

新型冠狀病毒(SARS-CoV-2)篩檢陽性民眾

自主健康管理指引

112.03.20 實施

一、適用對象及期間：

- (一) 未符合「嚴重特殊傳染性肺炎」病例定義之 SARS-CoV-2 篩檢陽性民眾：自發病日或採檢日(無症狀者適用)起，進行自主健康管理至自行呼吸道檢體快篩檢測陰性或距發病日或採檢陽性日已達 10 天(無需採檢)。
- (二) 非以呼吸道檢體快篩或 PCR 檢驗結果解除隔離治療之確診者：自解除隔離日起，進行自主健康管理至自行呼吸道檢體快篩檢測陰性或距解除隔離日已達 10 天(無需採檢)。

二、自主健康管理期間應遵守事項如下：

- (一) 如您為 65 歲以上長者、孕產婦、或有慢性病、免疫力低下或免疫不全病史等具重症風險因子者^(註)，請於快篩陽性後儘速就醫。如經醫師評估符合 COVID-19 口服抗病毒藥物建議適用對象，請遵照醫囑按時服藥。
- (二) 有症狀時，建議在家中休息，並儘量避免非必要的外出。
- (三) 外出時請全程正確佩戴口罩，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。
- (四) 請勿與他人從事近距離或群聚型之活動，如聚餐、聚會、公眾集會或其他相類似的活動。
- (五) 請隨時注意自身健康狀況。若出現下列警示症狀時，請立即撥打 119 就醫，或由同住親友接送(雙方全程佩戴口罩)或自行前往(如步行、自行駕/騎車)等方式，請勿搭乘大眾運輸工具：
 - 1、無發燒(體溫 $<38^{\circ}\text{C}$)之情形下，心跳 >100 次/分鐘。
 - 2、喘或呼吸困難(呼吸速率 >30 次/分鐘，或血氧監測 $\leq 94\%$)。
 - 3、持續胸痛或胸悶。
 - 4、意識不清。
 - 5、皮膚、嘴唇或指甲床發青。
 - 6、無法進食、喝水或服藥。

7、過去 24 小時無尿或尿量顯著減少。

8、收縮壓<90mmHg。

(六) 如須前往醫療院所陪病、探病、就醫或檢查，請遵守當時公布之醫療應變措施或感染管制措施。

三、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。

(三) 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) 如需心理諮詢服務，可撥打 24 小時免付費 1925 安心專線。

(五) 同戶同住者日常生活請採取適當防護措施，包括落實佩戴口罩、遵守呼吸道衛生、勤洗手以加強執行手部衛生、保持良好衛生習慣。於篩檢陽性民眾自主健康管理期間，避免與其共食。

備註：

有關重症風險因子係參照疾病管制署「新型冠狀病毒 (SARS-CoV-2) 感染臨床處置指引」(下稱處置指引)，如有調整將以最新公布之處置指引為準(網址：<https://gov.tw/rjQ>)。