

## 預防禽流感 -- 給學校的健康建議

### 禽流感

流感病毒有不同類型。禽流感是由主要影響鳥類和家禽（如雞或鴨）的流感病毒引致，例如 H5N1，H9N2，H7N9。人類感染禽流感的病徵包括眼部感染（結膜炎）、流感樣病徵（例如發燒、咳嗽、喉嚨痛、肌肉痛）或嚴重的呼吸道感染（例如肺炎）。較嚴重的類型（包括感染 H5N1 或 H7N9 病毒）可引致呼吸衰竭、多種器官衰竭，甚至死亡。

### 在學校內預防禽流感

染病的禽鳥（活鳥或死鳥）及其糞便可能帶有病毒，因此，學生及員工應留意以下重點以加強預防感染禽流感：

#### 學生及員工

- 避免接觸禽鳥(活鳥或死鳥)或其糞便。
- 如曾接觸禽鳥(活鳥或死鳥)，要立刻用梘液和清水洗手。
- 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩住口鼻，把用過的紙巾棄置到有蓋垃圾桶，其後用梘液和清水洗手。
- 觸摸眼睛、鼻和口前應徹底洗手
- 保持雙手清潔，正確地用梘液和清水洗手；並用乾手機或即棄抹手紙抹乾雙手。如雙手沒有明顯污垢時，可用含 70 - 80%酒精搓手液潔手。搓手最少 20 秒。
- 均衡飲食、適量運動、充足休息，避免過度緊張和避免吸煙，以增強身體抵抗力。
- 如學生或員工出現呼吸道感染徵狀：
  - ◆ 並要戴上口罩；
  - ◆ 盡早求診；如從禽流感影響地區返港，應通知主診醫生；
  - ◆ 留在家中休息，及切勿上學。

#### 學校管理人員：

- 確保洗滌槽及廁所內備有梘液，以及用完即棄的抹手紙或乾手機。
- 在沒有洗手設施的地方，應提供 70 - 80%酒精搓手液。
- 學校應參考酒精搓手液容器上的指示，正確使用和貯存酒精搓手液。根據消防處的建議，每間學校不能存放多於二十公升的酒精搓手液（40 瓶每瓶 500 毫升，或 200 瓶每瓶 100 毫升，或以上兩款容量的組合）。若超出上述數量，酒精搓手液必須存放於經認可的第五類危險物品倉庫內。
- 經常接觸的表面、玩具及共用的物品，應至少每日以適當的消毒劑（如一份含 5.25%次氯酸鈉的家用漂白水加入 99 份清水用於非金屬表面；或以 70% 火酒用

- 於金屬表面) 清潔消毒，待 15 - 30 分鐘後，以清水清洗和抹乾。
- 被呼吸道分泌物、嘔吐物或排泄物弄污的地方，應先以吸水力強用完即棄的抹手紙拭抹，然後用適當的消毒劑消毒受染污及其附近的地方 (如一份含 5.25% 次氯酸鈉家用漂白水加入 49 份清水用於非金屬表面；或以 70% 火酒用於金屬表面)，待 15 - 30 分鐘後，以清水清洗和抹乾。
  - 確保室內空氣流通
    - ◆ 維持空調設備的良好性能，並經常清洗隔塵網；
    - ◆ 開啟風扇及抽氣扇；
    - ◆ 課室內的窗戶應不時打開，並注意窗戶及氣窗應裝於不同的牆壁上，以改善對流。
  - 保留員工及學生的病假記錄。當缺席的人數增加時：
    - ◆ 與缺席的員工或家長/ 監護人聯絡，確定他們缺席的原因；
    - ◆ 當學生或職員相繼出現相類似的病徵而缺席，應通知衛生署衛生防護中心。

## 更多資料

如欲獲得更多資料，可瀏覽衛生署衛生防護中心網站 [www.chp.gov.hk](http://www.chp.gov.hk)，或致電衛生署二十四小時健康教育熱線：2833 0111 查詢。

衛生防護中心

2013 年 4 月