

流感群聚防治指引

流感為急性病毒性呼吸道疾病，感染後可能出現發燒、咳嗽、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛等症狀，少數人感染後會有腹瀉或嘔吐等腸胃道症狀。流感可藉由感染者咳嗽或打噴嚏產生的飛沫將病毒傳給他人，另由於病毒可短暫存活於物體表面，故也可藉由手接觸到被口沫或鼻涕等污染之物品表面，再碰觸自己的嘴巴、鼻子或眼睛而造成感染。流感的潛伏期通常為 1~4 天，症狀出現前一天即可能具傳染力，成人之傳染力可持續至症狀出現後 3~5 天，小孩則可能達到 7 天。

一、防疫作為

1.生病不上班、不上課

- (1).疑似流感症狀應務必配戴口罩，加強手部衛生。
- (2).罹患流感，應讓其戴上口罩，留置於單獨空間，保持空氣流通，並聯繫家長或協助儘速返家休息及就醫，直至退燒後至少 24 小時才能返回上課，落實生病不上班、不上課。

二、強化衛生教育宣導及提高警覺

- (1).預防流感最好的方法就是接種流感疫苗，流感高危險族群及高傳播族群均應儘早接種。
- (2).流感流行期間或班級出現流感個案時，加強提醒教職員工、學(幼)生及家長應落實手部衛生、勤洗手，並注意呼吸道衛生及咳嗽禮節，包括：
 - *洗手時用肥皂和水清洗至少 20 秒，尤其咳嗽或打噴嚏後更應立即洗手。
 - *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。
 - *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，衛生紙使用後應丟棄至垃圾桶。
 - *手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即徹底清潔雙手。
 - *如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持 1 公尺以上距離。
 - *定期清潔經常接觸之物品表面；對疑似受到傳染性物質污染的區域或物品，採取適當的消毒措施。