

# 居家防疫，鎮定抗病，亞東關懷，面面俱到

接觸到了COVID-19確診個案，我應該要注意什麼？

我是COVID-19確診個案，我應該要注意什麼？

同學或老師被隔離了，該如何上課或請假？

防疫隔離中，考試該怎麼辦？

我是學生  
該怎麼辦  
？



我是老師  
該怎麼辦  
？



## 我接觸到COVID-19確診者個案，應該要注意什麼？

中央流行疫情指揮中心提供2022/04/18

- 如果您與確診者個案於症狀發生前4日至隔離前，有密切接觸（如共同用餐、共同居住或曾有面對面15分鐘以上的接觸），請先留在家中自我隔離。等候衛生單位通知，除非有立即就醫需求，請不要離開住所。
- 在家請單獨一人一室，盡量和家人使用不同的衛浴設備，不要離開房間。
- 請家人準備食物飲水，不要和家人共餐或共用物品。
- 在家請避免與其他同住者接觸，特別是長者、幼兒或免疫力低下的同住家人。
- 請務必配戴口罩和注意手部衛生（使用肥皂和水洗手，或使用酒精）。
- 請使用稀釋後的漂白水(1:50)或酒精，清潔所有經常觸碰的物體表面。
- 觀察自己是否出現COVID-19的相關症狀，如：發燒、流鼻水、咳嗽、喉嚨痛、倦怠、肌肉酸痛、頭痛、腹瀉、嗅覺或味覺異常、呼吸急促等。
- 若出現以下症狀，請立即聯繫119、衛生局或撥打1922：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。
- 請依指示就醫或前往篩檢，並禁止搭乘大眾運輸工具。
- 在家自我隔離期間如出現疑似症狀，可自行使用家用快篩試劑進行快篩，如快篩結果為陽性，請立即與當地衛生局聯繫，或撥 1922，依指示配合處置及依防疫人員指示處理已使用過之採檢器材。
- 如果您不是密切接觸者則僅需進行自我健康監測10天。如有疑似症狀，自行快篩。若結果為陽性，依確診者個案流程辦理。（紅字為現行滾動式調整之政策）



## 我是COVID-19確診者個案，應該要注意什麼？

中央流行疫情指揮中心提供2022/04/18

- 大部分的COVID-19感染者症狀輕微，休養後即可自行康復，為了將醫療資源留給重症患者，請您先留在家中不要離開，等候公衛人員通知。
- 在家請單獨一人一室，盡量和家人使用不同的衛浴設備，不要離開房間。
- 請家人準備食物飲水，不要和家人共餐或共用物品。
- 在家請避免與其他同住者接觸，特別是長者、幼兒或免疫力低下的同住家人。
- 請務必配戴口罩和注意手部衛生（使用肥皂和水洗手，或使用酒精）。
- 請使用稀釋後的漂白水(1:50)或酒精，清潔所有經常觸碰的物體表面。
- 若出現發燒症狀，可使用退燒藥減緩不適症狀，盡量臥床休息和飲水。
- 務必觀察自身症狀變化，若出現以下症狀，請立即聯繫119、衛生局或撥打1922：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。
- 請依指示就醫或前往篩檢，並禁止搭乘大眾運輸工具。
- 電話聯絡與我曾密切接觸者（在我開始有症狀發生的前4天至隔離前，曾有共同用餐、共同居住或未配戴口罩下面對面15分鐘以上的接觸），請他們自我隔離並健康監測。

莫急

莫慌

莫害怕

你可能會有的行為，透過回想、物件上的日期與時間，可以引導你思考！

引導思考

手機照片

LINE對話

FB打卡

QRCORD簡訊

人

事

時

地

物

冷靜

應對

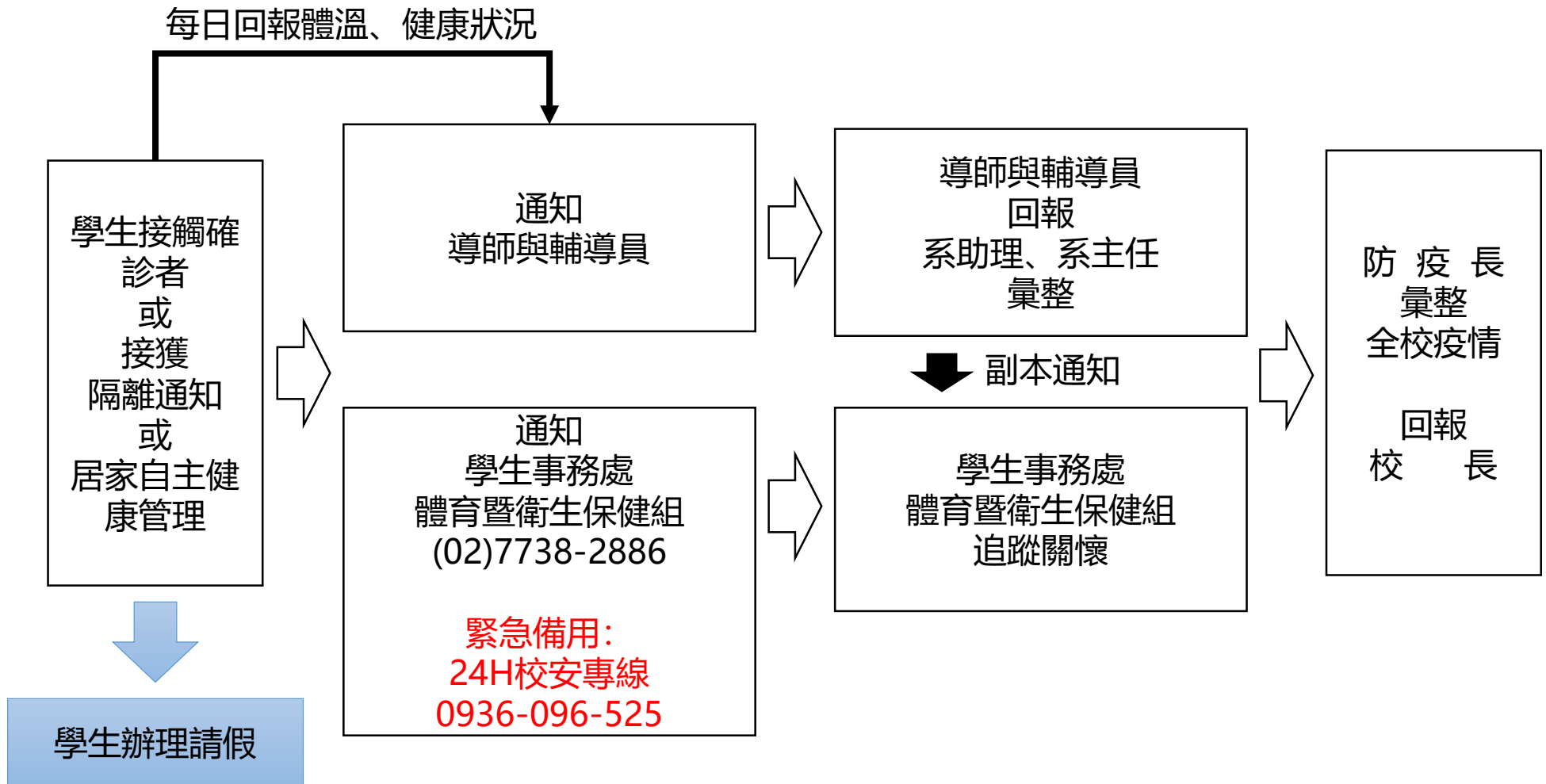
護健康

紙筆紀錄

什麼時候？去了哪裡？做什麼事？  
接觸什麼人？碰過什麼東西？

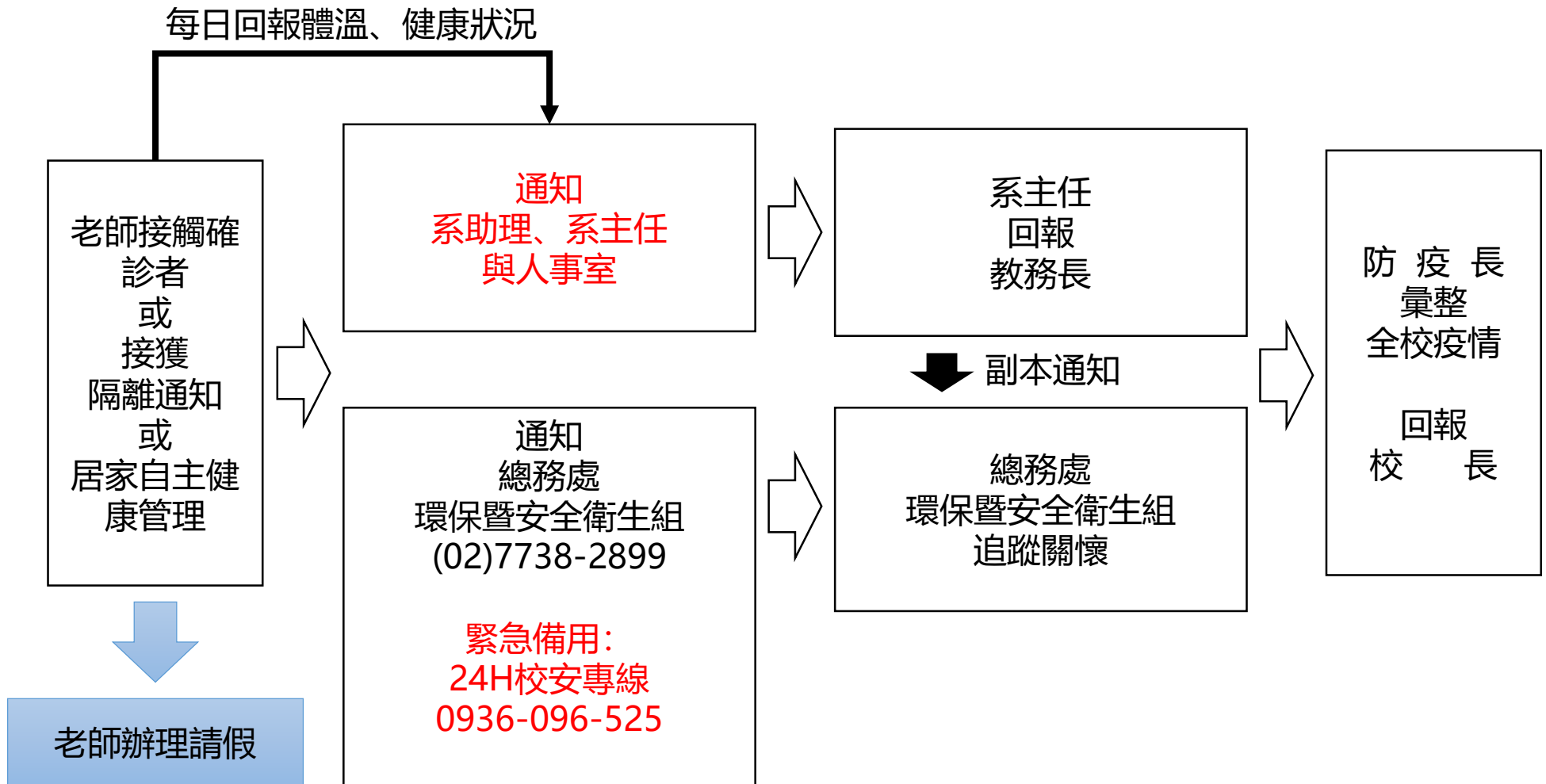


# 學生被隔離（或確診）了，該如何處理？





# 老師被隔離（或確診）了，該如何處理？





類別	說明
<b>密切接觸者</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 自確診個案發病前4日起至隔離前，在任一方未配戴口罩情況下，曾與確診者共同居住、用餐，聚會或參加活動、搭乘交通工具，或任何持續接觸達 15 分鐘的對象，或提供照護、相處、接觸病患呼吸道分泌物或體液之醫療人員及同住者。</li><li>• 經衛生單位調查符合前述密切接觸定義而認定為與確定病例有密切接觸，將會匡列為接觸者，並納入居家隔离管制對象，應居家隔离至與確定病例最近一次接觸日後10天。</li></ul>
<b>一般接觸者</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 一般接觸者是指與疑似病例、確診病例和無症狀感染者在乘坐飛機、火車和輪船同一個交通工具、共同生活、學習、工作以及診療過程中有過接觸，以及共同暴露於商場、車站、地鐵內等公共場所的人員，但又不符合密切接觸者判定原則的人員。</li></ul>



## 本校教職員工生如有確診，或與確診者接觸者，請依下列方式辦理：

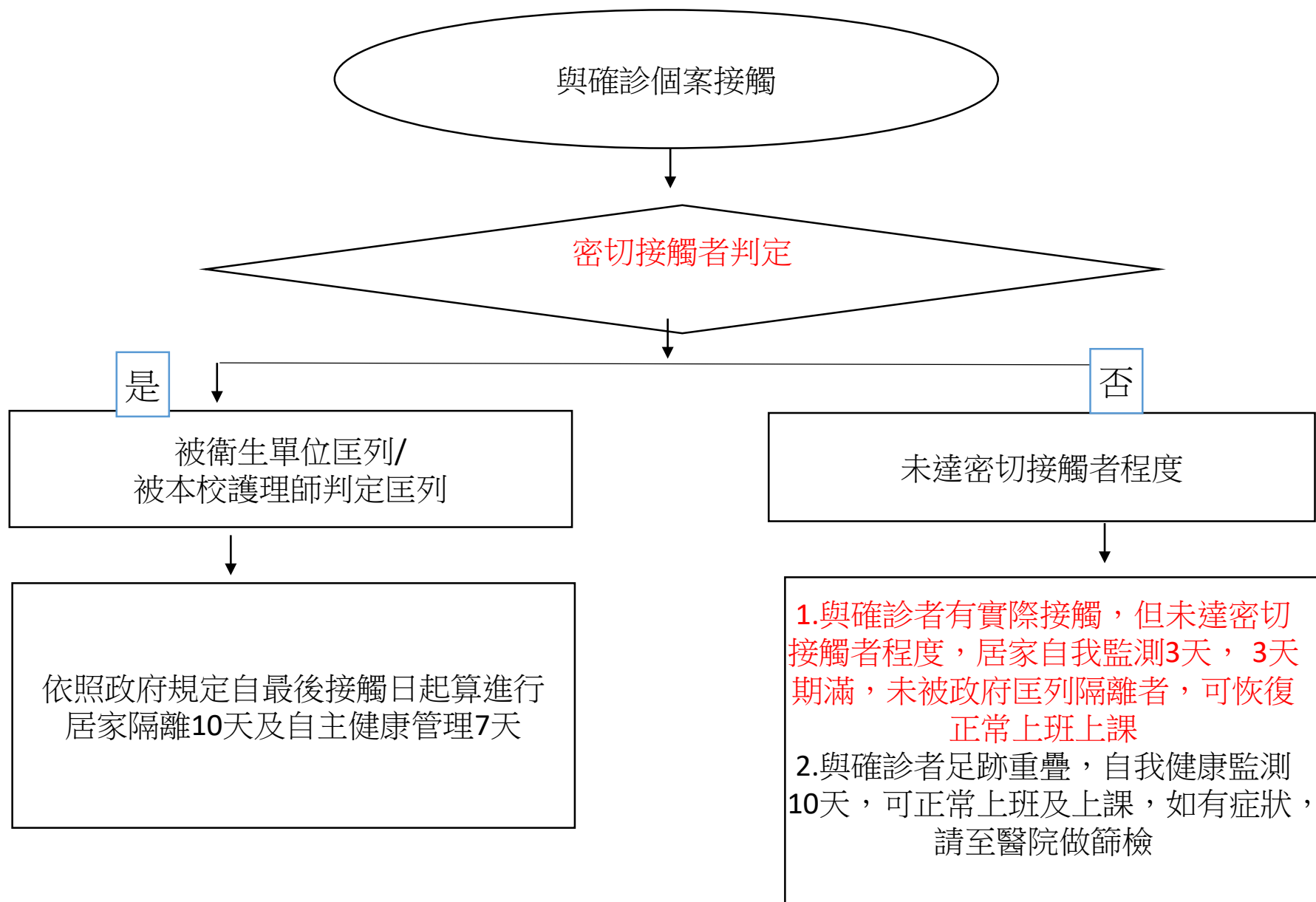
- (一)「**確診者**」：依政府規定進行居家隔離，以及後續7天自主健康管理。
- (二)「**一般接觸者**」：**接觸未達密切接觸程度者，定義為「一般接觸者」**。含確診者授課/修課班級、確診個案接觸人員(參與社團、搭乘交通車、同住宿舍、餐廳用餐等)，自確診者採檢陽性日隔天起暫以居家上班及遠距上課(或任何實體上課替代方案)3天，進行自我健康監測。3天期滿，如未被政府匡列隔離者，可恢復正常上班上課。
- (三)「**密切接觸者**」：確診者發病前4天至被隔離前，曾經在任一方未佩戴口罩情況下接觸，如共同居住、用餐、聚會或參加活動、工作或就學場所、醫療照護院所、搭乘交通工具及可能接觸達 15分鐘未戴口罩之對象。

◎「**密切接觸者**」分成兩種情況「**被衛生單位匡列**」與「**未被衛生單位匡列**」：

- 1.「**被衛生單位匡列**」：衛生單位介入疫調後，如被匡列隔離，後續請依政府規定完成10天居家隔離及後續7天自主健康管理。
- 2.「**未被衛生單位匡列**」:將由學校護理師介入疫調判定匡列。

備註:如收到政府發送細胞簡訊、政府公告確診者足跡，屬自我健康監測10天，可正常上班上課。







密切接觸者

某A確診

前4天足跡追蹤

最後接觸日起  
居家隔離10日

自主健康管理7日

某B接觸

居家隔離  
10日

依據隔離通知書日期

自主健康管理  
7日

雖可外出  
但勿到人群眾多場所

10+7均請勿到校

亞東高規格防疫，維護全體師生暨您家人之健康



一般接觸者

某A確診

前4天足跡追蹤

某B接觸

實施暫停實體  
課程3天，  
自我健康監測

身體如有不適，隨時就醫檢測

自我健康監測  
3日

請勿到校

亞東高規格防疫，維護全體師生暨您家人之健康



# 我是學生/老師，我被隔離了，該如何處理？

	醫療進行中	隔離、自主健康管理或醫療進行中，但可上課
學生	<ul style="list-style-type: none"><li>因醫療進行中，以維護健康為優先，上網請假。</li><li>得請班級同學錄影或教師線上之數位講義。（彈性線上上課方式，請先徵得授課教師同意，由班級同學協助）。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>得請班級同學錄影，或直播方式進行課程。（彈性線上上課方式，請先徵得授課教師同意，由班級同學協助）。</li><li>如為考試測驗，授課教師得考量學生情況，改以繳交報告或其他多元評量方式進行。</li></ul>
老師	<ul style="list-style-type: none"><li>因醫療進行中，以維護健康為優先，上網請假。</li><li>所缺課程，得聘任代課老師或協同老師實體上課，或康復再行調補課。</li><li>請上網（或由系上協助）公告予學生暫停課程。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>得聘任代課老師或協同老師實體授課。</li><li>得以線上授課方式進行課程。線上授課，請上網公告授課平台與方式。</li></ul>



## 我是學生，我被隔離（或確診）了，該如何處理？

### 考試請假

(教務行政組)



以下事項請學生處理（1~3項）：

1. 文件1：截圖個人課表
2. 文件2：拍照「隔離通知單」，或手機截圖政府簡訊，或手機截圖學校預防性簡訊，或學校停課班級公告（「隔離通知單」可於日後補上）。
3. 文件3：網頁：教務行政組/文件下載，學生相關，編號07：學生考試請假補考申請單，請自行填寫好內容。
4. 將上述文件1+2+3，EMAIL給系助理，再與系助聯繫，系上協助考試請假（申請書、老師簽名）

申請書上簽名欄位：

- 學生申請書之學生簽名欄，得由導師或輔導員代為簽章。
- 各授課教師經系助理或主任確認，授課教師欄位得由系主任代為簽章。

### 一般請假

(生活輔導組)



1. 文件1：截圖個人課表
2. 文件2：拍照「隔離通知單」，或手機截圖政府簡訊，或手機截圖學校預防性簡訊，或學校停課班級公告（「隔離通知單」可於日後補上）。
3. 登入個人PORTAL請假，並上傳文件2做為附件（病假，兩週內辦理）。
4. 將上述文件1+2，給導師與輔導員，並告知隔離請假事項（一般請假由導師核准）



## 我是老師，學生被大量隔離了，該如何處理？

狀況	應變政策
修課人數未達1/3以上人員 <b>暫停到校</b> ，則繼續實體上課	<ul style="list-style-type: none"><li>班級未達1/3以上人員<b>暫停到校</b>，針對無法到校之同學，課程得以錄音、錄影、直播方式，實體與線上進行，提供無法到校同學線上授課（經授課教師同意錄、音錄影或直播方式，由該班級同學協助）。</li></ul>
修課人數達1/3以上人員 <b>暫停到校</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>該班課程實體上課改為線上上課。</li><li>請老師於PORTAL公告上課平台或上課方式。</li><li>報備系助理、主任，彙整統計線上授課之日期、時間與課程數。</li></ul>
修課人數未達1/3人員 <b>暫停到校</b> ，但足以影響課程進行	<ul style="list-style-type: none"><li>未達1/3暫停到校，但人數眾多足以影響課程之進行，經報備系主任（專、選修）或通識教育中心主任（通識課程）同意後，該班課程實體上課得改為線上上課。</li><li>請老師於PORTAL公告上課平台或上課方式。</li><li>報備系助理、主任，彙整統計線上授課之日期、時間與課程數。請備註原因。</li></ul>

**恢復實體上課標準：符合班級中有1/3以上確診者或密切接觸者條件，以停止實體上課10天為原則。除「確診個案」及「密切接觸者」之外，停課天數得視實際疫情調查及風險評估結果後決定。**



## 誠實面對防疫調查，兼顧健康、學習

### Q: 我是學生，我接觸了COVID-19確診者，尚未取得隔離證書，該如何請假？

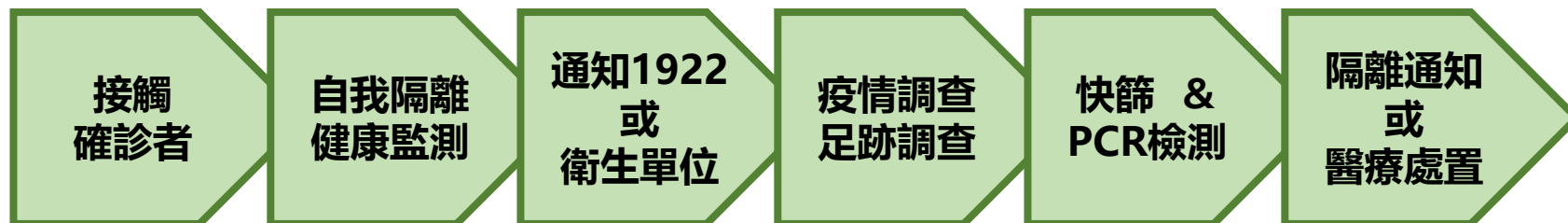
- 學生因缺曠得於兩週內請假，防疫優先，如有接觸情形，請先回報給班導師及輔導員，並做好自我防疫，請假證明得日後補充。

### Q: 我是老師，我接觸了COVID-19確診者，尚未取得隔離證書，該如何請假？

- 老師因防疫隔離或自我健康監測，請先回報給系助理、主任及人事室，並做好自我防疫，請假證明得日後補充。（人事室先行統計管理）

### Q: 我是老師/學生，辦理防疫請假，卻遲遲未能提出/取得相關證明，會如何處理？

- 老師/學生因自行認知而防疫隔離或自我健康監測，卻未回報1922或地方衛生單位，致使無法證明或取得相關防疫策略證明，將以缺曠論處。
  1. 教職員工，依人事室相出勤相關辦法處理。
  2. 學生一般請假，依學生事務處請假相關辦法處理。
  3. 學生考試請假，依教務處考試請假相關辦法處理。





安心

放心

冷靜面對



平時做好防疫好習慣，  
不怕疫情搗蛋生活亂！

不往人群聚集

隨時消毒·洗手

適度運動增強抵抗力

足跡隨時記錄

監控

紀錄

平安渡過

體溫CHECK

咳嗽

腹瀉

喉嚨痛



染疫症狀類似感冒，不可輕忽，  
隨時監測自我健康狀態，保護自己保護他人！





亞東科技大學

Asia Eastern University of Science and Technology



**居家防疫**

**鎮定抗病**

**上課學習**

**亞東處處關心您**