

因應嚴重特殊傳染性肺炎疫情自主健康管理紀錄表

班級/單位：_____ 姓名：_____ 學號/職號：_____ 聯絡電話：_____

聯絡地址：_____

最後一次接觸日：_____ 年 _____ 月 _____ 日

監測期間：_____ 年 _____ 月 _____ 日 ~ _____ 年 _____ 月 _____ 日

(本通知單為法律證明文件，請正確填寫並於14日後繳交至學務處衛生保健組備查)

因您曾有中國大陸旅遊史或居住史，為防範嚴重特殊傳染性肺炎之傳染，並保障您自己的健康，請在14日內，確實做好健康監測措施：

- 一、自主健康管理期間不得變更居住地點。
- 二、隔離期間應配戴口罩，洗曬衣物及裝取飲用水時間依住宿先後順序，嚴格管制安排時段，避免交叉感染機會。
- 三、您的家人可照常上學、上班，除非您發病，否則您的家人沒有行為上的限制。
- 四、請維持手部清潔，保持經常洗手習慣，原則上可以使用肥皂和清水或酒精性乾洗手液進行手部清潔。另應注意儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 五、請落實呼吸道衛生及咳嗽禮節。有咳嗽等呼吸道症狀時應戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻，若無面紙或手帕時，可用衣袖代替。如有呼吸道症狀，與他人交談時，請戴上外科口罩並儘可能保持1公尺以上距離。手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手並徹底洗淨。
- 六、請於健康監測的 14 日內，每日早/晚各量體溫一次，詳實記錄體溫及活動史(如下表)，並於14日後繳交至學務處衛生保健組備查。
- 七、倘若您有發燒(≥ 38 度)或呼吸道症狀，請立即戴外科口罩，主動與學校護理人員聯繫，並盡速就醫治療(衛保組通報專線06-2530347)。
- 八、就醫時，請將本通知單出示給醫師，並應主動告知醫師旅遊史、接觸史及居住史。
- 九、如未確實遵守各項健康監測規定，將係違反「傳染病防治法」第48條，依同法第67條可處新臺幣6萬至30萬元不等罰鍰。

*體溫及行程紀錄表：

天數	日期	上午體溫	下午體溫	症狀註記			活動史紀錄
1				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
2				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
3				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
4				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
5				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
6				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
7				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
8				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
9				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
10				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
11				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
12				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
13				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	
14				☐ 良好 ☐ 肌肉痠痛	☐ 發燒 ☐ 咳嗽	☐ 頭痛 ☐ 其他	

宿舍管理單位：_____ 舍監老師：_____ 連絡電話：_____

衛保組護理人員：_____