

# COVID-19(武漢肺炎)防治-勤洗手與環境消毒





# 正確勤洗手步驟：

內、外、夾、弓  
大、立、完

## 正確勤洗手 保護你我他

濕洗手40~60秒

先用水沾濕雙手後，使用肥皂或洗手乳，  
再進行洗手七步驟：





酒水4:1

## 自行配製75% 酒精 真Easy



95%酒精

用量米杯或多多瓶量4次



量1次純水

👉 自來水煮沸冷卻的水即可

75%酒精完成囉!!



倒入寶特瓶保存

👉 包裝記得標示以免誤用



酒精濃度介於70-78%  
就有效，不一定要稀  
釋到將將好喔~



可倒入乾淨的乾洗  
手瓶、化粧水噴霧  
瓶等容器使用

2020/02/02

衛生福利部  
食品藥物管理署  
FDA

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

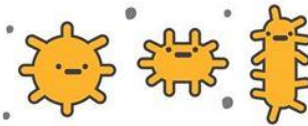
衛生福利部  
Ministry of Health and Welfare

中華民國經濟部  
Ministry of Economic Affairs, R.O.C.

## 自己調配消毒水 啦啦，好簡單



消滅對象：細菌、真菌、病毒



用途：一般環境、物品消毒

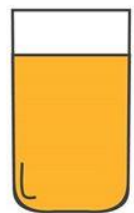


材料：

市售含氯漂白水、清水

濃度：500ppm

稀釋倍數：100倍



稀釋方法：

小量：10cc漂白水  
+1公升清水中



大量：100cc漂白水  
+10公升清水中



當天配製好要標示日期名稱  
未使用完在24小時後應丟棄喔！

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC 告



# 口罩配戴及卸除要訣

## 正確戴口罩4步驟



## 正確脫口罩3步驟

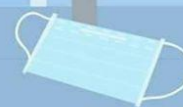


## 使用後的廢棄口罩 ！請勿隨意丟棄！



【一般民眾】  
使用後的口罩

以一般廢棄物處理  
請丟入垃圾桶



中央流行疫情指揮中心 關心您

2020/02/01

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

行政院環境保護署  
Environmental Protection Administration  
Executive Yuan, R.O.C. (Taiwan)



# 口罩購買地點

- 搜尋：**口罩地圖/防疫一把罩**

<https://mask.goodideas-studio.com/>

<https://mask.polstargps.com/>



- 口罩購買地點：

## 1. 埔里健保特約藥局28家

**健保署查詢網站**

<http://www.nhi.gov.tw/QueryN/Query3.aspx>

## 2. 埔里衛生所購買口罩

日期：週一至週日

**時間：上午10點-12點**



# 健保署查詢網站

<http://www.nhi.gov.tw/QueryN/Query3.aspx>



衛生福利部中央健康保險署  
NATIONAL HEALTH INSURANCE ADMINISTRATION  
MINISTRY OF HEALTH AND WELFARE

健保特約醫事機構查詢

1.醫事機構代碼：  
2.醫事機構名稱：  
3.區域別：  
4.地址：  
5.特約類別：  
6.服務項目：  
7.診療科別：  
8.預防保健：  
9.公費流感藥物醫療機構：  
10.垂直整合策略聯盟：  
11.無障礙設施

南投縣 ▼ 埔里鎮 ▼  
藥局 ▼  
請選擇 ▼  
請選擇 ▼  
請選擇 ▼  
請選擇 ▼  
所有策略聯盟 ▼  
請選擇 ▼

# 咳嗽禮節與手部衛生

## 咳嗽禮節與 手部衛生

防範流感，請落實  
咳嗽禮節與手部衛生

手部衛生：

- ✓ 拱手取代握手
- ✓ 咳嗽用手帕掩口鼻
- ✓ 用肥皂勤洗手
- ✓ 雙手不碰觸眼口鼻







# 居家隔離 & 居家檢疫 & 自主健康管理 差在哪裡？



## 居家隔離

確定病例接觸者



居家隔離14天

(每日追蹤2次健康狀況)

### 隔離期間：

- 需留在家中or指定地點
- 不能外出、搭乘交通工具、出境或出國

未配合者依法最高可罰30萬  
必要時強制安置



## 居家檢疫

具中港澳旅遊史(含轉機)者



居家檢疫14天

(每日追蹤1-2次健康狀況)

### 檢疫期間：

- 需留在家中或指定地點
- 不能外出、搭乘交通工具、出境或出國

未配合者依法最高可罰15萬  
必要時強制安置



## 自主健康管理

申請赴港澳獲准者/  
已檢驗陰性且符合解除  
隔離的通報個案



自主健康管理14天

### 健康管理期間：

- 盡量避免外出、需外出應全程配戴口罩
- 每日早晚量體溫一次，落實咳嗽禮節
- 身體不適時撥打防疫專線1922依指示就醫



# 平安住宿・安心防疫



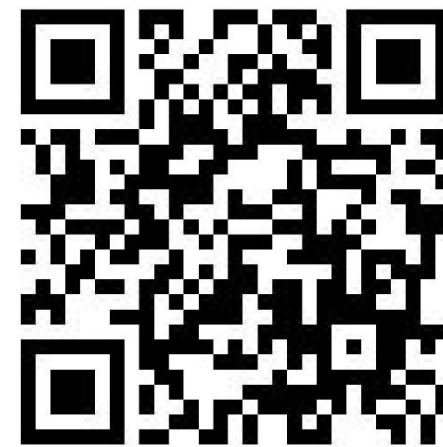
## 歡迎回來臺灣

海外返國的朋友請留意，根據最新規定，入境臺灣的所有人都需居家檢疫14天。



## 居住在離島的朋友

自4月1日起，離島居民返國後，不能搭乘國內航線班機或船舶，需於本島完成居家檢疫，才能返回離島。



## 安心防疫旅宿專區

如果您沒有合適住所可以進行居家檢疫，各縣市皆設有「安心防疫旅宿」，只要掃描上方QR Code，即可線上了解相關聯繫方式。





# 疫情通報與關懷專線

- 校內通報專線校安中心 049-2910000(24小時)/0932-576-184
- 衛保組分機 2750-2751
- 生輔組分機 2310-2316
- 衛福部疾管署防疫專線 1922 或 0800-001922

更多資訊請參考<https://reurl.cc/b6vpk1>網站

