

H7N9 流感個案居家照護指引

疾病管制局 2013 年 4 月 11 日第 3 版

1. 目的

本份文件提供可能感染 H7N9 流感之個案於居家照護時參考使用。

2. 個人基本的防護措施

一般來說，流感主要透過感染者咳嗽或打噴嚏所產生的飛沫，另由於病毒也可短暫存活於物體表面，故病毒也可藉由手沾染感染者分泌物再接觸口、鼻或眼睛等而感染。此外，由於 H7N9 流感至目前為止，被認為具有透過接觸禽鳥而傳播之可能，因此，為減少感染風險，有效預防感染與疾病傳播，應採行之個人防護措施包括：

2.1 避免接觸禽鳥

避免接觸禽鳥類，尤其切勿撿拾禽鳥屍體；食用雞、鴨、鵝（含蛋類）需注意完全熟食。

2.2 維持手部清潔

原則上可以使用肥皂和清水或酒精性乾洗手液進行手部衛生。保持經常洗手習慣，洗手時用肥皂及水清洗至少 20 秒，尤其咳嗽或打噴嚏後更應立即洗手，當缺水或可用水量有限時，可用酒精性乾洗手劑替代。另應儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴(相關資訊可參閱「手部衛生指引¹」)。

2.3 注意呼吸道衛生及咳嗽禮節

2.3.1 有咳嗽等呼吸道症狀時應戴口罩，當口罩沾到口鼻

分泌物時，應立即更換並丟進垃圾桶。

2.3.2 打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻，若無面紙或手帕時，可用衣袖代替。

2.3.3 如有呼吸道症狀，與他人交談時，請戴上外科口罩並儘可能保持 1 公尺以上距離。

2.3.4 手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂搓手及澈底洗淨。

2.4 生病時在家休養:患者在症狀開始後，除就醫外，應儘量在家中休息。患者應避免搭乘大眾交通運輸工具，以避免將病毒傳染給其他人。

3. 居家照護措施

3.1 個案在家休養時，家人或其他同住者應負責照料，並協助病患處理飲食、洗衣及其他必要的生活維持事項。如病患無家人或其他同住者可予照料，或其家庭實在無法提供療養，地方政府應尋求其他社區資源協助。

3.2 個案如何保護旁人？可注意以下事項：

3.2.1 勤洗手可降低感染他人的風險。

3.2.2 注意咳嗽禮節與呼吸道衛生。

3.2.3 避免外出。有必要外出時(如就醫)，在可以忍受的情況下，應戴上外科口罩。

3.2.4 在家戶內公共區域時，也應配戴外科口罩。

3.3 家人如何幫助個案？

3.3.1 個案房間環境

3.3.1.1 最好讓個案居住於單獨的房間並保持通風良好；如家中有二間以上浴廁，可讓個案單獨使用一間。

3.3.1.2 建議於個案房間中準備下列物品：

- ◆ 提供每個病患專屬之茶杯，浴巾及毛巾
- ◆ 面紙
- ◆ 含上蓋垃圾桶並於內襯裝好垃圾袋
- ◆ 酒精性乾洗手劑
- ◆ 提供吸管及飲用水
- ◆ 溫度計
- ◆ 為個案準備足量的外科口罩
- ◆ 藥物(如病患為孩童，則藥物應放置於成年人房間為原則，以避免孩童誤食；另外，應於寫下藥物使用時間及劑量。)

3.3.1.3 個案清潔、洗衣與廢棄物處理

- ◆ 個案使用過的餐具、桌巾等，用水及清潔劑澈底清洗即可，無需獨立分開清潔，但在清潔前，不應與其他同居成員混用。
- ◆ 清洗個案的衣物、毛巾、床單，可用一般洗衣機加入清潔劑洗淨。另應將未清洗的衣物、床單裝入洗衣籃中，避免直接抱持，以免因接觸而感染。接觸過欲清潔之衣物、床單後，應立即以肥皂與清水清洗雙手或酒精類乾洗手液洗手。

- ◆ 個案使用過的面紙可置於垃圾袋中，與其他家庭垃圾一起丟棄並立即清潔雙手；另為方便個案丟棄使用過的面紙，可放置一垃圾袋在病患床邊。
- ◆ 可用適當的清潔劑或消毒劑擦拭病房及家戶內物品表面的清潔，特別是床邊的小桌子、浴廁、或孩童的玩具(詳細資料請參閱「消毒劑使用指引²」)。
- ◆ 衛浴設備應每日以清潔劑清洗。

3.3.1.4 除非就醫，應讓個案在家中休養，需外出辦理的事務儘量由家人代勞。

3.3.1.5 注意個案的心理需求，可讓個案藉由電視、廣播、報紙或網路排遣居家療養的時間，並給予最大的支持與關懷。

4. 家人如何減低感染風險？

- 4.1 儘量由同一成員照料病患。
- 4.2 其他同住者如並非主要負責照料個案者，避免進入個案房間。如欲探望病患，可使用電話或視訊方式取代當面拜訪。
- 4.3 進出個案房間應隨手關門，且接觸過患者或患者曾接觸過之物品後皆應洗手以避免感染。
- 4.4 如不可避免要與家中的個案面對面密切接觸，可配戴口罩，但需注意避免重複使用口罩，且脫除口罩後要洗手。而用過的口罩應儘量放入膠袋內密封丟棄。
- 4.5 個案及家人均應保持勤洗手之衛生習慣並互相提醒。

- 4.6 家中應保持良好的通風。
- 4.7 家中可適當消毒：可能受呼吸道分泌物污染的表面，如個案房間內，可執行消毒；為便於消毒，病人房間內陳設宜儘量簡單，移除不必要的物品(相關資訊可參閱「消毒劑使用指引²」)。
- 4.8 個案之同住者應隨時注意自身健康狀況，如有不適可主動與衛生單位聯繫，以利其安排儘速就醫。
5. 在家中隔離的個案，倘發生嚴重症狀或併發症，請主動與衛生單位聯繫，以利其安排儘速就醫治療。

參考資料

1. <http://www.cdc.gov.tw/professional/info.aspx?treeid=BEAC9C103DF952C4&nowtreeid=8C6EBFE10DFF948D&tid=AE8116C8EDFB1B2A>
2. <http://www.cdc.gov.tw/professional/info.aspx?treeid=BEAC9C103DF952C4&nowtreeid=05BD8640545C4E2D&tid=0C38DD0813D38E48>