

# H7N9 禽流感預防措施

禽流感病毒會存在於受感染禽鳥的呼吸道飛沫顆粒及排泄物中，人類主要是透過吸入及接觸禽流感病毒顆粒或受污染的物體與環境等途徑而感染。病例臨床表現多為早期出現發燒、咳嗽等呼吸道感染症狀，而後發展為嚴重肺炎和呼吸困難等嚴重病徵，若出現類似症狀者請勿輕視需立即就醫檢查。

## H7N9 禽流感預防方法

- 一、勤洗手，雙手避免任意碰觸眼、鼻、口等黏膜。
- 二、保持空氣流通，咳嗽、打噴嚏需遮掩口鼻，若出現發燒、咳嗽、喉嚨痛等呼吸道症狀，應戴口罩並就醫，儘量不上班、不上課。
- 三、避免接觸禽鳥及其分泌物，若不慎接觸，應馬上以肥皂澈底清潔雙手。
- 四、禽肉及蛋類澈底煮熟。
- 五、不要購買或飼養來源不明或走私的禽鳥。
- 六、一般民眾平時應養成良好個人衛生習慣、注意飲食均衡、適當運動及休息，維護身體健康。
- 七、有禽鳥接觸史、流行地區旅遊史的民眾，若出現發燒、喉嚨痛、咳嗽、結膜炎等症狀，請戴口罩儘速就醫，並主動告知接觸史、工作內容及旅遊史等。
- 八、口罩是居家常備保健物品，宜適量準備。

學務處 衛保組 關心您