

# 校園常見傳染病介紹及注意事項



流感 (Flu)

經由**飛沫傳染**，或**接觸患者分泌物感染**。

有發燒、頭痛、全身痠痛、疲倦、流鼻水、喉嚨痛、咳嗽，有些人會拉肚子或嘔吐，大約一週左右會康復。

呼吸困難、胸痛、痰變濃、意識不清或高燒持續 3 天以上，立即就醫。

建議返校時機：**症狀改善，且退燒至少 24 小時後再回校上課。**



腸病毒 (Enterovirus)

主要經由**腸胃道、呼吸道傳染**，或**接觸病患皮膚上的水泡及分泌物傳染**。

通常 3 到 5 天後出現症狀，像感冒一樣；喉嚨痛、發燒，有時手腳和嘴巴會出現水泡或紅疹，大約一週左右康復。

精神差、嗜睡、手腳無力、一直嘔吐、呼吸急促或心跳加快，立即就醫。

建議無發燒、症狀改善，且水泡結痂後再回校上課。



水痘 (Chickenpox)

經**皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳染**，**傳染力極強**。此外，也可被經由被水疱液和黏膜分泌物污染的器物**間接傳染**。痂皮則不具傳染性。

初期有發燒、疲倦；接續皮膚出現紅疹，變成水泡，最後結痂。水泡通常長在臉、身體和四肢。

持續高燒、意識不清、呼吸困難，或水泡感染化膿，立即就醫。

**所有水泡結痂，且無新水泡出現時再回校上課。**

**若醫師同意返校但水泡未完全結痂，建議戴口罩、穿外套到校。**

## ~ 面對傳染性疾病請您一起這樣做 ~

### 自我監測

加強自我健康管理，並請落實『生病不上班，不入校』；就醫並及時回報導師健康狀況。

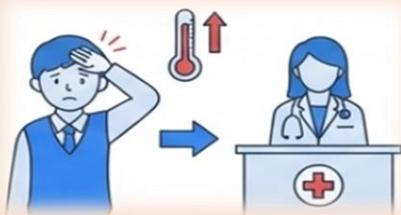
### 佩戴口罩

若有咳嗽、流鼻水，應全程佩戴。妥善丟棄使用過的口罩。



### 咳嗽禮儀

打噴嚏或咳嗽時，用衛生紙或手肘內側遮住口鼻。禁止直接用手遮掩。



### 勤洗手 (Wash Hands)

- 肥皂濕洗至少 20 秒，或使用酒精乾洗手。
- 咳嗽或如廁後務必清洗。



### 避免共用 (No Sharing)

- 不共用餐具、毛巾、文具。
- 使用個人專屬物品。



### 減少觸碰 (Touch Less)

- 減少直接觸碰門把、開關。
- 必要時使用紙巾隔絕。