

洗手不偷懶，病菌不糾纏 10月15世界洗手日，一同響應手部衛生

南投縣政府衛生局響應世界衛生組織（WHO）所提倡10月15日「世界洗手日」，目的是呼籲全世界透過「洗手」這個簡單但重要的動作，加強衛生意識，以防止傳染病的感染，世界衛生組織的研究報告指出，使用肥皂跟清水洗手，最高可降低50%的腹瀉相關死亡率、減少三分之一的急性呼吸道感染致死率。依據疾管署統計資料，全國腸病毒上週(10/5-10/11)門急診就診人次計8,011人，較前一週(8,681人)，下降7.7%；本縣腸病毒上週門急診就診人次計154人，較前一週(106人)，上升45.3%。

衛生局局長陳南松表示，民眾養成了噴酒精消毒的防疫習慣，認為只要是病毒都可用酒精殺菌。然而，並不是所有的病毒都可以酒精消滅。當酒精遇上傳染力極強的腸病毒，就變得效果甚微。一定要以肥皂洗手，並落實「濕、搓、沖、捧、擦」5步驟，及洗手7字訣「內、外、夾、弓、大、立、完」，才能有效降低手上的病菌量。正確洗手5時機包括吃東西前、跟小寶寶玩前、擤鼻涕後、上廁所後以及看病前後，以確保自身及周遭親友的健康。「正確洗手」與「保持手部衛生」是預防傳染病最簡單有效的方法，從雙手設立第一道防線，就能降低腸胃道、甚至呼吸道傳染病的感染機會。

陳南松局長呼籲民眾，為了自身的健康與衛生，應養成平日多洗手的習慣，以避免潛在病菌的傳播，而使用藥品前也要記得洗手，尤其是使用眼藥水或眼藥膏，如果不乾淨的雙手污染到藥品，不僅藥品療效會大打折扣，甚至致病菌也將從口、鼻、眼進入到人體，危害健康。若有相關疑問，可至南投縣政府衛生局網站查詢（<https://ntshb.tw/hc03qiqaa>），或請洽本縣防疫專線049-2220904。