

今年的寒假比之前長

但是走在路上、捷運、公車上
每個人都變得不一樣……



武漢肺炎=2019新型冠狀病毒



2019.12底 在中國湖北省武漢市的海鮮市場
第一次被發現

2020.1.13 世界衛生組織正式命名為
「2019新型冠狀病毒」

2020.1.20 春節人潮流動，中國感染人數大增

2020.1.21 從武漢返台的台灣籍商人確診

台灣前18名病例怎麼被傳染的？



境外移入

→ 16人



家內傳染

→ 2人

看不見的病毒傳染方式

生病的人可能會發燒、咳嗽，帶有病毒的口水或口鼻分泌物不小心就會傳染給周邊的人。



飛沫傳染



接觸傳染

病毒和人類一起 全球旅行



為了避免病毒繼續擴散，很多國家開始禁止人民去中國旅遊，從中國來的旅客也被嚴密檢查、追蹤以及照顧。

2019新型冠狀病毒的誕生

源頭



某種動物的冠狀病毒

2019新型冠狀病毒
和蝙蝠的冠狀病毒
相似度約有8成

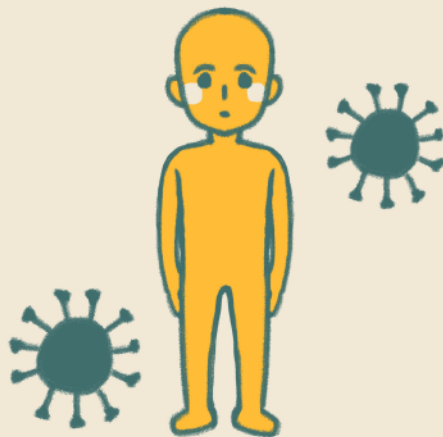
中間宿主



傳染給某種動物

某種動物被蝙蝠傳染
讓病毒在種族間傳染、變異
完成進化

人類



人類接觸到新冠狀病毒

人類不知怎麼搞的
感染到了新型冠狀病毒
因此生病並傳染給下一個人

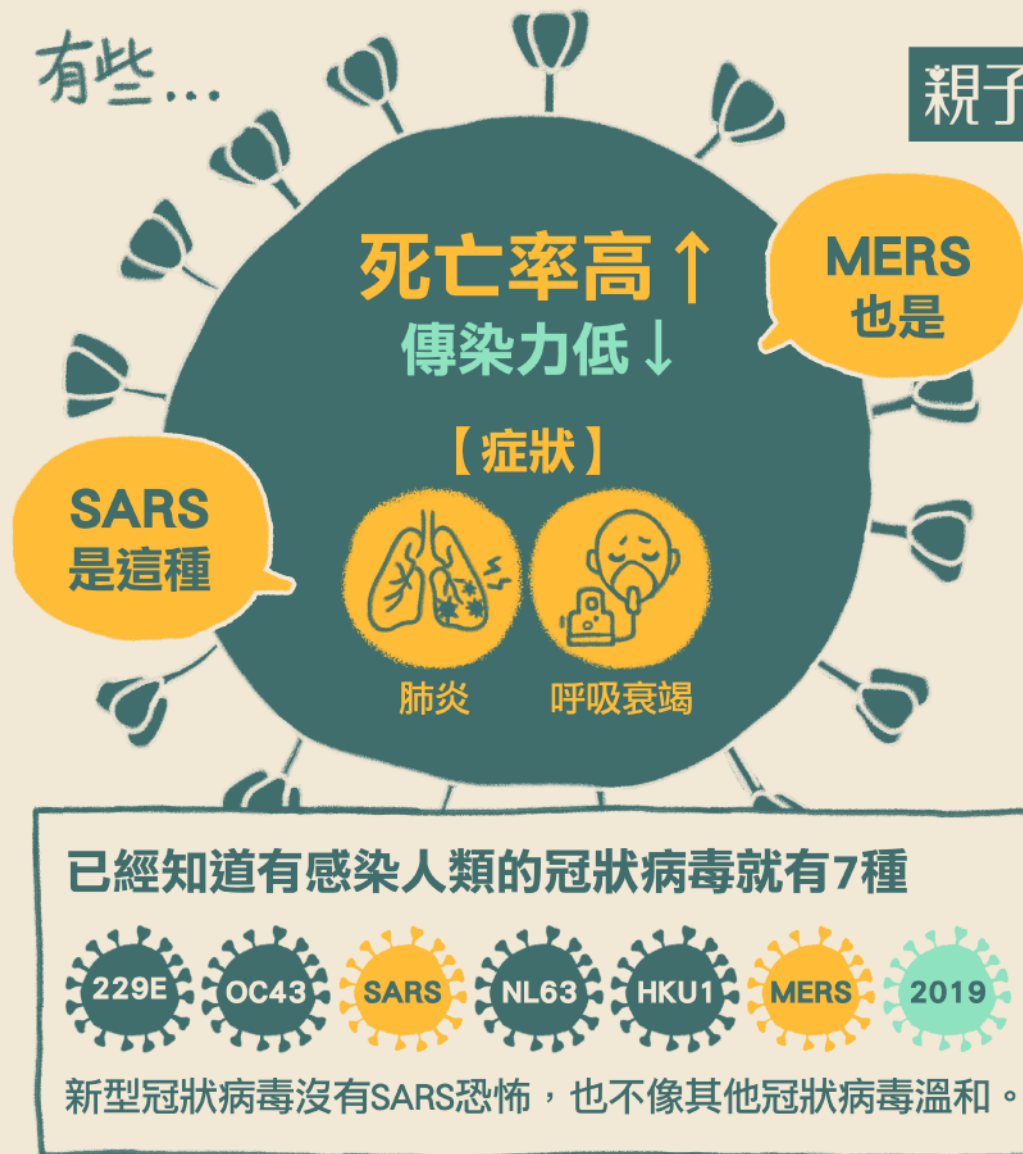
什麼是冠狀病毒？

人類對冠狀病毒並不陌生！名字叫冠狀病毒是因為它們在電子顯微鏡下看起來有類似皇冠的突起

有些...



有些...



新型冠狀病毒的特色

被2019新型冠狀病毒感染，大多數人都能康復，但也有人因此死亡
死亡案例多具有潛在病史（糖尿病、心血管疾病等）

症狀

輕



發燒



呼吸道症狀

因為是新病毒



無疫苗



無特效藥



無完整資訊

重



呼吸衰竭



肺炎



沒發燒也具傳染力

不像SARS患者發燒後才有傳染力
被2019新型冠狀病毒感染的病人
輕微或無症狀也可能傳染別人

新型冠狀病毒 vs. 流感

每年冬天也是流感病毒的高峰期，為何大家不會那麼害怕流感病毒呢？

傳染力 (R₀值)

1.4~2.6

新型冠狀病毒



因為
有疫苗

1.3~1.5

流感病毒



新型
冠狀病毒
小WIN

1個人感染到病毒後
可以傳染給2.6人

死亡率

1~2%

新型冠狀病毒



因為
有藥

0.1~0.01%

流感病毒



新型
冠狀病毒
WIN

不論輕重症狀
所有病患的死亡率2%

但是!

傳染力會浮動

接種流感疫苗的人多，大家有抗體，病毒傳染力就會變低。



新型冠狀病毒的傳染力也會隨疫情控制下降！

新型冠狀病毒 vs. SARS

2019新型冠狀病毒和SARS病毒常常被拿來比較，是因為這兩種冠狀病毒基因定序特別像，但他們真的那麼像嗎？

傳染力 (R₀值)

1.4~2.6
新型冠狀病毒



0.4

SARS
(控制措施實施後)



新型冠狀病毒
WIN

1個人感染到病毒後
可以傳染給2.6人

死亡率

1~2%
新型冠狀病毒



7~15%

SARS



不論輕重症狀
所有病患的死亡率15%

SARS
WIN

SARS事件

2003年你出生了嗎？當年源自中國廣東的SARS在香港爆發。全球8096例可能病例中造成774人死亡。

台灣死亡率
21%

73
346

台灣也是當年主要受感染的國家，在全台346個確定病例中有73人死亡。

保護自己方式 1：勤洗手

洗手可不能隨便洗洗，完整洗手需要至少30秒喔！



正確濕洗手

使用公共設施、和人有接觸後
若暫時不便洗手
注意不要碰自己的口、鼻、眼



1 內 手掌

2 外 手背

3 夾 指縫

4 弓 指背指節



5 大 拇指虎口



6 立 指尖



7 腕 手腕

更重要！

你或家人從病毒流行區返台
有疑似症狀時……



下飛機時身體不適→主動通報機場
健康監測期間不適→撥打防疫專線

保護自己方式2：這些時候戴口罩



有發燒、呼吸道症狀



進出醫院



出入擁擠密閉空間



本身有慢性疾病



沒生病戴口罩代表尊重每個遇到你的陌生人
但是在口罩短缺時，把口罩留給真正需要的人對大家更好

保護自己方式3：提升免疫力

吃飽、睡好、多運動，保持好心情！
只要我們有良好免疫力，就不怕病毒找上我們！



營養

均衡飲食
多攝取蛋白質



睡眠

小孩：9~12小時
成人：7~9小時



運動

每週至少3次
一次至少30分鐘



情緒

抒壓
保持好心情

大家一起克服難關 戰勝病毒

親子天下
Education · Parenting
Family · Lifestyle



醫護人員、衛生單位、科學家
都為了戰勝新型冠狀病毒辛勤忙碌

大家保護好自己 就是盡一份力！