

# 預防個人及家人受嚴重急性呼吸系統綜合症(SARS)感染的指引

## (二00三年五月十五日修訂本)

嚴重急性呼吸系統綜合症(SARS)已經在香港肆虐兩個月，隨著對這新病毒加深了認識，繼而需要重拾正常生活，以及學生的復課，我們必須採取的生活方式應既能享受人生亦能預防感染。以下的指引正是為著這個目標而制定。

### I. 成年人及小童適用

1. 避免到高危(所有醫院)，及人多擠迫的地方。如到戲院、劇院及演唱會時應佩戴 N95 型口罩或手術用口罩。(佩戴手術用口罩較為舒適，但如口罩已經變濕，請即更換。如佩戴 N95 型口罩時，應確保佩戴方法正確，保證沒有滲漏。單層的紙口罩並未能有效防止感染。)
2. 避免到太多人光顧的酒樓/餐廳，避免與陌生人同枱共膳。
3. 請隨身帶備口罩，並於身處人多擠迫的地點時佩戴。例如乘搭公共交通工具、乘升降機、往購物中心和市場等。在空曠的地方/郊外及沒有飛沫感染危險的地方毋須佩戴口罩。當口罩弄污後，或曾到訪高危的地方如醫院等，請即更換一個清潔的口罩。
4. 當接觸可能受污染的物品後，請從速用梘液洗手。請於餐前餐後洗手。請勿以未清潔的手/手指觸摸眼睛、鼻子和嘴唇。請隨身帶備一小瓶消毒/酒精噴霧或酒精紙巾，以便於未能用梘液洗手時應用。
5. 每天早上上學前，兒童及學生應量度體溫。上學及出外時，應佩戴口罩，而且切勿觸摸口罩的外層，如不慎觸摸後，應立即洗手。成人也可採取同樣的措施，如感身體不適，便不應上班或參加社交活動。
6. 做運動或唱歌時毋須佩戴口罩，因可能會引致呼吸困難。運動後應沐浴和更換清潔的衣服，即使學校未有沐浴設備，學生在每次體育課後，亦應洗手。
7. 在課室、辦公室和會議上，如清楚各同學、同事或與會者均是健康和沒有發燒，便毋須佩戴口罩。學生、同事和朋友之間應互相照顧，任何人倘有發燒或感不適，應從速延醫治理。

## II. 懷疑出現嚴重急性呼吸系統綜合症 (SARS) 病徵者適用

1. 持續發高燒、肌肉疼痛和發冷超過 24 小時，正是明顯的病徵。但流鼻水和喉嚨痛並不是 SARS 的顯著病徵。
2. 有很多原因會導致發燒，所以當病人發燒或有傷風感冒的病徵時，毋須馬上認為患上 SARS，但也應從速到就近的診所接受治療。
3. 如病人出現明顯的 SARS 病徵，請在任何時候均佩戴口罩及到就近的診所接受治療。如醫生初步診斷病者患上 SARS，醫生會把病人轉介往指定的公立醫院。請確保病人的所有隨行者和負責運送病人的人士均佩戴口罩，以防感染。
4. 醫生會按需要安排抽血檢驗、作 X-光檢查或甚至多次的 X-光檢查。在指定醫院內的專科醫生會按個別病人的情況，來決定是否需要安排冠狀病毒快速測試。
5. 如病人懷疑是 SARS 患者，該病人的家人及各隨行者必須於走近病人時佩戴口罩。醫院/衛生署將會每天聯絡他們，跟進他們的健康情況。
6. 如醫生未能確定病人為非 SARS 患者，請病人先取消一切社交活動並留在家中休息。
7. 病人請把過去十天的活動和曾與病人有親密接觸的人物，詳細做一份紀錄，因為他們有可能受到感染。請把紀錄交給醫生進行跟進。
8. 如病人證實患上 SARS，請向主診醫生提供一份於病發前後曾與病人有親密接觸的人物清單，以便進行跟進。
9. 如曾接觸已證實/懷疑感染 SARS 的病人，請遵守衛生署特別為其家人此發出的指引。

二 00 三年五月十五日