

防範

武漢肺炎

嚴重特殊傳染性肺炎

自主健康
管理須知

如14日內有武漢肺炎疫情地區旅遊史

自中央流行疫情指揮中心公布之旅遊疫情建議等級
『第一級及第二級』國家入境



為降低傳播風險，請落實自主健康管理措施：

1. 維持手部衛生，可使用肥皂和清水或酒精性乾洗手液進行手部清潔，儘量不要用手直接碰觸眼、鼻和口。當手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水澈底洗淨。
2. 於自主健康管理期間，每日早/晚各量體溫一次、詳實記錄體溫及活動史。
3. 如沒有出現任何症狀，可正常生活，但應儘量避免出入公共場所，外出時，請一定嚴格遵守全程佩戴外科口罩。
4. 如出現發燒、呼吸道症狀或有身體不適，請確實佩戴外科口罩，儘速就醫。就醫時，並應主動告知醫師接觸史、旅遊史、居住史、職業暴露、以及身邊是否有其他人有類似的症狀。
5. 生病期間應於家中休養並佩戴外科口罩、避免外出。當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。
6. 生病期間，與他人交談時，除戴上外科口罩外，儘可能保持1公尺以上距離。

