



感染控制處

衛生防護中心
Centre for Health Protection

Infection Control Branch

本署檔號 Our Ref. : DH/ICB/12-22

來函檔號 Your Ref. :

電話 Tel. : 2125 2925

傳真 Fax No. : 3523 0753

校長/學校負責人：

注意手部衛生可減低流感於校園傳播

冬季的流感高峰期正逼近香港，專家預計人類豬型流感亦將於冬季有第二波的爆發。因此，我呼籲老師鼓勵和指導學生高度注意手部衛生，因為雙手的清潔有效防止流感傳播。

手部衛生可以視液及水洗手或在無可見的污漬下使用酒精搓手液潔手。在下列情況下，應潔手：

- 觸摸眼、口和鼻前
- 打噴嚏及咳嗽後
- 處理食物、進食前
- 如廁後
- 觸摸過受污染的物件或環境後
- 接觸或處理傷口之前及後



衛生防護中心乃衛生署
轄下執行疾病預防
及控制的专业架構
The Centre for Health
Protection is a
professional arm of the
Department of Health for
disease prevention and
control

正確的潔手方法有 7 個步驟。



潔手技巧:



1

掌心擦掌心



2

掌心擦手背，手指交錯，兩手互換



3

掌心對掌心，手指交錯，互擦指罅



4

兩手互握，互擦指背



5

拇指在掌中，旋轉互擦，兩手互換



6

指尖在掌心旋轉互擦，兩手互換



7

掌心擦手腕，兩手互換



學校亦應重視以下各措施，預防流感發生：

- 保持室內通風系統良好。
- 用 1 比 99 稀釋家用漂白水（加 1 份 5.25% 次氯酸鹽溶液入 99 份水中），加強清潔和消毒校舍環境；或用 70% 酒精消毒金屬性表面。
- 提供規液、酒精搓手液和口罩，以助學生遵守良好的個人衛生（例如：正確的手部衛生，常守咳嗽禮儀）。
- 透過均衡飲食、恆常運動、充足休息和減壓等，以使學生建立良好的免疫力。
- 建議有流感徵狀的學生，戴上口罩，並儘快求醫。



衛生防護中心乃衛生署
轄下執行疾病預防
及控制的專業架構
The Centre for Health
Protection is a
professional arm of the
Department of Health for
disease prevention and
control

為協助學校準備即將到來的冬季流感高峰期及其他傳染病，我們將

。

有關最新的流感情況及資料，可瀏覽衛生防護中心網頁內上載每週出版的《人類豬型流感及季節性流感直擊》(<http://www.chp.gov.hk/>)。

衛生防護中心
感染控制處感染控制主任

黃天祐

(黃天祐醫生)

二零零九年十二月一日



衛生防護中心乃衛生署
轄下執行疾病預防
及控制的專業架構
*The Centre for Health
Protection is a
professional arm of the
Department of Health for
disease prevention and
control*