

臺北市立第一女子高級中學健康中心

流感疫苗接種通知

說明：依據北市教體字第 11330915101 號辦理。

一、日期及時間

113 年 11 月 12 日(星期二)上午 8 時至下午 16 時止

二、地點：學珠樓一樓多用途展示廳

三、承辦醫院：臺大醫院醫療團隊

四、各班時間表如附件

五、班級幹部請協助下列事項：

(一)副體育股長

1. 通知各班疫苗接種時間之任課老師停課。
2. 接種日務必攜帶接種名冊、確實掌握班上同學出席狀況，與志工家長核對報到人數並註記於名冊中。
3. 第一位接種後直接至班上排定之觀察區等候同學，與回收區師長核對接種人數。
4. 接種集合前請提醒班上接種同學務必攜帶健保卡及原子筆到接種場地。

(二)班長

1. 請依各班時間表於接種當日準時帶隊至善廣集合。
2. 請將登記接種同學依座號順序排成兩排，以利接種前發放接種輔助單。
第一排班長帶隊，座號排序 1-20 號(或 1-15 號)同學
第二排副體育股長帶隊，座號排序 21-最後一號(或 16-30 號)同學
3. 接種後到班上排定之觀察區等候同學，全班接種後依志工家長指示帶隊離開。
4. 接種集合前請提醒未登記接種同學留在教室等候，勿到接種場地。

六、接種同學請配合下列事項：

(一)、接種前一晚

1. 請勿熬夜，盡量於晚上 11 時前休息，睡眠時間須超過 6 小時以上。
2. 避免從事劇烈運動或活動。
3. 將健保卡放入書包或皮夾內，**未帶健保卡無法提供接種服務。**

(二)、接種當天

1. 非必要請勿遲到或缺席，若因身體不適無法接種或缺席者，請在校內接種日後至健康中心領取補接種通知單，自行到校外接種需自費負擔掛號費及診療費。
2. 請先換穿「短袖運動服上衣」，內勿穿著長袖緊身套頭衣，以方便接種時露出上臂，天冷請先穿著外套禦寒，接種時外套需脫下。
3. 注射前請勿空腹，務必吃早餐、午餐或自備小點心、熱飲等，並請先排空膀胱(解尿)，放鬆心情。
4. 請配合班長依各班排定時間集合整隊，並攜帶健保卡、一支藍筆隨隊到至善樓扇型廣場報到。
5. 請配合志工家長測量額溫，妥善保管發放的接種輔助單，自動將測量體溫登記於輔助單內。
6. 因故或身體不適當日欲臨時取消接種者，於報到時告知志工家長以利處置。
7. 若測量額溫超過 37 度↑，主動舉手請家長測量耳溫，二度測量後若耳溫 37.5 度↓請自動將耳溫登記於輔助單內；若耳溫 37.5 度↑請出列至體溫監測區等

候再測量。

8. 當日若有身體不適請主動告知看診醫師，以利醫師評估是否適合接種。
9. 排隊等候時請保持安靜，以免影響醫師評估問診及護理師注射疫苗。
10. 接種部位一律為左上上臂三角肌(慣用左手者則為右上臂)，請**穿著短袖運動服上衣**方便露出上臂，天冷穿著外套者注射前請先行脫掉欲注射手臂之袖套，以減少注射不便導致延誤時間。
11. 醫師評估後若當天不宜接種，會在接種輔助單上註記，請立即告知現場志工家長，留下個人輔助單張後由原路離開返回善廣，並告知善廣家長志工，以利統計人數及追蹤後續情況。
12. 上午接種班級同學若因遲到或請假無法隨班接種，為避免臨時插隊導致影響別班同學接種流程，請統一於下午 13:00 至善廣集合統一安排補接種。

(三)、接種後

1. 接種部位請勿搓揉，直接加壓 3 分鐘，返回教室後再將棉球取下。
2. 請全班觀察休息 10~15 分鐘，無任何不適時再全班返回教室上課，返回教室後再持續休息觀察 15 分鐘再恢復正常活動。
3. 在觀察區請保持社交距離，勿過度聚集，盡量與同學拉開座位距離。
4. 當日多補充水分(500cc 以上)，1 小時內避免激烈運動，例如：打球，賽跑，游泳等。
5. 接種處發生血腫疼痛，請於 48 小時內冷敷、48 小時後熱敷即可改善。
6. 接種後注意有無發燒、呼吸困難、心跳加速等狀況，如有不適請儘速就醫，並告知醫師曾經接種過流感疫苗作為診斷參考。
7. 疫苗接種後需 2 至 4 周才能產生保護力，在產生抗體期間請同學仍需做好自我健康管理，仍須勤洗手必要時戴口罩，以避免感染。

七、疫苗接種 6 步驟(約需 30 分鐘)

- (一)集合報到：聽取說明及注意事項。
- (二)領單：領取接種輔助單。
- (三)測量額溫：配合志工家長測量額溫、自行登記體溫於輔助單內。
- (四)醫師問診評估是否適合接種疫苗。
- (五)接種疫苗：露出非慣用手上臂、手插腰，放輕鬆深呼吸接種。
- (六)資料回收與觀察休息：輔助單需繳回回收區、再至各班觀察區休息觀察 10~15 分鐘，若無任何不適全班集體返回教室上課。

健康中心 啟
113 年 11 月