

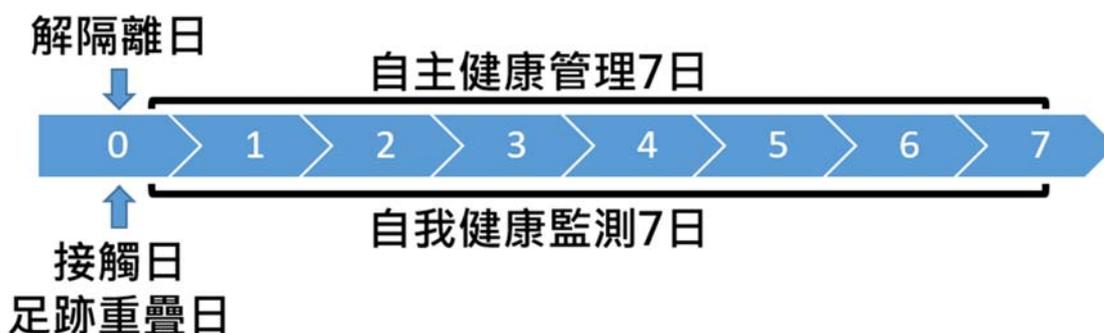
國立師大附中 COVID-19 自主健康管理與自我健康監測者防疫注意事項

111 年 4 月 12 日

一、**自主健康管理者** 注意事項：

隔離期滿後次日起進行 7 日之健康自主管理者

1. 如無症狀可正常上班上課。
2. 每日監測體溫及健康狀況，如有症狀請就醫(勿搭乘大眾運輸)並告知接觸史。
3. **於獨立空間使用隔板用餐並落實清潔、消毒**；飲水需與他人保持社交距離或使用隔板。
4. 除飲食、飲水得暫時脫下口罩外，其他情況均不得脫下口罩（不適用指揮中心免戴口罩之例外情況）。
5. **暫緩跨班及跨年級課程、活動**，避免無法保持社交距離之課程。



二、**自我健康監測者** 注意事項：

自接觸日或足跡重疊日起進行 7 日之自我健康監測者者

1. 如無症狀可正常上班上課。
2. 每日監測體溫及健康狀況，如有症狀請就醫(勿搭乘大眾運輸)並告知接觸史。
3. 飲食、飲水需與他人保持社交距離或使用隔板。
4. 除飲食、飲水得暫時脫下口罩外，其他情況均不得脫下口罩（不適用指揮中心免戴口罩之例外情況）。
5. 避免無法保持社交距離之課程。



如同住家人或密切接觸者**確診**，請先留在家中等待衛生單位通知，請勿入校或前往其他公共場所，亦不可搭乘大眾運輸。

如同住家人或密切接觸者**居家隔離(自己未被隔離)**，或與**確診者足跡重疊**，如無症狀可正常上班上課，惟請確實配合防疫措施，用餐飲水請與他人保持社交距離或使用隔板，其餘情形請勿脫下口罩。

以上狀況皆請回報學校，謝謝！



確診、居家隔離、
健康監測回報



不適或就診回報



COVID-19檢驗陽性及其密切接觸者自主應變措施

檢驗陽性個案等待衛生單位聯繫時：

- 回想並列出發病日(最早出現症狀日，如無症狀，則為最早檢驗陽性日)的前四天至被隔離前這段期間，曾經在任一方未佩戴口罩情況下，接觸的人、時間及地點
- 例如：共同居住、用餐、聚會或參加活動、工作或就學場所、曾去過之醫療照護院所、搭乘的交通工具及可能接觸達15分鐘的對象
- 主動聯繫及提供衛生單位相關聯絡資訊

被通知為個案之密切接觸者，在獲得衛生單位進一步指示之前：

- 先留在家中自我隔離
- 等候期間，請配戴口罩，注意手部衛生並避免與其他同住者接觸或共同用餐
- 自我觀察是否出現COVID-19相關症狀，如有疑似症狀，可以家用快篩進行檢測並聯繫各地方衛生局或撥打1922、1999