

仁濟醫院林百欣中學  
家長通告二零二五至二零二六年度第七十三號  
提高警覺預防呼吸道感染

敬啟者：

本地季節性流感活躍程度近期持續上升，現懇請閣下提高警覺預防呼吸道感染。為防止呼吸道傳染病的爆發，學生如出現發熱（口溫高於 37.5°C，或耳溫高於 38°C），不論是否有呼吸道感染病徵，均不應回校上課。

正確量度體溫十分重要，詳細資料請參閱衛生署衛生防護中心出版的「學校／幼稚園／幼稚園暨幼兒中心／幼兒中心預防傳染病指引」中第 2.3 章，該文件可在以下網址瀏覽：  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines\\_on\\_prevention\\_of\\_communicable\\_diseases\\_in\\_schools\\_kindergartens\\_kindergartens\\_cum\\_child\\_care-centres\\_child\\_are\\_centres\\_chi.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines_on_prevention_of_communicable_diseases_in_schools_kindergartens_kindergartens_cum_child_care-centres_child_are_centres_chi.pdf)。

各家長及學生可參考由衛生防護中心製作關於個人和環境衛生的示範短片，有關短片已上載至該中心的「感染控制須知」網頁（<https://www.chp.gov.hk/tc/resources/346/index.html>）。

學生應繼續保持個人、手部和環境衛生，預防呼吸道感染，衛生防護中心建議採取以下措施預防上呼吸道感染：

1. 病人佩戴外科口罩可以預防傳播呼吸道病毒。正確佩戴口罩十分重要，包括在佩戴口罩前及脫下口罩後保持手部衛生；
2. 避免觸摸眼睛、口和鼻；
3. 雙手一旦染污，應使用梘液和清水以正確方法洗手；
4. 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩着口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內，其後應徹底洗手；
5. 保持室內空氣流通；
6. 當出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，不應上班或上學，避免前往人多擠迫的地方，及盡早向醫生求診；及
7. 保持均衡飲食、恆常運動及充足休息，不要吸煙和避免過大的生活壓力，以建立良好身體抵抗力。

根據科學實證，接種疫苗是預防季節性流感重症及其併發症的最有效方法之一，亦可減低感染流感而導致入院留醫的機會和死亡的風險。在踏入冬季流感季節前盡早接種流感疫苗，可有效保障自己和家人健康。

由於包括流感病毒在內的多種呼吸道病原體可能在冬季轉趨活躍並同時傳播，衛生防護中心強烈呼籲市民，包括幼童，為有效預防 2019 冠狀病毒病和流感，應盡快接種疫苗。同時接種新冠疫苗與季節性流感疫苗的詳情可參閱網頁  
（<https://www.chp.gov.hk/tc/features/106096.html>）。

此致  
貴家長

校長  謹啟  
(熊國章)

二零二五年十月十五日

(REF: P:\C25\I073\_151025)