

聖公會蔡功譜中學

防禦流感及其他呼吸道傳染病、登革熱

一. 流感及其他呼吸道傳染病

為保障學生健康，學生每天上學前應探熱，並於學生手冊P.138「體溫記錄表」內記錄及由家長簽署，以便班主任查閱。以下各項，並謹請 台端切實執行：

- 如學生出現發燒情況，則不應上學。（如用口溫探熱器，體溫不高於攝氏 37.5 度(華氏 99.5 度)均屬正常。如採用耳探體溫，體溫不高於攝氏 38 度（華氏 100.4 度)亦屬正常)；
- 如學生出現發燒、咳嗽、喉嚨痛等上呼吸道感染病徵時，應戴上口罩，及早求醫，並留在家中休息。若出現發燒，則須於退燒後至少兩天，才回校復課；
- 如學生需留院觀察，家長需立即致電學校通知班主任或關綺媚副校長；
- 與學校合作，將患病學生即時從學校接往診所求診；
- 提醒子女應將口鼻分泌物用紙巾包好，棄置於有蓋垃圾箱內；
- 為子女提供手帕或紙巾，並提醒子女不應與他人共用毛巾或紙巾；

此外，衛生署長亦建議採取以下措施預防流感及其他呼吸道疾病：

- 接種季節性流感疫苗，保障個人健康；
- 雙手一旦染污，應使用梘液和清水以正確方法洗手；
- 當雙手沒有明顯污垢時，用含70%至80%的酒精搓手液潔淨雙手；
- 勤潔手，特別在觸摸口、鼻或眼之前，或觸摸扶手或門把等公共設施後；
- 打噴嚏或咳嗽時應掩着口鼻，其後應徹底洗手；
- 將染污的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內；
- 如出現呼吸道感染病徵，應佩戴口罩；
- 保持室內空氣流通；
- 在流感流行期間，避免前往人多擠逼或空氣流通欠佳的公眾地方；高危人士在這些地方逗留時可考慮佩戴外科口罩；及
- 保持均衡飲食、恆常運動及充足休息。

二. 登革熱

登革熱是一種由登革熱病毒引起的急性傳染病，此病毒經由蚊子傳播給人類。登革熱常見於熱帶及亞熱帶地區，例如在鄰近的多個東南亞國家，登革熱已成為一種風土病。登革熱病毒共有4種不同血清型，每一型均可引致登革熱及重症登革熱（又稱為登革出血熱）。

登革熱的病徵包括高燒、嚴重頭痛、眼窩後疼痛、肌肉及關節痛、嘔心、嘔吐、淋巴結腫脹以及出疹。有些人在感染登革熱病毒後，可以沒有明顯的病徵，有些人則只會有發熱等輕微病徵，例如兒童發病時或會出現一般性的發熱症狀及出疹。

登革熱的潛伏期為 3–14 天，通常為 4–7 天。旅遊人士從受影響地區回來後若感到身體不適，應盡快求醫，並將行程細節告知醫生。

為預防登革熱，清除孳生源是最簡單、有效的方法。家戶每週進行積水容器「巡、倒、清、刷」，經常且仔細「巡檢」居家戶內外周圍花瓶、盛水盤、廢水桶、廢保利龍、廢寶特瓶、廢棄鍋碗、水缸、盆栽墊盤、塑膠帆布及廢輪胎等容易積水器物，將積水「倒掉」，不要的器物予以分類「清除」，減少容器，留下的器物應澈底「刷洗」去除斑蚊蟲卵，收拾或倒置勿再積水養蚊。

如果經醫生診斷確定感染登革熱，應注意事項:

- 一、遵照醫師指示服藥、休息、多喝水。
- 二、自發病後五日內，應注意避免被蚊蟲叮咬，而將病毒藉由蚊蟲散播出去。

建議防蚊措施：

- 一、到戶外地方時，宜穿著淺色長袖衣褲
- 二、使用捕蚊燈或電蚊拍（蚊香僅具驅蚊效果）
- 三、必要時塗抹防蚊藥劑
- 四、生病期間儘量在家休息
- 五、家中親友倘出現類似症狀，應請他們儘速前往醫療院所就醫。
- 七、家戶及社區地毯式檢查及清除各種積水容器，並配合衛生單位通知實施緊急噴藥措施。

若學生因病缺課，本校會盡量為學生提供學習支援，不會因缺課影響日後學習進度；如在病假期間校內有測驗及考試，學校一律以常分計算該科成績，家長毋須擔心。

要有效預防傳染病，必須保持警覺，加強個人衛生及環境清潔。家長的支持是重要的一環，謹此籲請各位家長通力合作，保持家居清潔衛生，時刻提醒 貴子弟注意個人衛生，做好一切預防傳染病的措施。