# 缺水期間仍應確保手部衛生及避免病媒蚊孳生，勿讓傳染病有機可乘

國內近期面臨缺水問題，且部分地區已實施限水，為避免因節水而忽略手部衛生，或因儲水不當而孳生病媒蚊，增加腸病毒、腸道傳染病以及登革熱的傳播風險，請民眾參考下列措施，注意維持良好個人及環境衛生，以有效預防傳染病的威脅：

一、持續落實手部衛生管理

1.限水期間，如轉開水龍頭還有水，仍請依「濕、搓、沖、捧、擦」的步驟洗手，但須留意：勿將水龍頭的水量轉到最大；搓揉手部時先關掉水龍頭；勿塗抹過多肥皂或清潔劑；抹濕、沖洗時，將水龍頭的水量轉小到只有微小水束。

2.如無自來水，但仍有其他儲水或乾淨水源時，可以泡製 3~5 ppm 含氯漂白水(配製方法如下＊)置於附有水龍頭之儲水桶，自龍頭流出供洗手之用。請先用小水量沾濕雙手搓揉約 20 秒後，再打開儲水桶水龍頭以少量水沖洗雙手，最後再以清水洗掉殘留的漂白水。

3.在無法取得清水的情況下，且手部無明顯髒污時，可以使用酒精含量 60-95%的酒精或乾洗手清潔雙手，且雙手務必搓至完全乾燥為止，以降低細菌類致病原傳染風險，但是對腸病毒及諾羅病毒消毒效果有限。（曾有研究指出，95%酒精可有效抑制腸病毒，然而酒精並無法取代正確洗手步驟，如未正確洗手，雙手仍應避免接觸口鼻、眼睛或照顧嬰幼兒。）

二、民眾如採取節水措施，務必主動做好配套管理，貯存雨水或回收水再利用時，儲水容器應加蓋，且每週澈底刷洗容器內壁一次，以避免孳生病媒蚊，降低登革熱發生風險。

＊ 洗手用 3~5 ppm 含氯漂白水之配製方法：（配製後請於 24 小時內使用完畢）

1.大量配製（10 公升，機構、公共場所使用）：取市售家用含氯漂白水原液（氯濃度約 5~6%）1 c.c.，加入 10 公升（約 8 瓶 1250 c.c.的寶特瓶量）的清水中，攪拌均勻即可使用。

2.少量配製（1 公升，家庭使用）：

(1)步驟一：取市售家用含氯漂白水原液 1 c.c.，加入 100 c.c.清水中，攪拌均勻成為稀釋液 A。

(2)步驟二：取 10 c.c.的稀釋液 A，加入 1000 c.c.清水中，攪拌均勻即可使用。

3.若沒有可量取漂白水或清水的工具時，可使用喝湯用的湯匙(約 15-20 c.c.)以及寶特瓶（約 1250 c.c.）量取：

(1)步驟一：取市售家用含氯漂白水原液 1 湯匙（約 15-20 c.c.），加入 1 瓶寶特瓶量（約 1250 c.c.）的清水中，攪拌均勻成為稀釋液 A。

(2)步驟二：取 2 湯匙（約 30-40 c.c.）的稀釋液 A，加入 4 瓶寶特瓶量（約 5000 c.c.）的清水中，攪拌均勻即可使用。