

給工作場所預防埃博拉(伊波拉)病毒病的衛生建議-

## 給工作場所 預防埃博拉(伊波拉)病毒病的衛生建議

衛生署建議工作場所內的人員採取下列預防措施，以減低接觸及傳播埃博拉(伊波拉)病毒病的風險。

### **病原體**

埃博拉(伊波拉)病毒病是由感染埃博拉(伊波拉)病毒所致，人類感染後的死亡率高達90%。

自2014年3月，西非地區持續錄得埃博拉(伊波拉)病毒病的新增和死亡個案。

### **臨床徵狀**

埃博拉(伊波拉)病毒病是一種嚴重的急性病毒性疾病，其特徵包括突發性發燒、極度虛弱、肌肉疼痛、頭痛和咽喉痛。隨後會出現嘔吐、腹瀉、皮疹、腎臟和肝臟功能受損，有某些個案更會出現內出血和外出血的情況。

### **傳播途徑**

埃博拉(伊波拉)病毒可透過人與人之間傳播而在社區蔓延，染病的途徑包括直接接觸（通過破損皮膚或黏膜）患者的血液、分泌物、器官或其他體液，及間接接觸受到這些體液污染的環境。

只要人類的血液和分泌物中含有病毒，即可傳播疾病。

### **潛伏期**

潛伏期為2至21天。

### **治療方法**

現時沒有證明有效的治療方法。

患者應在隔離設施內接受治療以防止疾病傳播。

### **預防方法**

現時沒有認可預防埃博拉(伊波拉)病毒病的疫苗。

## 甲.預防措施

### 員工：

- 保持良好個人衛生，包括手部衛生。經常用梘液和清水洗手，尤其是在觸摸眼睛、鼻或口前、進食前，如廁後，及觸摸公共設施(例如電梯扶手、升降機按掣板、或門把手)後。在無洗手設備的情況下，可以用 70-80%的酒精搓手液揉搓消毒雙手。妥善消毒和覆蓋傷口。
- 增強身體抵抗力，飲食要均衡，並要有適量運動、充足休息、減輕壓力、不吸煙和不飲酒。
- 確保食物已經徹底煮熟才食用。
- 預防疾病傳播，重要是避免到受影響地區。如從受影響地區返港，應留意返港後後二十一日內的健康情況。如在這段時間出現埃博拉(伊波拉)病毒病的病徵，應致電 999 並告知人員有關情況，以安排到急症室求診。(有關受埃博拉(伊波拉)病毒病影響地區的最新數據，請瀏覽衛生防護中心的網頁 [http://chp.gov.hk/files/pdf/evd\\_affected\\_area.pdf](http://chp.gov.hk/files/pdf/evd_affected_area.pdf))



### 辦公室管理：

- 保持環境清潔及衛生
  - 定期以清潔劑及清水清潔工作場所，並保持乾爽。
  - 垃圾應妥善包紮好，棄置於有蓋垃圾桶內。每天最少清理垃圾桶一次。
- 保持廁所清潔衛生
  - 保持廁所清潔乾爽。
  - 提供梘液，乾手機/ 即棄抹手紙作潔手用途。
  - 確保沖廁系統及乾手機運作正常。如廁後立即沖廁。
- 如地方被血液、分泌物、嘔吐物或排泄物等污染時：
  - 負責清潔的員工應穿上適當的個人防護裝備，包括外科口罩、膠手套、膠圍裙及眼部防護裝備(眼罩/面罩)。
  - 使用吸水力強的即棄抹布抹去血液、分泌物、嘔吐物或排泄物。
  - 然後小心棄置用後即棄抹布於廢物袋內，切勿污染個人/環境。
  - 用適當的消毒劑於受污染的表面及其周圍進行消毒。
    - ◆ 如地方被分泌物、嘔吐物或排泄物污染，應用1份含5.25%次氯酸鈉的家用漂白水與49份清水混和來進行消毒，待15至30分鐘後，再用清水沖洗，然後抹乾。

- ◆ 如地方被血液污染，應用1份含5.25%次氯酸鈉的家用漂白水與4份清水混和來進行消毒，待10分鐘後，再用清水沖洗，然後抹乾。
- 完成程序後，將所有廢物棄置於廢物袋內。
- 小心除下個人防護裝備及棄置於廢物袋，並使用梘液及清水清洗雙手。
- 妥善包紮廢物袋及正確棄置於有蓋垃圾桶內。
- 使用梘液及清水清洗雙手。

## 乙. 如有員工懷疑感染埃博拉(伊波拉)病毒病時之環境清潔及消毒

- 負責清潔的員工應穿上適當的個人防護裝備，包括外科口罩、膠手套、防水保護衣/即棄保護衣外加上膠圍裙，及眼部防護裝備(眼罩/面罩)、鞋套/#水靴。
- 所有可能被污染的環境表面及用品(例如升降機按掣板、門把手、傢具)，應用1份含5.25%次氯酸鈉的家用漂白水與49份清水混和來進行消毒，待15至30分鐘後，再用清水沖洗，然後抹乾。
- 如地方被血液、分泌物、嘔吐物或排泄物污染，應採取加強措施：
  - 個人防護裝備：外科口罩、防水保護衣/即棄保護衣外加上膠圍裙、膠手套、眼部防護裝備(眼罩/面罩)、鞋套/#水靴。
  - 使用吸水力強的即棄抹布抹去血液、分泌物、嘔吐物或排泄物。
  - 然後小心棄置用後即棄抹布於廢物袋內，切勿污染個人/環境。
  - 使用1份含5.25%次氯酸鈉的家用漂白水與4份清水混和來進行消毒，待10分鐘後，再用清水沖洗，然後抹乾。
  - 完成程序後，將所有廢物棄置於廢物袋內。
  - 小心除下個人防護裝備並將之棄置於廢物袋，隨即以梘液和清水清洗雙手。
  - 妥善包紮廢物袋及正確棄置於有蓋垃圾桶內。
  - 以梘液和清水清洗雙手。
- # 如環境被血液或體液嚴重污染，須穿著水靴。

## 丙. 埃博拉(伊波拉)病毒病的最新資訊

有關埃博拉(伊波拉)病毒病的最新情況，請瀏覽衛生防護中心網頁 [http://www.chp.gov.hk/tc/view\\_content/34199.html](http://www.chp.gov.hk/tc/view_content/34199.html)

衛生防護中心

修訂日期二零一四年八月二十一日(第二版)\_\_\_\_\_

## 安全使用漂白水

### 漂白水的稀釋及使用

1. 調校或使用漂白水時要打開窗戶，使空氣流通。
2. 由於漂白水會刺激黏膜、皮膚及呼吸道，所以在調校及使用漂白水時須佩戴適當的個人防護裝備（如口罩、手套和護眼罩）。
3. 稀釋漂白水時要用凍水，因為熱水會令漂白水的成份分解，失去效能。
4. 以漂白水的次氯酸鈉濃度為 5.25%來計算，調校方法如下：
  - 1 比 99 稀釋家用漂白水(以 10 毫升漂白水混和於 990 毫升清水內)，可用於一般家居清潔。
  - 1 比 49 稀釋家用漂白水(以 10 毫升漂白水混和於 490 毫升清水內)，用於消毒被嘔吐物、排泄物或分泌物污染的表面或物件。
5. 若使用的漂白水的次氯酸鈉濃度高過或低於 5.25%，所用分量便要相應調整。
  - 計算方法：漂白水的分量倍數 = 5.25%漂白水的次氯酸鈉濃度。
  - 舉例說，使用的漂白水只含有 5%次氯酸鈉，所用分量倍數便是  $5.25 / 5 = 1.05$ ，即是須用 10 毫升  $\times 1.05 = 10.5$  毫升漂白水。
6. 用量杯準確地量度所需漂白水的份量。
7. 消毒完的物品和表面，應以清水沖洗，然後抹乾。
8. 清潔用具在使用後，應浸於稀釋漂白水中30分鐘，再用清水沖洗乾淨，才可再次使用。
9. 最後用梘液和清水洗手，用清潔的毛巾或用完即棄的紙巾抹乾雙手。

### 注意事項

1. 避免用於金屬、羊毛、尼龍、絲綢、染色布料及油漆表面。
2. 避免接觸眼睛。如果漂白水濺入眼睛，須即時用清水沖洗至少15分鐘及求醫診治。
3. 不要與其他清潔劑一併或混和使用，以免降低殺菌功能及產生化學作用。例如，當漂白水混和於酸性清潔劑如潔廁劑，會產生有毒氣體，可能造成意外，令身體受傷。如有需要，應先用清潔劑清潔及用清水徹底沖洗後，才再用漂白水消毒。
4. 未經稀釋的漂白水在陽光下會釋出有毒氣體，所以應放置於陰涼及兒童接觸不到的地方。
5. 由於次氯酸鈉會隨着時間漸漸分解，因此宜選購生產日期較近的漂白水，及不應過量儲存。
6. 要有效消毒，經稀釋後的漂白水，應在24小時內使用。