親愛的家長，您好

諾羅病毒之傳染力及散播力非常快速、廣泛，在病毒顆粒極少量下即可致病，每年11月至隔年3月為其流行季節，且常透過糞口途徑或受污染之食品及水源傳染，造成患者腹痛、水瀉腹瀉及嘔吐等，部分患者更可能有發燒等症狀，請加強學生之衛生教育，養成飯前、飯後及如廁後以肥皂勤洗手之良好習慣及衛生安全飲食等原則。

感染諾羅病毒期間**應注意補充水分與營養，必要時補充電解質**。建議可透過少量多餐的方式食用清淡飲食，避免過油或高糖分的食物刺激腸道蠕動，加劇腹瀉的情況；但同時也必須注意營養的攝取，以幫助腸胃道細胞的修復。另外，須特別注意個人衛生，經常且正確地洗手，並避免接觸傳染，以防將病毒傳染給家人或朋友。

酒精性消毒劑對引起腸胃炎的病毒殺滅效果不佳，須使用較**高濃度的稀釋漂白水**。稀釋漂白水前應**穿戴手套、口罩及防水圍裙**，完成清理工作後，務必以肥皂與清水澈底洗手。稀釋的漂白水應當天配製並標示日期名稱，**未使用的部分在24小時後應丟棄**。為預防疾病傳播，受病患污染的衣物、床單應立即更換，並以漂白水消毒環境或器物表面。

(一)準備物品：

1. 市售漂白水：含次氯酸鈉(sodium hypochlorite)之濃度約為5%。
2. 免洗湯匙(1湯匙約為20cc)。
3. 大瓶寶特瓶(1瓶容量約為1250cc)。
4. 手套、口罩、防水圍裙及護目鏡。

(二)環境消毒建議使用0.1%漂白水，配製方法為：

1. 大量：【200cc 漂白水+10公升清水中】

(免洗湯匙10瓢)(大瓶寶特瓶8瓶)

2. 少量：【20cc 漂白水+1公升清水中】

(三)嘔吐物及排泄物建議使用0.5%漂白水，配製方法為：

1. 大量：【1000cc 漂白水+10公升清水中】

(免洗湯匙50瓢)(大瓶寶特瓶8瓶)

2. 少量：【100cc 漂白水+1公升清水中】

請家長注意孩子身體狀況，如出現發燒或呼吸道症狀者，應在家休息避免外出及到校。

學務處敬啟