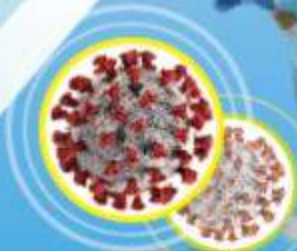


基隆市

武漢肺炎(COVID-19)

防疫手冊



基隆市
武漢肺炎 (COVID-19)
防疫手冊

目錄

市長小叮嚀	1
壹、什麼是武漢肺炎？	2
貳、因應武漢肺炎消毒防護注意事項	5
參、口罩使用時機及正確配戴方法	8
肆、體溫量測標準步驟	11
伍、具感染風險民眾管理機制	14
陸、居家檢疫及居家隔離者關懷作業	19
柒、居家檢疫及居家隔離者關懷服務中心	21
捌、問與答	24
附件一、正確戴口罩步驟	28
附件二、(同住者)居家檢疫/居家檢疫怎麼做	29
附件三、(我)居家檢疫/居家檢疫怎麼做	30
附件四、具感染風險民眾追蹤感染機制	31
附件五、漂白水及酒精如何泡製	32
附件六、咳嗽禮節與手部衛生	33
附件七、醫療資訊	34

市長小叮嚀

親愛的市民，您好：

近期武漢肺炎疫情持續延燒，已形成全球大流行。為因應中國武漢肺炎(COVID-19)疫情，本市持續配合中央流行疫情指揮中心進行居家檢疫、居家隔離者健康追蹤及民眾之風險溝通與衛教宣導，並確保防疫物資整備。

防範呼吸道疾病最基本且最重要的防疫措施為：落實勤洗手、呼吸道衛生、咳嗽禮節與妥善處理口鼻分泌物，及生病在家休息，以防發生呼吸道傳染病群聚感染。

倘若您至國外旅遊，回國入境時如有發燒、咳嗽等不適症狀，應主動通報機場及港口檢疫人員並配合各項防疫措施，務必保護自己也保護家人及其他社區民眾。另，就醫時應主動告知醫師旅遊史、職業別、接觸史及群聚史(TOCC)，以及時診斷通報。

配合執行居家隔離或檢疫期間，請依照防疫指示，遵循規定，只有您的配合我們才能安全渡過，避免疫病侵襲風險。

另外，武漢肺炎是第五類法定傳染病，提醒您所有疫情訊息都須由中央流行疫情指揮中心發佈，民眾不可散播未經證實或發佈之訊息，以免造成社區住民恐慌。若有疫情相關問題可撥打衛生局防疫專線(02-24276154)或疾病管制署免付費防疫專線1922(或0800-001922)。

敬祝

萬事如意 闔家安康

基隆市市長 林右昌敬上

中華民國109年3月31日

一、前言

2019年12月以來，湖北省武漢市展開呼吸道疾病及相關疾病監測，發現不明原因病毒性肺炎病例。個案臨床表現主要為發熱，少數病人呼吸困難，胸部X光片呈雙肺浸潤性病灶。2020年1月9日接獲中國大陸通知，病原體初步判定為新型冠狀病毒，已完成病毒全長基因定序，電子顯微鏡下亦呈典型冠狀病毒型態，該病毒不同於以往發現的人類冠狀病毒。

2020年1月12日經世界衛生組織(WHO)正式命名為「2019新型冠狀病毒」(2019-nCoV)。衛生福利部疾病管制署1月15日公告「2019新型冠狀病毒」引發之「嚴重特殊傳染性肺炎」(COVID-19，簡稱武漢肺炎)為第五類法定傳染病。

世界衛生組織(WHO)於1月31日宣布將武漢肺炎疫情提升為「國際公共衛生緊急事件」(PHEIC)，並於3月11日宣布疫情進入全球大流行(pandemic)。

二、致病原

武漢肺炎是由新型冠狀病毒(SARS-CoV-2)所引起，冠狀病毒(CoV)是一群有外套膜之RNA病毒，外表為圓形，在電子顯微鏡下可看到類似皇冠的突起因此得名。除已知會感染人類的七種冠狀病毒以外，其他的動物宿主包括蝙蝠、豬、牛、火雞、貓、狗、雪貂等。並有零星的跨物種傳播報告。

三、傳染途徑：

大部分的人類冠狀病毒以直接接觸帶有病毒的分泌物或飛沫傳染為主。有部分動物的冠狀病毒會讓動物出現腹瀉症狀，可以在糞便當中找到病毒，可能藉此造成病毒傳播。

三、常見症狀

人類感染冠狀病毒以呼吸道症狀為主，包括鼻塞、流鼻水、咳嗽、發燒等一般上呼吸道感染症狀。另外也有少部分會出現較嚴重的呼吸道疾病，如肺炎等。

四、治療方式

目前所有的冠狀病毒並無特定推薦的治療方式，多為採用支持性療法。SARS流行期間曾有許多抗病毒藥物被使用來治療病患，但其效果均未被確認。

五、預防方法

- ① 每天測量體溫(1-2次)及必要時。
- ② 勤洗手、勿用手直接觸摸眼口鼻。
- ③ 均衡飲食、適度運動、充足睡眠，提升自我免疫力。
- ④ 儘量避免去密閉場所或醫院等人多之場所。
- ⑤ 出現呼吸道症狀、出入公共場所或就醫時，請戴口罩。
- ⑥ 若有出現發燒、咳嗽或呼吸道症狀時，請務必在家休息，落實「生病不上班不上課」。
- ⑦ 避免至嚴重特殊肺炎流行疫區國家，若前往疫區返國後請配合居家檢疫或自主健康管理措施。

一、注意手部衛生

- ① 勤洗手為防疫最首要方法，落實洗手5步驟「濕、搓、沖、捧、擦」，養成良好個人衛生習慣，能有效降低感染疾病之發生率。

濕：用清水沖濕雙手，擦上肥皂或洗手乳。

搓：兩手互相搓洗至少20秒，從手心、手背、手指依序仔細搓洗。

沖：用清水將雙手的泡沫沖洗乾淨。

捧：捧水將水龍頭沖乾淨。

擦：取紙巾擦乾雙手，再將紙巾墊手關上水龍頭開關。

- ② 若不方便濕洗手，可使用酒精2~5c.c.乾洗手，可將細菌與部分病毒去活性化，也可達到防疫作用。

二、加強宣導咳嗽禮節

- ① 有咳嗽等呼吸道症狀時應戴外科口罩，當口罩沾到口鼻分泌物時，應將已污染之口罩內摺丟進垃圾桶，並立即更換口罩。
- ② 打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻，若無面紙或手帕時，可用衣袖代替。

- ① 如有呼吸道症狀，與他人交談時，請戴上外科口罩與保持良好衛生習慣，並儘可能保持1公尺以上距離。
- ② 手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即使用肥皂及清水搓手並澈底洗淨雙手。

三、環境及清潔消毒

- ① 針對經常接觸之物品表面（如門把、桌面、電燈開關、餐檯或其他公共區域）進行清潔消毒，可用1：100(500ppm)漂白水稀釋液進行擦拭。
- ② 一般的環境使用適當消毒劑或1：100的稀釋漂白水(500ppm)，浴室或馬桶表面則應使用1：10的稀釋漂白水(5000ppm)消毒。
- ③ 消毒應該每天一次，並使用當天泡製的漂白水。室內空氣則需靠良好的通風以維持空氣清潔。

四、正確使用漂白水消毒方法及注意事項

- ① 消毒方式是用擦的，勿用噴的，且要保持通風。
- ② 漂白水的使用除加水稀釋外，絕不可以滲雜肥皂、清潔劑、藥劑、香料等，否則可能會產生強烈氧化作用，散發出毒性物質。
- ③ 漂白水如果不小心碰觸到眼睛，要用大量清水連續沖洗十五分鐘，如果碰到皮膚，要立刻用清水沖到覺得乾淨為止。

- ④ 使用完後的漂白水，最好不要直接倒入馬桶，如此會使化糞池失去汙水處理功能致污水排出後汙染水源。裝漂白水的瓶子應標示清楚，切勿用汽水保特瓶或任何飲料瓶子裝漂白水，避免學童不小心誤喝。

五、消毒用酒精使用方法及注意事項：

酒精能引起蛋白質變性，導致細菌或是病毒的死亡，經過科學家研究證實75%的酒精，可以兼具蛋白質凝固作用及穿透效果，達到殺菌99%功能，可使用於手部清潔，並可使用於環境消毒。

① 正確使用藥用酒精消毒殺菌方法：

1. 市面販售之藥用酒精，其濃度為95%，為達到最佳殺菌效果，請依4(95%藥用酒精)：1(冷開水)之比例稀釋成70%-75%之酒精濃度使用。
2. 加強個人衛生保健—請先以肥皂、清水清潔手部，再以消毒棉花或紗布，沾取稀釋過之酒精溶液，擦拭手指，去除手上之病毒。
3. 居家環境消毒—直接沾取稀釋過後之酒精擦拭家俱。

一、口罩分類及用途

- ① 棉布印花口罩或紗布口罩：僅能過濾較大顆粒，可作為保暖、避免灰頭土臉與鼻孔骯髒等用途，清洗後可重複使用。
- ② 醫用口罩或外科口罩：一般醫療用，有呼吸道症狀、前往醫院等密閉不通風場所，或前往有呼吸道傳染病流行地區時配戴，可阻擋大部分的5微米顆粒，應每天更換，但破損或弄髒應立即更換。
- ③ 活性碳口罩：可以吸附有機氣體、惡臭分子及毒性粉塵，不具殺菌功能，適合騎機車、噴漆作業、噴灑農藥等時機使用，一旦須費力呼吸或無法吸附異味時應更換。
- ④ N95口罩：可阻擋95%以上的次微米顆粒，適合第一線醫護人員使用，因呼吸阻抗較高，不適合一般民眾長時間配戴，且應避免重複使用。

二、口罩使用時機及正確配戴方法：

- ① 使用口罩之四大時機：

1. 有發燒、咳嗽、流鼻涕等呼吸道症狀。

進出醫療院所。

2. 出入通風不良及擁擠密閉空間時。

3. 本身有慢性疾病的人。

① 正確使用口罩才能有效防範病毒入侵，應注意下列事項：

1. 開：開包裝，檢查口罩有無破損。

2. 戴：兩側鬆緊帶掛上耳朵，鼻樑片固定在鼻樑，口罩拉開到下巴。

3. 壓：輕壓鼻樑片，讓口罩與鼻樑貼緊。

4. 密：檢查口罩和臉部內外上下是否有密合。

同一副口罩應只限同一個人重複使用，且應每天更換。

② 正確脫口罩，避免碰觸病毒受感染：

1. 一般健康的人拿下口罩時，請抓著耳帶、橡皮帶取下口罩，並把外面那層包在內部進行反折；生病的人當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。

2. 脫下的口罩請勿隨意放置桌上，或是摺一摺放進包包，下次再用，一定要馬上丟棄。

3.脫完口罩，一定要馬上洗手。

4.口罩只要碰到水、分泌物或髒汙就應立即更換，即便外觀乾淨，使用6至8小時也一定要換新的。

三、加強宣導咳嗽禮節與手部衛生

- ①咳嗽打噴嚏時用衛生紙遮住口鼻，然後將紙丟進垃圾桶。
- ②有呼吸道不適症狀應戴口罩。
- ③用肥皂勤洗手，保持手部清潔，避免接觸眼、口、鼻。
- ④手部接觸到呼吸道分泌物之後要執行洗手（使用肥皂洗手或酒精性乾洗手劑）。
- ⑤與他人保持適當距離（1公尺）。
- ⑥拱手不握手。

04

體溫量測標準步驟

一、額溫

- ① 體溫正常範圍：35°C-37.5°C
- ② 測量時間：1-15秒
- ③ 測量步驟：
 1. 量測體溫工具必須先做室溫校正(本次配發防疫量測工具為額溫槍，請根據所附說明換算成中心溫度)。
 2. 受測量者必須在休息狀態下，額頭保持乾燥。
 3. 將額溫槍置於額頭前2-5公分左右，按壓按鈕測量，直至顏色改變或顯現溫度數據。
- ④ 注意事項：
 1. 正常溫度標準隨不同廠牌而異。
 2. 室溫、運動後或額頭是否乾燥會影響測量的準確性。
 3. 勿將額溫槍的紅外線光點接觸到受檢者的眼睛。

二、耳溫

- ① 正常範圍：35.7°C-37.9°C
- ② 測量時間：1-15秒
- ③ 測量步驟：

1. 按電源鈕，確定「預備標誌」已經顯示。按下滑板按鈕，探頭伸出並自動套上膠套，檢查膠套有否破損，無破損則於30秒內測完體溫。
2. 三歲以內：要把耳朵向下向後拉，再將耳溫槍測溫頭置入耳朵內。三歲以上(含大人)：要把耳朵向上拉並往後拉。將探頭置入耳道密合，按著測溫鈕，
3. 持續一秒鐘，聽到單一長音「嗶」聲放開，完成體溫測量。
4. 取出耳溫槍，讀取溫度。

④ 注意事項：

1. 注意耳垢清潔，才能準確測量。
2. 耳溫槍使用後，膠套丟棄不重複使用，以避免交互感染。
3. 測得的體溫如果不到35°C，則可能是耳溫槍使用不當所致。

三、腋溫

- ① 正常範圍：35°C-37°C
- ② 測量時間：5-10分鐘
- ③ 測量步驟：

- 1.使用前要先將溫度計度數甩到35°C以下。將體溫計置於腋下最頂端，水銀端和腋下的皮膚緊密接觸並
- 2.夾緊，以免脫位或掉落。

測量5-10分鐘

- 3.取出體溫計，讀取溫度數據後，以衛生紙擦拭體溫計。

④ 注意事項：

- 1.腋下如有汗液，需擦乾再量
- 2.若測量時間未到，鬆開腋下，則需重新測量，時間需重新計算。
- 3.喝熱飲、劇烈運動、情緒激動及洗澡需待30分鐘後再測量

四、發燒判定：

不同體溫測量工具判定發燒的參考標準如下：額溫 $\geq$ 37度；腋溫 $\geq$ 37度；耳溫 $\geq$ 38度。

若以耳溫槍以外之測量工具測量結果為發燒者，請再以耳溫槍測量確認。

一、不同感染風險的民眾分級管理方式如下：

① 居家隔離

對象：確診病例之接觸者

居家隔離者應配合事項：

1. 須配合居家隔離14天。
2. 由衛生機關開立「居家隔離通知書」，並每日追蹤健康狀況。
3. 民眾在隔離期間須留在家中(或指定地點)不得外出，也不得出境或出國、不得搭乘大眾運輸工具。
有症狀者，須由衛生機關安排就醫。
4. 如未配合中央流行疫情指揮中心防治措施，將依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項裁罰新台幣20-100萬元，並進行強制安置。

② 居家檢疫

1. 對象：具國外旅遊史者
2. 居家檢疫者配合事項：
3. 民眾需居家檢疫14天。
4. 由主管機關開立「旅客入境健康聲明暨居家檢疫通

知書」，民眾配戴口罩返家檢疫。

- 3.將由轄區里長或里幹事進行健康關懷14天，每日會撥打電話詢問健康狀況並記錄「健康關懷紀錄表」。
- 4.檢疫期間須留在家中(或指定地點)不得外出，亦不得出境或出國、不得搭乘大眾運輸工具。
- 4.有症狀者，先聯繫健康關懷之里長或里幹事，通報衛生單位評估後協助就醫。
- 5.如未配合中央流行疫情指揮中心防治措施，將依將依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項裁罰新台幣10-100萬元，第二次違規者須進行強制安置。

③ 自主健康管理

- 1.對象1：通報個案但已檢驗陰性且符合解除隔離條件者

對象2：社區監測通報採檢個案

對象3：109年3月19日前具「國際旅遊疫情建議等級」第一級及第二級國家旅遊史者

- 2.自主健康管理者須配合事項：

- 1.自主健康管理14天。

- 2.無症狀者：儘量避免出入公共場所，延後非急迫

需求之醫療或檢查，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。

- 3.有發燒或咳嗽、流鼻水等呼吸道症狀、身體不適者：確實配戴外科口罩，儘速就醫，且不得搭乘大眾交通運輸工具；就醫時主動告知接觸史、旅遊史、職業暴露及身邊是否有其他人有類似症狀；返家後亦應配戴口罩避免外出，與他人交談時應保持1公尺以上距離。
- 4.如自行就醫經醫院安排採檢，返家後於接獲檢驗結果前，應留在家中不可外出。
- 5.醫療院所工作人員暫勿至醫療院所上班。
- 6.如未確實遵守各項自主健康管理規定，係違反「傳染病防治法」第48條或第58條，將依同法第67條或第69條處新臺幣1萬至30萬元不等罰鍰。

二、居家隔離、居家檢疫者隔離期間就醫注意事項

接受居家隔離/檢疫之民眾，不得於隔離檢疫期間離開指定檢疫場所，若有就醫需求安排，依中央規範：

- ①居家檢疫或居家隔離案如有發燒症狀，立即通報1922

或衛生局，經衛生局同意後，戴口罩自行前往衛生局指定醫院就醫，就醫者不得搭乘大眾運輸工具。

② 無發燒症狀，因身體不適有急迫性健康問題需就醫：如洗腎、急症…等，須先通報1922或衛生局，經衛生局同意後，戴口罩自行前往衛生局指定醫院就醫，就醫者不得搭乘大眾運輸工具。

③ 無發燒症狀且非急迫性健康問題，可以：

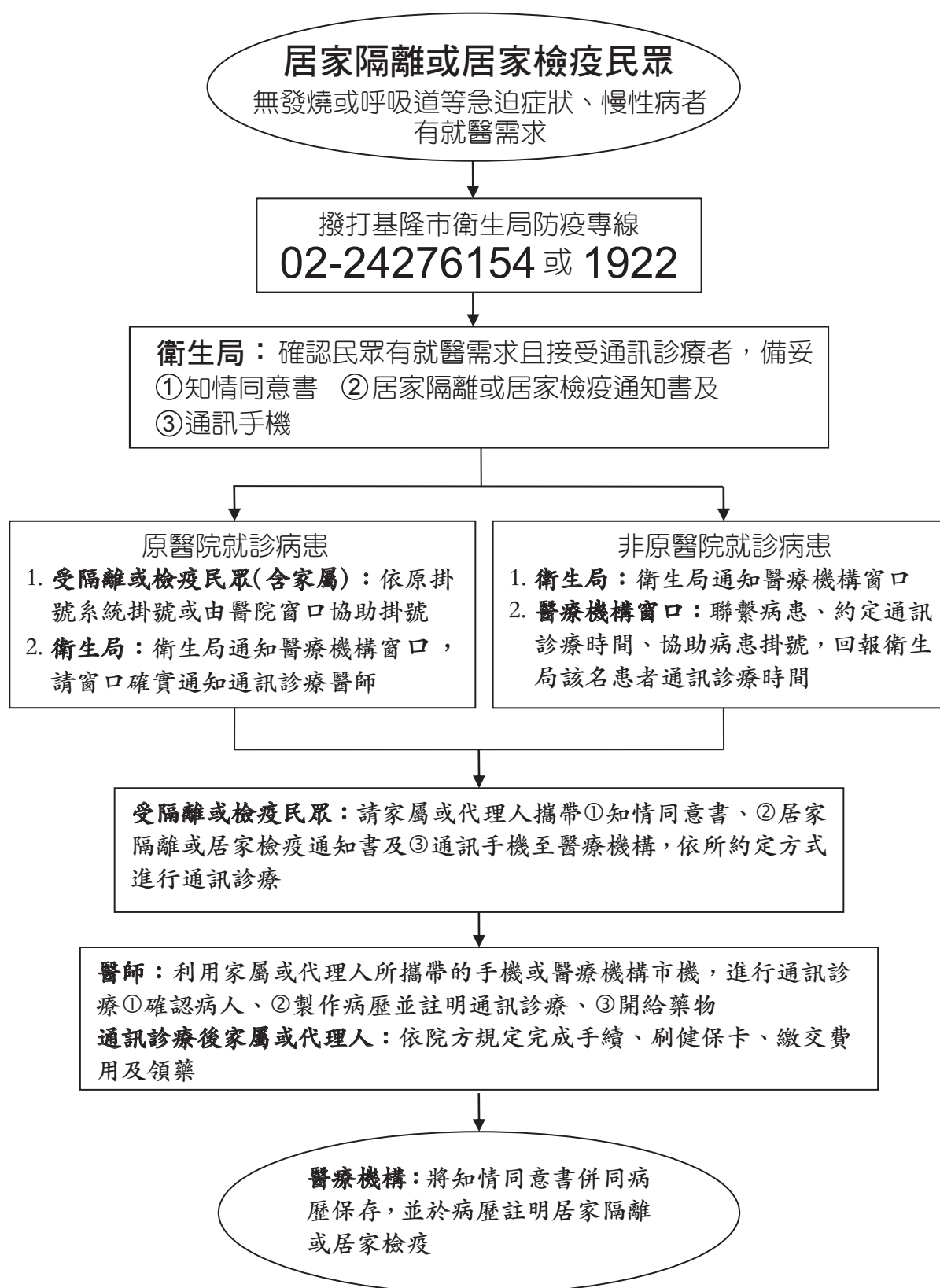
1. 通訊診療：如慢性疾病有固定就醫地點者，請依「基隆市居家隔離或居家檢疫民眾通訊診療流程」，利用通訊電話與醫師對話，由家屬攜帶居家檢疫/隔離通知單、知情同意書、健保卡、手機至醫療機構診療、處方並領藥。

2. 居家醫療：與健保簽合約之基層家醫科診所醫師聯繫，由醫師至居家診療後開立處方，由家屬帶健保卡至健保藥局領藥。

3. 若非急迫但有急需時，無法依(一)(二)解決就醫問題，可依前述二、方式，通報1922或衛生局；經衛生局同意後，戴口罩自行前往衛生局指定醫院就醫，就醫者不得搭乘大眾運輸工具。

④ 非急迫性健康問題應待隔離結束後，再行就醫。

基隆市居家隔離或居家檢疫民眾通訊診療流程



一、居家檢疫關懷

對於入境具旅遊史民眾以「儘速返家，落實居家檢疫」為原則。如民眾於入境時發現有發燒或呼吸道症狀，即依「嚴重特殊傳染性肺炎通報個案處理流程」處置。其餘無症狀旅客，應儘量避免搭乘大眾交通工具，如為返家路途遙遠，無親友接送或其他替代交通工具者，應全程佩戴口罩搭乘儘速返家。

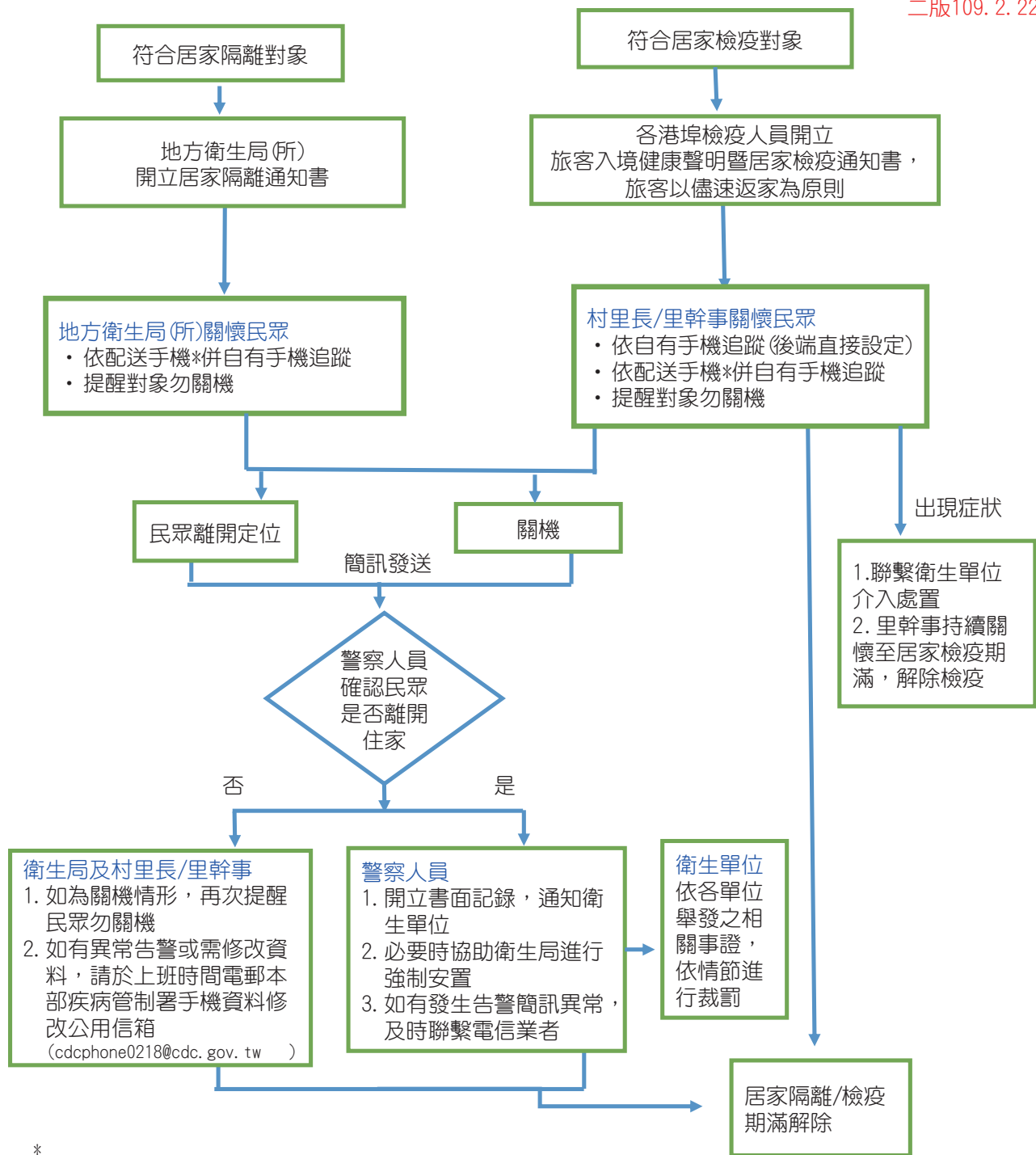
居家檢疫者返家後將由村里長或里幹事每日進行健康關懷1次，並提供相關心理支持與關懷，如經關懷期間出現症狀者，由衛生單位即會介入並安排就醫，民眾勿須恐慌，也請各界給予支持，鼓勵配合防疫措施之民眾來落實居家檢疫作業。

二、居家隔離者關懷

確定病例的接觸者須實施居家隔離，為掌握居家隔離者健康狀況，進行居家隔離作業，雖然對象與居家檢疫者不同，但與居家檢疫要做的事是一樣的；居家隔離者返家後將由衛生單位每日2次進行健康關懷，如民眾有發燒或呼吸道症狀，即依「嚴重特殊傳染性肺炎通報個案處理流程」處置。

運用智慧科技輔助居家隔離及居家檢疫作業流程

二版109. 2. 22



*

一、配送手機作業

1. 地方衛生局(所) (居家隔離)或里幹事(居家檢疫)人員偕同警察人員親赴民眾住家發放智慧關懷手機及 SIM 卡，教導民眾使用
2. 設定定位，民眾/衛生人員、警察人員以配發之手機門號建立 Line 聯繫管道
3. 依格式由衛生局/民政局每日提供受管制者獲配之手機電話及接受異常簡訊通知之管理單位手機電話

二、配送手機優先順序：

1. 居家隔離者
2. 無國內門號且有症狀者
3. 經評估需發送者

發送手機者

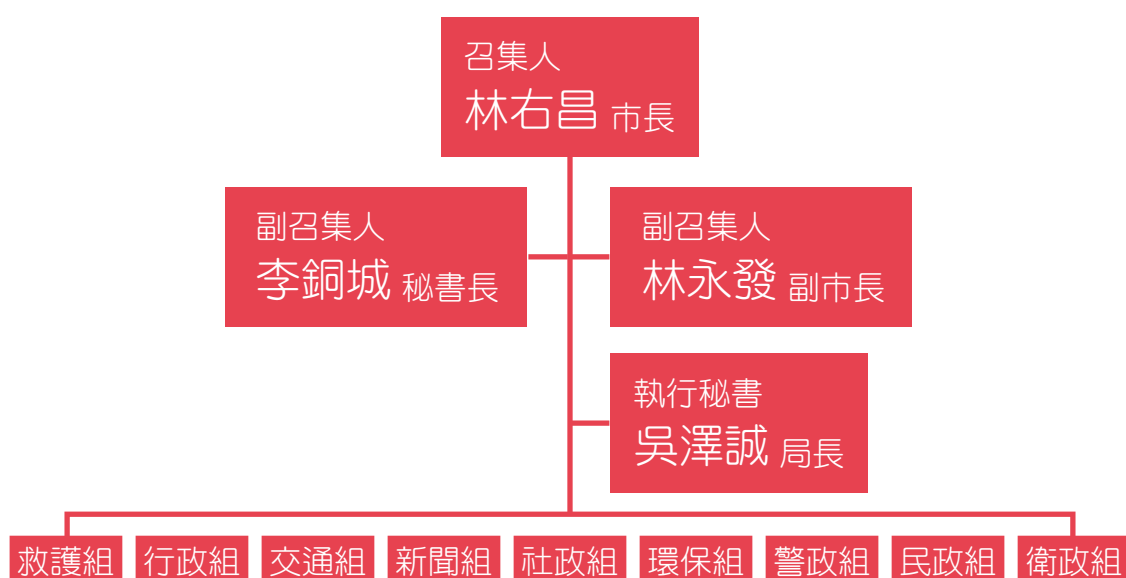
1. 居家隔離期滿，由衛生局(所)人員向民眾收回手機。
2. 居家檢疫期滿，由村里長/里幹事向民眾收回發送之手機繳回公所保管、調度續用，若公所確無使用需求再送交縣(市)民政局(處)管理配用。

自有手機系統自動解除。

- 一、「基隆市居家檢疫及居家隔離者關懷服務中心」自109年3月1日起正式啟用，服務項目包括物資提供、醫藥服務、心理關懷服務、垃圾清運服務、急難慰助、課業輔導、休閒娛樂等項目，並依中央新增任務下達更新，由權責單位分工指派。(如下表)

服務項目	服務內容
物資提供	居家檢疫或隔離之民眾，若是獨居且無親友代送，或無法網購日常生活物資，協助代購(送)等事宜。
醫藥及心理 照護服務	1. 居家檢疫或隔離期間如有就醫、用藥或其他醫療需求者，安排轉診至指定醫院就醫，或以通訊或居家醫療方式提供專業諮詢及診療服務。 2. 居家檢疫或隔離期間如有心理、情緒上急性壓力反應，經民眾同意後，安排由專業心理師提供電話關懷及諮詢服務。 3. 協助送醫交通安排。 4. 協助無住所者安置。
垃圾清運 服務	居家檢疫或隔離期間如有垃圾收運需求，協助家戶垃圾收運。
急難慰助	因居家檢疫、隔離等因素無法工作致家庭生活陷於困境者，提供急難救助金及轉介措施協助紓困。
課業輔導	針對因配合居家檢疫或居家隔離致已開學無法上課之學生，轉請所屬學校提供課業視訊輔導。
休閒娛樂	提供居家檢疫或隔離之民眾免費觀賞影音節目

二、本中心為因應實施計畫之臨時任務編組，專責單位衛生局，中心由林右昌市長擔任召集人，林永發副市長、李銅城秘書長擔任副召集人、衛生局吳澤誠局長承擔任執行秘書，下分設：民政、衛政、警政、環保、社政、教育、新聞、交通、行政等組，依所轄業務負責提供協助或服務，並視辦理需要，適時增加組別：



三、居家檢疫及居家隔離者關懷服務中心專線：

週一至週五8:30~17:30：

02-24252119轉分機206、207、208

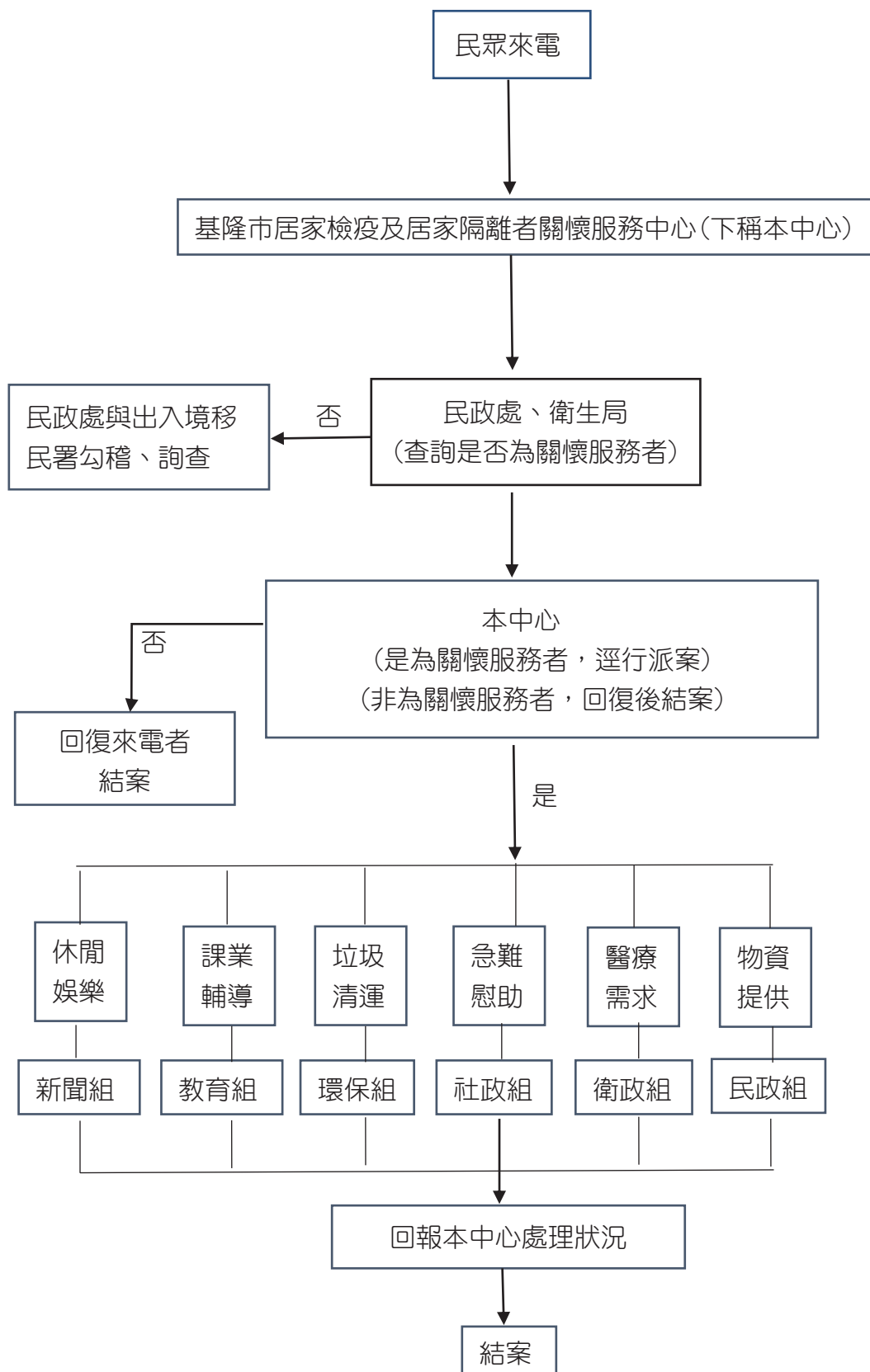
平日下班及例假日：1999

24小時就醫及防疫專線02-24276154

心理關懷專線02-24300195(週一至週五8:00~17:00)

24小時安心專線1925。

基隆市居家檢疫及居家隔離者關懷服務中心作業流程



備註：每一個案原則以受理當日辦理回報結案

一、什麼是冠狀病毒？

A：冠狀病毒(Coronavirus [CoV])為具外套膜(envelope)的病毒，在電子顯微鏡下可看到類似皇冠的突起因此得名。

二、冠狀病毒會造成什麼樣的人類疾病？

：人類感染冠狀病毒以呼吸道症狀為主，包括鼻塞、流鼻涕、咳嗽、發燒等一般上呼吸道感染症狀，但嚴重急性呼吸道症候群冠狀病毒(SARS-CoV)、中東呼吸症候群冠狀病毒(MERS-CoV)與新型冠狀病毒(2019-nCoV)感染後比一般人類冠狀病毒症狀嚴重，部分個案可能出現嚴重的肺炎與呼吸衰竭等。

三、我要怎麼預防感染2019新型冠狀病毒？

A：目前未有疫苗可用來預防冠狀病毒感染。預防措施與其呼吸道感染相同，包括養成良好衛生習慣、勤洗手、並遵守口罩配戴三時機：「看病、陪病、探病的時候、有呼吸道症狀時、有慢性病者外出時」，並且儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所，及避免接觸野生動物與禽類。

四、2019新型冠狀病毒的潛伏期是多久？

A：潛伏期是從暴露病毒至可能發病的這段觀察時間，依據世界衛生組織與中國大陸官方資訊，2019新型冠狀病毒感染之潛伏期為2至12天(平均7天)，但若曾前往流行地區或曾接觸疑似2019新型冠狀病毒感染之病人，目前仍維持需健康監測14天。

五、2019新型冠狀病毒怎麼傳播？

A：目前對2019新型冠狀病毒的完整傳播途徑，尚未完全瞭解。當2019年12月武漢不明原因肺炎疫情發生時，案例多數曾至有賣野味的華南海鮮市場活動，此市場的環境檢體雖檢出2019新型冠狀病毒，但感染源仍無法釐清。從發病個案的流行病學資訊來看，亦有家庭群聚與醫護人員感染的個案報告，因此高度懷疑可藉由近距離飛沫、直接或間接接觸病人的口鼻分泌物或體液而增加人傳人之感染風險。

六、如果一定要去有疫情的地區，要怎麼保護自己？

A：在當地期間，您應該：

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 $[\geq 38^{\circ}\text{C}]$ 、咳嗽等)症狀，應戴上口罩儘快就醫。

返國後，您應該：

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，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。

七、一般民眾佩戴之口罩何時需要更換？

- A：**
1. 一般口罩若需重複使用，限定為同一人使用；可在出現髒污、破損、潮溼、或呼吸有異味等情形時，才需更換。
 2. 脫下口罩後，若稍後欲繼續使用該口罩時，建議可先將口罩污染一面往內摺後，放置於乾淨、透氣的容器內(如紙袋等)保存。用以保存口罩之容器應於使用後丟棄或定期清潔。
 3. 脫除口罩時，應避免直接碰觸口罩外側，以避免其上

污染病菌透過手的觸摸而散佈。口罩脫除後也應執行手部衛生。

八、請問居住雅房、或與家人同住的居家隔離者，如果需共用家具或衛浴設備，該如何處理？

A：不得已需共同使用家具或者衛浴設備，請每日三次以漂白水消毒一般的環境。如家具、廚房，消毒可以用1：100的稀釋漂白水(500ppm)；浴室或馬桶表面則應使用1：10的稀釋漂白水(5000ppm)消毒。消毒應使用當天泡製的漂白水。室內空氣則需靠良好的通風以維持空氣清潔。

九、如果我知道我的同班同學是2019新型冠狀病毒病人，出院之後，現在要回來上課，我該怎麼辦？

A：所有2019新型冠狀病毒病人都需要住院到確定檢驗沒有病毒後才能出院，已不具有傳染疾病給別人的能力。所以接觸痊癒的病人並不用擔心，請大方接納他們，正常生活即可。

附件一、正確戴口罩步驟



一般平面口罩 正確配戴步驟



開：檢查口罩

打開口罩並檢查是否有破裂或缺陷
有顏色為外層，鼻樑片應在最外層上方

戴：戴上口罩

將兩端鬆緊帶掛於雙耳，口罩完全攤開拉至下巴，調整鬆緊帶長，維持臉部密合度

壓：輕壓鼻樑片

鼻樑片固定於鼻樑上方
雙手食指均勻輕壓鼻樑片口罩
與鼻樑緊密結合

密：檢查是否配戴正確

觸摸或鏡子輔助
確認口罩是否正確配戴
(包含有顏色在外、鬆緊帶適中
鼻樑片固定及密合等)

衛生福利部國民健康署衛生福利部
Ministry of Health and Welfare

附件二、（同住者）居家檢疫/居家檢疫怎麼做

2020/2/13



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)



錯誤示範

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，詳實紀錄**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。

附件三、(我)居家檢疫/居家檢疫怎麼做



居家隔離及居家檢疫

14天隔離
注意事項

每天早晚各量一次體溫，詳實記錄體溫和健康狀況，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、所在地衛生所，或撥1922，依指示就醫。禁止自行搭乘大眾交通運輸工具就醫。

1922

隨時配戴口罩
待在家中不得外出

咳嗽打噴嚏時，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。

和同住者保持1公尺以上距離，減少接觸(如同桌用餐)

1公尺

違規外出者
最高罰款 100萬元

相關問題可撥打基隆市衛生局防疫專線02-24276154或疾病管制署1922



基隆市衛生局關心您(廣告)

附件四、具感染風險民眾追蹤感染機制

具感染風險民眾追蹤管理機制			
資料更新日期 2020/3/4			
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	- 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。	- 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。	- 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、流鼻水等呼吸道症狀、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、旅遊史及身邊是否有其他人有類似症狀。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。 - 醫療院所工作人員請勿至醫療院所上班。
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

附件五、漂白水及酒精如何泡製

含氯漂白水泡製方式

● 市售含氯漂白水 (以次氯酸鈉濃度為5%・即5,000,000 ppm計算)

- ✓ 配製一般環境或常用物品消毒所需之500 ppm消毒水・需將漂白水進行100倍稀釋
- ✓ 配製分泌物、嘔吐物或排泄物污染之物品或表面消毒所需之1,000 ppm消毒水・需將漂白水進行50倍稀釋

使用時機	漂白水	清水	稀釋後濃度
	 1瓢：約20 c.c.	 1瓶：約1,250 c.c.	
一般環境或常用物品消毒	免洗湯匙 5 瓢 (100 c.c.)	大瓶寶特瓶 8 瓶 (10公升)	500 ppm
分泌物、嘔吐物或排泄物污染之物品或表面消毒	免洗湯匙 10 瓢 (200 c.c.)	大瓶寶特瓶 8 瓶 (10公升)	1,000 ppm

疾病管制署 TAIWAN CDC

【自行稀釋之消毒酒精液 簡易換算對照表】

95%酒精

+

純水

=

消毒酒精液

100cc

200cc

300cc

500cc

1000cc

2000cc

3000cc

4000cc

+

30cc

50cc

80cc

125cc

250cc

500cc

800cc

1000cc

=

約73%

約76%

約75%

約76%

約76%

約76%

約75%

約76%



簡易的酒精稀釋方法對照圖。圖／台灣糖業公司

附件六、咳嗽禮節與手部衛生

防範 武漢肺炎 COVID-19

請落實 咳嗽禮節 與 手部衛生

1.



咳嗽時用衛生紙遮住口鼻，然後將紙丟進垃圾桶。

2.



如果可以忍受，咳嗽時應戴口罩。

3.



手部接觸到呼吸道分泌物之後務必要洗手
使用酒精性乾洗手劑或肥皂及清水洗手

4.



僅可能與別人距離保持1公尺(3英尺)以上

手部衛生

- ✓ 拱手取代握手
- ✓ 咳嗽用手帕掩口鼻
- ✓ 用肥皂勤洗手
- ✓ 雙手不碰觸眼口鼻



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC



www.cdc.gov.tw



基隆市衛生局
Keelung City Health Bureau

疫情通報及諮詢專線：1922
基隆市衛生局防疫專線：2427-6154



1922防疫達人
www.sos.gov.tw/1922
廣告：108.03.300張

附件七、醫療資訊

基隆市七區衛生所聯絡電話一覽表

單位	地址	電話	傳真
中正區衛生所	基隆市中正區中正路 786-1 號	2462-1632	2463-1273
七堵區衛生所	基隆市七堵區光明路 21-1 號	2456-2008	2455-2079
暖暖區衛生所	基隆市暖暖區暖暖街 281 巷 98 號	2457-2630	2457-7860
仁愛區衛生所	基隆市仁愛區光一路 26 號	2431-1592	2431-2338
中山區衛生所	基隆市中山區中山二路 15 號	2422-9860	2425-0434
安樂區衛生所	基隆市安樂區安樂路二段 164 號 1 樓前棟	2431-8061	2432-5962
信義區衛生所	基隆市信義區信一路 69 號	2422-1633	2425-0947
基隆市衛生局	基隆市信義區信二路 266 號	2423-0181	2427-3025

基隆市地區級以上醫院資料

醫療機構名稱	地址	電話	備註
衛生福利部基隆醫院	基隆市信義區信二路 268 號	2429-2525 分機 5108	應變醫院 檢疫醫院
長庚紀念醫院基隆分院	基隆市安樂區麥金路 222 號	2431-3131 分機 2196	中、重度醫院
三軍基隆民眾診療處	基隆市中正區正榮街 100 號	2463-3330 分機 79750	檢疫醫院
臺灣礦工醫院	基隆市暖暖區源遠路 29 號	2457-9101 分機 243	檢疫醫院
新昆明醫院	基隆市中正區中正路 30 號	2426-8106	
基隆市立醫院門診部	基隆市信義區東信路 282 號	2428-2146 分機 183	

基隆市急救責任醫院

醫療機構名稱	地址	電話
衛生福利部基隆醫院	基隆市信義區信二路 268 號	2429-2525 分機 5108
長庚紀念醫院基隆分院	基隆市安樂區麥金路 222 號	2431-3131 分機 2196
三軍基隆民眾診療處	基隆市中正區正榮街 100 號	2463-3330 分機 79750
臺灣礦工醫院	基隆市暖暖區源遠路 29 號	2457-9101 分機 243



基隆市政府關心您



手冊電子檔連結網址：

<https://reurl.cc/MvAlgX>

keelung city

廣告