流感衛教通知

1. 潛伏期： 1～4天，一般為2天

(二)傳染期： 成人大約在症狀出現後3～7天，幼童甚至可長達數十天

(三)臨床症狀：

感染流感後主要症狀為發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛及

咳嗽等，部分患者伴有腹瀉、嘔吐等症狀。

(四)、衛教宣導：  
 1.加強個人衛生習慣，勤洗手，避免接觸傳染。  
 2.如有出現類流感症狀，如有發燒、咳嗽等症狀，請及早就醫，以防感

染流感引起肺炎、腦炎等嚴重併發症；就醫後宜盡量在家休息，減少出

入公共場所；如有外出，請記得戴上口罩，並注意咳嗽禮節，於咳嗽或

打噴嚏時，以手帕或衣袖捂住口鼻，避免病毒傳播。  
 3.於流感流行期間，民眾盡量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場

所，減少病毒感染機會。

(五)疾管署建議：落實生病不上班、不上課。生病個案採自我居家隔離照 護，解除症狀後24小時復課。

(六)請各班導師配合提醒口罩配戴及適時環境消毒，如有A型流感確診同學請聯絡健康中心協助配合宣導辦理。

各位導師 您辛苦了 謝謝您的配合 平安