

口罩篇

◇前往醫院或人群聚集的場所應使用口罩

◇有呼吸道症狀一定要戴口罩

正確戴口罩才能保護自己保護他人。你，戴對了嗎？

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



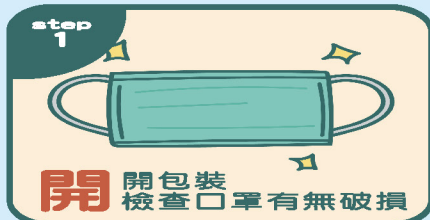
3 清洗口罩



4 只遮住嘴巴，露出鼻子

社區防疫 從你我做起

正確戴口罩4步驟



洗手篇

- ◇防範COVID-19（武漢肺炎），預防病毒上身，勤洗手是不二法門喔！
- ◇回到家或進入室內請先洗手！
- ◇觸碰電梯按鈕或公共區域門把記得一定要洗手！
- ◇咳嗽或打噴嚏後及如廁後，手部接觸到呼吸道分泌物、尿液或糞便等體液時，更應立即洗手。
- ◇儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。

預防
COVID-19(武漢肺炎)
進出機構務必

洗手

保護自己 保護他人

濕洗手
以肥皂徹底搓洗
雙手40-60秒

乾洗手
使用酒精含量
60%至80%的
乾洗手液搓洗
20-30秒

中央流行疫情指揮中心 關心您

www.cdc.gov.tw

1922防疫專線

Taiwan CDC LINE@

疫情通報及諮詢專線：1922

正確洗手步驟



濕

用清水將雙手
完全弄濕



搓

抹上肥皂，手心、手背、
手指互相搓洗至少20秒



沖

用清水將雙手
徹底沖洗乾淨



捧

用水將水龍頭沖乾淨
並記得關水龍頭



擦

用烘手機或紙巾
將手擦乾

環境消毒篇

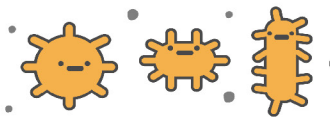
一般環境及物品消毒用自製消毒水來拖地、擦拭桌面、家具等並保持通風。消毒水擦拭後至少 10 分鐘，再用一般清水擦拭乾淨。

浸泡式消毒：則建議接觸時間要超過 30 分鐘，再用一般清水洗淨。

自己調配消毒水 啦啦，好簡單



消滅對象：細菌、真菌、病毒



用途：一般環境、物品消毒



材料：
市售含氯漂白水、清水

濃度：500ppm
稀釋倍數：100倍



稀釋方法：

小量：10cc漂白水
+1公升清水中



大量：100cc漂白水
+10公升清水中



當天配製好要標示日期名稱
未使用完在24小時後應丟棄喔！