

# 國立羅東高工因應嚴重特殊傳染性肺炎防疫措施說明事項

各位教職員工、家長及同學，您好：

因應嚴重特殊傳染性肺炎(新型冠狀病毒肺炎、武漢肺炎)疫情嚴峻，請您加強居家環境衛生及自主健康管理，並請配合學校防疫措施，共同維護大家的健康。以下事項請您協助與配合：

## 一、每日體溫監測

(一)請學生做好自主健康管理(建議每日早晚自主量測體溫)，落實生病不上課原則，每日先在家量體溫再出門，若耳溫超過 38 度請向導師請病假，再請導師通報健康中心，就醫後請告知健康中心身體狀況。學生在校期間每天分別於 8:00 及 12:30 在各班教室實施體溫量測。

(二)請教職員工做好自主健康管理(建議每日早晚自主量測體溫)，落實生病不上班原則，每日先在家量體溫再出門，若耳溫超過 38 度請向人事室請病假，再請人事室通報健康中心，就醫後請告知健康中心身體狀況。教職員工於每天上班時在各指定地點實施體溫量測。

(三)學生上課期間若出現不適症狀，立即測量體溫，並先行區隔觀察(警衛室旁帳篷等待區)及通知家長，務必配合迅速帶回就醫。

## 二、防護宣導

(一)均衡飲食與充足睡眠，並維持規律正常作息，每天適度運動 15-30 分鐘，保持自己的抵抗力。

(二)盡量自備餐食，避免外食；公筷母匙、自備環保餐具，不共食共飲。

(三)確保居家環境空氣流通，避免出入擁擠、空氣不流通的公共場所。

**※教室內保持空氣流通，全日禁止關門及窗戶，降低感染的風險。**

(四)建議配戴醫療用口罩，預防飛沫傳染。(建議隨身攜帶 1~2 個口罩備用)

### 1. 要戴口罩時機：

(1) 進出醫療院所時。

(2) 有發燒(耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 或額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ )、咳嗽、喉嚨痛、流鼻水或呼吸道症狀時。

(3) 免疫力較差或本身有慢性疾病者。

(4) 近距離、密閉空間長時間接觸人群時，可考慮戴上口罩。

(5) 搭乘火車及交通車時，因屬於高度密閉空間，建議戴上口罩。

### 2. 戴口罩注意事項：

(1) 戴口罩前要先洗手，拿下口罩後也務必洗手。

(2) 確認口罩是否完整與正反面，若口罩有破損就不應使用。

(3) 鼻樑片貼緊鼻樑上方。確認口罩有將鼻、口、下巴罩好。

(4) 口罩原則配戴 8 小時，若潮濕、沾到唾液或是打噴嚏後就應該更換，避免細菌在口罩裡滋生。

**※醫療用口罩說明：**口罩結構共分為三層，外層是有顏色的不織布，經防潑水處理，可預防飛沫傳染，中間層是靜電過濾層，具有過濾細菌的效果，內層則採用吸水材質，可吸收配戴者所產生的口沫。

**(五)勤洗手(勤洗手比戴口罩重要)：**使用洗手液或肥皂洗手，洗手後才可接觸眼、口、鼻。洗手建議5個步驟：

- 1.用乾淨流動的水(溫水或冷水)弄濕雙手，然後塗洗手液或肥皂。
- 2.揉搓雙手至起泡，將手背、手指之間以及指甲下打泡沫。
- 3.搓洗雙手至少40秒。
- 4.徹底沖洗雙手。
- 5.用乾淨的毛巾擦乾或使用乾手機吹乾雙手。

※如果沒辦法用洗手液或肥皂洗手，可以利用75%濃度酒精消毒。搓洗雙手至少20秒將手背、手指之間以及指甲進行消毒。

**(六)每天使用稀釋漂白水(1:100)消毒，擦拭桌椅、桌面、椅背、窗框、門把、滑鼠、鍵盤等常接觸器物。(每人請自備一條抹布到學校)**

(七)注意呼吸道衛生與咳嗽禮節(打噴嚏、咳嗽需使用手巾或衛生紙摀住口、鼻，並立即洗手)。

(八)避免接觸野生動物與禽鳥。

三、本校教職員工及學生如果出現發燒、咳嗽等類流感症狀，要立即戴上口罩及就醫，並請主動告知學校健康中心。

四、若有校外訪客要進入校園(如：家長、畢業校友、廠商、送貨員等)一律須配戴口罩，並由保全人員先為其量體溫並登錄，若額溫達37.5度(耳溫達38度)，即禁止進入校園。

五、依照中央流行疫情指揮中心規定：自2月6日起與確診個案接觸者，需居家隔離14天；若有中港澳旅遊史者(含過境或轉機)，需居家檢疫14天；申請赴港澳獲准者，回國後請自主健康管理14天，每天監測體溫，盡量避免外出，外出時應全程配戴外科口罩，有上述旅遊史者請主動告知學校健康中心。

六、本校教職員工及學生如曾接觸過中港澳人士，請實施自主健康管理14天，每天監測體溫，盡量避免外出，外出時應全程配戴外科口罩，並請主動告知學校健康中心。

七、學校各項應變措施或作業規定、程序等，依疫情發展並考量輿情適時修訂並發布。

(一)本校防疫專區網站：

<http://www.ltivs.ilc.edu.tw/files/11-1000-1130.php?Lang=zh-tw>



(二)衛生福利部疾病管制署「嚴重特殊傳染性肺炎」網站：

<https://www.cdc.gov.tw/Disease/SubIndex/N6XvFa1YP9CXYdB0kNSA9A>



八、學校作為

(一)成立防疫小組，訂定相關防疫措施，研擬學生停課後之輔導及補救措施。

(二)開學前進行全校教職員工生中港澳旅遊史調查，建立疫情調查名冊(含近期旅遊及接觸中港澳人士史)並追蹤之。

(三)防疫物資之準備、分配與說明。

(四)防疫資訊之蒐集與更新，辦理校園防疫教育宣導，並落實疫情通報機制。

(五)建立校園師生健康諮詢站。(健康中心)。

(六)若有疑似或確診病例，將進行有關教室或校園環境消毒及衛生工作。

九、若有相關問題，請洽學務處衛生保健組及健康中心。(03-9514196#310)