

不要做「行動病毒」！

落實生活好習慣，做個預防流感的好幫手



咳 嗽最好戴口罩

注意口罩與臉頰有沒有貼合，不然防疫會打折扣。



肥 皂洗手殺菌好

用肥皂搓出泡泡，一邊唱2次生日快樂歌（搓20秒以上）。

手 帕隨身擋飛沫

隨身攜帶手帕，咳嗽、打噴嚏時，用手帕遮住口鼻，如果來不及，也可以用手肘衣袖遮住，以免傳染給同學，手帕也要每天換洗。



咳嗽時不要用手遮口鼻，沾染病菌的手如果又去摸其他物品，容易散播病菌。

生 病在家休息好

生病要記得在家休養，讓病毒沒機會傳染給同學。



只要簡單小動作，就可以愛護自己也保護他人，無論在學校活動，或坐捷運外出，都要確實做到，避免病毒傳播，才能有效預防流感。



衛生署疾病管制局
TAIWAN CDC

疫情通報及諮詢專線：1922 <http://www.cdc.gov.tw>