

臺南市立歸仁國民中學 防範「2019新型冠狀病毒」給家長的一封信

親愛的家長您好：

近日2019新型冠狀病毒（2019-nCoV）來勢洶洶，潛伏期多達14天且已具有傳染力，國內外病例不斷增加，為了一同守護全校教職員生的健康，我們需要每個家庭與我們一同配合以下事項：

1. 為避免群聚感染，依據教育部國教署109/2/2日公告，高級中等以下學校因應武漢肺炎疫情延至109/2/25開學，原先109/2/10日學生返校日取消，請家長協助安排貴子弟假期生活，亦請國三學生因應會考先行複習。
2. 若您或學生寒假期間曾出入中港澳入境疫情嚴重城市或機場（包括由各國家經中港澳轉機），或近期曾近距離接觸、疫情嚴重城市或機場之親友，返國後應進行14天自主健康管理並每天量測體溫，也請務必主動、立即告知導師，以利學校配合國教署規定進行造冊（若目前無法聯繫上導師，請來電-學務處2301873#134.132、健康中心181.191）。如有發現呼吸道症狀（發燒38度C以上、咳嗽、喘不停等…），並立即戴口罩就醫，就醫時須告知醫師旅遊史、接觸史及不適症狀。
3. 請全校所有家長每日出門前，協助學生量測體溫，如果發燒（額溫、液溫大於37°C，耳溫大於38°C），請您協助學生在家自主觀察隔離，避免於學校造成交叉感染。
4. 依據臺南市教育局指示，有生病或之虞之學生、需到醫療院所、處在通風不良的密閉空間、患有慢性疾病者須戴口罩☹，一般健康的學生無須需配戴口罩，倘若學生覺得戴口罩比較安心，可以自主決定。
5. 疫情擴散期間避免出入公共場合、減少出入人潮多的密閉場所，平時養成量體溫、以肥皂（或洗手乳）勤洗手（每次洗手應超過20秒/完成溼、搓、沖、捧、擦五動作）、減少觸摸眼鼻口、咳嗽、打噴嚏時，遵守咳嗽禮節，使用紙巾或衣袖遮住口鼻、以拱手代替握手；若學生有疑似發燒、流鼻涕、咳嗽及呼吸急促等症狀者，請儘速就醫，並在家休息，勿至公共場所，若有必要外出時，請務必戴口罩，並妥善處理口鼻分泌物，建議家裡每週至少以漂白水（稀釋濃度比1：100(500ppm)）進行環境消毒1次。
6. 建議於學生的書包內準備幾個口罩（請標示姓名，每日檢視遇缺即補充），也建議您開學後，進入校園接送學生時戴上口罩。另附上「手部衛生」及「呼吸道衛生與咳嗽禮節」衛教單張供家長參閱。

7. 相關防疫資訊歡迎上疾病管制署網站查閱或於LINE搜尋、加入官方帳號@taiwandc即時獲得防疫訊息。



疾管署網站



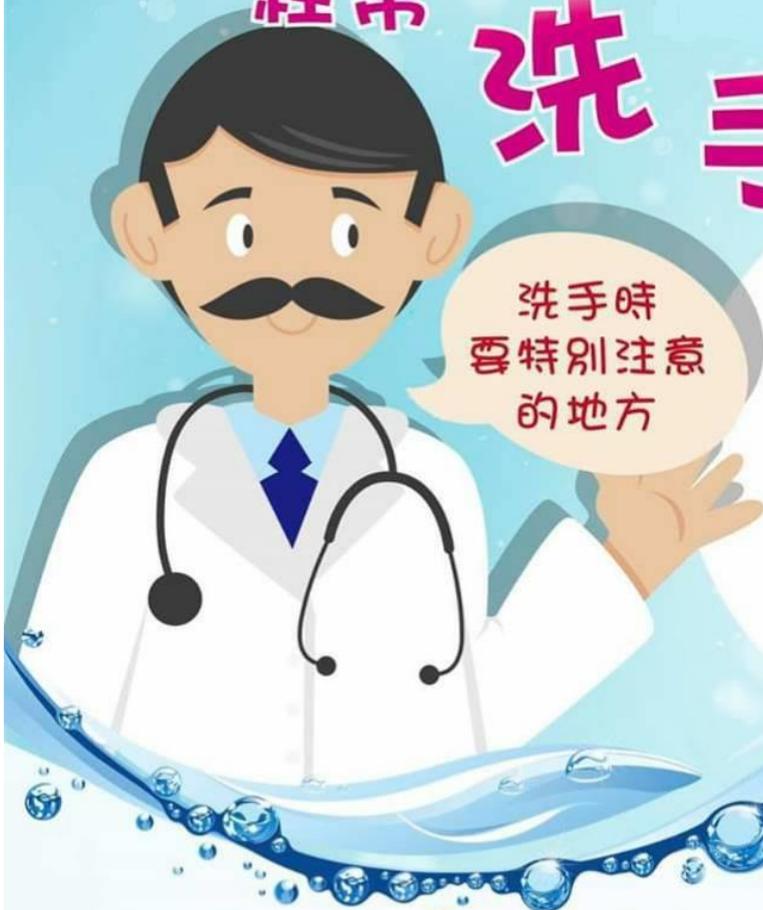
疾管署LINE帳號

以上，感謝您的理解與配合，衷心希望大家均能平安度過疫情，再次呼籲避免去空氣不流通或人潮壅擠的場所，讓我們同心協力一起守護學生與每個家庭的健康，祝福大家平安健康，新年快樂！

歸仁國中關心您！

經常

洗手不可少



洗手時
要特別注意
的地方



指頭

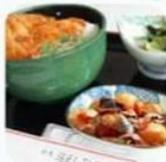
指縫

手掌

手背

手腕

民眾 洗手時機



吃東西前



接觸病人前後



上廁所後



擤鼻涕、咳嗽
或打噴嚏後



看病後..等

正確洗手步驟



濕

用清水將雙手
完全弄濕



搓

抹上肥皂，手心、手背、
手指互相搓洗至少20秒



沖

用清水將雙手
澈底沖洗乾淨



捧

用水將水龍頭沖乾淨
並記得關水龍頭



擦

用烘手機或紙巾
將手擦乾

2016.06.08 星



咳嗽禮節與手部衛生

防範流感，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。



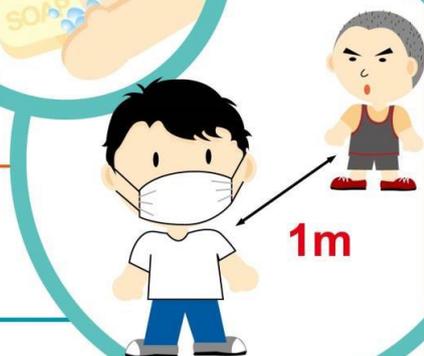
2 如果可以忍受，咳嗽時應戴口罩。



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 儘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

廣告



正確戴口罩4步驟



中央流行疫情指揮中心 關心您

2020/01

TAIWAN CDC

常見口罩功效比一比 防範武漢肺炎病毒，哪種好？

有效過濾病毒



外科口罩

阻隔飛沫傳染病菌
適合所有感冒等症狀及
前往醫院等不通風場所



N95口罩

阻隔95%以上病菌
飛沫傳染病毒流行時期
主要是醫護人員使用

無法隔絕病毒



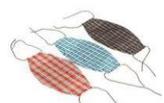
活性碳口罩

可吸附去除異味
適合戶外騎車、油漆使用
不建議用於防疫



海綿口罩

阻隔花粉、塵埃
用於過濾花粉、塵埃
不建議用於防疫



棉布口罩

過濾大顆粒物質
適合普通清掃工作或
一般保暖使用

口罩正確使用小撇步

一般外科口罩要 **每天替換**，若無法吸附異味時、髒污、潮濕、破損時要立即更換

常見NG方式



1 反戴口罩



2 使用超過1天



3 清洗口罩



4 只遮住嘴巴，露出鼻子

