

施打流感疫苗 遠離流感 身體健康

疾病管制科 劉建麟

近年來，流感疫情在全球各地越來越嚴重，而公費流感疫苗的施打是預防流感的一種重要措施。為了保障公眾健康和安

誰應該接受公費流感疫苗？

建議以下人群應接受公費流感疫苗：

1. 年齡65歲以上的老年人、兒童、懷孕的女性、患有慢性疾病或免疫系統受損的人
2. 安養、養護、長照機構、醫護機構、幼兒園、托育機構、學校等高風險群體密集機構工作人員。

該族群因為免疫系統健康狀況較弱，更容易感染流感病毒。除了需保護本人以外，協助照顧其生活、教育等密集機構之工作人員，也可藉由流感疫苗的施打，建立起流感病毒保護圈，發揮群體免疫的效果保護需要保護的高風險民眾。

公費流感疫苗施打的時間？

公費流感疫苗施打的最佳時間是每年的10月至11月，因為這是流感病毒藉由飛沫傳染迅速擴散的流行季。然而，如果您錯過了這個時期，接種流感疫苗仍然是有益的，因為流感病毒可以在整個冬季、甚至春季期間傳播，尤其是現今變化劇烈的氣候模式，更有接種流感疫苗的必要性。

公費流感疫苗的效果？

公費流感疫苗是一種非常安全和有效的預防措施，它可以幫助您減少感染流感病毒的風險，並減輕病情的嚴重程度。即使您不是高風險族群，我們也建議您可以藉由施打疫苗的方式，降低您傳染給身邊高風險族群親友的可能性。

公費流感疫苗的費用？

本縣提供公費流感疫苗，可以讓符合條件的民眾免費接種。目前已擴大適用對象至50歲以上民眾，其他包含高中職以下兒童、孕婦、患有慢性疾病或免疫系統受損的人、醫護人員等高風險群體皆有開放施打，請有符合資格的民眾務必前往合約院所接種。

金門縣流感疫苗合約院所接種時間表

地點	接種類別、時間	
衛生福利部金門醫院 082-332546	幼兒流感 成人流感	星期二、四、五下午健兒門診1:30~3:30 星期一至星期五上午9:00~11:30 星期一至星期五下午1:30~3:30
衛生福利部金門醫院 烈嶼院區 082-363208	幼兒流感 成人流感	星期三下午1:30~3:30 星期一至星期五下午一般科1:30~3:30
金城鎮衛生所 082-325059	幼兒流感 成人流感	星期二下午1:30~4:00 星期一至星期五上午8:30~11:30
金寧鄉衛生所 082-325735	成人流感	星期一至五上午8:30~11:30
金沙鎮衛生所 082-352854	幼兒流感 成人流感	星期三下午1:30~4:00 星期一至星期五上午8:30~11:30
金湖鎮衛生所 082-336662	成人流感	星期一至五上午8:30~11:30
烈嶼鄉衛生所 082-362078	成人流感	星期一至五上午8:00~11:30
陳水湖診所 082-321906	幼兒及成人流感	星期一至星期六門診時間均可接種
吾家診所 082-375899	成人流感	星期一至星期六上午8:00-12:00
禾心診所 082-322180	幼兒及成人流感	星期一至星期六門診時間均可接種
安仁家醫科內科診所 082-372065	成人流感疫苗	星期一至星期日門診時間均可接種
傳仰賢診所 082-322687	成人流感疫苗	星期一至星期六上午8:30-11:30
三大診所 082-333995	成人流感疫苗	星期二至星期日門診時間均可接種
健康診所 082-316189	成人流感疫苗	星期二至星期六上午門診時間均可接種

Ps: 請各類接種對象攜健保卡至以上各合約院所進行接種，謝謝

各衛生所門診時間表	衛生所	金城鎮衛生所 (電話: 325059)		金寧鄉衛生所 (電話: 325735)		金沙鎮衛生所 (電話: 352854)		金湖鎮衛生所 (電話: 336662)		烈嶼鄉衛生所 (電話: 362078)	
	星期	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午
星期	星期一	許雅荃主任 家醫科	許雅荃主任 家醫科	吳國斌主任 內科、一般科、眼科	何丹妮醫師 抹片檢查 (3/13、4/10)	黃逸萍醫師 家醫科	社區服務	方文樺主任 家醫科	社區服務	楊大威主任 家醫科	社區服務
	星期二	許雅荃主任 家醫科	陳蕾如醫師小兒科 許雅荃醫師家醫科 陳英傑超音波、C肝約診 翁宏喜醫師腎臟內科(註2)	吳國斌主任 內科、一般科、眼科	吳國斌主任 社區巡迴醫療	王漢志主任 家醫科	社區服務	方文樺主任 家醫科	社區服務	楊大威主任 家醫科	社區服務
	星期三	陳天順醫師 家醫科	許雅荃主任 家醫科(快速抹片門診)	吳國斌主任 內科、一般科、眼科	吳國斌主任 視力保健	黃逸萍醫師 家醫科	王漢志主任 預防注射	方文樺主任 家醫科	社區服務	楊大威主任 家醫科	社區服務
	星期四	許雅荃主任 家醫科	社區服務	吳國斌主任 內科、一般科、眼科	社區服務	王漢志主任 家醫科	社區服務	方文樺主任 家醫科	社區服務	楊大威主任 家醫科	社區服務
	星期五	許雅荃主任 家醫科	社區服務	吳國斌主任 內科、一般科、眼科	吳國斌主任 社區巡迴醫療	王漢志主任 家醫科	王漢志主任 家醫科 何丹妮醫師 抹片檢查(3/31、4/21)	方文樺主任 家醫科	社區服務	楊大威主任 家醫科	社區服務
	星期六	許雅荃主任 家醫科 (3/26、4/29)	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診	休診

註1：金城所翁康寧醫師糖尿病門診日(3/9、3/23、4/6、4/20) 註3：金寧所許立航醫師小兒預防注射門診日(3/1、3/15、3/29、4/12、4/19)
註2：金城所翁宏喜醫師腎臟內科約診(3/28、4/25)

1/20-1/29春節連假休診，2/25-2/28連假休診
若有異動，依實際公告為準



健康醫療服務島

金門衛生報導

第二一一期：中華民國一十一年四月一日
創刊日期：中華民國九十一年八月一日
副刊日期：中華民國九十一年八月一日
總編輯：潘淑敏、周志中、翁郁文、樊淑馨、陳林樺、馮怡青
副總編輯：蔡其衡、徐依芳、王仁聰、柯富謙、吳昂霖、王育賓、吳希傑
編輯顧問：蔡其衡、徐依芳、王仁聰、柯富謙、吳昂霖、王育賓、吳希傑
執行編輯：李錦敏
編輯委員：劉建麟、李俊祥、連光儀、陳惠茹、李錦敏、李曉怡
設計印刷：德典有限公司 (07)3821710
經費由國民健康署運用於品健康福利捐支應(廣告)

局長兼發行人：蔡建森
副局長兼副發行人：李金治
總編輯：許瑞瑋
副總編輯：潘淑敏、周志中、翁郁文、樊淑馨、陳林樺、馮怡青
編輯顧問：蔡其衡、徐依芳、王仁聰、柯富謙、吳昂霖、王育賓、吳希傑
執行編輯：李錦敏
編輯委員：劉建麟、李俊祥、連光儀、陳惠茹、李錦敏、李曉怡
設計印刷：德典有限公司 (07)3821710
經費由國民健康署運用於品健康福利捐支應(廣告)

只要青春，不要痘

疾病管制科 李俊祥

猴痘最早於1958年被人類發現，與天花屬同個病毒家族，我國自2022年6月23日將猴痘列為第二類法定傳染病；依疾病管制署統計截至至今（113）年3月21日累計確診16例病例（10例本土及6例境外移入）；確診病例均為男性，年齡介於20多歲至50多歲間，中位數約30多歲，以性接觸感染為主。

傳播對象具侷限性，感染途徑以親密接觸之人際傳播為主，衛生局提醒民眾，前往流行地區或國內風險場域，應落實自我防護，並避免出入可能與不特定人士親密接觸之社交活動等風險場域，如出現皮膚病灶，例如：皮疹、水泡、斑疹、斑丘疹、膿等，以及發燒、畏寒/寒顫、頭痛、肌肉痛、背痛、關節痛、淋巴腺腫大（如耳周、腋窩、頸部或腹股溝等處）等疑似症狀，應佩戴口罩儘速就醫，並主動告知醫師旅遊史、高風險場域暴露史及接觸史。

猴痘會在與感染者密切接觸時傳播，預防感染應時時注意自己身體狀況，不與不特定人發生性行為，與人發生性行為前，確認性伴侶狀態（有無疑似症狀），若發現對方有疑似症狀，應找理由離開現場。

參考資料：衛生福利部疾病管制署

做好「巡、倒、清、刷」預防登革熱

疾病管制科 李曉怡

氣溫漸漸升高，病媒蚊的活動也越來越活躍，請民眾主動清除住家內、外積水容器，以免成為病媒蚊滋生溫床，而登革熱主要透過埃及斑蚊及白線斑蚊傳播，且喜歡孳生於住家環境週遭的積水處，要防治登革熱，就要定期清理家戶內外的積水容器。

民眾若到東南亞旅遊時可穿著淺色長袖衣物，或塗抹政府機關核可的防蚊藥劑做好自我保護措施，回國後如有出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等登革熱疑似症狀，請儘速就醫，並主動告知醫師旅遊史，以降低感染風險。

別幫病媒蚊養小孩，適時做好「巡、倒、清、刷」，把病媒蚊澈底消滅，遠離登革熱的威脅。

參考資料：衛生福利部疾病管制署

預防猴痘感染 重要須知

傳染途徑

猴痘是由猴痘病毒引起的疾病，屬於人畜共通傳染病，潛伏期介於5-21天。

任何與猴痘患者/感染猴痘動物密切接觸者都有感染風險，包括下列情況：

- 親密接觸，例如：親吻、按摩、擁抱、性行為等。
- 接觸猴痘病患使用過的物品(未消毒)，例如：衣服、毛巾、性玩具、牙刷等。
- 接觸感染的動物。

預防方法

ATTENTION

時時注意自己身體狀況，不與不特定人士發生性行為

CHECK

發生性行為前，確認性伴侶狀態(有無疑似症狀)

EXCUSE

發現對方有疑似症狀，找理由離開現場

常見症狀

- 出現不同型態的皮膚病灶(如：皮疹、水泡、斑疹、斑丘疹、水泡、膿疱等，於臉部、四肢、生殖器部位)
- 發燒、畏寒/寒顫、頭痛、肌肉痛、背痛、關節痛、淋巴腺腫大(如耳周、腋窩、頸部或腹股溝等處)等。

如您曾至流行地區，返國入境時如出現疑似症狀，請戴好口罩並主動告知航空公司人員及機場港口檢疫人員，儘速就醫，並告知醫師旅遊史或接觸史；回國後約21天之內，若有疑似症狀亦請盡速就醫。

猴痘乖乖 旅遊平安健康



對付病媒蚊4招報你知



巡

積水容器、水溝



倒

倒除容器積水



清

清除不需要容器



刷

刷除蟲卵，容器要收好

衛生福利部疾病管制署 臺 TAIWAN CDC 啟

預防腸病毒 給家長的一封信

疾病管制科 陳麗茹

親愛的鄉親您好：

腸病毒容易在人口密集且互動密切的場所傳播，任何年齡都有感染的風險，提醒您及家人應保持警覺，做好環境及物品消毒；特別是孩童常接觸的物品及玩具；並確實教導孩童落實正確的勤洗手方式；流行期間避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所，尤其是孕婦、新生兒及幼童儘量不要與疑似病人接觸。

腸病毒在發病前幾天，喉嚨與糞便就有病毒存在，此時就有傳染力，在發病後1週內傳染力最高，即使痊癒後腸病毒仍會隨著糞便排出達8到12週之久，因此痊癒後應繼續注意手部衛生，落實「濕、搓、沖、捧、擦」洗手五步驟，避免將病毒傳染給其他人。另外，須注意酒精對腸病毒效果有限，平時可使用濃度500 ppm的消毒水（1,000cc清水+10cc含氯漂白水）進行一般環境消毒，針對常接觸物體表面（門把、桌椅、餐桌、嬰兒床柵欄及樓梯扶把等）、玩具、寢具等做重點性消毒。清洗後的物體移至戶外，接受陽光照射，藉由紫外線殺滅病毒降低傳播風險。

家中孩童如感染腸病毒，應在家休息並避免與其他孩童接觸，以降低交叉感染的機會，並請留意孩童健康狀況，一旦出現重症前兆（嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力或麻痺、肌躍型抽搐、持續嘔吐與呼吸急促或心跳加快）應儘速送醫治療，以掌握治療黃金時間。

提醒您家中寶貝若不慎感染腸病毒，請於就診後立即告知學校或機構，孩童至少在家休息7天，不可送至安親班及補習班，使生病的孩童能充分休息，並避免感染他人造成班級或機構的群聚，待恢復健康再返回上課。另依本縣因應腸病毒疫情停課作業要點中第五項第（二）點：學校或機構視疫情發展情形，可適時召集該班家長或代表研議防疫措施，讓我們一起守護孩子們的健康！

金門縣衛生局 關心您

餐飲業者首重衛生管理 別讓諾羅病毒有「食」可乘

以肥皂洗手
因酒精無法殺滅諾羅病毒，如廁後及製備食品前應以肥皂洗淨雙手。

徹底清洗及徹底加熱
避免使用未處理過之水源清洗食品及器具，所有食品應徹底清洗及徹底加熱。

人員健康管理
有腸胃道症狀之人員應暫停從事處理食品之工作，待症狀解除48小時後，始得復工。

環境衛生管理
環境建議使用0.1%漂白水消毒；被嘔吐物及排泄物污染之環境建議使用0.5%漂白水消毒。

衛生福利部食品藥物管理署
FDA Food and Drug Administration 廣告

腸病毒是什麼？
腸病毒是常見的感染症之一，有多種型別，包含小兒麻痺病毒、伊科病毒、克沙奇病毒、腦病毒。

其中以腸病毒71型最容易導致重症
5歲以下的幼童為高危險群

腸病毒傳染力有多強？
傳染途徑：糞口、飛沫、接觸。
傳染期：潛伏期3-5天無症狀，但已有傳染力；發病後7天內傳染力最強；發病後8-12週無症狀，但仍有傳染力。

感染腸病毒如何照護？
補充水分、適當食用冰凍食物、留心觀察注意重症、病人衣物泡熱水殺菌（60度以上）。

只有小孩子會感染腸病毒嗎？
成人也會得腸病毒喔！常見症狀有：手腳出現紅疹、發燒、嘔吐、腹瀉、喉嚨口腔黏膜破損。

防疫酒精也能防腸病毒嗎？
防疫酒精不能殺死腸病毒，請使用市售含氯漂白水稀釋後，並用抹布或拖把擦拭居家環境囉！

切記！不可放在噴霧瓶裡噴灑！

金門縣衛生局 關心您



局長
Tel:333-697
Fax:333-942
於害防制專線
0800-571-571
Tel:337-404
愛滋防治專線
0800-888-995
Tel:330-751
藥品食品檢舉專線
0800-625-748
保健科專線
Tel:337-404
保健科傳真專線
Tel:334-897
疾病管制科專線
Tel:330-751
Fax:336-021
醫事科專線
Tel:332-668
心理衛生中心
Tel:337-885
Fax:335-692
長期照顧管理中心
Tel:334-228
Fax:335-114
毒品危害防制中心
Tel:337-555
藥物食品科傳真
Tel:335-501
Tel:336-662
金城鎮衛生所
Tel:325-059
Fax:322-651
金沙鎮衛生所
Tel:352-854
Fax:352-099
金寧鄉衛生所
Tel:325-735
Fax:323-258
金湖鎮衛生所
Tel:336-662
Fax:337-256
烈嶼鄉衛生所
Tel:362-078
Fax:363-214
部立金門醫院
Tel:332-546
Fax:333-258

漢他病毒

疾病管制科 李綺敏

台灣地區近年有通報漢他病毒確診案例，漢他病毒的傳染途徑來自老鼠~老鼠也是許多傳染病病媒宿主，大家耳熟能詳的鼠疫、恙蟲病、萊姆病等。

漢他病毒出血熱為人畜共通傳染病，由感染漢他病毒引起，在自然界的傳播宿主為齧齒類動物，尤其是環境中常見的老鼠，人類吸入或接觸遭鼠糞尿污染帶有漢他病毒飛揚的塵土、物體，或被帶病毒的齧齒類動物咬傷，就有感染風險，確定感染其潛伏期數天至兩個月。

症狀為突然且持續性發燒、結膜充血、虛弱、背痛、頭痛、腹痛、厭食、嘔吐伴隨臉潮紅等，約第3至6天出現出血症狀，隨後出現蛋白尿、低血壓或少尿，部分患者會出現休克或輕微腎病變，並可能進展成急性腎衰竭，經治療後病況可改善。

預防在先才能無後顧之憂，預防漢他病毒最有效的方法為落實「不讓鼠來、不讓鼠住、不讓鼠吃」三不措施是，民眾應隨時做好環境清理，尤其是倉庫、儲藏室等老鼠容易窩藏的空間。如發現鼠類排泄物時，應先配戴口罩、橡膠手套及打開門窗，並以稀釋漂白水（100cc市售漂白水+1公升清水）潑灑於可能被污染的環境，待消毒作用30分鐘後再行清理。

防鼠3不 環境我顧



由漢他病毒所引起的畜共通傳染病，依臨床症狀分為兩類：

(一)漢他病毒出血熱併腎症候群
三大臨床表徵：
發燒、血小板減少、急性腎衰竭。

(二)漢他病毒肺炎症候群
早期症狀為發燒、疲倦和嚴重地肌肉酸痛，伴隨有頭痛、胃部不適等現象，並快速進展至呼吸衰竭及休克。

稀釋漂白水泡製方式：
500ml 市售漂白水 + 5L 清水
100ml 養樂多瓶 1.25L 汽水瓶

不讓鼠來
封住生活環境中的孔洞或縫隙，避免老鼠入侵。

不讓鼠住
久未使用的房屋或倉庫、市場、夜市，以及排水溝易有老鼠出沒，應時常注意清潔整理，避免老鼠築窩。

不讓鼠吃
廚餘及垃圾應儘速清運，避免鼠類覓食造成環境污染。

傳染媒介
(一)宿主動物：
鼠類為主要宿主。臺灣常見的傳染媒介為溝鼠及錢鼠。

(二)傳播方式：
1.吸入帶有漢他病毒之鼠類排泄物或分泌物(包括糞、尿、唾液)。
2.接觸遭病毒污染的物體。
3.被帶有病毒之鼠類動物咬到。

(三)潛伏期：
1.漢他病毒出血熱併腎症候群：一般是12~16天。
2.漢他病毒肺炎症候群：6天至數週之間，平均約2週。

進行環境清理工作時，應戴口罩、塑膠手套，以及塑膠鞋套，並將市售漂白水以1:10稀釋成消毒液，潑灑在可能被污染的環境，30分鐘後再行清理，並於工作完畢時以肥皂徹底清洗雙手，降低感染風險。

就醫資訊
當身體出現發燒、出血、腹痛、背痛、視力模糊等症狀，且曾接觸鼠類動物的排泄物或遭其咬傷，請儘速就醫，並主動告知相關動物接觸史等資訊，以及早獲得妥適治療。

如有不適 請速就醫