

大型集會的預防傳染病指引(摘錄自衛生署衛生防衛中心)

傳染病可以由一人傳播到其他人身上並使他們患上嚴重的疾病。預防便是最有效的方法以防止傳染病的傳播。為保障自己和他人的健康及保持公眾環境的清潔和衛生，請注意並依從以下由衛生防護中心發出的健康指引。

一、保持良好的個人衛生

- 若皮膚有破損，如被割傷或擦傷等，請即時消毒傷口，並以防水膠布覆蓋，避免直接接觸其他人仕的破損皮膚及傷口
- 切勿與他人共用個人物品如毛巾、衣服、剃鬚用品或水樽
- 避免直接接觸禽鳥或動物的糞便
- 手部衛生
 - 經常保持雙手清潔
 - 勤剪指甲
 - 常用梘液及清水洗手，用最少二十秒時間揉擦雙手及指隙間每部位，之後用即棄抹手紙或乾手機弄乾雙手
- 經常洗手，特別在以下的情況：
 - 於進食或接觸眼、鼻及口之前
 - 如廁後、觸摸過公共物件或儀器、動物及其糞便後
 - 如雙手沒有明顯污垢或在沒有梘液及清水潔手的時候，可用含有70-80%酒精搓手液潔手

二、呼吸道衛生及咳嗽禮儀

- 當咳嗽或打噴嚏時，應掩着口鼻
- 請勿隨地吐痰及亂拋垃圾。痰涎和呼吸道的分泌物應用紙巾妥為包好，並放入有蓋垃圾桶內。垃圾必須棄置於垃圾桶內，因為在公眾地方隨地吐痰及亂拋垃圾均屬違法
- 當接觸過呼吸系統分泌物或其污染物後，應立即潔手
- 若有呼吸道病徵時，應戴上口罩以防止傳播病菌
- 若有以下呼吸道病徵時，請立即求診：
 - 發燒
 - 咳嗽
 - 喉嚨痛
 - 流鼻水
 - 呼吸急速或困難

三、預防病媒傳播的傳染病

- 在行經草叢、灌木叢，或在戶外活動時，應穿上合適的鞋、鬆身的長袖衣物及長褲以保護手腳，特別是足踝部位
 - 於衣物及外露的皮膚上貼/塗搽驅蚊劑，並按其指引使用。在天氣炎熱時，流汗會引致驅蚊劑效用散失，因此應每隔數小時重覆使用，以確保驅蚊劑的功效
 - 如有不適，應儘快求診
- ✧ 若有以下情況的人士，請勿進場參與大型集會活動：
1. 有任何不適，尤其是發燒；或
 2. 曾經與懷疑或證實患有以下疾病的人士有緊密接觸
 - 在過去十天內，曾與患有嚴重急性呼吸道系統綜合症(非典型肺炎)的人士接觸[#]；
 - 在過去七天內，曾與患有禽流感的人士接觸

#緊密接觸即曾照顧患者、與患者同住、或接觸過患者的呼吸道分泌物或體液的人士

參考資料：

1. 衛生署旅遊健康服務 網址: <http://www.travelhealth.gov.hk/>
2. 衛生防護中心 網址: <http://www.chp.gov.hk>
3. 美國疾病控制和預防中心 網址: <http://www.cdc.gov>