

防疫有做好 健康顧得牢

H1N1

新型流感教戰守則

新型流感
教戰守則

H1N1防疫達人Q&A



臺北市政府衛生局關心您
防疫專線02-23753782



個人平時預防措施

1. 勤洗手，養成良好衛生習慣。
2. 若無法洗手，可使用70%以上酒精性乾洗手液。
3. 有咳嗽等呼吸道症狀時應戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並丟進垃圾桶。
4. 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。
5. 如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持2公尺以上距離。
6. 手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即澈底清潔雙手。
7. 生病時應在家休息，除就醫外，儘量避免外出。
8. 接種H1N1新型流感疫苗。

新型流感 教戰守則

H1N1防疫達人Q&A

Q1: H1N1新型流感是如何傳染呢?

A: H1N1新型流感傳染途徑與季節性流感類似，主要透過飛沫傳染與接觸傳染，一般成人在症狀出現前1天到發病後7天均有傳染性。

Q2: 我是不是應該自己去買克流感?

A: 不建議這麼做。因為抗病毒藥劑為處方用藥，應由醫師診斷後視需要開立處方箋後再使用。

Q3: 什麼時候應該戴口罩? 戴什麼樣的口罩?

A: ① 戴口罩時機:

- (1) 醫護人員與病患接觸時。
- (2) 民衆自己咳嗽打噴嚏時，或探病時。
- (3) 一般情況下，健康的民衆無需配戴口罩。

② 口罩分類及用途:

- (1) 一般口罩或紗布口罩: 僅能過濾較大之顆粒，僅適合平時清潔工作時使用。
- (2) 外科口罩: 可阻擋80%次微米顆粒，應每天更換，破損或髒污應時立即更換，適用有感冒、發燒、咳嗽等呼吸道症狀，或前往醫院、電影院等不通風場所時使用。
- (3) 活性炭口罩: 可吸附有機氣體及毒性粉塵，不具殺菌功能，需費力呼吸或無法吸附異味時應立即更換，適用於噴漆作業或噴灑農藥時。

- (4) N95口罩：可阻擋95%以上微米顆粒，呼吸阻抗較高，不適合一般民衆長時間配戴，且應避免重複使用。

Q4：我的家人（同事）快篩是陽性應該怎麼辦？

- A：**(1) 快速篩檢若為陽性，即可經醫師處方後取得克流感藥劑，請提醒患者應依醫囑服用藥物、不上班、不上課並在家休息。
- (2) 勤洗手、遵守咳嗽禮節及呼吸道衛生、維持居家環境的清潔與通風、避免不必要的探病及出入公共場所。
- (3) 若有發燒、咳嗽等疑似流感症狀，務必戴上口罩，避免傳染他人，並應隨時注意症狀，若症狀未改善或加重，須再次就醫。
- (4) 病患之親密接觸者，請自主健康管理7日，若有疑似類流感症狀，應儘速就醫。

Q5：何謂「社區流感篩檢中心」、「社區流感諮詢中心」？

- A：1** 臺北市政府衛生局結合醫療院所及社區藥局分別成立「臺北市社區流感篩檢中心」及「臺北市社區流感諮詢中心」，提供參與醫療院所、藥局張貼告示牌於明顯處週知民衆外，並於衛生局網站首頁「社區流感篩檢中心」中，提供Google地圖供民衆查閱服務點等實用功能，方便民衆透過網際網路獲得居家、公司及學校附近參與「社區流感篩檢中心」之醫療院所的醫療服務及「臺北市社區流感諮詢中心」之社區藥局的流感諮詢服務，提升臺北市社區優質醫療品質。

- 2 敬請參閱衛生局網站<http://www.health.gov.tw/>，如有異動衛生局將隨時更新。

Q6：您可以從哪裡得到更多H1N1新型流感資訊？

A：1 網站：

- (1) 行政院衛生署疾病管制局全球資訊網

<http://www.cdc.gov.tw>

- (2) 臺北市政府衛生局網站H1N1新型流感專區

<http://www.health.gov.tw>

2 電話諮詢服務專線：

- (1) 行政院衛生署疾病管制局電話諮詢專線：1922

- (2) 臺北市政府衛生局防疫專線：23753782

- (3) 臺北市民當家熱線：1999



流感來，不煩惱！
衛生習慣好，不怕病毒擾，
就醫戴口罩，生病不亂跑，
勤洗手，避人潮，
戰勝流感非口號。