病毒性腸胃炎

1. 傳染途徑:病毒性腸胃炎是由感染病毒所造成，有多種不同的病毒均可能導致腸胃炎，最常見的是輪狀病毒、諾羅病毒及腺病毒感染。
2. 症狀:噁心、嘔吐、腹瀉、腹絞痛、發燒等(**症狀解除後48小時，再恢復上班上課**)。
3. 抵擋病毒性腸胃炎方法

\*確實洗手:進食前如廁後應洗手(濕搓沖捧擦)

\*蔬果要清洗乾淨、減少生食

\*避免共食:與人共食最好使用公筷母匙

\*配戴口罩

 \*環境消毒(★市售漂白水100㏄+清水5000㏄ →1000PPM (0.1%)

新冠肺炎疫情

1.貴子女如發燒、肌肉痠痛、疲勞、全身無力、咳嗽、噁心、腹痛、腹瀉、鼻塞、流鼻水、胸悶、頭痛、呼吸困難、味覺嗅覺消失等症狀,請 立即配戴口罩盡速就醫,建 議在家休息,並立即通知學校。

2.請注意手部衛生,勤洗手(手髒汙時、進食前或準備食物前、上廁所後、接觸生病人前後、看病後、擤鼻涕後)。

3.請注意呼吸道衛生及咳嗽禮節(1.有發燒或咳嗽應**戴口罩**2.手部接觸到呼吸道分泌物後要洗手.咳嗽時用衛生紙.手帕或衣袖遮住口鼻)。

4.盡量不用手碰觸眼口鼻。

5.避免至人潮擁擠的地方活動。

6.保持環境清潔,每日請用市售漂白水:水=1:100稀釋清潔經常接觸的表面(如桌面、門把、鍵盤、水龍頭、電話等)

腸病毒

腸病毒防疫常因口、飛沫及接觸等途徑傳染，控制不易，敬請家長協助預防。方法如下：

1.增強個人之免疫力：注意營養、均衡飲食、適當運動及充足睡眠。

2.加強個人衛生:正確且勤加洗手，預防自身感染，避免藉由接觸傳染給嬰幼兒。

 ※*把握洗手7時機;*上廁所後、吃東西前、看病前後、跟小朋友玩前、擤鼻涕後、回到家後、玩遊戲後。

 ※*落實洗手五步驟:*濕、搓(20秒)、沖、捧、擦。

3.注意環境衛生:保持環境清潔且通風良好。

4.避免接觸受感染者:避免出入過度壅擠之公共場所，不要與患病家人或同學親密接觸。

5.如有疑似腸病毒症狀請儘速就醫，並且與班級老師聯絡。

6.**病童請於確診時通報學校，並於確診日起 請假在家休息7天**，以避免傳染給同學。因為被傳染者其所接受的病毒量往往較高，病情嚴重程度更加提高。

7.患童請牢記腸病毒重症3危:

 ※第一危:3歲以下危險族群。

 ※第二危:感染後3天危險期。

 ※第三危:昏睡、持續嘔吐、肌躍型抽搐、

 呼吸急促或心跳加快。

 出現以上症狀請盡速就醫(新樓.奇美.成大等醫院)。

8.患者住家環境每日漂白水消毒泡製方法:

 ※一般環境消毒

 漂白水:水=1:100

 ※分泌物排泄物浴廁消毒

 漂白水:水=1:50

 小新國小關心您