

寒假年節將屆，正值流感及諾羅病毒疫情流行，請務必加強防制措施

一、寒假期間預計前往國內外獲大陸地區旅遊、學術交流之館所學校教職員工生，應避免接觸禽鳥，尤其切勿撿拾禽鳥屍體；食用雞、鴨、鵝及蛋類要熟食，並特別注意下列事項：

(一)行前做好準備：

- 1、留意充分了解前往地區疫情概況。
- 2、攜帶衛生紙、口罩、體溫計或酒精洗手液等各項預防用具，以便有需要時使用。

(二)旅遊期間及返國後個人衛生管理

- 1、洗：用肥皂經常洗手，以保持雙手清潔。
- 2、戴：出現發燒、上呼吸道症狀，請配戴口罩，並立刻通報導遊領隊，請其協助就醫處理。
- 3、量：自大陸地區返國，於下飛機(船)時，若有發燒(38 度以上)、咳嗽等疑似症狀，且發病前 14 日內曾至大陸 H7N9 流感病例發生地區，請主動告知機場(港口)檢疫站，檢疫人員將協助後送至醫院就醫。

二、諾羅病毒感染是引起病毒性腸胃炎的常見原因，好發於冬季、傳染力強，主要是經由糞口傳染，透過曾與病人接觸、食用遭汙染的食物或飲料等都可能造成感染，感染後 1-3 天開始出現腸胃炎症狀，視個人健康情況，症狀可能持續 1-10 天。主要症狀為水瀉、嘔吐，並可能伴隨頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉痠痛等症狀，嬰幼兒、老年人、免疫不全旅客症狀可能較為嚴重。該病毒在全球各國家地區皆有感染風險，過去在已開發國家也多次傳出流行疫情。寒假年節期間計劃赴海外旅行，應特別留意選擇衛生良好的餐宿地點，盡量食用熟食或熱食，烤肉應避免生熟食交叉感染，飲用瓶裝水或煮沸的水，飯前、廁後務必以肥皂等清潔劑洗淨雙手。

三、H7N9 流感及諾羅病毒防治資訊、最新疫情等，請參閱衛福部疾管署網站 (<http://www.cdc.gov.tw>)；有關「旅遊風險地圖」資訊，可逕至該署網站「出入境健康管理」選項之「國際重要疫情資訊」專區搜尋，或撥打免付費民眾疫情通報及關懷專線 1922(或 0800-001922)洽詢。

進修部學務組 關心您