。



人潮擁擠及密閉空間

# 務必戴口罩



醫療照護機構



大眾運輸



賣場市集



教育學習場所



展演競賽場所



宗教場所



娛樂場所



大型活動

