

多運動、勤洗手、及早治療，健康百分百-流感預防措施

(文/ 學生事務及校園安全組胡瑋倫提供)

臺灣流感疫情每年自 11 月下旬開始升溫，於年底至翌年年初達到高峰，教育部提醒，急性病毒性呼吸道疾病常引起發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等症狀，學校師生應特別注意身體健康，多運動、勤洗手、及早治療，加強流感防治。

衛福部疾管署宣布 10 月 1 日起公費流感疫苗開打，為維護國人健康，106 年度流感疫苗接種計畫採購 600 萬劑，疫苗涵蓋全人口數達 25%，除去年公費流感疫苗接種對象外，今年另擴增 6 個月內嬰兒之父母與幼兒園教保服務人員及托育機構專業人員，讓更多民眾得以受到疫苗的保護，降低群聚感染發生機率。

流感病毒是經由飛沫及接觸傳染，人潮擁擠處易快速傳播，由於校園內同儕接觸頻繁，教育部呼籲有咳嗽症狀的教職員工生，請務必戴上口罩，盡可能與旁人保持適當距離，咳嗽時請用手帕或衛生紙摀住口鼻(遇緊急打噴嚏時，請用衣袖掩口鼻)，使用過的衛生紙請丟入加蓋的垃圾桶，並養成勤洗手習慣。

為避免群聚感染及嚴重併發症，學校師生如有流感症狀應儘速就醫治療，由於抗病毒藥劑在發病後的 48 小時內使用效果最好，當出現流感相關症狀時，應及早診斷與治療，尤須特別注意是否出現呼吸短促、呼吸困難、發紺、血痰或濃痰、胸痛、意識改變、低血壓或高燒持續 72 小時等流感危險徵兆，如有上述病徵則應立即前往醫院接受適當治療，以掌握治療的黃金時間。

教育部貼心小叮嚀，流感高峰期，請記得多運動、勤洗手、戴口罩、及早治療，健康百分百。另有關流感相關防治措施可至疾管署網站(<http://www.cdc.gov.tw> 另開新視窗)，或撥打免付費民眾疫情通報及關懷專線 1922 洽詢，如話機無法撥打簡碼電話號碼，請改撥 0800-001922 防疫專線。