

# 新型冠狀病毒 感染肺炎預防知識

語文自然 0629

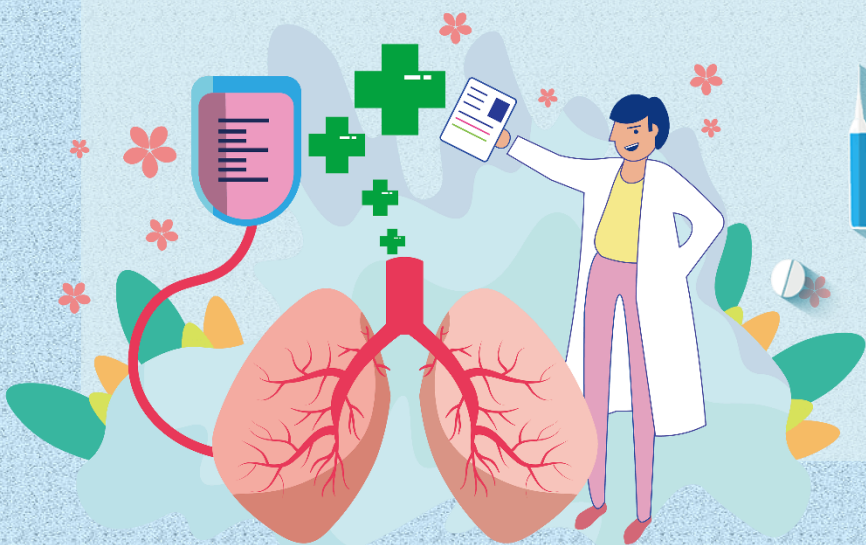
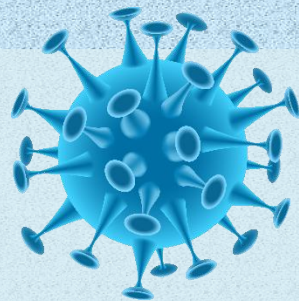
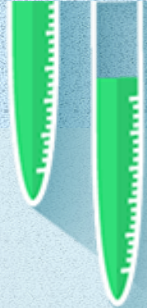
徐育婷





# 目錄

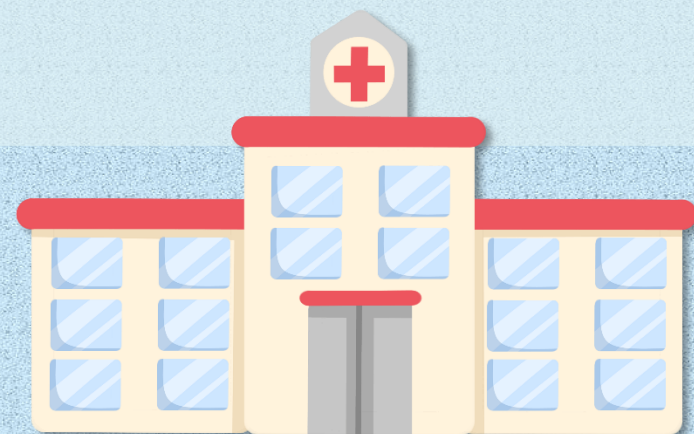
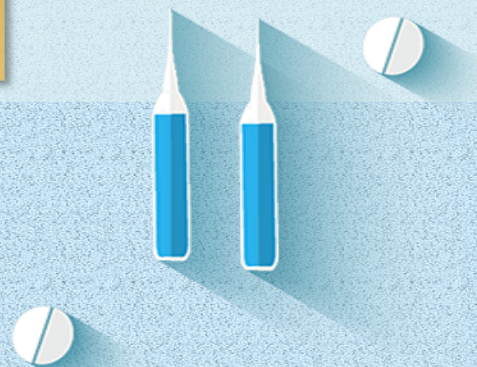
- 01 什麼是冠狀病毒
- 02 感染患者的臨床表現
- 03 新冠病毒的變異
- 04 如何預防新型冠狀病毒感染





## PART 01

# 什麼是冠狀病毒







# 什麼是冠狀病毒



防疫大作戰~認識新型冠  
狀病毒 保護自己

<https://www.youtube.com/watch?v=zuAIx4nOuy0>

冠狀病毒是自然界廣泛存在的一類病毒，因形態在電鏡下觀察類似王冠而得名。目前為止發現，冠狀病毒僅感染脊椎動物，可引起人和動物呼吸道、消化道和神經系統疾病。





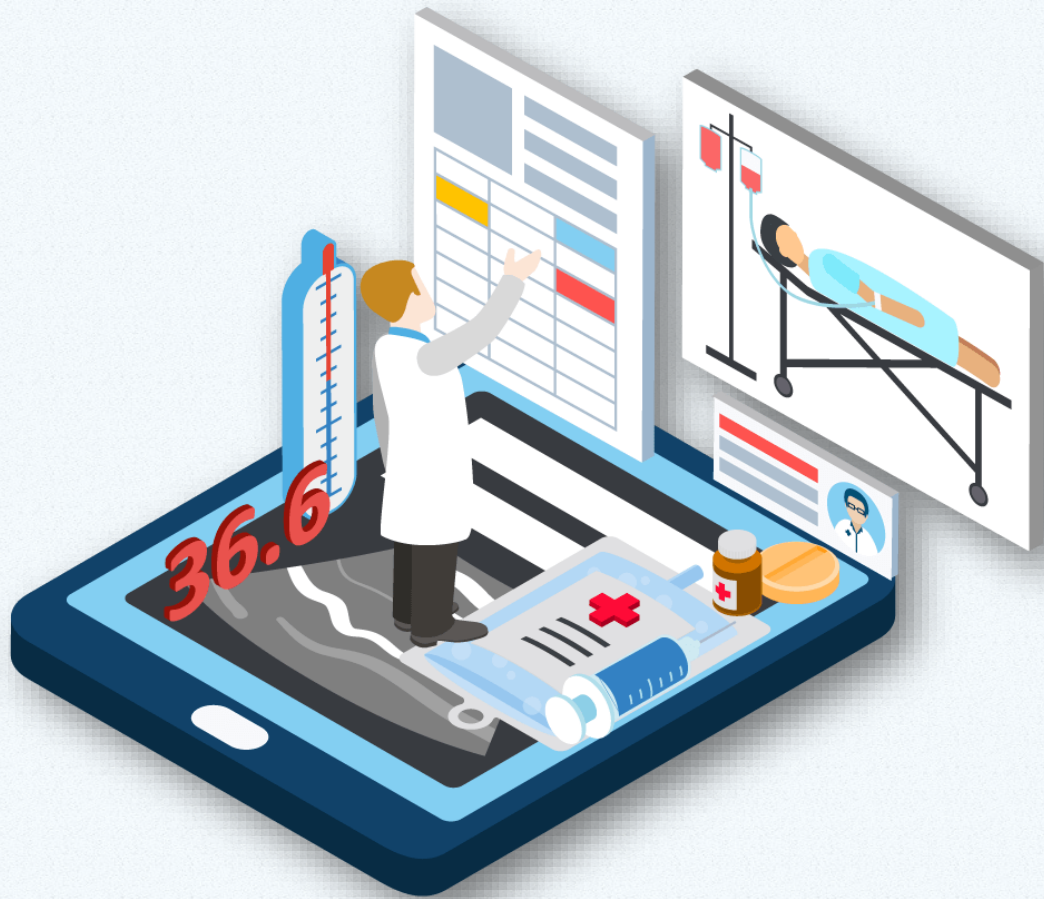


# 什麼是冠狀病毒



## 給孩子的新冠狀病毒科普绘本

<https://www.youtube.com/watch?v=iWtVgnV29EU>



除本次發現的新型冠狀病毒（WHO已命名為“2019-nCoV”，即2019新型冠狀病毒）外，已知感染人的還有6種。

其中4種致病性較低，另外兩種是我們熟知的**SARS冠狀病毒**和**MERS冠狀病毒**。

目前還發展出各種不同的**變種病毒**





# 什麼是冠狀病毒



- 桃源繪本故事館\_我把病毒殺光光

<https://www.youtube.com/watch?v=PUVjbo2FYsY>

- 【玩劇島Fantasy kids】我把病毒殺光光

<https://www.youtube.com/watch?v=oVAiN5IVao>

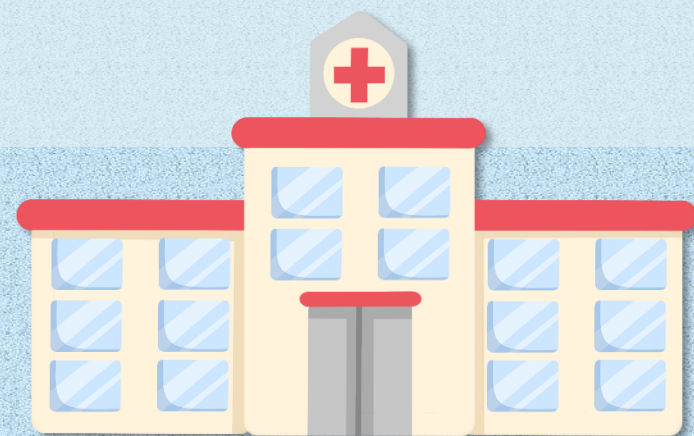
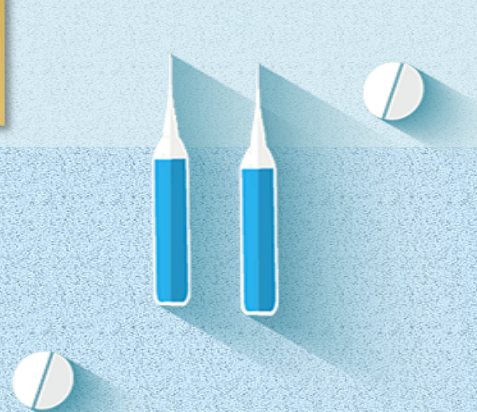
但這次發現的新型冠狀病毒與SARS冠病毒和MERS冠狀病毒有很大不同。新型冠狀病毒是SARS近親





## PART 02

# 感染患者的臨床表現







# 感染患者的臨床表現



- 無症狀不是免篩 高風險旅遊史.群聚史等要篩

<https://www.youtube.com/watch?v=rkc2jgiBuos>

1. 發燒 / 發冷

2. 咳嗽

3. 呼吸急促或呼吸困難

4. 疲勞及全身無力

5. 頭痛

6. 嗅覺或是味覺喪失

7. 喉嚨痛

8. 流鼻涕及鼻塞

9. 噁心或嘔吐

10. 腹瀉以及腹痛

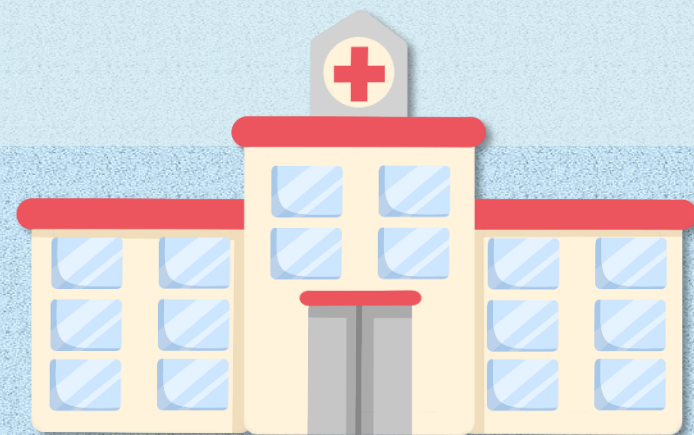
11. 肌肉痠痛





## PART 03

# 新冠肺炎的變異







# 新冠肺炎的變異



♥避免汙名化 改以希臘字母稱呼變異病毒株

<https://news.pts.org.tw/article/528841>

♥病毒基因定序278案中發現6種變種病毒

<https://www.youtube.com/watch?v=qU6qSXNVOPg>

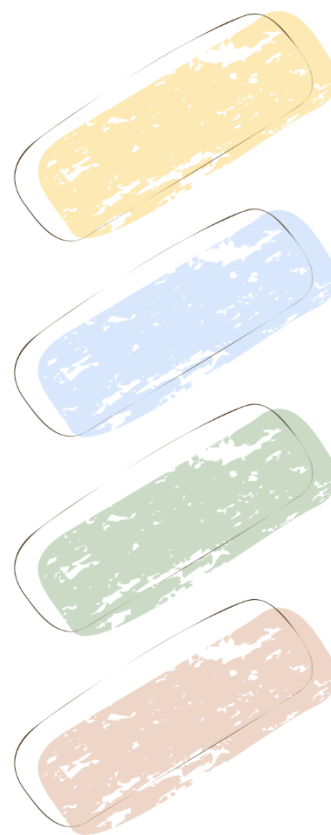




# 伸展操

活動一下身體

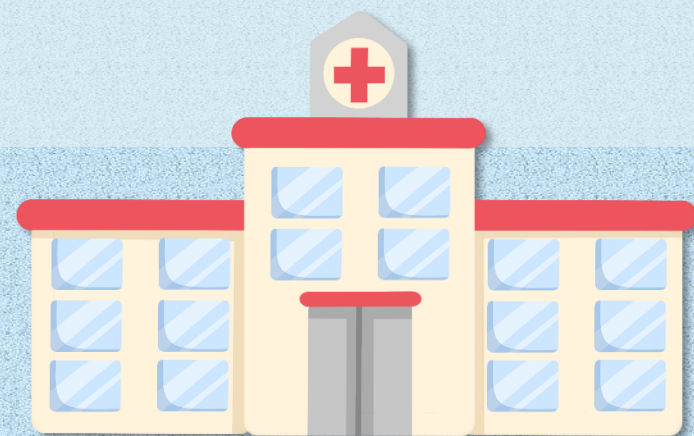
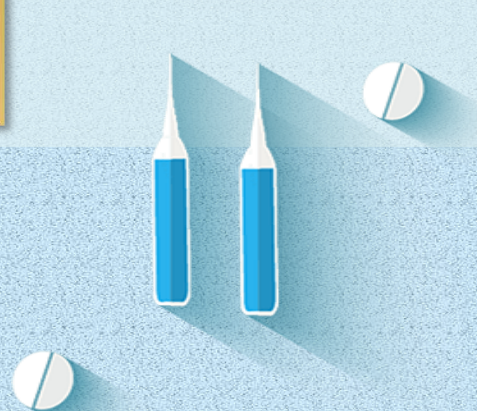
- ◆ 日常伸展操 - 輕量版  
<https://www.youtube.com/watch?v=3VTpB3qGEJM>
- ◆ 家居健體操 - 進階版  
<https://www.youtube.com/watch?v=o3IkM6jOk1w>





## PART 04

# 如何預防新型冠狀病毒感染







# 如何預防新型冠狀病毒感染



增強衛生健康意識



加強鍛煉



規律休息



提高自身免疫力

- 防疫小英雄

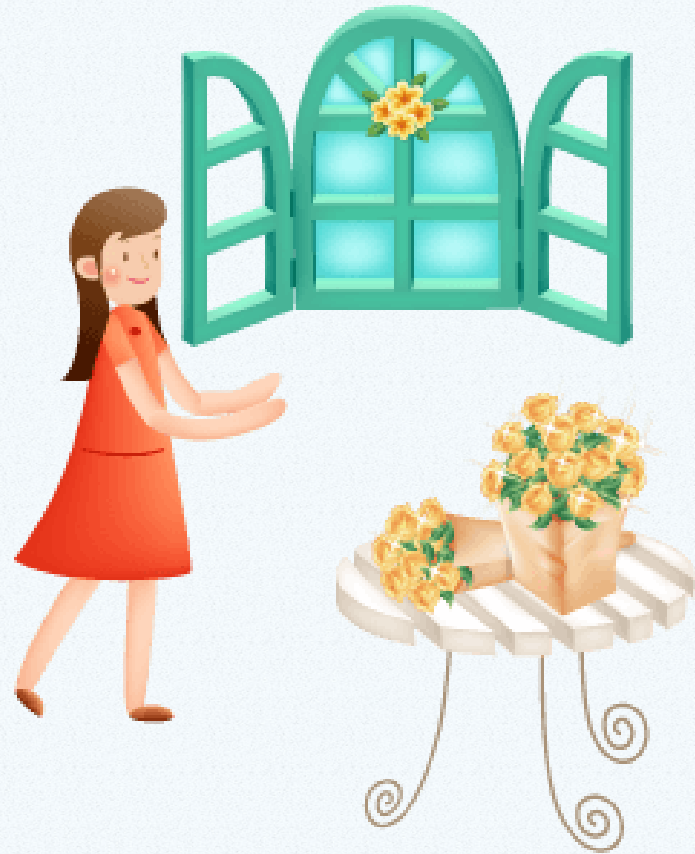
<https://www.youtube.com/watch?v=N-ovG0NEuj0>







# 如何預防新型冠狀病毒感染



如何讓您的家庭為COVID-19做好準備？

<https://www.youtube.com/watch?v=VqORizQP4uM>



注意保持室內空氣流通，儘量避免到封閉、空氣不流通的公眾場合和人員密集地方。  
部隊避免集中組織集會，集中居住人員要做好自身防護。





# 如何預防新型冠狀病毒感染



## 防疫大作戰(廣播) - 大眾運輸

- [https://www.youtube.com/watch?v=-jC-zz\\_KZks](https://www.youtube.com/watch?v=-jC-zz_KZks)
- <https://www.youtube.com/watch?v=5WGa3Df4xTQ>



乘坐交通工具要做好防護工作，返家後要加強體溫監測，如有發熱和其他呼吸道感染症狀，特別是持續發熱不退，及時到醫療機構就診。





# 如何預防新型冠狀病毒感染



落實洗手 7 字訣真防疫

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_OWGbqfL9TQ](https://www.youtube.com/watch?v=_OWGbqfL9TQ)



勤洗手，強防護，注意手衛生

餐前便後、外出回家、接觸垃圾、撫摸動

物後，要記得洗手。洗手時，要注意流動水和

使用肥皂（皂液）洗手，揉搓時間不少於15秒。





# 如何預防新型冠狀病毒感染



口罩正確戴、脫

<https://www.youtube.com/watch?v=CKHzIIHnb0I>

## 正確佩戴口罩

戴口罩是阻斷呼吸道分泌物傳播的有效手段，  
選擇醫用外科口罩能很好地預防呼吸道疾病。  
一次性醫用口罩佩戴時，要將折面完全展開，  
將嘴、鼻、下頷完全包住，然後壓緊鼻夾，使  
口罩與面部完全貼合。







# 如何預防新型冠狀病毒感染



## 保持社交距離

<https://www.youtube.com/watch?v=1KX2rF-3Cic>

- 指人與人肢體接觸的距離，應儘可能保持室內**1.5公尺**、室外**1公尺**的社交距離
- 避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。
- **1公尺**的社交距離，約是成人平舉單側手臂，指尖不碰觸其他人的情況下
- **1.5公尺**的社交距離，則是成人平舉兩側手臂，兩側指尖不能碰觸其他人。







# 如何預防新型冠狀病毒感染



## 避免食用生食

<https://www.youtube.com/watch?v=wflQzdtE4Dw>



- ( 1 ) 保持清潔，熟食品交替處理的過程中注意洗手。
- ( 2 ) 使用器皿儲存食物以避免生熟食物相互接觸，  
處理生食和熟食的刀具、砧板要分開，避免  
交叉污染。
- ( 3 ) 生鮮、禽類、肉類、蛋類徹底燒熟煮透。





# 如何預防新型冠狀病毒感染



## 我有接觸到COVID 19確診個案，該採取何種措施？

<https://www.youtube.com/watch?v=wP30FkF5ACQ>

1. 自我隔離，等候衛生單位通知
2. 單獨一人一室
3. 戴口罩、注意手部衛生
4. 消毒經常觸摸的物體表面
5. 監測自我體溫
6. 注意是否有冠狀病毒相關症狀







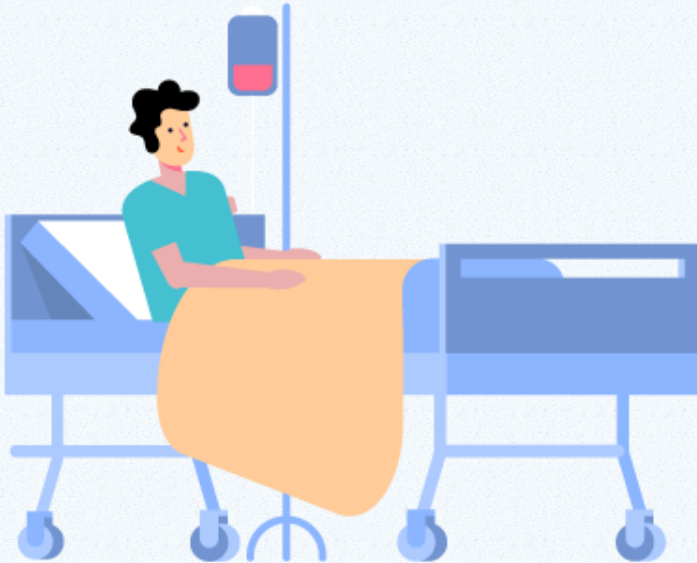
# 如何預防新型冠狀病毒感染

<https://health.udn.com/health/story/120952/5467388>



## 需要篩檢嗎？

<https://health.tvbs.com.tw/medical/328408>



1. 有接觸史：同一空間未戴口罩、接觸15分鐘以上
2. 有症狀：發燒、乾咳、倦怠、呼吸急促、肌肉痛、頭痛、喉嚨痛、腹瀉等，另有部分個案出現嗅覺味覺喪失或異常。





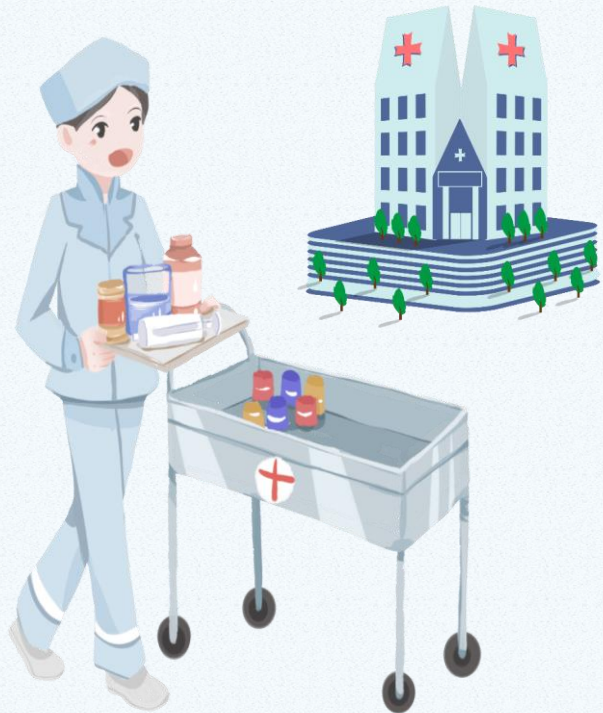
# 如何預防新型冠狀病毒感染



## 疫苗接種

<https://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/3562550>

- 疫苗施打對象與順序
- 預約方式



新冠疫苗大解密<https://www.youtube.com/watch?v=jF1Q1L9g0rw>

怕猝死不敢打疫苗？哪些人打完副作用最大？名醫教你3招甩開不適

[https://www.youtube.com/watch?v=30aQSvs2\\_qY](https://www.youtube.com/watch?v=30aQSvs2_qY)





# 護眼操

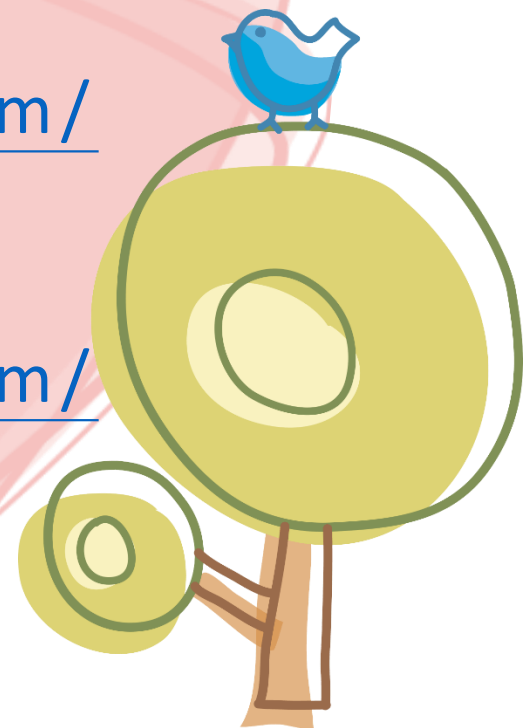
眼睛休息一下

- ◆ eye眼健康操

<https://www.youtube.com/watch?v=mtzmljtbZo>

- ◆ 愛EYE元氣護眼操

<https://www.youtube.com/watch?v=umU1kLjvdkA>







# 動動腦時間

## 選擇適當的答案







# 新冠肺炎的症狀有哪些？



咳嗽



發燒







# 如何保持社交距離？



1



室外  
1公尺以上

2



室內  
1.5公尺以上

3



室內  
2公尺以上





想一想，你要接種疫苗嗎？




不要接種疫苗



要接種疫苗







# 感謝觀看

下課囉！

