

自主健康管理需知-員工監測加強版

姓名： 身分證號：

聯絡電話[必填]：

任職單位：

單位主管蓋章

(本通知單，請確實填寫，自行健康監測及保留)

監測期間：__年__月__日至 __年 __月 __日

您可能與 COVID-19 高風險個案有相當接觸，為了保護您和親友及大眾的健康與安全，請您配合進行個人健康監測，並遵守以下規定：

1. 共同生活者須採取適當防護措施（佩戴外科口罩與良好衛生習慣），並儘可能保持 1 公尺以上距離，勿共餐。
2. 衛浴盡量分開，若無法分開則使用後需清潔消毒[3 次/日至少]。
3. 請於監測期間，每日早/晚各量體溫一次、詳實記錄體溫及健康狀況(如次頁表格)。
4. 請維持手部清潔，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。另應注意儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手並澈底洗淨。
5. 如沒有出現任何症狀，可正常上班，應儘量避免出入公共場所、跨單位活動，分隔用餐，外出時遵守佩戴外科口罩。
6. 若發生下列情形請**通報**及需**停止上班**：
 - (1)本人有發燒、咳嗽、呼吸困難等症狀或其他類流感不適，應主動與單位主管及感染管制室[分機 2571/2570]聯繫，並安排就醫。
 - (2)應全程佩戴口罩及採取適當防護措施，且禁止搭乘大眾運輸工具就醫。

