

臺北市立中山女子高級中學

因應嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)及流感 校園防疫重點

衛生組 1090826 版

為防範嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)及流感，因校園為學生高度密集區域且易造成呼吸道傳染病群聚感染之場所，為確保全體學生健康，以下防疫相關事項請家長與全校師生大力支持協助與配合：

最基本且最重要的防疫措施：1.落實勤洗手 2.呼吸道衛生與咳嗽禮節 3.生病在家休息

一、請家長協助：

(一) 每日出門上學前為孩子量體溫

1. 有不適、感冒症狀、咳嗽或請戴口罩就醫，建議在家休養。
2. 發燒超過 38 °C(耳溫)或 37.5 °C(額溫)，請在家休養 勿上學。
3. 退燒 24 小時後，才可到學校 (請勿吃退燒藥到校)。
4. 若就醫 經醫師確診為「流感」或「服用克流感」
 - (1) 請通知導師，導師將同步通報本校健康中心。
 - (2) 停課 5 天至退燒後至少 24 小時方能返校上課。
 - (3) 請在家休息，勿到補習班等人多之群聚場所。
 - (4) 居家休息若出現嗜睡、胸痛、呼吸困難、抽搐等危險現象，儘速至大醫院就診。

(二) 居家隔離、居家檢疫及自主健康管理者

如您的孩子處於 居家隔離、居家檢疫期間

1. 請依通知書要求在家休息，避免到校上課（屬特別假，且不列入出缺席紀錄）。
2. 有發燒、咳嗽、腹瀉、嗅味覺異常等症狀，請配戴醫用口罩，主動與當地衛生局聯繫或撥打 1922，依指示方式盡速就醫。

如孩子需進行自主健康管理：

1. 14 日內曾前往人潮擁擠地區者、居家隔離或檢疫期滿者、曾接受採檢結果為陰性者，請進行自主健康管理。
2. 自主健康管理期間，應避免外出，如外出(含在校期間)須配戴口罩。
3. 如有身體不適症狀，請配戴醫用口罩，盡速就醫。

(三) 準備孩子開學之防疫物資

1. 為孩子準備口罩

中央流行疫情指揮中心呼籲，民眾出入人潮擁擠或密閉場所，請佩戴口罩，如大眾運輸、學校、補習班等，最好另外準備 1~2 個放書包備用。

2. 攜帶 1 條抹布

開學後，各班教室將提供稀釋漂白水，教導學生正確消毒個人課桌椅，請使用個人抹布擦拭課桌椅。

(四) 推動家庭良好衛生習慣 - 勿共食共飲、勤洗手

1. 培養孩子習慣使用公筷母匙，勿共食、共飲，飲食時請勿交談。
2. 落實勤洗手

(五) 均衡膳食、多運動、正常作息、充足睡眠，增強抵抗力

(六) 請提醒孩子上網填報旅遊史或接觸史 <http://reurl.cc/2450jO>。

(七) 非必要性，勿到人群眾多處

二、開學各班防疫措施

(一) 進校請立即用肥皂洗手

(二) 幹部防疫訓練：正副衛生股長、環保股長、康樂股長將指導防疫措施

(三) 開窗空氣流通：

1. 室內使用中央空調之通風原則：教育局建議教室門可關閉，且於教室對角處各開啟一扇窗，每扇至少開啟 15 公分，以利通風。
2. 如使用吊扇應設定為低速；如為搖頭扇，應設定為定向且低速，窗戶、氣窗均開啟以利通風。
3. 天冷時，請適度添加保暖衣服，關窗易造成呼吸道疾病傳染。

(四) 班級量測體溫：康樂股長每日 09:10 及 14:10 前繳交體溫表

1. 每班一支耳溫槍或額溫槍。若為耳溫槍，請剪一小片保鮮膜做為隔絕。
2. 測量時間：(1)早上進班，8:10 前測量完畢並登記，遲到的同學於進校門測量。
(2)12:00~14:00 測量第二次。
3. 測量同學：康樂股長或導師指派同學負責量體溫，亦可自行量測。若由專人測量：
 - (1) 測量同學配戴口罩
 - (2) 量體溫時站在被量者側邊(45 度角)
 - (3) 量完登記於體溫登記表
4. 測量同學於 9:10 及 14:10 前交回健康中心或教官室。
5. 請額溫 $\geq 37^{\circ}\text{C}$ 、耳溫 $\geq 37.3^{\circ}\text{C}$ 的同學至健康中心複檢。
6. 如在校量測得耳溫超過攝氏 38°C ，將安置於休息區，通知家長將孩子接回休息並儘速就醫。

※ 量測方式請參考校網「防疫專區」

(五) 班級每日消毒：

1. 時間：每日放學消毒
 - (1) 16:10 (沒有第 8 節的班級)
 - (2) 17:10 (有第 8 節的班級)
2. 負責人：各班正副衛生股長 (以內掃區負責人為主)
3. 每班器材：
 - (1) 橡膠手套、口罩

- (2) 裝有酒精或漂白水之噴瓶
- (3) 量杯、漂白水
4. 消毒區域
 - (1) **個人課桌椅**

幹部噴灑稀釋漂白水於每位學生課桌椅，隔日學生自行以濕抹布擦拭乾淨。
 - (2) **公共區域**
 - A. **電器類：請用乾淨抹布，將酒精噴濕抹布，再行擦拭。**
 - (A) 電腦鍵盤、滑鼠
 - (B) 電器產品開關：電燈、電風扇、單槍遙控器、走廊電燈
 - (C) 飲水機按鈕
 - B. 桌面類：講桌、置物櫃上面及表面
 - C. 把手類：門把(內外)*4、窗扣把手、置物櫃把手、蒸飯箱把手
5. 漂白水消毒
 - (1) 稀釋漂白水
 - A. 含氯漂白水 1：100 **冷水**
 - B. 戴手套、口罩，環境通風的情況進行稀釋
 - (2) 每日放學後，噴灑稀釋漂白水於每位學生課桌椅
 - A. 星期一：衛生股長噴灑
 - B. 星期二：副衛生股長噴灑
 - C. 星期三：副總務股長噴灑
 - D. 星期四：環保股長噴灑
 - E. 星期五：副環保股長噴灑
 - (3) 隔日上學，每位學生自行以濕抹布擦拭課桌椅。

備註：稀釋漂白水消毒至少 10 分鐘後才有效果。
 - (4) 打掃時間，拖地的同學以稀釋之漂白水進行地面消毒。

(六) 推動班級良好衛生習慣 - 勿共食、勤洗手

1. 請導師及正副衛生股長協助宣導。
2. 內容：
 - (1) 良好衛生習慣：打噴嚏、咳嗽需掩住口、鼻，擤鼻涕後要洗手，避免用手碰觸眼口鼻...) 及妥善處理口鼻分泌物等
 - (2) 勿共食、共飲：請坐在自己位子上吃飯，不聚在一起吃飯，更不要共用餐具、共食、共飲。為了自己也保護家人，勿將可能傳染的病菌體因共食而帶回家。
 - (3) 勤洗手：以洗手乳或肥皂正確勤洗手【濕、搓、沖、捧、擦】，自我保護、萬無一失。

- (4) 洗手乳常見問題：若洗手乳沒了，請向衛生組反應；洗手乳瓶壓頭彈不起來，請自行拉起；洗手乳瓶壓不下去，請轉到正確方向，若正確方向仍無法壓，請聯繫衛生組。

三、教職員工防疫措施

(一) 量測體溫：進辦公室後請自主量體溫

若額溫 $\geq 37^{\circ}\text{C}$ 請至健康中心量耳溫，若有發燒情形，請回家休息。

(二) 消毒

各辦公室放置一瓶酒精，請指定負責人或輪序進行消毒，如門把、開關、話筒、水龍頭、討論區桌面。

四、訪客防疫措施

(一) 量測體溫

1. 地點：校門口警衛協助訪客體溫量測
2. 有發燒狀況者(額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$)，不予入校。
3. 填寫健康聲明書

(二) 戴口罩：入校訪客請全程戴口罩

五、販賣部與熱食部防疫措施

(一) 中午(11、12點下課時間)因人潮眾多，進熱食部與販賣部消費之師生均須佩戴口罩。

(二) 督導熱食部員工管理：

1. 掌握旅遊史及接觸史的名單
2. 量測體溫：熱食部自備體溫計，由負責人督促所有員工進熱食部即測量體溫並登記，紀錄留存，衛生組不定時抽查。
3. 落實戴口罩及肥皂勤洗手。
4. 每日進行檯面、地面及常碰觸物品表面的消毒工作。
5. 若有發燒及呼吸道症狀，務必休息。
6. 提醒同學戴口罩、勿交談。

(三) 販賣機每日上下午進行接觸區的消毒，但因使用頻繁，建議同學使用後用肥皂洗手。

六、全校消毒措施

(一) 開學前消毒：8/29

(二) 開學後每日消毒：

1. 請參考學校公告「防疫專區」之消毒方法。
2. 公共區域：
 - (1) 時間：打掃時間
 - (2) 區域：依排定班級消毒分配區域進行消毒

(3) 消毒範圍：廁所門把、洗手槽水龍頭開關、飲水機按鍵等

七、其餘相關衛教宣導

戴口罩對象與時機

- (一) 出入醫療照護機構、大眾運輸、賣場市集、教育學習場所、展演競賽場所、宗教場所、娛樂場所、大型活動等八大類人潮擁擠及密閉空間場所，請戴口罩。
- (二) 有發燒或呼吸道症狀者，要戴口罩。
- (三) 免疫較差者，要戴口罩。
- (四) 無法保持安全距離(室外 1 公尺、室內 1.5 公尺)請配戴口罩。

八、相關防疫事項將視疾病管制署及嚴重特殊傳染性肺炎中央流行疫情指揮中心疫情公布情形，隨時調整之。