

# 關於腸病毒防治的543

## 正確洗手 5 步驟



咳嗽哈啾要洗手



飯前廁後要洗手



玩具球球要消毒



症狀嚴重要就醫

## 4 要注意!

## 3 不

因為很重要，所以講3次！

## 生病不上課



## 漂白水稀釋與泡製方法

★一般環境消毒，請使用500ppm濃度之漂白水

★嘔吐物或排泄物汙染之物品或表面，請使用1,000ppm濃度之漂白水進行消毒

市售漂白水 濃度	500ppm		1,000ppm	
	漂白水(ml)	清水(公升)	漂白水(ml)	清水(公升)
5%~6%	100	10	200	10
8%	62.5	10	125	10
10%	50	10	100	10
12%	42	10	84	10

※請使用有刻度之量杯正確量測漂白水與清水，兩者混合且均勻攪拌後，於24小時內使用完畢。

※請以抹布或拖把沾取稀釋後漂白水做擦拭、消毒，靜待30分鐘後再用清水擦拭。

※使用稀釋漂白水執行清潔、消毒工作時，保持環境通風，並請配戴口罩與手套，以免刺激皮膚。



# 新北市教(托)育機構腸病毒防治通知單【一般版】

親愛的家長您好：

目前時節已進入腸病毒流行期，由於在學校/機構裡孩子們接觸及互動頻繁，請讓孩子們養成正確洗手等衛生習慣，且毛巾、手帕等需保持清潔；玩具應定期清洗、消毒，並避免幼兒將其放入口中；均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以增強免疫力，若出現疑似腸病毒感染症狀請儘速就醫並在家中休息。

## 腸病毒小百科

- ▶ 經由腸胃道、呼吸道傳染，接觸患者糞便、口鼻分泌物及皮膚上潰瘍水泡等途徑傳染。
- ▶ 潛伏期平均為3至5天，在發病前數天即有傳染力，通常以發病後一週內傳染力最強。
- ▶ 多為無症狀感染或似一般感冒症狀，常引起的症狀為手足口病或疱疹性咽峽炎。
- ▶ 出現下列任一重症前兆，請儘速帶孩子至大醫院就醫。
  - (1)嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力
  - (2)肌抽躍（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮）
  - (3)持續嘔吐
  - (4)呼吸急促或心跳加快

## 預防小叮嚀

- ▶ 勤洗手，養成良好的個人衛生習慣。
- ▶ 均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以增強免疫力。
- ▶ 生病時應儘速就醫，並請假在家休息。
- ▶ 注意環境的衛生清潔及通風。消毒建議請參見背面說明
- ▶ 流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
- ▶ 儘量不要與疑似腸病毒感染病患接觸，尤其是孕婦、新生兒及幼童需特別注意。
- ▶ 兒童玩具(尤其帶毛玩具)經常清洗、消毒。
- ▶ 大人返家後，記得先洗手及換衣物再接觸幼童。

更多的腸病毒防疫資訊，可至：新北市政府衛生局網站/疾病防疫專區/腸病毒防治查詢

確---認---回---條

教托育機構章戳

家長簽名



新北市政府衛生局  
Department of Health, New Taipei City Government

關心您