

校園新流感 (H1N1) 教戰守則

衛保組 整理

為避免疫情藉由校園集體傳播而擴大流傳，維護本校學生及教職員工的健康安全，確保學校教育行政工作之順利推動。請大家共同努力一起來防禦，共創美好的校園健康環境。

一、初級預防：避免感染，加強衛生教育及自疫區回國的防範

1. 認識 H1N1 新型流感相關定義：

H1N1 新型流感(豬流感)原是一種於豬隻中感染的疾病，屬於 A 型流感病毒，常見病毒為 H1N1、H1N2、H3N1 與 H3N2。美國疾管局資料顯示，美國以前即曾有人類感染豬流感之病例，但台灣未曾有豬流感病例。目前墨西哥與美國爆發的豬流感疫情，即為 H1N1 病毒所引起，但目前對此種結合豬流感、禽流感、人類流感的新病毒型所知不多。目前對於 H1N1 新型流感傳染力的強度仍未確定。H1N1 新型流感傳染途徑與季節性流感類似，主要是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，但對於病程較長之病患，亦不能排除其發病期間繼續散播病毒。另兒童病例的可傳染期通常較成人病例為長。

人類感染 H1N1 新型流感症狀與季節性流感類似，包括發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身酸痛、頭痛、寒顫與疲勞，有些病例出現腹瀉、嘔吐症狀，部分病例出現流鼻涕等症狀。無法依症狀研判是否感染 H1N1 新型流感，需採取檢體進一步檢驗始可確認。

2. 預防 H1N1 新型流感感染方法：

- (1) 注意個人衛生及保健：勤洗手，養成良好衛生習慣。
- (2) 注意呼吸道衛生及咳嗽禮節：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。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。手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即徹底清潔雙手。生病時應在家休息，除就醫外，儘量避免外出。
- (3) 遠離感染來源：避免前往 H1N1 新型流感發生地區。

3. 自疫區回國防範措施：

- (1) 若非必要，建議暫時不要前往，若一定要前往，則建議：留意當地疫情的報導，和當地衛生當局的建議。返國時 7 日內若出現發燒，或其他上呼吸道症狀，請戴外科口罩，注意呼吸道及咳嗽禮儀，並且儘速就醫，記得提醒醫師您的旅遊史。於不適之時，儘量減少出入公共場所，減少接觸的人士。
- (2) 自疫區回國注意事項：旅途中如果出現身體不適，返國入境機場時需填交「傳染病防制調查表」。自 H1N1 新型流感流行地區返國後，請早晚量測體溫，並進行自我健康狀況監測 7 天，請參閱【因應流感大流行自主健康管理通知書(病例接觸者)】。如果有類似 H1N1 新型流感的症狀，應立即戴口罩，通報當地衛生局協助就醫，並主動告知醫師：a. 症狀 b. 旅遊史 c. 是否曾與 H1N1 疑似或確定病例近距離接觸。

◎ 自主健康管理措施：

- 一、儘量於家中作息與活動，有需要外出時應戴口罩。家人可照常上學、上班，除非自主管理者發病，否則沒有行為上的限制。
 - 二、應確實作到：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。
 - 三、於自主健康管理的 7 日內，每日早/晚各量體溫一次、詳實記錄體溫及活動史，並主動通報地方衛生局/所。
 - 四、於自主健康管理的 7 日內，自行注意健康狀況，若有發燒(38 度 C)、咳嗽等類流感症狀，請立即戴上口罩，並通知當地衛生局/所，由衛生單位協助就醫。
 - 五、就醫時，應告知醫師旅遊史及接觸史。
 - 六、如無確實遵守各項自主健康管理規定，將違反「傳染病防治法」第三十六條規定，依同法第七十條處新臺幣 3,000 至 15,000 元不等罰鍰，得連續處罰。
- ※如有身體不適或其他疑問，可撥各地衛生局諮詢專線通知及諮詢。

- (3) 目前我國針對下列國家發佈旅遊警示：
 - a. 墨西哥：旅遊警示層級為「大規模流行」，除必要防護措施外，建議暫緩非必要性旅遊。
 - b. 美國：旅遊警示層級為「侷限性病例聚集」，提醒前往疫情發生之區域應特別注意。

返國時，疾病管制局將針對重點航班採取登機檢疫措施。若自有病例國家返國，於機

場發燒篩檢檢出發燒，將由機場進行立即後送指定醫院觀察治療。

4.進行宣傳：由學務處衛保組印製相關宣導海報，並透過電子郵件與網頁公佈向全校教職員工生進行宣導。

5.物質準備：請各單位儲備肥皂（或乾洗手液）、體溫計、耳溫槍、口罩、酒精、漂白水等相關物資，衛保組已儲備遠距紅外線體溫感應器，需要時可供校內辦理大型活動時體溫監控用，並請總務處準備酒精、漂白水供環境消毒使用。

6.環境衛生：請各單位依照衛生署疾病管制局建議，加強各單位多人出入之場所使用酒精或漂白水消毒。請參考【居家環境消毒建議】辦理。

◎消毒劑的使用（摘自2006年WHO感染控制指引）

（一）酒精濃度 70%的酒精是強效且廣效的殺菌劑：
常用來消毒小範圍的表面和一些儀器的表面。因為酒精為易燃物，若當表面消毒劑使用時，須限制在小範圍表面積的消毒，且只能使用在通風良好處以避免燃燒。而酒精在長期和重複使用後也可能對橡膠或部分塑膠造成退色、膨脹、硬化和破裂。**市售藥用酒精未稀釋之濃度為 95%，可以蒸餾水或煮沸過冷水依需要消毒之使用量稀釋為 70-75%濃度之酒精。簡易之方法為 3份 95%酒精加 1份水，稀釋後濃度為 71.25%。**

（二）含氯消毒劑（漂白水、漂白粉）：
選擇成分為「次氯酸鈉 (sodium hypochlorite)」之市售漂白水稀釋後使用，一般漂白水多未標示濃度，但大部分濃度為 5-6%。稀釋的家用漂白水在不同接觸時間(10分鐘~60分鐘)皆有作用，且價格便宜，一般建議醫療機構作為消毒劑。然而漂白水會刺激黏膜、皮膚和呼吸道，且會在光或熱下分解，並容易與其他化學物質起反應，因此使用漂白水必須小心。不當的使用會降低其消毒效果並造成人員傷害。

7.最新資訊：由衛保組隨時提供最新新型流感疫情及國內最新規定，並透過各種管道加強宣導，定期將『行政院衛生署疾病管制局』發布之最新疫情及相關規定貼在本校 H1N1 新型流感防治專屬網頁上，並將最新消息以電子郵件發送給各單位，由各單位協助轉知所屬師生。

8.通報網絡：若發現有自疫區回國教職員工生有出現類流感症狀者，請依照【國立成功大學因應 H1N1 新型流感疫情處理流程】，辦理疫情通報。

9.分層負責：全校各單位設置「H1N1 新型流感聯絡人」一名，負責定期上網與接收電子郵件，並向單位教職員工生進行宣導新型流感資訊。

二、二級預防：疫情進入 2-4 級後配合疾病管制局或教育部指示來進行應變措施。

三、三級預防：疫情進入 5-6 級後配合疾病管制局或教育部指示來啟動隔離措施。

◎本校各單位需共同配合辦理事項：

- (一)學校與轄區衛生單位建立支援網路，如學生及教職員工曾前往 H1N1 新型流感流行地區者，應依衛生單位「入境旅客新型流行性感冒自主健康管理」規定，入境 7 日內進行每日早晚各測量一次體溫，如有發燒（ $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ）、咳嗽、喉嚨痛等類流感症狀，應即戴口罩立即就醫，主動告知醫師旅遊史及接觸史，並通報衛保組協助諮詢。
- (二)衛保組加強教育教職員工生正確 H1N1 新型流感傳染途徑、預防方法及正確洗手等個人衛生習慣之養成。
- (三)教職員工生如有呼吸道症狀（如咳嗽），進入學校時應配戴口罩、勤洗手，並視症狀勸導返家休養及就醫。
- (四)各系所、單位應落實校園環境衛生，保持教室之清潔與通風。
- (五)軍訓室校安中心及衛保組應與教育部及衛生單位維持疫情雙向通報機制，俾利及時應變疫情。
- (六)各系所應掌握學生每日請假狀況，教師每日監控班級學生請假人數，並應隨時與家長保持聯繫瞭解學生請假原因及相關症狀。
- (七)人事室應掌握教職員工出國狀況，若自疫區歸國者建議在家隔離 7 天，並注意是否出現新流感症狀。
- (八)學輔組向家長宣導並提醒家長注意學生及自己身體健康狀況，如有不適或類似症狀者應儘速就醫，並在家修養。
- (九)若有疫情變化時，由總務處及住服組提供隔離使用之場所。

※參考資料來源：

- ◎國立成功大學-校園 H1N1 新型流感防疫宣導
<http://stud.adm.ncku.edu.tw/hea/4work/H1N1/index.htm>
- ◎【因應流感大流行自主健康管理通知書(病例接觸者)】、【居家環境消毒建議】、【國立成功大學因應 H1N1 新型流感疫情處理流程】
<http://stud.adm.ncku.edu.tw/hea/4work/H1N1/674>
因應新型流感大流行應變計劃 980520.doc