

【自主健康管理應遵守及注意事項】

一、應遵守事項：

- (一)自主健康管理期間，請自主詳實記錄體溫與健康狀況及活動史，並配合提供國內手機門號、回復雙向簡訊或接受電話詢問健康情形等必要之關懷追蹤機制。
- (二)如果沒有出現任何症狀，可正常生活，必須外出時，請一定嚴格遵守全程正確佩戴醫用口罩，並避免出入無法保持社交距離(室內 1.5 公尺，室外 1 公尺)，或容易近距離接觸不特定人之場所。
- (三)禁止與他人從事近距離或群眾型之活動，如聚餐、聚會、公眾集會或其他相類似的活動。
- (四)禁止前往醫院陪病；若無嚴重特殊傳染性肺炎相關症狀如發燒、咳嗽、腹瀉、嗅味覺異常或呼吸道症狀者，可依「開放民眾自費檢驗 COVID-19 申請規定」採檢陰性後探病。
- (五)非急迫性需求之醫療或檢查應延後，倘有急迫性需求之醫療或檢查，應主動與當地衛生局聯繫，或撥 1922，依指示方式就醫。
- (六)若有出現嚴重特殊傳染性肺炎相關症狀如發燒、咳嗽、腹瀉、嗅味覺異常或呼吸道症狀，或就醫後症狀加劇必須再度就醫者應遵守：
 - 1、應主動與當地衛生局聯繫，或撥 1922，依指示方式儘速就醫，前往就醫時禁止搭乘大眾運輸工具。
 - 2、就醫時應主動告知醫師接觸史、旅遊史、居住史、職業別、以及身邊是否有其他人有類似的症狀。
 - 3、就醫後若經通報為嚴重特殊傳染性肺炎個案，並經醫療院所安排採檢，於接獲檢查結果通知前，應留在住居所(含防疫旅宿及一般旅宿)中，不可外出，獲知檢驗結果為陰性後，仍需自主健康管理至期滿。
 - 4、有症狀時應在住居所(含防疫旅宿及一般旅宿)中休養，並佩戴醫用口罩，禁止外出，與他人交談時，應佩戴醫用口罩，並應保持 1 公尺以上距離。當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。

四、違反上述自主健康管理規定者，依傳染病防治法第 67 條、第 69 條、第 70 條規定，可裁處最高新臺幣 30 萬元罰鍰。

五、其他注意事項：

- (一)請維持手部衛生，例如用肥皂或其他清潔用品勤洗手。
- (二)注意儘量不要用手觸摸眼睛、鼻子及嘴巴，手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂澈底洗手。