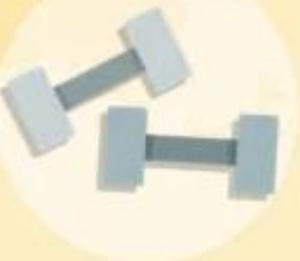


## 三招斷開疫病傳染鏈

1 使用酒精、漂白水等  
消滅病毒活性



2 均衡飲食、適度運動等  
提升自我免疫力



3 戴口罩、勤洗手  
阻斷傳播途徑



# 尚未就醫時的班級消毒濃度

免疫力低下  
易感族群（癌症、心臟病史）

## TOP TIPS 當班上出現傳染性疾病個案



我要通報

### ✓ 通報

若班級出現疑似或確診個案

腸病毒、水痘、流感、諾羅、病毒性腸胃炎、新冠肺炎、紅眼症

請立即通知導師、健康中心

基於安全  
務必在通風環境下  
由大人操作

### ✓ 稀釋漂白水準備用物

- ① 手套
- ② 口罩
- ③ 漂白水
- ④ 水桶
- ⑤ 有刻度量杯



### 漂白水稀釋與泡製方法

平時環境消毒		發病期間環境消毒		糞便及嘔吐物處理	
500 ppm (1:100)		1000 ppm (1:50)		5000 ppm (1:10)	
漂白水	清水(公升)	漂白水	清水(公升)	漂白水	清水(公升)
40 ml	4	80 ml	4	100 ml	1

### ✓ 教室消毒範圍



- 講桌
- 門把
- 窗戶手把
- 課桌椅
- 地板
- 各式設備開關

※請使用有刻度之量杯正確量測清水，稀釋後於24小時內使用完畢。

※請使用抹布或拖把沾取稀釋後漂白水做擦拭、消毒，靜待10分鐘後再用清水擦拭。

※使用稀釋漂白水執行清潔、消毒工作時，保持環境通風，並請配戴口罩與手套，

以免刺激皮膚及呼吸道，若不慎噴濺眼睛請先沖洗20分鐘並請求健康中心協助。

~校園防疫 你我做起~

# 病毒可在環境存活時間

- ▶ 腸病毒
  - ▶ 相對溼度越大，存活越久
  - ▶ 可存活超過24小時，對酒精消毒效果差
- ▶ 諾羅病毒於環境中存活3週，對酒精消毒效果差
- ▶ 輪狀病毒於環境中存活10天，對酒精消毒效果差
- ▶ 流感病毒於體外存活時間
  - ▶ 污染的平滑表面24-48小時
  - ▶ 衣服、紙張、衛生紙：8-12小時
- ▶ SARS：
  - ▶ 攝氏56度：< 5分鐘
  - ▶ 塑膠(室溫)：3天
  - ▶ 攝氏4度：> 21 天

# 班級環境消毒

- ✓ 學務處領取消毒用品
- ✓ 放學前/打掃時間
- ✓ 水桶 (4L冷水 - 小花上緣)
- ✓ 漂白水倒入水桶 (4瓶蓋 = 80ml) (1000ppm , 1:50)
- ✓ 請導師/衛生股長，**督導**班級環境衛生清潔工作，**以防範傳染病在班級內蔓延**。



## 張貼於公布欄

臺北市立麗山高級中學 校園環境消毒須知

### 一、稀釋漂白水消毒濃度

用途	一般環境	群聚、嘔吐、分泌物
流感、腸病毒、水痘	500 ppm	1000 ppm
諾羅病毒、病毒性腸胃炎、新冠病毒	1000 ppm	5000 ppm

備註: 班級內同出現 2 名以上相同疾病，稱為**群聚**，**建議消毒一周**。

### 二、配製適量、正確濃度漂白水

市售漂白水：大部份含次氯酸鈉濃度約為 50000ppm (5-6%) (一瓶蓋約 20 ml)，注意有效期限。

消毒液濃度	含氯漂白水(5-6%)	自來水 (冷水)	比例
500 ppm	40 ml	4L	1:100
	10 ml	1L	
1,000 ppm	80 ml	4L	1:50
	20 ml	1L	
5,000 ppm	400 ml	4L	1:10
	100 ml	1L	

### 三、消毒注意事項

1. 準備 手套、口罩、漂白水、水桶、有刻度量杯、抹布等打掃工具。
2. 泡製漂白水應打開門窗；不可使用熱水、不能加入酸性清潔劑，以免產生有毒的氣體。
3. 清理者請戴上**口罩、手套**，用已**稀釋成正確濃度之漂白水**，由乾淨區擦拭至污染區，採重點式清潔消毒：門把、窗戶、開關按鈕、講桌、課桌椅、教具、學習區、櫃子、地板等區域；**擦拭消毒的接觸時間建議超過 10 分鐘**，再使用清水沖洗即可。
4. 抹布須小心扭乾，**避免噴濺**，如不慎噴濺至眼睛，立即以清水沖洗至少 15-20 分鐘，並通知健康中心，協助就醫。
5. 清理者在完成清理工作後，以肥皂與清水徹底洗手。
6. 漂白水泡製後使用期限為 24 小時；使用後的漂白水，應放置室外超過 24 小時，待氯氣完全揮發，或加水稀釋 100 倍才可直接倒掉，否則會造成環境汙染。
7. 請班級使用後請歸還相關物品至學務處。

# 消毒紀錄

- ▶ 衛生股長至學務處領取消毒用品及消毒表
- ▶ 請張貼於班級門口
- ▶ 群聚班級
- 每日配製
- 正確濃度漂白水
- 紀錄備查，護理師回傳給衛生局。

麗山高中 校園環境消毒紀錄表

地點: 1年12班

日期	消毒濃度	消毒範圍	負責消毒	消毒人員 簽名	檢核人 簽名
1/1	1:50	<input type="checkbox"/> 講桌、課桌椅 <input type="checkbox"/> 開關按鈕 <input type="checkbox"/> 前後門、門把 <input type="checkbox"/> 窗戶手把 <input type="checkbox"/> 地板 <input type="checkbox"/> 學習區、櫃子 <input type="checkbox"/> 教具、運動用具 <input type="checkbox"/> 其他 _____	王大明 林小妹		班長 衛生股長 導師
		<input type="checkbox"/> 講桌、課桌椅 <input type="checkbox"/> 開關按鈕 <input type="checkbox"/> 前後門、門把 <input type="checkbox"/> 窗戶手把 <input type="checkbox"/> 地板 <input type="checkbox"/> 學習區、櫃子 <input type="checkbox"/> 教具、運動用具 <input type="checkbox"/> 其他 _____			
		<input type="checkbox"/> 講桌、課桌椅 <input type="checkbox"/> 開關按鈕 <input type="checkbox"/> 前後門、門把 <input type="checkbox"/> 窗戶手把 <input type="checkbox"/> 地板 <input type="checkbox"/> 學習區、櫃子 <input type="checkbox"/> 教具、運動用具 <input type="checkbox"/> 其他 _____			
		<input type="checkbox"/> 講桌、課桌椅 <input type="checkbox"/> 開關按鈕 <input type="checkbox"/> 前後門、門把 <input type="checkbox"/> 窗戶手把 <input type="checkbox"/> 地板 <input type="checkbox"/> 學習區、櫃子 <input type="checkbox"/> 教具、運動用具 <input type="checkbox"/> 其他 _____			

# 居家消毒重點小撇步

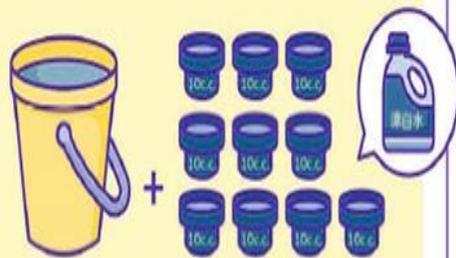
## 泡製漂白水黃金比例

清理一般環境(1,000 ppm)



1公升清水+20 c.c.漂白水

消毒嘔吐物或排泄物(5,000 ppm)



1公升清水+100 c.c.漂白水

## 嘔吐排泄物處理6步驟



1 穿戴口罩及手套  
處理嘔吐排泄物

2 以漂白水(1:10)  
灑在嘔吐物及  
排泄物上

3 用拋棄式紙巾、  
抹布或舊報紙  
覆蓋後清除



4 以漂白水(1:10)  
由外往內擦拭  
污染區

5 以漂白水(1:50)  
由外往內  
大範圍輕灑

6 30分鐘後  
用清水擦拭  
或沖洗

## 嘔吐物及排泄物消毒

- ▶ **廁所消毒區域**：水龍頭、門把、扶手、水槽、廁所門片、廁所牆面、馬桶、地板等。
- ▶ 漂白水內**勿加入酸性清潔劑**，以免產生有毒的氣體(**氯氣中毒**)。
- ▶ 消毒步驟如左圖，**務必戴口罩、手套**。
- ▶ 於清理病患嘔吐物後**應以垃圾袋密封後丟棄**。
- ▶ **拖把不應直接用來清除嘔吐物**。
- ▶ **使用後拖把或抹布浸泡於漂白水(1:10)中消毒30分鐘**。
- ▶ 再以**大量清水洗淨並晾乾**。
- ▶ 使用過的拖把和抹布要**放置於陽光下**
- ▶ **遠離陰暗潮濕的角落**，以免滋生細菌。
- ▶ **廁所/班級打掃用品不混用**。

# 教育部-學校衛生工作指引 (第六版)實務篇

- ▶ 傳染病防治-高級中等學校(P. 488)
- ▶ 鼓勵班級每周一次漂白水環境消毒作業。
- ▶ 罹病/群聚個案，建議每日班級漂白水消毒一周。
- ▶ 環境衛生及通風（教室、用餐區、廁所）。
- ▶ 確認洗手用品齊全(如洗手乳、肥皂)。
- ▶ 社區傳染病流行期間，鼓勵每周至少一次，需對於常接觸物體表面（教室：門把、窗戶、課桌椅；學生餐廳：桌面、椅子；樓梯扶手；廁所(水龍頭、門把、馬桶)；教具、運動設施等做重點性消毒，以預防疾病發生。

表2-1

○學年度校園傳染病防治計畫SWOT分析表（續）

六大範疇	Internal內部（組織）		External外部（環境）	
	S（優勢） Strengths	W（劣勢） Weaknesses	O（機會） Opportunities	T（威脅） Threats
學校物質環境	1. 定期清理校園水溝與積水的容器，確實落實「巡、倒、清、刷」四步驟。 2. 充足洗手臺設置，並提供手部清潔用品，例如：肥皂、洗手乳等，每周定時巡檢、補充。 3. 校園張貼「傳染病防治、手部衛生等」海報及標語圖案。 4. 每周一次使用漂白水進行班級環境消毒作業。 5. 定期檢測飲水機飲用水質、更換濾心。 6. 校園水質管理、定期清洗水塔與水質檢測。	1. 學生人數眾多，校內洗手臺有限。 2. 學生手部衛生習慣，需加強督導。	1. 學校位處都會區，交通網絡便捷，資訊易取得。 2. 家長會贊助專款，採購防疫物資，提升防疫效能。	學校地處社區住宅，人口密度高，以致於影響戶外活動意願。

