

班級：

上呼吸道感染接觸者健康管理追蹤表

- 發燒定義：耳溫大於 38°C ；額溫大於 37.5°C ，請至健康中心測量耳溫、評估症狀。
- 請保健股長第 1.2 節完成體溫測量，遲到須補測量，須註記：請假等未測量事由。

座號	姓名	體溫監控							
		/	/	/	/	/	/	/	/
		體溫	體溫	體溫	體溫	體溫	體溫	體溫	體溫
01									
02									
03									
04									
05									
06									
07									
08									
09									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									
31									
32									

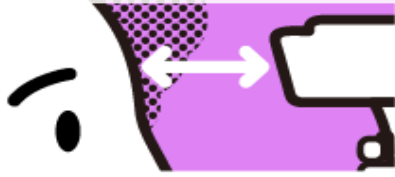
保健股長：

導師：

額溫槍測量 四大重點

定點測量

額溫槍距離眉心2~5公分的位置，做定點測量



避免額頭覆蓋物

覆蓋物如：頭髮、衣物等，且額頭須保持乾淨



平穩後再測量

受測者若是剛運動完，應休息10~20分鐘，待身體恢復平穩後再行測量



確認發燒標準

依中央流行疫情指揮中心公告以超過(含)37.5°C為發燒標準

(含)37.5°C



正確戴口罩4步驟

step 1

開 開包裝
檢查口罩有無破損

step 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

step 3

壓 輕壓鼻樑片
讓口罩與鼻樑貼緊

step 4

密 檢查口罩和臉部
內外上下是否密合

讓你得**流感**的那些小事

密閉空間
打噴嚏沒掩口鼻



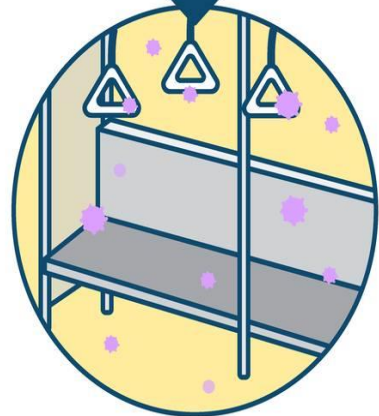
1公尺內都遭殃

打噴嚏時
用手遮沒洗手



手到之處
必留下病毒

出入公共場所後
沒洗手就摸眼口鼻



病毒能在寒冷
低溼度的環境中
存活數小時



感染指數：不能再更高了！

咳嗽禮節與手部衛生

防範流感，請落實咳嗽禮節與手部衛生

1 咳嗽時用衛生紙遮住口鼻，然後將紙丟進垃圾桶。



2 如果可以忍受，咳嗽時應戴口罩。



3 手部接觸到呼吸道分泌物之後務必要洗手（使用酒精性乾洗手劑或肥皂及清水洗手）。



4 儘可能與別人距離保持1公尺(3英尺)以上。



手部衛生：

- 拱手取代握手
- 咳嗽用手帕掩口鼻
- 用肥皂勤洗手
- 雙手不碰觸眼口鼻

廣告



不想病毒信手黏來？ 就看這些關鍵時刻

看病前後



出入公共
場所後



進食前



接觸
嬰幼兒前



如廁後



擤鼻涕後



洗手好時機



衛生福利部疾病管制署 廣告
TAIWAN CDC

正確勤洗手 保護你我他

濕洗手40~60秒

先用水沾濕雙手後，使用肥皂或洗手乳，再進行洗手七步驟：



1. 搓手心



2. 搓手背



3. 搓指縫



4. 搓指背



5. 搓大拇指和虎口



6. 搓指尖



7. 沖乾淨並擦乾



記得擦手紙要丟到垃圾桶喔!



正確洗手5步驟 細菌病毒遠離我



1 濕
用清水將雙手完全弄濕



2 搓
抹上肥皂，手心、手背、手指互相搓洗至少20秒



3 沖
用清水將雙手澈底沖洗乾淨



4 捧
用水把水龍頭沖乾淨並記得關水龍頭



5 擦
用烘手機或紙巾將手擦乾



世 / 界 / 手 / 部 / 衛 / 生 / 日



手住疫情 手護台灣

正確洗手7字訣



內
搓揉手掌



外
搓揉手背



夾
搓揉指縫



弓
搓揉指背與指節



大
搓揉大拇指及虎口



立
搓揉指尖



腕(完)
搓揉手腕，沖淨並擦乾雙手

學校洗手時機



早安健康 洗手時機「四前四後」

四前



四後

