

朝陽科技大學海外實習學生返國自主健康管理表

填表日期：109 年 月 日

朝陽科技大學為防範新冠肺炎疫情之傳染，維護公共衛生安全，並保障您的健康，依衛福部規定，請配合政府在入境後 14 日內，確實做好自主健康管理措施及個人體溫紀錄：

一、基本資料：

姓名：_____ 學號：_____ 系別：_____

手機：_____ 住址：_____

二、注意事項：

1. 請每日上、下午各測量一次體溫，並詳實記錄，完成後繳回各系留存備查。
2. 外出時（含上課中）應配戴口罩，若發燒（耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 或額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ ）、咳嗽、呼吸急促等症狀，請戴上口罩，立即撥打 1922 專線，1922 專線會收集資料後告知如何就診。同時請立即通報學校衛保組（04-23323000 分機 5033-5035）或校安專線 04-23320808。
3. 自主健康管理期間，請減少至公共場所、人潮眾多的地方。
4. 養成良好個人衛生習慣，勤洗手、注重個人衛生、維持居家環境的清潔與通風、避免不必要的外出，並遵守呼吸道衛生及咳嗽禮節。
5. 配合學校防疫措施，若有疑問可諮詢衛保組（04-23323000 分機 5033-5035）。

三、體溫紀錄表：

1. 海外實習國家：_____，返國日期： 年 月 日

2. 是否已完成自主健康管理 14 日？

是（以下免填，簽名後繳回）

否（即日起進行自主健康管理 14 日後簽名繳回）

自主管理天數	日期	上午體溫 ($^{\circ}\text{C}$)	下午體溫 ($^{\circ}\text{C}$)	症狀註記	其他
範例	2 月 26 日	36.5	38.5	發燒/咳嗽/喉嚨痛	
第 1 天	月 日				
第 2 天	月 日				
第 3 天	月 日				
第 4 天	月 日				
第 5 天	月 日				
第 6 天	月 日				
第 7 天	月 日				
第 8 天	月 日				
第 9 天	月 日				
第 10 天	月 日				
第 11 天	月 日				
第 12 天	月 日				
第 13 天	月 日				
第 14 天	月 日				

填表人簽名：

繳交日期：

※填寫完成後請繳回各系留存備查，謝謝。

衛生福利部疾病管制署

防範武漢肺炎

自主健康管理須知

2020/02/24 版

因您 14 日內有武漢肺炎疫情地區旅遊史，為降低可能傳播風險，並保障您自己、親友及周遭人士的健康，請您於 14 日內確實做好自主健康管理措施：

- 一、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及澈底洗淨。
- 二、於自主健康管理期間，每日早/晚各量體溫一次、詳實記錄體溫及活動史。
- 三、如沒有出現任何症狀，可正常生活，但應儘量避免出入公共場所，外出時，請一定嚴格遵守全程佩戴外科口罩。
- 四、如出現發燒、呼吸道症狀或有身體不適，請確實佩戴外科口罩，儘速就醫。就醫時，並應主動告知醫師接觸史、旅遊史、居住史、職業暴露、以及身邊是否有其他人有類似的症狀。
- 五、生病期間應於家中休養，並佩戴外科口罩、避免外出。當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。
- 六、生病期間，與他人交談時，除戴上外科口罩外，儘可能保持 1 公尺以上距離。