

給旅遊人士預防對嚴重新型傳染性病原體呼吸系統病的健康指引

衛生署建議旅遊人士採取以下預防措施，以盡量減低感染和傳播嚴重新型傳染性病原體呼吸系統病的風險。

疾病資訊

<https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/24/102466.html>

受影響地區

請瀏覽衛生防護中心網頁，查閱有新型冠狀病毒感染報告個案的國家／地區：

https://www.chp.gov.hk/files/pdf/statistics_of_the_cases_novel_coronavirus_infection.pdf

出發前

- 帶備足夠的外科口罩和含 70 至 80 % 的酒精搓手液。
- 如感到不適，並出現傳染病感染症狀如發燒及／或呼吸道感染病徵，應佩戴外科口罩，盡早向醫生求診；延遲行程，直至痊癒。
- 如非必要，應避免前往湖北省武漢市。如果不可避免前往武漢市，應戴上外科口罩，並繼續佩戴直至回港後 14 天。

旅程中

- 與目的地港口衛生部門合作，和遵守所有必要的出入境程序和健康檢查。
- 避免在可能出現新型冠狀病毒感染社區傳播的國家／地區與發燒或有呼吸道病徵的人士有密切接觸。如果不可避免與他們接觸，應戴上外科口罩，並繼續佩戴直至回港後 14 天。
- 避免到訪醫院。如有必要到訪醫院，應佩戴外科口罩及時刻注重個人和手部衛生。
- 注意個人衛生
 - 避免觸摸眼睛、鼻及口。
 - 經常保持雙手清潔。勤洗手，尤其在觸摸眼睛、口或鼻前；處理食物或進食前、如廁後、觸摸公共物件如電梯扶手、升降機按鈕或門柄後，或當手被呼吸道分泌物污染時，如咳嗽或打噴嚏後。
 - 洗手時應以梘液和清水清潔雙手，搓手最少 20 秒，用水過清並用抹手紙弄乾。
 - 如沒有洗手設施，或雙手沒有明顯污垢時，使用含 70 至 80% 的酒精搓手液潔淨雙手亦為有效方法。

- 帶備紙巾。打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩蓋口鼻。不要隨地吐痰或亂拋垃圾，痰涎應用紙巾包好，把用過的紙巾棄置於有蓋的垃圾箱內，然後徹底清潔雙手。
- 帶備外科口罩，以便有呼吸道感染病徵時佩戴。
- 不要共用毛巾或私人用品。

- 注意食物衛生
 - 食物安全五要點：
 - 選擇安全的原材料
 - 保持雙手及用具清潔
 - 分開生熟食物
 - 徹底煮熟食物

 - 把食物存放於安全溫度用膳時使用公筷及公羹，不應與他人共享飯盒或飲品。

- 避免接觸動物（包括野味）、禽鳥或其糞便。
- 避免到訪濕貨街市、活家禽市場或農場。
- 切勿進食野味及切勿光顧有提供野味的食肆。
- 注意食物安全和衛生，避免進食或飲用生或未熟透的動物產品，包括奶類、蛋類和肉類，或食用可能被動物分泌物、排泄物（例如尿液）或產品污染的食物，除非已經煮熟、洗淨或妥為去皮。
- 在旅遊期間繼續實踐健康生活模式，不要吸煙及避免飲酒。
- 在旅程中留意自己的健康情況。若出現傳染病感染症狀如發燒及／或呼吸道感染病徵，應告知領隊／導遊及速往就醫。

返港後

- 若出現發燒或其他病徵，應立即求診，主動告訴醫生最近曾到訪的地方及有否接觸動物；並佩戴外科口罩，以防傳染他人。

詳情請瀏覽

- 衛生署旅遊健康服務網頁：<http://www.travelhealth.gov.hk/>
- 衛生防護中心專題網頁：<https://www.chp.gov.hk/tc/features/102465.html>

衛生防護中心

二零二零年一月九日

（二零二零年一月二十四日最後更新）