

# 學校及托育機構流感因應指引

修訂日期：2011/03/02

流感為急性病毒性呼吸道疾病，常引起發燒、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等症狀，即一般所稱的類流感症狀，少數人感染後會有腹瀉或嘔吐等腸胃道症狀。流感病患在症狀緩解後 24 小時之前，可藉由咳嗽或打噴嚏將病毒傳給他人，另由於病毒可短暫存活於非吸水性環境表面，故也可藉由手沾染到病毒再接觸口、鼻或眼而造成感染。

學生及幼兒是流感病毒的高傳播族群及高風險族群，學校、幼稚園及托兒所更是容易造成傳播的場所，需要特別注意防範，落實勤洗手、呼吸道衛生與咳嗽禮節、生病者在家休息。故各級學校及托育機構在流感流行期間應採行以下防疫措施：

## 1. 加強衛生教育

- ◆ 宣導內容包含勤洗手、呼吸道衛生與咳嗽禮節、生病在家休息、施打流感疫苗等。
- ◆ 宣導對象除學生及小朋友外，也應包含家長及教職員工。

## 2. 維持衛生環境

- ◆ 供應足夠的洗手設施及充足的洗手時間。
- ◆ 定期清潔學生、幼兒經常接觸的物品表面，如鍵盤、課桌椅、門把、公共區域的電話筒等，但要注意避免過度使用消毒藥劑。

## 3. 協助發生症狀者

- ◆ 主動關心學生、小朋友、教職員工有無類流感症狀。
- ◆ 如發現類流感患者，應讓其戴上口罩，留置於單獨空間，並協助其儘速就醫及返家休息。單獨空間應設於非人潮必經之處，不需獨立空調，但要保持空氣流通。
- ◆ 不宜由未施打流感疫苗或未適當防護的孕婦、慢性病患等流感併發重症高風險者照料發生症狀的學生或小朋友，且照顧者在工作時間應配戴口罩，並勤洗手。
- ◆ 如住宿生罹病，除就醫外，於宿舍中應安置於與健康學生有所區隔之處，提供適當照護，直至症狀解除後 24 小時。

## 個人的流感防疫措施

### **1.維持手部清潔**

保持經常洗手習慣，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，使用含酒精洗手劑也有效一定效果。另應儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。

### **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，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，要立即澈底清潔雙手。
- ◆ 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。

### **3.生病時在家休養**

如感染流感，除就醫外，應儘量在家中休息至症狀緩解後 24 小時以上，以避免將病毒傳染給其他人。

## 參考資料

1. US CDC: Guidance for School Administrators to Help Reduce the spread of Seasonal Influenza in K-12 Schools during the 2010-2011 School Year. This document provides seasonal flu recommendations for K-12 schools for the 2010-2011 school year. September 7 2010 Available at:  
<http://www.cdc.gov/flu/school/guidance.htm>
2. US CDC: Summary of Seasonal Influenza (Flu) Recommendations for K-12 Schools for the 2010-2011 School Year. October 2010. Available at:  
[http://www.cdc.gov/flu/pdf/school/schoolguidance\\_reducingspreadofflu.pdf](http://www.cdc.gov/flu/pdf/school/schoolguidance_reducingspreadofflu.pdf)
3. US CDC: Preventing the Spread of Influenza (the Flu) in Child Care Settings: Guidance for Administrators, Care Providers, and Other Staff. Flu recommendations for schools and child care providers. Available at:  
<http://www.cdc.gov/flu/professionals/infectioncontrol/childcaresettings.htm>