



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau

衛生局  
Serviços de Saúde

## 預防病毒性胃腸炎之注意事項

諾沃克樣病毒和輪狀病毒是病毒性胃腸炎的常見病因，多發生於秋冬季節，極容易傳染。

諾沃克樣病毒感染極容易在集體院舍，如安老院及學校引致爆發，各年齡人士均易感。其傳播途徑包括食用或飲用受病毒污染的食物或水；接觸患者的嘔吐物或糞便；接觸受病毒污染的物品；或經飛沫傳染，潛伏期通常為 24 至 48 小時。而輪狀病毒感染多見於 6 個月至 2 歲的嬰幼兒，傳播途徑主要是接觸患者的糞便。兩傳染病的病徵相似，包括噁心、嘔吐、腹瀉水樣便、腹痛、輕微發燒。一般病情較輕，為自限性疾病，病程一般 1-5 天，併發症不常見。兩疾病均須由實驗室檢測才能證實。

秋冬季仍是胃腸道感染的高峰期，為預防腸道傳染病，社會服務設施應採取下列措施：

### 協調管理：

- 留意特區政府的疫情信息，並配合各項預防措施；
- 適時向員工、家長及設施使用者發佈及更新有關疾病預防的資訊；
- 留意設施使用者的身體情況，若發現有發熱及不適的情況，應勸籲就醫及留在家中休息；
- 減少人群聚集的活動。

### 環境衛生：

- 課室、房間及其他間隔應儘可能經常打開窗戶，保持環境整潔乾爽，室內空氣流通；
- 保持衛生間清潔、通風良好、無異味，根據衛生狀況安排清潔消毒次數，但不可少於每日一次；
- 每日至少一次清潔消毒用過的玩具，家具，地面以及手經常接觸的地方；
- 污染的物品或地方應立即作適當消毒處理；
- 被糞便或嘔吐物弄污的衣物應放在膠袋內由家長帶走，受污染的環境應即時消毒清潔；
- 確保洗手間有皂液，一次性抹手紙或乾手機供使用；



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau

衛生局  
Serviços de Saúde

- 如使用重複使用的毛巾，應確保這些毛巾被重複使用前經適當消毒清潔。

#### 個人衛生：

- 用正確方法洗手，保持雙手清潔；
- 用過的紙巾須妥為棄置；
- 打噴嚏或咳嗽時應紙巾遮掩口鼻；
- 不要與人共用毛巾；
- 處理污染的物品或地方時應戴上手套。

#### 食物飲水衛生

- 選擇衛生狀況良好的有牌食肆供應餐飲；
- 適當地貯存食物；
- 備好的食物只能以攝氏 60 度以上或攝氏 5 度以下的溫度保存，且應儘可能縮短準備好至食用之間的時間；
- 生熟食物必須分隔開，並使用不同的用具處理，避免交叉污染；
- 烹調食物時應保證充分加熱，把食物徹底煮熟，特別是烹調禽肉及蛋類（或含蛋食物），必須徹底煮熟；
- 烹飪用具及餐具應清潔妥當；
- 切勿共用餐具或食物，共餐時應用公筷及公匙；
- 在集體機構，吃剩的飯菜應棄掉，不可留到下一餐或翌日食用；
- 除非能確保運作良好，應避免在飲水裝置中使用過濾裝置；
- 工作人員倘有呼吸道、胃腸道或皮膚感染性疾病，應即就醫，並暫時不參與會接觸到食物的工作

#### 院友／幼兒／員工患病時的處理

- 發現幼兒有發熱及腸胃道不適時，應通知家長及早就醫，並儘可能讓其在家休息；
- 員工患病時亦應及早就醫，如醫生認為需要，應暫停上班；
- 患有傳染病的幼童或員工，須依法暫停止上學或上班；
- 如社會住宿設施出現患病個案，最好將有病徵及仍具傳染性的院友和其他健康院友分隔，如設立隔離房，集中管理，並由**固定的照顧者**照護；曾接觸有病徵或有傳染性院友的照顧者，不可照顧其他健康院友，同時避免日常的接觸。



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau

衛生局  
Serviços de Saúde

**嘔吐物、排泄物、痰液、血液或同類污物的處理：**

- a. 應盡量避免任何人（無論員工或服務使用者）直接觸碰到污物。工作人員必須戴手套，避免雙手或身體觸碰到污物，完成清理後隨即用皂液徹底洗淨雙手。
- b. 以吸水力物料作初步清理，妥善棄清理物置於有蓋的垃圾桶內；
- c. 再以 1:10 漂白水消毒被污染的表面及鄰近範圍；
- d. 待漂白水留在表面 30 分鐘後；
- e. 再以水沖洗並抹乾。

**社會服務設施傳染病通報：**

- 如設施懷疑出現呼吸道、消化道或其它疾病的爆發，應填寫《社會服務設施傳染病集體不適通報表》，並立即通知下列機構和人員以便協助採取適當的措施。

- **衛生局疾病預防控制中心**

辦公時間：電話 28533525

傳真 28533524

非辦公時間：28313731（聯絡當值衛生監督）

- **社會工作局：**

辦公時間：電話 8399 7802/8399 7728（護理衛生小組）

傳真 28355161

非辦公時間：電話 66861588



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau

衛生局  
Serviços de Saúde

## 附錄 環境和物品清潔消毒指引

### 準備工作：

1. 個人保護裝備：進行清潔消毒時，應戴口罩和手套，穿著一次性圍裙。
2. 稀釋漂白水的調配：
  - 調配及使用漂白水時，應戴口罩和手套，穿著一次性圍裙；在通風環境下進行，小心操作，避免直接接觸到眼睛及皮膚，如不慎觸及應即用大量清水沖洗；漂白水不可與其他清潔劑一併使用；
  - 以市售家用漂白水加自來水進行配製；
  - 按漂白水含 5% 有效氯計算，可採用的稀釋範圍由 1:10 至 1:100，即 1 份漂白水加 9 份至 99 份清水；
  - 取漂白水 100 毫升（一般水杯半滿），加清水至 1 公升（1 公升汽水膠瓶），即成 1:10 漂白水稀釋液；
  - 取漂白水 100 毫升（一般水杯半滿），加清水至 10 公升（一般家用水桶一桶），即成 1:100 漂白水稀釋液；
  - 如採用有效氯含量不等於 5% 的漂白水，應參照產品說明進行稀釋；
  - 漂白水稀釋液必須每天調配，如放置 24 小時以上或者失去“氯”的氣味，便無消毒效力，不應使用。

### 清潔方法：

#### 步驟：

1. 先掃除垃圾或灰塵；
2. 用漂白水稀釋液抹洗；
3. 靜置 5-10 分鐘以發揮消毒作用；
4. 用清水抹洗；
5. 有需要時用拖把或乾抹布清除多餘水份，以保持乾爽。

頻率：一般每天一次，經常有許多人觸摸的設備每天兩次；可按實際使用及污染情況調整；如有顯見污染，應隨時進行。



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau

衛生局  
Serviços de Saúde

### 環境表面：

- 供人使用的空間，包括室內間隔、走廊、樓梯、電梯等的牆壁（1.5米以下的表面）和地面；
- 傢具表面；
- 特別注意：門窗把手、扶手、按鈕（密碼鎖、對講機、電梯、電器、電話、電腦）等。

### 衛生設施：

- 衛生間和浴室的清潔消毒應至少每天進行一次。
- 地面、牆壁、浴缸、洗手盆、水箱把手、水龍頭等：應用地拖、刷子、抹布等以1:100漂白水稀釋液擦拭，靜置5-10分鐘（待發揮殺菌作用），再用清水沖洗或擦拭乾淨。
- 水廁：蓋上廁板，然後拉水沖廁；用廁所刷子和1:10漂白水稀釋液洗刷；再次蓋上廁板，然後拉水沖廁；用抹布和1:100漂白水稀釋液抹拭坐廁板及抹乾；把一湯匙未經稀釋的家用漂白水倒進水廁、浴缸及洗手盆，靜置10分鐘，然後再用水沖洗。
- 地面排水口（如有）應經常倒入1:100的漂白水稀釋液，以保證U型隔氣管不乾涸。
- 垃圾桶及垃圾房：應每天用1:100的漂白水稀釋液清洗。

### 特別設備：

- 便盆和便椅之清潔必須在穿著全套保護裝備下進行，特別是口罩和手套，並須準備足夠的紙巾。當移開便盆後，如便盆有蓋應立即蓋上或蓋上紙巾。替院友清潔後，馬上將排泄物倒進廁所，用紙巾將剩餘在便盆的穢物掉入廁所，蓋上廁板後沖廁。然後，用1:100漂白水稀釋液浸便盆，如不能整個浸入，用沾上稀釋漂白水的紙巾抹外露的便盆邊；便盆要浸30分鐘後才清洗。便椅的清潔方法一樣。
- 便盆（俗稱“痰罐”）之清潔處理必須在穿著全套保護裝備下進行，特別是口罩和手套，並須準備足夠的紙巾。替學童清潔後，馬上將排泄物倒進廁所，蓋上廁板後沖廁，將適量1:10漂白水稀釋液倒入便盆內，稍稍搖晃後倒去，將1:100漂白水稀釋液倒入便盆內，浸泡30分鐘後倒去，用1:100漂白水稀釋液擦拭便盆邊緣，用清水徹底沖洗後抹乾。
- 不宜接觸漂白水的設備（如：金屬表面），可以用70%之消毒酒精抹拭。



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau

衛生局  
Serviços de Saúde

### 物品：

- 廚具、餐具、食具之消毒：餐具及食具以煮沸 15-30 分鐘以上處理，不能加熱或煮沸者，用 1:100 的漂白水稀釋液浸泡 15-30 分鐘，然後用食用水沖洗乾淨，待自然風乾後可備用。
- 輪椅、助行器的扶手：可用 1:100 漂白水稀釋液擦拭，靜置 5-10 分鐘（待發揮殺菌作用）再用清水沖洗或擦拭乾淨。如為共用物品，應在下一位使用者使用前先清潔消毒。
- 玩具、用具等物品：可用 1:100 稀釋的家用漂白水擦拭，靜置 5-10 分鐘（待發揮殺菌作用）再用清水沖洗或擦拭乾淨。
- 聽診器、溫度計等重覆使用的器具，應在每一次的使用後馬上用 70% 之消毒酒精抹拭。
- 不宜接觸漂白水的物品，可以用 70% 之消毒酒精抹拭。

### 衣物床單：

- 床單、被套、衣物、毛巾等：**必須與健康院友的物品分開處理**
- 注意事項：
  1. 清洗衣物時必須穿著圍裙、戴口罩及手套；
  2. 取出及處理衣物時，切勿用力揚起或抖動衣物，；
  3. 用 1:100 的漂白水稀釋液將衣物完全浸泡 15-30 分鐘；
  4. 取出後再浸泡在肥皂水中；
  5. 稍經浸泡後依一般洗滌程序清洗並晾乾。

衛生局疾病預防控制中心

2012.10.19