

般咸道官立小學

停課工作紙

常識科 · 一年級

生活事件工作紙-抗疫小百科

答案

姓名：_____

日期：_____

班別：_____ (____)

甲、閱讀以下資訊，並找出相關資料。

正確洗手方法

用正確的方法洗手是保持個人衛生的良好習慣，能有效地防止感染及傳播傳染病。

甚麼時候應洗手？

- 在接觸眼、鼻及口前
- 進食及處理食物前
- 如廁後
- 當手被呼吸道分泌物染污時，如打噴嚏及咳嗽後
- 觸摸過公共物件，例如電梯扶手、升降機按鈕及門柄後

正確洗手步驟：

1. 淋濕雙手
2. 加入足夠梘液
3. 正確地搓手至少 20 秒
4. 用水沖洗乾淨
5. 用抹手紙將雙手抹乾

注意：

- 絕對不要與別人共用毛巾或紙巾
- 抹手紙用後應妥為棄置
- 在沒有洗手設備的情況下，可用含 65-95%酒精的洗手消毒劑消毒雙手

資料來源：衛生署網站及流感小戰士：香港學童健康推廣計劃

1. 根據上文，正確洗手有甚麼作用？(圈出一個正確的答案)

A. 保持家居衛生

B. 保持食物衛生

C. 有效地防止感染及傳播傳染病

2. 我們應在甚麼時候應洗手？試寫出其中兩項。

3. 在接觸眼、鼻及口前 (其中兩項)

4. 進食及處理食物前

5. 如廁後

6. 當手被呼吸道分泌物染污時，如打噴嚏及咳嗽後


觸摸過公共物件，例如電梯扶手、升降機按鈕及門柄後

3. 香港學童健康推廣計劃為《生日快樂歌》譜上全新歌詞，將它改為一首「洗手歌」：(可隨 QR code 觀看影片)



「齊齊來洗手，搓搓手掌手背，手指交叉粹粹指罅，彎起手指洗幾下。大拇指粹一粹，手指尖轉一轉，然後洗洗兩隻手腕仔，咁樣先至 okay 晒」。

唱完這首歌剛好 20 秒，同時也洗足 7 個部位！請你們在家長前

做一次。在下列方格內以  表示已完成。



恭喜您，已完成！

-完-



姓名：_____

日期：_____

班別：_____ (____)

甲、閱讀以下新聞，找出相關資料。

【武漢肺炎】正確佩戴口罩 8 大要訣 確定顏色面向外忌正反面倒轉



武漢肺炎近日爆發，不少市民都加強防護，甚至出現搶購醫療口罩及 N95 口罩潮。不過，大家應如何正確選擇口罩以保障自己和他人，並有效預防病毒呢？

口罩主要透過其網狀設計，控制孔徑大小，以過濾透過鼻孔、口腔進入身體的空氣，阻擋外界空氣中的飛沫、灰塵、懸浮粒子經呼吸道進入

人體，達到阻隔細菌、病毒及污染物的效果。口罩類型各有不同，而大家可針對不同需要，選擇最適合自己的口罩。

常見 4 種口罩

市面常見有 4 種口罩，分別是外科口罩、棉布口罩、N95 型口罩及紙口罩。當中又以外科口罩最為常見及最常用，一般用作醫療用途，過濾細菌及病毒等的病原體。

醫用外科口罩有三層，外層可防液體飛濺，中層作為屏障阻擋病菌，內層吸收配戴者釋出的濕氣和水分，由於密合度相對高、透氣度大，也較為舒適，

當大家針對個別目的選擇正確的口罩後，就要留意佩戴方法，不少人可能一直戴錯也不知戴錯了，令口罩功效大減。

如何戴口罩方法才正確？緊記以下 8 大重點：(可觀看 HKet youtube 頻道，見 QR code)

1. 戴口罩前後應先洗手
2. 留意口罩正反面
3. 口罩要拉開
4. 金屬條沿鼻樑按緊
5. 口罩橡筋掛在耳朵
6. 口罩不重用
7. 除下口罩時不要觸摸口罩向外部份
8. 口罩應丟棄在有蓋垃圾桶



資料來源：香港 01 (2020 年 2 月 7

日)

1. 根據報道，市民最常用和最普遍用來抗病毒的口罩是？(圈出正確的答案)

A. 棉布口罩

B. 紙口罩

C. 外科口罩

2. 口罩的主要設計是甚麼？它怎樣阻擋外界空氣中的飛沫經呼吸道進入人體，以達到阻隔細菌、病毒及污染物的效果。

口罩主要透過其網狀設計，控制孔徑大小，以過濾透過鼻孔、口腔進入身體的空氣，達到阻隔細菌、病毒及污染物的效果。

3. 如何戴口罩方法才正確？從8大重點中選出一項我們容易忽略的，並在下列以文字標語或圖畫表示出來。(答案合理便可)

—											

12



姓名：_____

日期：_____

班別：_____ (____)

甲、閱讀以下新聞，找出相關資料。

新型冠狀病毒

臨床症狀：四肢無力、咳嗽、呼吸急促、咳出黃綠色的膿痰、X光肺片花、發燒高於38℃

潛伏期：7-14天

傳染方式：近距離飛沫傳播、接觸性傳染、透過動物接觸

預防方法：勤洗手、量體溫、用酒精消毒液、佩戴外科口罩、不要接觸動物或野味

沙士

臨床症狀：咳嗽、呼吸困難、疲倦、頭痛及腹瀉、發燒

潛伏期：2-7天

傳染方式：近距離飛沫傳播、接觸性傳染

預防方法：打噴嚏、咳嗽時遮掩口鼻、勤洗手、少接觸口鼻、佩戴外科口罩

流感

臨床症狀：流鼻水、打噴嚏、咳嗽、發燒、肌肉疼痛、肚瀉、嘔吐

潛伏期：1-4天

傳染方式：咳嗽、打噴嚏或飛沫傳播、直接接觸患者的分泌物

預防方法：接種疫苗、保持雙手清潔、佩戴外科口罩、保持室內空氣流通

普通感冒

臨床症狀：鼻塞、咳嗽、喉嚨痛、咽部不適、打噴嚏

潛伏期：1天

傳染方式：飛沫傳播、直接接觸患者的鼻腔分泌物

預防方法：勤洗手、佩戴口罩、增強抵抗力

肺炎、流感、傷風症狀有何分別？冠狀病毒是什麼？注射流感疫苗、戴口罩可減感染風險嗎？

新型冠狀病毒感染以發燒、乏力、乾咳為主要表現，並會出現肺炎。但值得關注的是，早期患者可能沒有發燒，只有畏寒和呼吸道感染的症狀，但電腦斷層掃描（CT）則顯示有肺炎現象。

新型冠狀病毒感染引起的重症病例症狀與 SARS 類似。

流感：臨床表現為高燒、咳嗽、喉嚨痛及肌肉疼痛等，有時也可引起肺炎，但是並不常見。

普通感冒：症狀為鼻塞、流鼻涕等，多數患者症狀較輕，一般不引起肺炎症狀。新型冠狀病毒可通過呼吸道飛沫傳播。而飛沫傳播距離很短，一般在1-2米內，不會在空氣中長期漂浮。因此，在咳嗽、打噴嚏要用紙巾掩住口鼻，與其他人保持至少1米距離。

事實上，新冠肺炎是冠狀病毒感染，冠狀病毒主要也是感染呼吸道，所以造成的症狀跟流感相似，即使是醫生都很難分辨。

注射流感疫苗、戴口罩可減感染風險嗎？

目前新型冠狀病毒沒有疫苗，不能依靠注射流感疫苗免疫。而研究證實，若身邊人患上流感，佩戴口罩及勤洗手有助減低患病風險近七成。因此，不單患者要佩戴口罩，與其緊密接觸的人如：家人、同班同學都應該戴，預防感染。

在懷疑周圍的人有受感染的症狀該怎麼辦？

如果懷疑周遭的人感染了新型冠狀病毒，首先自己應佩戴口罩，與對方保持距離，避免與對方近距離交流，然後建議對方及時前往附近的醫院接受治療。自己亦要避免外出，免受感染。

資料來源：摘錄及改編自香港 01 (2020 年 2 月 11 日)

1. 根據上文報道，新型冠狀病毒肺炎和其他流感的分別是？(圈出正確的英文字母)

- A. 只有新型冠狀病毒會發燒
- B. 新型冠狀病毒可注射流感疫苗免疫
- C. 新型冠狀病毒跟其他流感徵狀相似，難以分辨

2. 戴口罩可減感染風險嗎？有甚麼要注意，試寫出一項。

佩戴口罩有助減低患病風險近七成。因此，自己要正確地佩戴口罩，保持清潔，勸告其緊密接觸的人如：家人、同班同學都應該戴，預防感染。(接受其他合理答案)

3. 在懷疑周圍的人有受感染的症狀該怎麼辦？

如果懷疑周遭的人感染了新型冠狀病毒，首先自己應佩戴口罩，與對方保持距離，避免與對方近距離交流，然後建議對方及時前往附近的醫院接受治療。

4. 建議 (約 30 字)

停課期間，你會怎樣防疫，為醫護人員打氣，試畫圖向醫護人員致敬。(答案合理便可)



般咸道官立小學
停課工作紙
常識科 四年級
生活事件工作紙-抗疫小百科

答案

姓名：_____

日期：_____

班別：_____ (____)

甲、閱讀以下新聞，找出相關資料。

疑糞渠排氣管沒密封 公屋上下層染病毒

新冠肺炎疫情持續，本港昨日新增 6 宗確診個案，累計共 42 宗，當中 62 歲女子居於青衣長康邨康美樓 3 樓的 A307 單位，與 1 月 30 日確診的 75 歲男患者居住於同一座大廈的「07」號單位，只是樓層不同。有大學微生物學系講座教授曾到現場視察水渠等樓宇設施，發現該女患者寓所內接駁糞渠的排氣管沒有密封。為安全起見，康美樓所有「07」號單位的 30 多個住戶、約 100 名居民，昨晚凌晨被安排緊急疏散並入住檢疫中心，直至確認排氣管沒問題才能回家。受影響的居民分別被安排入住麥理浩夫人度假村、鯉魚門公園度假村、北潭涌度假營和饒宗頤文化館。

據了解，長康邨康美樓另有 3 名居民出現病徵，分別送往瑪嘉烈、威爾斯親王和屯門醫院。教授表示，居於康美樓的兩名患者病發相隔 12 天，在視察兩個患者的單位後，發現 U 形渠沒有問題，但發現女患者家中廁所排氣管接駁糞渠，卻沒有密封。如果開啓抽氣扇，糞渠中的病毒或會經由空氣被抽入廁所，帶來潛在風險。環境局副局長亦指出，該大廈的設計是共用一條糞渠，雖然排氣管位於室內，但沒有完全密封，因此不能排除病毒可透過排氣管傳播，需由工程師再作檢查。

衛生防護中心發言人表示，最安全的做法是即時撤離全座「07」號單位的居民，讓他們轉到檢疫中心居住數天，待確認排氣管沒問題才回家。若有居民出現發燒、咳嗽和腹瀉等病徵，要入院隔離治療。房屋署今日將派員到有關單位檢查，衛生署亦會採取環境樣本進行化驗。

資料來源：香港 01、明報、經濟日報（2020 年 2 月 11 日）

1. 根據報道，當局懷疑病毒經由哪種樓宇設施傳播到其他樓層？（圈出正確的答案）

A. 排氣管

B. 升降機

C. 中央空調

2. 承上題，當局估計病毒是怎樣透過上述樓宇設施傳播的？

環境局指該大廈的設計是共用一條糞渠，雖然排氣管位於室內，但沒有完全密封，因此估計病毒是透過排氣管傳播的。

3. 建議 (約 40 字)

停課期間，你會檢查家居甚麼的地方，以減少受感染的機會？(寫出一項建議。)

(答案合理便可)

												12
												36

-完-



姓名：_____

日期：_____

班別：_____ (____)

甲、閱讀以下新聞，找出相關資料。

吃火鍋集體感染肺炎 港府未能斷定氣霧傳播

本港一個家庭在 19 人的家庭聚會中吃火鍋，結果當中 9 人確診感染新型冠狀病毒，成為全港暫時最嚴重的家庭羣組傳染個案，令人關注病毒會否透過氣霧傳播。有大學呼吸系統教授表示，新型冠狀病毒在氣霧上的傳播力，與非典型肺炎等情況相若，認為吃火鍋等行為並不會增加傳播風險。有傳染病專科醫生則指，吃火鍋時會產生水蒸氣和使氣流流動較快，若有人咳嗽，較輕的飛沫可飄散於空氣中並停留較長時間，其他人吸入後便有機會受感染。

日前，上海市政府指出新冠肺炎（武漢肺炎）可通過「氣溶膠」（即氣霧）傳播，即帶病毒的飛沫混合在空中形成的氣霧，人體吸入後便有機會受到感染。衛生署表示，暫時未能斷定吃火鍋等行為會否引致氣霧傳播。衛生防護中心發言人解釋，普遍的氣霧傳播，需要在特定環境條件下才會出現，例如病人吸取醫學用的霧化藥物，如擴氣管藥。如果病人在吸入藥物的過程中咳嗽，便有機會產生氣霧，將病毒透過空氣帶到 2 至 3 米外。不過，霧化程序一般只會在醫院內進行，日常生活中並不會接觸到相關過程，因此市民不用擔心。衛生防護中心重申，新冠肺炎主要經由飛沫或直接接觸傳播，因此較親密的接觸或近距離聊天，便有機會傳播，呼籲人與人之間應要保持安全距離。

資料來源：星島日報、東方日報、明報（2020 年 2 月 10 日）

1. 根據報道，本港一個家庭因進行甚麼活動而引致集體感染肺炎？（圈出正確的答案）

- A. 吃火鍋
- B. 購物
- C. 打球

2. 氣霧傳播是甚麼？普遍的氣霧傳播會於甚麼情況下出現？

氣霧傳播是指帶病毒的飛沫混合在空中形成的氣霧。普遍的氣霧傳播，需要在特定環境條件下才會出現，例如病人吸取的霧化藥物，如擴氣管藥。

3. 於新冠肺炎流行期間，外出聚餐會增加感染的風險嗎？為甚麼？

外出聚餐會增加感染的風險，因為新冠肺炎主要經由飛沫或直接接觸傳播。因此聚餐會有較親密的接觸，便有機會傳播。 _____

乙、易地而處及建議（約 30 字）

停課期間，你會怎樣防疫，以減少受感染的機會？（寫出一項建議。）

（答案合理便可）

														12
														36

-完-



般咸道官立小學
停課工作紙
常識科 六年級
生活事件工作紙-抗疫小百科

答案

姓名：_____

日期：_____

班別：_____ (____)

甲、閱讀以下新聞，找出相關資料。

疾控專家：尚無證據顯示病毒透過「氣溶膠」傳播

近日網上有一種說法，認為「氣溶膠」傳播可能也是新型冠狀病毒肺炎的傳播途徑之一。

目前，新型冠狀病毒主要的傳播途徑還是呼吸道飛沫傳播和接觸傳播。通過流行病學調查顯示，病例多可以追蹤到與確診的病例有過近距離密切接觸的情況，這符合飛沫傳播和接觸傳播的特徵。

氣溶膠傳播是指飛沫核在空氣懸浮，可以通過氣溶膠的形式漂浮至遠處，造成遠距離的傳播。但目前尚沒有證據顯示新型冠狀病毒通過氣溶膠傳播。

新型冠狀病毒可通過呼吸道飛沫傳播。而飛沫傳播距離很短，一般在1-2米內，不會在空氣中長期漂浮。因此，在咳嗽、打噴嚏要用紙巾掩住口鼻，與其他人保持至少1米距離。在日常通風環境下，空氣中一般不會有新型冠狀病毒，建議每天至少兩次開窗通風，但也要注意保暖。一般的工作生活條件下，採取正確佩戴口罩這種飛沫傳播防護措施，足以保護普通公眾不被感染。

病毒通過飛沫、直接接觸等方式污染到蔬菜、肉和水果的機率很低。蔬菜、肉、水果買回家後先用水清洗，不要放置太久再吃。記得不要生食，蔬菜、肉類應炒熟吃，水果的話儘量削皮，處理生食和熟食的切菜板及刀具要分開。病毒在56°C狀態下30分鐘內就能被殺死，而炒菜等溫度能達到100°C甚至更高，處理過後還是注意及時洗手。目前新型冠狀病毒是否經糞口途徑（消化道）傳播，雖尚待進一步明確，但通過將食物洗淨煮熟，飯前便後洗手等方法可預防病毒經消化道傳播。

新型冠狀病毒對紫外線和熱敏感，乙醚、75%乙醇（酒精）、含氯消毒劑、過氧乙酸、和氯仿等脂溶劑均可有效滅活病毒。現在有的地方比如在馬路噴灑消毒劑。這屬於過度消毒。

消毒是切斷傳播途徑、控制傳染病流行的一個重要手段，但是不宜過度，還是要按照規範來做，並且要注意潛在風險。

資料來源：摘錄及改編自香港01（2020年2月10日）

1. 根據上文報道，新型冠狀病毒肺炎傳播最主要的途徑是？(圈出正確的答案)

A. 飛沫傳播

B. 接觸傳播

C. 氣溶膠傳播

2. 我們直接接觸水果會感染新型冠狀病毒肺炎嗎？有甚麼要留意，試寫出一項。

直接接觸水果感染新型冠狀病毒肺炎的機率很低。

水果買回家後先用水清洗(1)，不要放置太久再吃(2)，儘量削皮(3)。(其中一項)

3. 新型冠狀病毒對 75%乙醇（酒精）均可有效滅活病毒？出外時要為自己全身塗上酒精嗎？為甚麼？

75%乙醇（酒精）可以有效滅活病毒。消毒是切斷傳播途徑、控制傳染病流行的一個重要手段，但出外時要為自己全身塗上酒精便是過度消毒，還是要按照規範來做，並且要注意潛在風險。

丙、易地而處及建議（約 50 字）

停課期間，你會怎樣防疫，以減少自己和家人受感染的機會？並寫出一項建議。

(答案合理便可)

-完-

