國立師大附中
確診與居隔者防疫指引

111.05.02

師大附中衛生組

我的PCR報告是陽性 (我是確診者)

接獲PCR陽性通知 → 自主回報疫調系統 → 接受隔離治療 → 解隔後進行7天自主健康管理

↓ 通知導師/教官並填寫表單

↓ 返回學校上班上課

指揮中心修訂

無症狀/輕症確診者解除隔離治療條件

修訂內容摘要(依據4月16日專家諮詢會議決議)

無症狀或症狀緩解，符合以下任一條件，始得解除隔離治療，並進行7天自主健康管理：

①距發病/採檢日第4天內：追蹤兩次快篩或PCR陰性/Ct≥30

②距發病/採檢日第5~9天內：追蹤一次快篩或PCR陰性/Ct≥30

③距發病/採檢日達10天，無須採檢

*以上所稱快篩須由醫事人員執行；居家照護之確診者不適用條件①及②

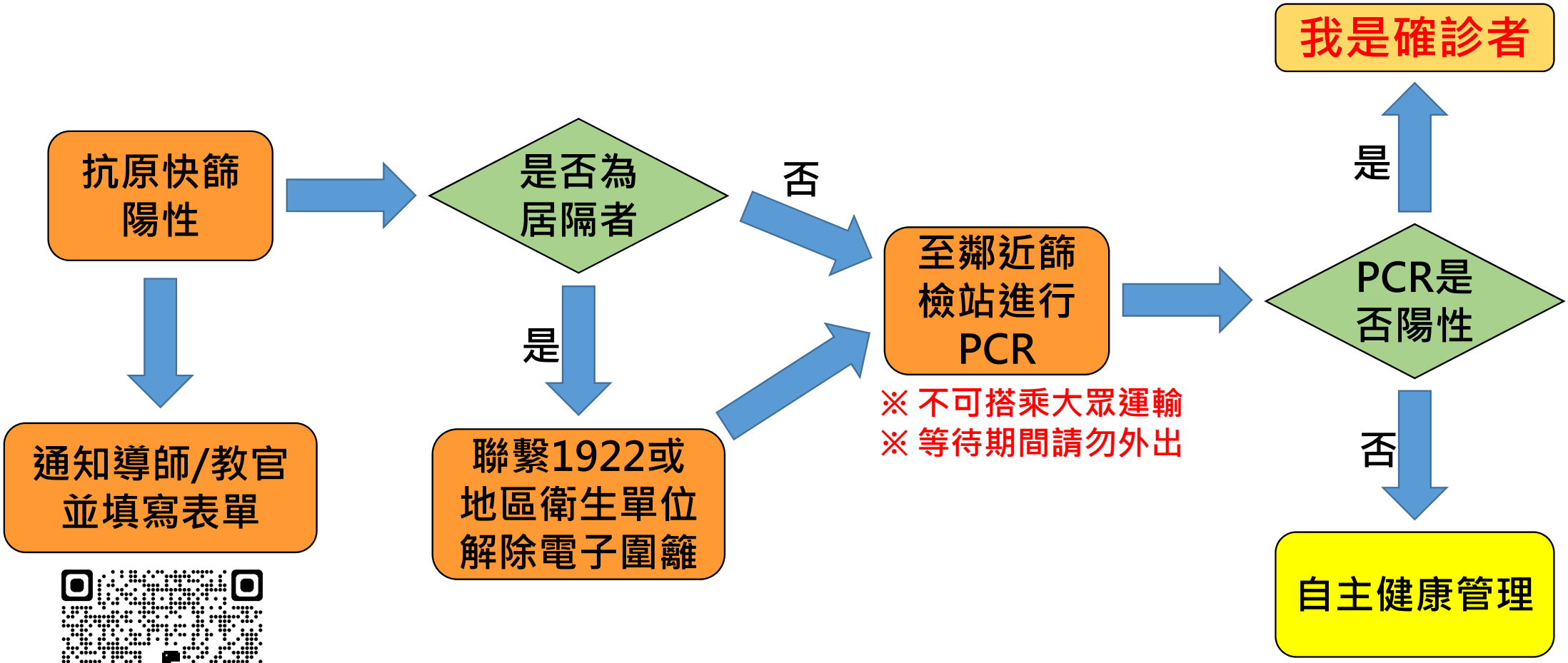
註：境外移入個案，於入境7天內提前解除隔離治療者，進行自主健康管理至入境第17天，並於入境第10天及有症狀時自行執行1次家用快篩

詳細內容仍請參閱最新版「嚴重特殊傳染性肺炎確診個案處置及解除隔離治療條件」

中央流行疫情指揮中心 2022/04/18

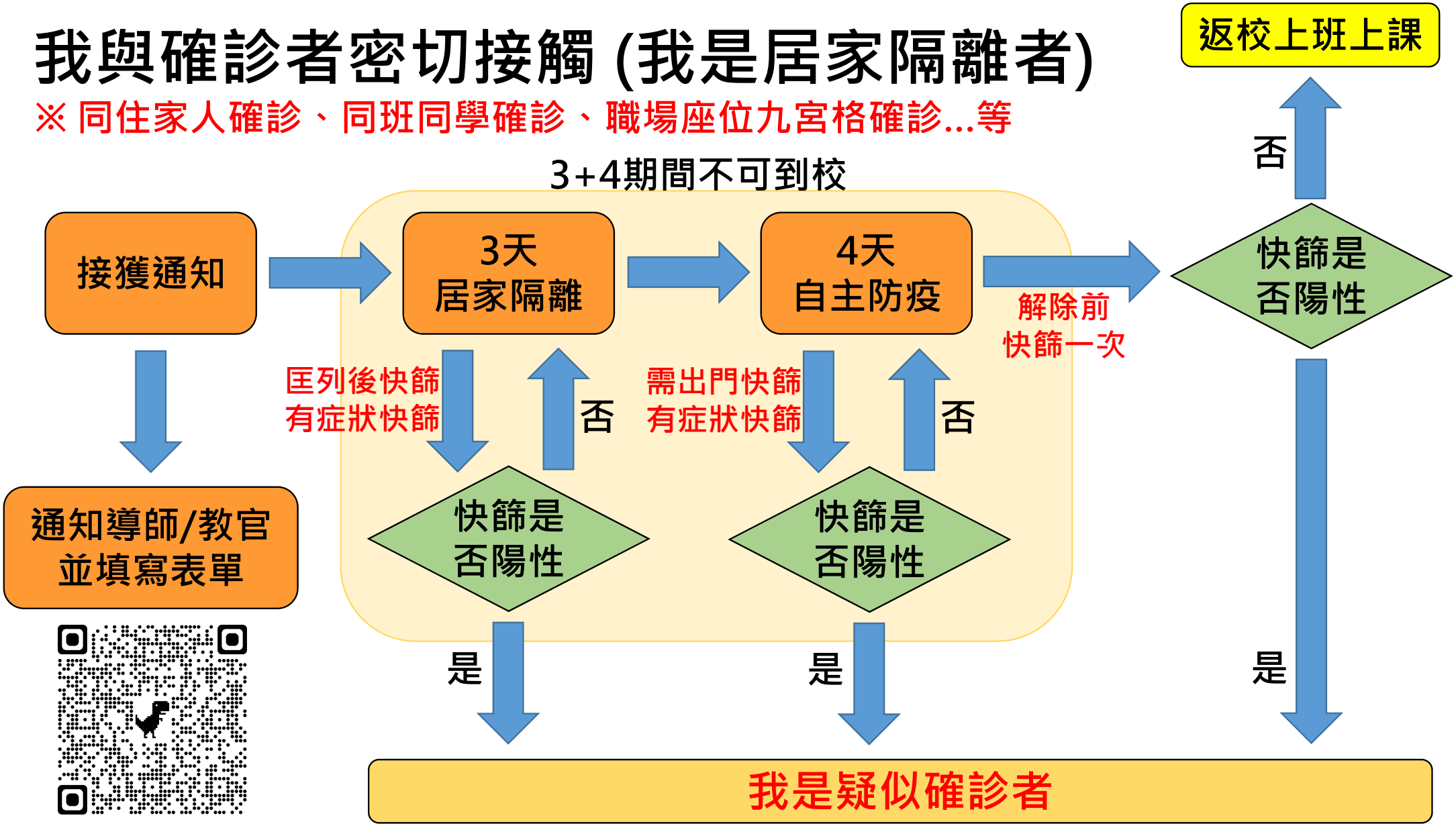
※ 若得知PCR結果為陽性但尚未接到衛生單位通知，請先待在家中不要外出。
(臺北市可先聯繫各區關懷中心。)

我的抗原快篩結果陽性 (我是疑似確診者)

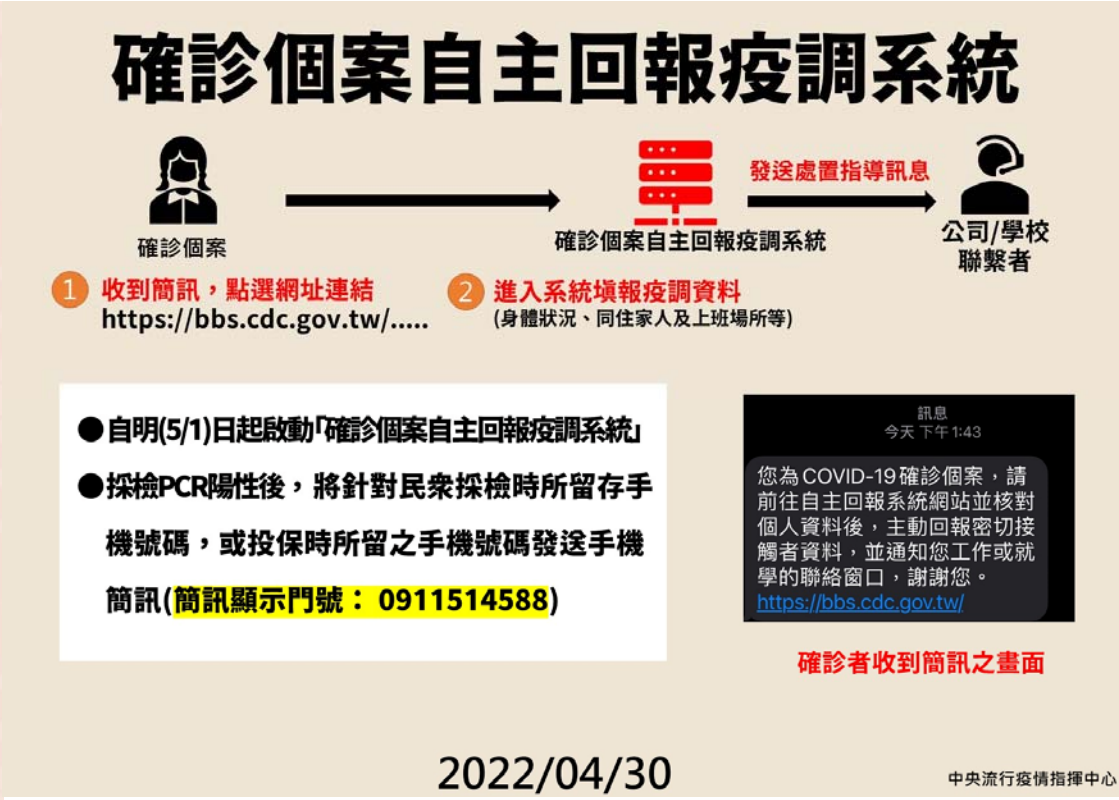


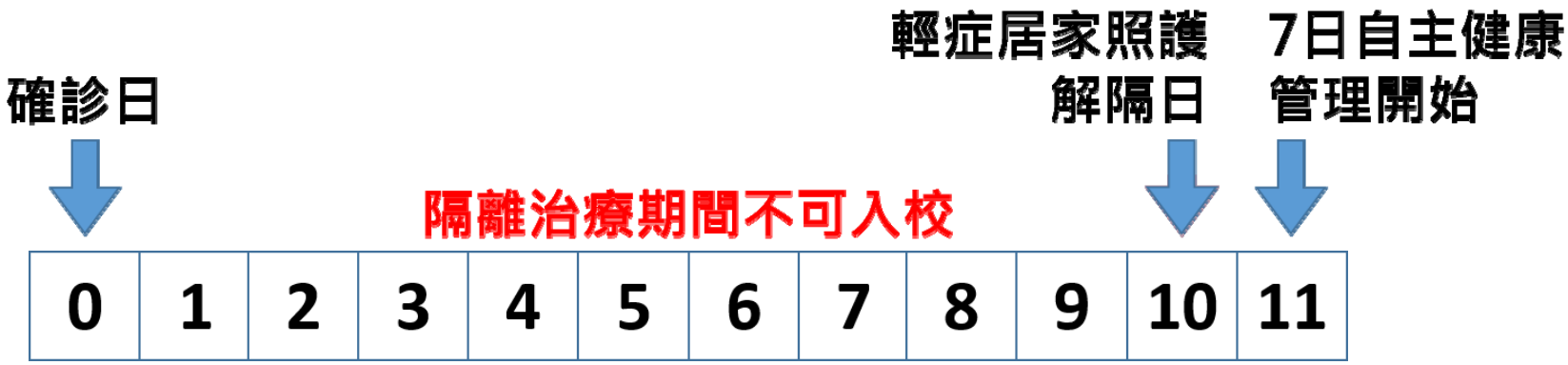
我與確診者密切接觸 (我是居家隔離者)

※ 同住家人確診、同班同學確診、職場座位九宮格確診...等



確診者主動回報及接觸者匡列說明
學校、機關、公司防疫長或負責人先行造冊
衛生局匡列確診者
確診者自主回報
居隔單
密切接觸者
居家隔離(3+4天)
3天居隔期滿快篩陰性後，進行4天自主防疫
確診者自主回報
•密切接觸者資訊，包括：同住親友名單、校園及公司聯絡窗口
•是否具「不適用居家照護條件」或「具慢性病等重症風險因子」
密切接觸者：
(確診者發病日或採檢陽性日前2天起)
• 同住親友
• 同班同學
• 同辦公室或同工作場域密切接觸同事(九宮格)
2022/04/25
中央流行疫情指揮中心


確診個案自主回報疫調系統
確診個案
確診個案自主回報疫調系統
發送處置指導訊息
公司/學校聯繫者
1 收到簡訊，點選網址連結
https://bbs.cdc.gov.tw/.....
2 進入系統填報疫調資料
(身體狀況、同住家人及上班場所等)
●自明(5/1)日起啟動「確診個案自主回報疫調系統」
●採檢PCR陽性後，將針對民衆採檢時所留存手機號碼，或投保時所留之手機號碼發送手機簡訊(簡訊顯示門號：0911514588)
訊息
今天 下午1:43
您為COVID-19確診個案，請前往自主回報系統網站並核對個人資料後，主動回報密切接觸者資料，並通知您工作或就學的聯絡窗口，謝謝您。
https://bbs.cdc.gov.tw/
確診者收到簡訊之畫面
2022/04/30
中央流行疫情指揮中心


輕症居家照護解隔日
7日自主健康管理開始
確診日
隔離治療期間不可入校
0
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11

縮短居家隔離天數爲3+4天

最後接觸日

接觸者匡列後快篩1次

快篩

最多4次快篩

0	1	2	3	1	2	3	4
居家隔離				自主防疫			

居家隔離

- 居家隔離期間，須待在家中以1人1室爲原則，不得外出
- 完成接觸者匡列後快篩
- 快篩陽性者，主動告知「隔離通知書填發單位」或集中檢疫所工作人員，並依衛生局指示前往指定地點進行PCR檢測

自主防疫

- 如需外出請「快篩陰性」後始得佩戴口罩外出工作及採買生活必需品
- 禁止以下行爲：餐廳內用餐、聚餐、聚會、前往人潮擁擠場所及與不特定對象接觸
- 上班期間，維持社交距離，於自己座位脫口罩飲食
- 快篩陽性者，禁止搭乘大衆交通工具，可透過自行開車、騎車、步行或家人親友接送(雙方全程佩戴口罩)等方式前往社區採檢院所進行PCR檢測，或依地方政府衛生局訂定快篩陽性就醫流程處置

◆ 請配合居隔相關應遵守及注意事項，違反相關規定者，依傳染病防治法及嚴重特殊傳染性肺炎防治及紓困振興特別條例裁罰，最高可裁處最高新臺幣100萬元罰鍰。

2022/04/26 20:30更新

中央流行疫情指揮中心

3+4居家隔離者有需要再快篩

自主防疫期間非必要不出門，快篩陰性才出門

◆成人提供3劑公費快篩試劑
(提供匡列時、有症狀、自主防疫期間共3次爲原則)

◆學生自主防疫期間結束後，須快篩陰性才可上學

- 大學(含)以上學生提供3劑公費快篩試劑
- 國小至高中學生提供2劑公費快篩試劑

2022/04/28

中央流行疫情指揮中心

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

居家隔離　自主防疫

最後接觸日

3+4期間不可到校

解除自主防疫
恢復正常生活

Q1 如果我已經接獲醫院通知或查詢健保快易通APP**檢驗PCR結果爲陽性，但尚未接到衛生單位通知**，該怎麼辦？

A 若PCR檢驗結果爲陽性，不論是透過健保快易通APP或採檢院所告知，但尚未接獲衛生單位連繫，**請先留在家中不要離開**，等候公衛人員通知。在家中請單獨**一人一室**，儘量**和家人使用不同的衛浴設備，不要離開房間**。

Q2

我自己使用家用快篩檢驗爲陽性，後續該如何處理？

A 若爲居家隔離者，請聯絡衛生單位解除電子圍籬，請佩戴好口罩、勿搭乘大衆運輸工具，並儘速至鄰近的醫療採檢院所或社區採檢站進一步檢測。使用過的採檢器材須以塑膠袋密封包好，一併攜帶至醫療採檢院所或社區採檢站，交予院所或採檢站人員。

Q3 我接到**確診親友**(即同住家人、同班同學、同職場同仁)**通知我是他的密切接觸者，但尚未收到居家隔離通知書**，該怎麼辦?

A 民衆在收到確診者、衛生單位或任職單位防疫長等通知爲密切接觸者時，**就可以開始執行居家隔離並快篩，以與確診者最後一次接觸起算三天居家隔離，第四天起快篩陰性可以出門**。

Q4 我是確診者，居家照護期間，若出現**喘/呼吸困難、持續胸痛/胸悶、意識不清、皮膚/嘴唇/指甲床發青**等症狀，該怎麼辦?

A 如有上述症狀請**立即聯繫119**，或聯繫衛生局依規劃指示，以防疫車隊、同住親友接送或自行前往(如步行、自行駕/騎車)等方式前往就醫。

Q5 我是居隔者，但現在居隔天數改爲3+4天，要怎麼計算？

A 4月26日前已開立電子居隔書者，已由系統自動更新隔離迄日及取消隔離日後重新發送。已隔離3天(含)以上者，一律以4月26日作爲隔離迄日；隔離未達3天者，則隔離迄日由系統自動計算爲接觸日次日起算3天。

已居隔天數	需再居隔天數	自主防疫天數
1	2	4
2	1	4
3	0	4
4	0	3
5	0	2
6	0	1
7	0	0

臺北市政府教育局
DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

臺北市校園防疫Q&A

感染OMICRON病毒時，我可能會出現哪些症狀？

- 成人常見症狀有喉嚨痛、咳嗽與流鼻水，兒童常見的症狀為發燒。OMICRON與一般感冒一樣都有咳嗽，但狀況略有不同，多為乾咳，屬於長時間且劇烈的咳嗽；感冒則是有痰的咳嗽。
- 多數感染者症狀輕微，若出現以下症狀，請務必通知119、衛生局或1922立即就醫：喘、呼吸困難、持續胸痛、胸悶、意識不清、皮膚或嘴唇或指甲床發青。

我的孩子快篩陽性怎麼辦?

- 若是居家隔離、居家檢疫者快篩陽性，**第一時間通知學校**，聯絡地方衛生局或撥打1922，進一步安排後續事宜。
- 若非居家隔離或居家檢疫者快篩陽性，**第一時間通知學校**，請將檢測器材密封包裝，帶至鄰近採檢站進行PCR核酸檢測，移動過程務必戴好口罩，不可搭乘大眾交通工具(請自駕或步行)。

PCR檢驗結果去哪看？

- 公費篩檢不會主動通知結果，民眾可以在篩檢**48小時後**到**健保快易通APP的「健康存摺」**，進入「COVID-19病毒檢測結果」確認篩檢報告。

臺北市政府教育局
DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

臺北市校園防疫Q&A

我的孩子確診了怎麼辦?

- 如果PCR陽性，第一時間通知學校，聯絡地方衛生局或撥打1922，後續會有居住地健康中心的同仁與您聯繫，並請配合相關疫調作業。
- 如果身體感到非常不適，請儘速撥打119送醫。

我的孩子被居家隔離了怎麼辦?

- 如果你的孩子在校內跟確診者在可傳染期內有接觸，如國小課照班9宮格、同班同學，你的孩子會被列為居家隔離的對象。
- 居家隔離相關作業，請配合學校通知，學校將提供學生停課不停學服務。

居家隔離的匡列期間怎麼計算?

- 依中央規定，目前3天為居家隔離+4天自主防疫。
- 學生於自主防疫最後一天的快篩若為陰性，不需要學校檢查隔天直接返校即可。

我的孩子需要自我健康監測代表什麼?

- 如果你的孩子校園有確診者，但是並未跟你的孩子有密切接觸，基於安全考量，我們仍會請你的孩子加強留意自我身體狀況，但沒有其他額外限制措施。

臺北市政府教育局
DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

臺北市校園防疫Q&A

如何知道我的孩子就讀班級或學校會停課嗎?

- 如果您的孩子就讀班級有確診者，這個班級就必須停止實體課程7天，確切日期由學校通知家長。
- 如果確診者或密切接觸者所屬班級分布學校班級達1/3以上或超過10班者，得經教育局同意後，全校停止實體課程並啟動線上教學，以3至5日為原則，停課天數由學校與教育局討論後決定。
- 幼兒園因活動班級界線不明顯且共用區域多，確診者同班同學停止實體課程7天；若疫調後需全園停課，非密切接觸者以停止實體課程5天為原則。

我的小朋友如果被居隔，家長也要一起嗎？

- 0到6歲學齡前幼童：須由一個家長陪同居家隔離，會收到居家隔離通知書，和寶貝一起隔離和解隔。
- 6到12歲國小學童，有兩個選擇：

【選擇一】陪同居家隔離：
會收到居家隔離通知書，和寶貝一起隔離和解隔。

【選擇二】在家照顧不接觸：
若家裡有一人一室的獨立空間，孩童自己在房間隔離，家人可以在家陪伴，不用在房間一起隔離，外出也不會受到限制。

臺北市政府教育局
DEPARTMENT OF EDUCATION
TAIPEI CITY GOVERNMENT

臺北市校園防疫Q&A

什麼是預防性停課?

- 如果您的孩子就讀班級有「疑似」確診者，尚未能確定PCR結果；或是確診者的足跡及密切接觸者認定比較複雜，需要作業時間，那麼基於學生安全考量，**教育局將會同意學校預防性停課1-3天**，視情況恢復實體課程或繼續停課。

碰到停課孩子的學習進度怎麼辦？

- 臺北市提供**停課不停學**服務
  同時有臺北酷課雲放置有各學科各年級教學影片及補充教材。
- 學校應於學校網站公告各班級停課期間遠距教學課表，明確標註各節次課程授課教師，採同步或非同步（混成請標註同步）等資訊，以利家長知悉。

居隔期間如果遇到學校考試，怎麼辦？

- **學校會安排補考或是採用多元方式評量**，例如作業、報告、影片、心得、作品等方式進行多元評量。
- 部分學校亦有可能採行線上考試方式進行，如孩子有個別狀況或需求，亦可與班級導師及學校討論，採彈性方式進行處理。

TAIPEI 臺北

臺北市自主防疫 1-2-3

1 我是確診者

- 居家照護確診者，請於指定隔離處所隔離，嚴禁探訪，一人一室為原則
- 觀察自身健康狀況或症狀變化，多休息與飲水，可視醫囑服用藥物，或於發燒時服用退燒藥劑
- 出現呼吸(喘)困難、持續胸痛(悶)、皮膚或嘴唇或指甲床發青，立即撥打119或同住親友駕車送醫
- 生活照護→各區關懷中心 醫療照護→通訊診療院所

居家照護管理指引

2 我是居隔者

- 3天居家隔離一人一室，盡量不共衛浴、不離開房間
- 4天自主防疫，快篩陰性才出門
- 觀察有無發燒、流鼻水、咳嗽、味(嗅)覺異常、呼吸急促等症狀，緊急就醫撥打119
- 快篩陽性，勿搭乘大眾運輸工具，自行開車、騎車、步行、親友或家人接送醫療院所做PCR檢測

密切接觸者居家隔離

3 我是自我健康監測者

- 無症狀者維持正常生活或上班(學)，並全程配戴口罩，不出入人潮擁擠、不參加大型活動、聚餐(會)
- 做好防疫措施及手部衛生
- 有發燒、咳嗽、流鼻水等呼吸道症狀，主動快篩
- 快篩陽性、勿搭乘大眾運輸工具，自行開車、騎車、步行、親友或家人接送醫療院所做PCR檢測

自我健康監測注意事項

臺北市政府 關心您

臺北市Covid-19專區

臺北市居家照護關懷中心

服務時間：09:00～17:00（下班時間請撥：02-23753782）

區別	關懷專線電話	區別	關懷專線電話	區別	關懷專線電話
松 山	02-66150119	中 正	02-66179590	南 港	02-66160119
信 義	02-66380119	大 同	02-25973036	內 湖	02-66069119
大 安	02-66329119	萬 華	02-89780851轉2001	士 林	02-66110119
中 山	02-66081119	文 山	02-66290119	北 投	02-28910859

居家照護醫療卡

1.緊急就醫：以119救護車為原則；防疫計程車、同住親友接送或自行前往（如步行、自行駕/騎車）等方式為輔

2.遠距醫療：可撥打聯合醫院各院區電話聯繫遠距醫療團隊評估

3.若有醫療諮詢需求，請以手機掃描下列QR Code下載健康益友App（24小時諮詢）

緊急就醫 | 撥打119

遠距醫療 | 聯合醫院

健康益友 EUCARE ▶ ios Android

聯合醫院各院區遠距醫療

- 中山/大同區-中興院區
  (02)2552-3234
  (日) 分機 3604（上午8時至下午5時）
  (夜) 分機 6131（上班日夜間及例假日全天）
- 大安/文山/松山區-仁愛院區
  (日) (02)2703-1032(專線，上午8時至下午5時)
  (夜) (02)2709-3600分機1228 (24小時)
- 中正/萬華區-和平婦幼院區
  (02)2388-9595
  (日) 分機 2309（上午8時至下午5時）
  (夜) 分機 8132（上班日夜間及例假日全天）
- 信義/內湖/南港區-忠孝院區
  (02)2786-1288
  (日) 分機 6022（上午8時至下午5時）
  (夜) 手機 0979308343（上班日夜間及例假日全天）
- 士林/北投區-陽明院區
  (02)2835-3456
  (日) 分機 5130（上午8時至下午5時）
  (夜) 分機 5170（上班日夜間及例假日全天）

臺北市政府 關心您

確診者照護作業流程

政府

- 篩檢單位 PCR檢驗、上傳報告
- 通報及最後判讀作業 約1～2天
- 配送關懷箱 盡速送達
- 中央通知 →衛生局 →醫療責任醫院 →電訪個案評估健康狀況
- 符合居家照護資格 配送關懷箱

民眾

- 居家快篩陽性
- 社區篩檢站或篩檢醫院 PCR檢測
- 返家
- 查詢報告 健康存摺、篩檢站通知
- 收到關懷箱 配合居家照護相關規定

- 請市民朋友收到「健保快易通」或醫院簡訊PCR採檢陽性通知時，不要驚慌，因爲根據統計超過9成爲輕症或無症狀者。
- 是否確診待醫院上傳資料後，中央將做最後判讀，通知地方衛生局，地方衛生局將分派責任醫院電訪評估個案身體健康情況，如果確定爲居家照護，將儘速送達居家照護關懷箱，啟動居家照護計劃流程。

更新日期 2022/04/18

我的 新北市

因應新冠肺炎疫情
我該怎麼辦？

我要如何知道
居家照護關懷箱派送進度？

① 經衛生單位評估
確定爲居家照護者
新北市將儘速向廠商下訂
爲您配送居家照護關懷箱

② 訂單確認後
您將收到手機簡訊

Message 簡訊

親愛的(O先生)市民朋友您好:
感謝您配合政府執行新型冠狀病毒居家照護措施，新北市政府將提供居家照護關懷箱，以減輕您生活的不便，將由「XXXXXX(物流業者)」配送至府上可至「https://xxx.xxx/(物流業者網站)」輸入「XXXXXX(貨態編號)」查詢貨態狀況，倘有相關問題，請洽「新北市Covid-19居家照護關懷中心」，服務時間爲每週一至週日9點~18點，服務專線(02)8953-5599分機1520。非服務時段請改撥1999。新北市政府敬祝您身體健康 平安如意。

③ 可至物流業者網站
輸入貨態編號
查詢關懷箱配送情形

我的新北市

更新時間：2022/04/21

新北醫療院所通訊診療

30家醫院、678家診所、254家中醫診所、5家牙醫

有就醫需求民衆皆可使用
以智慧型手機、筆電或通訊診療APP

- 預約方式：撥打視訊診療門診掛號預約專線
- 領藥方式：自行取藥或藥師送藥
- 診療費用：無法外出可透過家屬或代理人至機構繳費

指定視訊診療服務醫療機構查詢

更新日期 2022/04/29

我的新北市

陪同確診者居家照護&同戶居家隔離者

隔離天數計算方式

★ 同室照顧確診者(小朋友)的人，須待確診者(小朋友)解隔次日，開始啟動居家隔離3+4天。

★ 若與確診者同戶居家隔離者，於確診者開始居家照護第一天，同日啟動居家隔離3+4天。

同室居隔

確診者為小孩	居家照護										自主健康管理						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7
同室照顧確診者(小朋友)的人											居家隔離			自主防疫			
											1	2	3	4	5	6	7

同戶不同室居隔

確診者	居家照護										自主健康管理						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7
同住之未確診者	居家隔離			自主防疫													
	1	2	3	4	5	6	7										

基隆市政府 林右昌UChange 更新日期：111年5月1日

一張表告訴你

高雄市政府 2022.04.30

居家隔離、自主防疫、自主健康管理

強度有什麼不同？

防疫強度

100% 居家隔離（確診個案之密切接觸者，3+4天方案前3天）

- 居家隔離期間，須待在家中以1人1室，不得外出
- 完成接觸者匡列後篩檢

80% 自主防疫（確診個案之密切接觸者，3+4天方案後4天）

- 如需外出，請「快篩陰性」後，始得配戴口罩外出工作及採買生活必需品
- 不可到校：教職員工及學生
- 禁止：餐廳內用餐、聚餐、聚會、前往人潮擁擠場所，及與不特定對象接觸
- 上班時間，維持社交距離，於自己座位脫口罩飲食，不得去員工餐廳

50% 自主健康管理（確診個案/居家檢疫者，解隔後7天）

- 無症狀，不需快篩即可外出，可正常生活
- 避免：出入無法保持社交距離、或容易近距離接觸不特定人士、或無法落實佩戴口罩之公共場所等場域
- 禁止：與他人從事聚餐、聚會、公衆集會等近距離或群聚型活動

0%

◆ 有發燒、咳嗽、腹瀉、嗅味覺異常或呼吸道症狀，禁止搭乘大衆運輸工具，主動與當地衛生局聯繫或撥1922，依指示儘速就醫

◆ 如就醫後經醫院安排採檢，返家後亦應佩戴口罩，與他人交談時應保持1公尺以上距離，於接獲檢驗結果前，應留在住居所不可外出