



嚴重傳染性肺炎(COVID-19)護理指導

2020.12 制定
2022.11 修訂

一、何謂嚴重傳染性肺炎

起源中國湖北武漢市發現不明原因肺炎群聚感染，稱之武漢肺炎或新型冠狀病毒。隨著疫情迅速蔓延，世界衛生組織於 2020 年 2 月 11 日將此新型冠狀病毒所造成的疾病稱為 COVID-19，且我國列為第五類法定傳染病「嚴重特殊傳染性肺炎，主要以呼吸道症狀為主，包括鼻塞、流鼻水、咳嗽、發燒等。

二、傳染途徑

主要是通過呼吸道顆粒物的近距離接觸（大約 1 公尺內）發生的，當感染者咳嗽、打噴嚏或說話時在呼吸道分泌物中釋放的病毒透過以下途徑傳播：

- (一)吸入含有病毒的呼吸道飛沫：在通風不良的室內密閉空間、暴露時間長（通常大於 15 分鐘）等情形下，皆可能提高感染風險。
- (二)帶有病毒的飛沫直接噴濺於眼、口、鼻黏膜。
- (三)手部直接碰觸到帶有病毒的飛沫，或間接碰觸帶有病毒的物體表面，使手部遭受病毒污染後，再碰觸眼、口、鼻黏膜。

三、潛伏期

依據世界衛生組織公告，感染新型冠狀病毒 SARS-CoV-2 至發病之潛伏期為 1 至 14 天（多數為 5 至 6 天）。

四、如何診斷

- (一)核酸檢驗（real-time reverse-transcription polymerase chain reaction, RT-PCR）：採集呼吸道檢體，急性感染期之檢驗首選。
- (二)血清學檢測（serological test）：檢測血液是否有抗體，適用於確診病人感染後恢復期之檢測。

五、臨床表現

咳嗽、肌肉痛和頭痛是最常見的症狀，其他症狀包括：發燒、四肢無力、腹瀉、喉嚨痛、嗅味覺異常、呼吸困難等，嚴重者呼吸道窘迫症候群或多重器官衰竭、休克等。確診者在急性期康復後，約有 10% 於 3 個月仍持續有上述症狀。

六、重症風險因子

年齡 ≥ 65 歲、癌症、糖尿病、慢性腎病、心血管疾病（不含高血壓）、慢性肺疾（間質性肺病、肺栓塞、肺高壓、氣管擴張、慢性阻塞性肺病）、結核病、慢性肝病（肝硬化、非酒精性脂肪性肝炎、酒精性肝病 與免疫性肝炎）、失能（注

意力不足及過動症、腦性麻痺、先天性缺陷、發展或學習障礙、脊髓損傷)、精神疾病(情緒障礙、思覺失調症)、失智症、吸菸(或已戒菸者)、BMI \geq 30(或12-17歲兒童青少年 BMI 超過同齡95%)、懷孕(或產後六週內)、影響免疫功能之疾病(HIV 感染、先天性免疫不全、實體器官或血液幹細胞移植、使用類固醇或其他免疫抑制劑)。

七、治療方式

目前所有的冠狀病毒並無特定推薦的治療方式，多為採用支持性療法，建議的預防措施與其他呼吸道感染相同，包括勤洗手、妥善處理口鼻分泌物等。

八、日常生活注意事項

- (一)生病期間應於家中休養，每日早晚各量一次體溫、詳實紀錄體溫、健康狀況及活動史，並佩戴醫用口罩、避免外出，且與他人儘可能保持1公尺以上距離。
- (二)當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。
- (三)維持手部清潔，保持經常洗手習慣，原則上可以使用肥皂和清水或酒精性乾洗手液進行手部清潔，
- (四)儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴，若手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手徹底洗淨雙手。
- (五)環境衛生可自製消毒水用於居家環境。如一般市售漂白水約含5%次氯酸鈉，建議以1c.c.漂白水加100c.c.冷水稀釋(即1:100稀釋)，稀釋後24小時內具有有效殺菌功能。
- (六)擔心漂白水揮發的氣體對人體有害，有呼吸道過敏者，建議消毒時離開現場，並打開窗戶保持通風，消毒10分鐘後再以清水清洗或擦拭、減少皮膚遭受刺激。
- (七)不需要大範圍消毒，只要針對家中常接觸的物品或家具表面，像是門把、桌面、兒童玩具等，重點擦拭消毒即可。
- (八)配合 COVID-19 疫苗接種政策，提升自我保護力。
- (九)若出現任何症狀例如發燒、咳嗽或呼吸困難等症狀，應先主動與衛生局(1922)連繫，依其指定之方式前往指定之醫療機構，嚴禁搭乘大眾運輸工具，外出時應戴上口罩，並遵照醫院訂定之分流看診機制就醫。

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務。出院後如有任何疑問，可利用「健康諮詢專線」：台北/淡水馬偕(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉311。諮詢時間：週一至週五上午9:00-12:00，下午2:00-5:00。

祝您 平安健康