

✧ 什麼是登革熱？

登革熱是由「**登革病毒**」引起的急性病毒性疾病，透過病媒蚊（埃及斑蚊、白線斑蚊）叮咬傳播，並不會人傳人。每年5月至11月是流行高峰，尤其氣候溫暖、潮濕的地區（南部、校園、社區）風險最高。

▪ 潛伏期：約3~8天。

📌 常見症狀：

- 高燒（38~40℃）持續數天。
- 嚴重頭痛、眼窩痛。
- 肌肉痠痛、關節痛（俗稱「斷骨熱」）。
- 噁心、嘔吐、出疹。

⚠️ 嚴重登革熱可能導致出血、血壓下降、器官衰竭，應立即就醫！

🛡️ 登革熱預防 4 步驟：「巡、倒、清、刷」

✧ 病媒蚊特性：

- 活躍時間：清晨與黃昏。
- 喜愛乾淨積水容器，如花盆、瓶蓋、屋簷水槽。
- **埃及斑蚊偏好室內，白線斑蚊多在戶外活動。**

✧ 防蚊四步驟：

1. 🔍 巡：巡視宿舍、教室、陽台、浴室。
2. 💧 倒：倒掉花瓶、水桶、容器積水。
3. 🧼 清：清洗排水溝、地板、陰井。
4. 🧽 刷：刷洗容器邊緣，避免蚊卵附著。

🛡️ 自我保護措施：穿長袖衣物、使用防蚊液、使用蚊帳或蚊香。



🌸 水痘 Chickenpox | 別讓一顆小紅點，變成整週缺課！

✧ 什麼是水痘？

水痘是由「**水痘-帶狀疱疹病毒（VZV）**」所引起，透過飛沫或直接接觸傳染，**感染力極強**，容易在校園群聚環境中迅速傳播。

▪ 潛伏期：約10~21天（平均14天）

📌 典型症狀：

- 發燒、疲倦、喉嚨痛。
- 紅疹、水泡由頭臉→軀幹→四肢擴散。
- 疹子癢，約過2-5天轉為小水泡，3-4天後變乾結痂，7-10天痊癒。

⚠️ 成人感染水痘，併發症機率較高（肺炎、腦炎、皮膚感染）。

🛡️ 水痘預防從生活做起：

💉 疫苗接種：

- 國內已納入常規疫苗（1歲公費接種）。
- 建議未曾感染者補打疫苗一劑（可自費於合約院所）。

🏠 **感染者須隔離至所有水泡結痂乾燥為止。**

😷 日常勤洗手、戴口罩，避免接觸群聚區域（如教室、宿舍）。

💡 校園生活小叮嚀

- ✓ 若有疑似症狀，立即通報健康中心並就醫。
- ✓ 定期檢查宿舍環境，避免積水容器。
- ✓ 保持作息正常、飲食均衡、提升免疫力。
- ✓ 避免與病患密切接觸，落實個人衛生。



資料來源：衛生福利部疾病管制署、衛生福利部國民健康署、台灣感染症醫學會

長大還是會長「痘」

水痘迷思，你中了嗎？



▶ 建議幼兒於滿4到6歲自費接種第2劑