

---

---

# 新型冠狀病毒 防疫手冊

---

---



認識新型冠狀病毒



如何預防新型冠狀病毒



追蹤管理機制

委製單位：渣打國際商業銀行

製作單位：社團法人台北市視障者家長協會

資料來源：衛生福利部 疾病管制署

更多資訊：



## 新型冠狀病毒防疫手冊 目次

一、認識新型冠狀病毒.....	3
1.什麼是冠狀病毒 .....	3
2.什麼是新型冠狀病毒 .....	3
3.新型冠狀病毒傳播途徑 .....	3
4.感染新型冠狀病毒的症狀 .....	3
二、如何預防新型冠狀病毒.....	3
1.預防的方法 .....	3
2. 口罩的使用時機 .....	4
3.正確戴口罩 4 步驟 .....	4
4.經常洗手不可少 .....	4
5.正確洗手 5 步驟 .....	4
三、追蹤管理機制.....	4
1.具感染風險民眾追蹤管理機制 .....	4
2.居家隔離/居家檢疫當事者怎麼做.....	5
3.居家隔離/居家檢疫同住人怎麼做.....	5

## 一、認識新型冠狀病毒

### 1.什麼是冠狀病毒

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

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，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。

### 2.什麼是新型冠狀病毒

新型冠狀病毒(2019-nCoV)是 2019 年底在中國湖北省武漢市被發現的一個新的冠狀病毒。最初是世界衛生組織於 2019 年 12 月 31 日接獲報告，中國當局在湖北省武漢市發現 40 多人感染一種新的病毒。這病毒是一種之前沒有鑑定出來過的冠狀病毒，所以世界衛生組織暫時將之命名為 2019 新型冠狀病毒。

### 3.新型冠狀病毒傳播途徑

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。

除此，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。

### 4.感染新型冠狀病毒的症狀

根據中國衛生部門公布資料，目前已知個案罹患新型冠狀病毒感染症狀之臨床表現為發燒、四肢無力，呼吸道症狀以乾咳為主，有些人可能出現呼吸困難。嚴重時可能進展至嚴重肺炎、呼吸道窘迫症候群或多重器官衰竭、休克等。依據目前的流行病學資訊，患者大多數能康復，但也有死亡病例，死亡個案多具有潛在病史，如糖尿病、慢性肝病、腎功能不全、心血管疾病等。

## 二、如何預防新型冠狀病毒

### 1.預防的方法

養成良好的衛生習慣、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。

## 2. 口罩的使用時機

(1)棉布印花口罩：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)活性炭口罩：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。

(3)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佩戴，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。

(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。

## 3.正確戴口罩 4 步驟

步驟 1-開 開包裝檢查口罩有無破損

步驟 2-戴 兩端鬆緊帶掛上耳朵，鼻樑片固定在鼻樑，口罩拉開到下巴

步驟 3-壓 輕壓鼻樑片讓口罩與鼻樑貼緊

步驟 4-密 檢查口罩和臉部裡外上下是否密合

## 4.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。

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。

## 5.正確洗手 5 步驟

步驟 1-溼 用清水將雙手完全弄濕

步驟 2-搓 抹上肥皂、手心、手背、手指互相搓洗至少 20 秒

步驟 3-沖 用清水將雙手徹底沖洗乾淨

步驟 4-捧 用水將水龍頭沖乾淨並記得關水龍頭

步驟 5-擦 用烘手機或紙巾將手擦乾

## 三、追蹤管理機制

### 1.具感染風險民眾追蹤管理機制

(1)介入措施：居家隔離

對象：確定病例之接觸者

負責單位：地方衛生主管機關

方式：居家隔離 14 天，主動監測 1 天 2 次

(2)介入措施：居家檢疫

對象：具中港澳旅遊史者

負責單位：地方政府民政局里長或里幹事

方式：居家檢疫 14 天，主動監測 1 天 1~2 次

(3)介入措施：自主健康管理

對象：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

負責單位：衛生主管機關

方式：自主健康管理 14 天

## 2.居家隔離/居家檢疫當事者怎麼做

(1)隨時配戴口罩，待在家中不得外出。

(2)和同住者保持 1 公尺以上距離，減少接觸（例如：同桌用餐）。

(3)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。

(4)每日早晚各量一次體溫，詳實記錄體溫與健康狀況，並如實回報負責人員。

(5)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。

## 3.居家隔離/居家檢疫同住人怎麼做

(1)和居家隔離檢疫者保持 1 公尺以上距離，減少接觸（例如：同桌用餐）。

(2)盡量配戴口罩。

(3)肥皂勤洗手。觸摸眼口鼻前應先洗手。

(4)出現不適症狀立刻通知居家隔離檢疫通知書上之聯絡人、所在地衛生局，或撥 1922，依指示就醫。