

# 防止流感

## 居家防止疾病傳播要訣

### 注意事項

#### 養成良好衛生習慣

- 避免觸摸眼睛、鼻腔和口腔
- 咳嗽和打噴嚏時用紙巾或衣袖掩住口鼻
- 經常用肥皂和溫水洗手二十秒鐘  
(如果沒有肥皂和水，可用消毒擦手劑)



#### 保持整潔居家習性

- 打開窗子讓新鮮空氣進入公用空間
- 以家用滅菌劑擦拭家具表面
- 用洗碗劑或熱水加肥皂清洗餐具
- 不要“摟抱”髒汙衣物以免染病



#### 與病人保持距離

- 避免近距離接觸病人  
(可能情況下，離開三英尺)
- 若有條件，病人應分房睡覺和用餐
- 同住一室者，床位應相互頭腳錯開



#### 居家處理癥狀

- 病人應留在家裡，直至退燒後二十四個小時
- 病人應喝透明流質如水、清湯和運動飲料，以防脫水
- 小兒至十八歲以下青少年**請勿**服用阿司匹林或含阿司匹林的藥物
- 年齡不足四歲之兒童未經諮詢保健醫務人員**請勿**服用非處方藥品



#### 病人若出現以下癥狀應立即送醫急診...

- 呼吸局促或呼吸困難
- 胸痛
- 攝入液體後嘔吐不止
- 神志不清
- 突發暈眩
- 膚色發青或發灰

10/16/09