

醫師帶你
一張圖搞懂

武漢肺炎 防疫重點

衛教版
總整理

為世界祈禱，一同努力，疫情早日控制

肺炎症狀

燒  82% 發燒 > 38度	咳  81% 咳嗽症狀	喘  31% 喘不過氣	痛  11% 肌肉疼痛	亂  9% 意識混亂
--	--	--	--	---

同時具有1項以上的症狀(89%). 合併發燒.咳嗽.喘等症狀的患者(15%)

Nanshan Chen, Min Zhou, Xuan Dong, Jieming Qu, et al. Lancet 2020; published online Jan 29

自我預防

					
---	---	---	--	---	---

正確戴口罩 洗手防感染 勿共享用品 少碰眼鼻口 少去人多處 按時量體溫

請隨時留意《衛生福利部疾病管制署》疫情更新，通報專線：1922

安心原則

安  促進安全	靜  平靜鎮定	能  提升效能	繫  促進聯繫	望  灌注希望
--	--	--	--	--

維持身心靈平衡，持續懷抱希望，平靜穩定向前行

洗手消毒

						
---	---	---	---	--	---	---

搓揉手掌 搓揉手背 搓揉指縫 搓揉指背與指節 搓揉大拇指與虎口 搓揉指尖 清洗手腕清水沖淨並擦乾雙手做結束

⚠️ 洗手消毒和戴口罩同等重要，請確實落實，千萬不可大意輕忽

⚠️ 肥皂洗手至少20秒，無法立即洗手，可用含酒精消毒液乾洗手

⚠️ 除75%酒精可做消毒液外，衣物被染污，可用稀釋漂白水消毒以稀釋100倍(濃度500 ppm)漂白水浸泡衣物30分鐘(10公升水加100 c.c.漂白水混合)

戴口罩注意



脫口罩注意

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

step 1  耳 從耳掛處鬆緊帶移除	step 2  折 內側向外側折起
step 3  洗手	別接觸口罩外層表面 用完即丟不重複使用 口罩可用時間6-8小時 妥善處理丟棄的口罩

《參考資料》衛生福利部疾病管制署、美國疾病管制與預防中心