

咳嗽禮節與手部衛生

防範流感，請落實咳嗽禮節與手部衛生

1 咳嗽時用衛生紙遮住口鼻，然後將紙丟進垃圾桶。



2 如果可以忍受，咳嗽時應戴口罩。



3 手部接觸到呼吸道分泌物之後務必要洗手（使用酒精性乾洗手劑或肥皂及清水洗手）。



4 儘可能與別人距離保持1公尺(3英尺)以上。



手部衛生：

- ✓ 拱手取代握手
- ✓ 咳嗽用手帕掩口鼻
- ✓ 用肥皂勤洗手
- ✓ 雙手不碰觸眼口鼻

廣告



正確戴口罩4步驟



中央流行疫情指揮中心 關心您

TAIWAN CDC

常見口罩功效比一比 防範武漢肺炎病毒，哪種好？

有效過濾病毒



外科口罩

阻隔飛沫傳染病菌

適合所有感冒等症狀及
前往醫院等不通風場所



N95口罩

阻擋95%以上病菌

飛沫傳染病毒流行時期
主要是醫護人員使用

無法隔絕病毒



活性碳口罩

可吸附去除異味

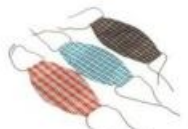
適合戶外騎車、油漆使用
不建議用於防疫



海綿口罩

阻隔花粉、塵埃

用於過濾花粉、塵埃
不建議用於防疫



棉布口罩

過濾大顆粒物質

適合普通清掃工作或
一般保暖使用

口罩正確使用小撇步

一般外科口罩要 **每天替換**，若無法吸附異味時、髒污、潮濕、破損時要立即更換

常見NG方式



1 反戴口罩



2 使用超過1天



3 清洗口罩



4 只遮住嘴巴·露出鼻子



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC



www.cdc.gov.tw



1922防疫達人
www.facebook.com/TWDCDC



Taiwan CDC LINE@

免付費疫情通報及諮詢專線：1922

廣告