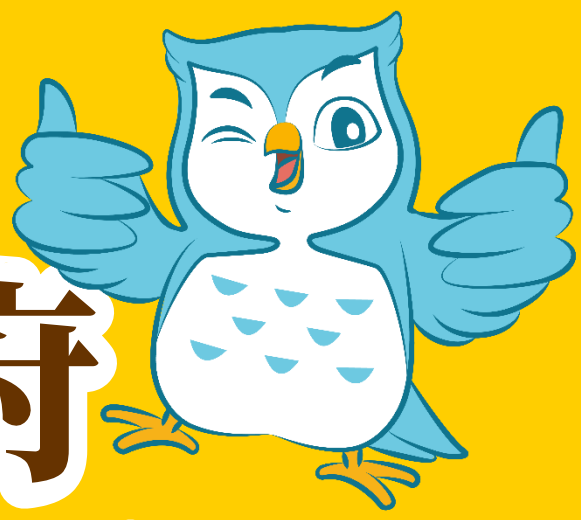


臺中市政府
防疫措施

重要提醒



接觸者、確診者、同住家人？

居家檢疫、居家隔離、居家照護？

相關配合事項整理在這。

※配合中央及地方防疫政策滾動調整。

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

5月8日0時起

調整密切接觸者匡列原則

原匡列居家隔離對象

- ◆同住親友
- ◆同班同學
- ◆同辦公室或同工作場域密切接觸同事(九宮格)

調整後新制

居家隔離對象

同住親友

住宿學生同寢室友比照辦理

＋

自主應變對象

- ◆同班同學
- ◆同辦公室或同工作場域密切接觸同事(九宮格)

居家隔離對象

- ◆「確診個案自主回報系統」現可填至多10位同住家人，可依地方需求調增。
- ◆取消居家隔離者之電子圍籬管制，惟確診個案及居家檢疫對象，仍維持電子圍籬。
- ◆請地方政府積極協助提供隔離期間必要生活物資，避免居家隔離者外出。

自主應變對象

- ◆職場與學校接觸者，以不疫調匡列、不開立居家隔離通知書為原則（自實施日起舊案同步適用新制）
- ◆應依「企業因應嚴重特殊傳染型肺炎（COVID-19）疫情持續營運指引」採自主應變措施，包括依感染風險程度實施防疫假、停課等。
- ◆若縣市政府評估仍有針對前開對象開立居家隔離通知書必要，應於三日內提報計畫書與指揮中心評估。

2022/05/07 中央流行疫情指揮中心

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

確診者&接觸者資料填寫

接收到【確診】關懷簡訊通知

匡列原則：
請提供發病日前2天密切接觸者名單

確診者

通知 → **機關/職場協助造冊**

通知 → **密切接觸者或自覺有接觸史**

機關/職場協助造冊 → 請掃QR Code

確診者 → 請掃QR Code

密切接觸者或自覺有接觸史 → 請掃QR Code

回傳衛生局信箱：
hbtcx005@taichung.gov.tw

自5月8日起調整密切接觸者匡列爲
以同住親友爲原則，住宿學生同寢室友比照辦理
同班同學、同辦公室或同工作場域密切接觸同事(九宮格)採自主應變

臺中市防疫措施懶人包

一秒懂各隔離時間

居家檢疫 (自國外入境)	居家隔離 (密切接觸者、 居家照護者同住家人)	居家照護 (確診個案)
10+7 (自主健康管理)	3+4 (自主防疫)	10+7 (自主健康管理)

(5/9起中央公告入境居檢天數縮短爲7+7天)

（5/8起檢驗陽性之確診者改7+7，不回溯適用）

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市政府衛生局

居家隔離/檢疫/照護採檢措施表

居家隔離(一人一室)

密切接觸者
居家照護之同住家人

最後接觸日

未滿兩歲之居家隔離/檢疫者，採檢措施皆以PCR檢測。

接觸者匡列後快篩1次

最多4次快篩

0	1	2	3	1	2	3	4
居家隔離				自主防疫			

居　家　隔　離

- 居家隔離期間，須待在家中以1人1室爲原則，不得外出
- 完成接觸者匡列後快篩
- 快篩陽性者，主動告知「隔離通知書發單位」或集中檢疫所工作人員，應依衛生局指示前往指定地點進行PCR檢測

自　主　防　疫

- 如需外出請快篩陰性後使得佩戴口罩外出工作及採買生活必需品
- 禁止以下行爲：餐廳內用餐、聚會、前往人潮擁擠場所及與不特定對象接觸
- 上班時間，維持社交距離，於自己座位脫口罩飲食
- 快篩陽性者，禁止搭乘大衆交通工具，可透過自行開車、騎車、步行或家人親友接送(雙方全程配戴口罩)等方式前往社區採檢院所進行PCR檢測，或依地方政府衛生局訂定快篩陽性就醫流程處理

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

居家隔離/檢疫/照護採檢措施表

居家檢疫者(自外國入境)

5/9零時起

(表定航班抵台時間)

入境居檢天數縮短為7+7天

PCR								快篩							
0	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7

居家檢疫 提供備用快篩1支，於出現症狀時使用 **自主健康管理**

- ◆ 以自宅或親友住所1人1戶為原則。如家戶無法符合1人1戶檢疫條件，須入住防疫旅宿完成7天檢疫
- ◆ 檢疫期滿當日(第7天)執行1次快篩，另提供1支備用快篩試劑，於檢疫期間出現症狀時使用。
- ◆ 未滿2歲之居家檢疫者，採檢措施皆以PCR檢測。
- ◆ 如有無法自行操作快篩之民眾，將由地方政府安排人員協助進行快篩檢測。
- ◆ 居家檢疫及期滿後自主健康管理期間應配合相關檢查、接受電話/簡訊詢問健康情形或檢測結果回報等必要之關懷追蹤機制，違反相關規定者，依傳染病防治法裁罰。
  - ●居家檢疫：依第58條、第69條，可裁處新臺幣1萬元以上15萬元以下罰鍰。

中央流行疫情指揮中心 2022/05/03

居家隔離/檢疫/照護採檢措施表

居家照護之確診者

檢驗陽性日為5/8確診者才適用，之前的不回溯。

發病日或採檢日

0	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
居家隔離								自主健康管理						



距發病日或採檢日**已達7天**，**無須採檢直接解隔**，並進行7天自主健康管理。

居家隔離之密切接觸者(非確診者)

最後接觸日

0	1	2	3
居家隔離			

- 居家隔離期間，須待在家中以1人1室爲原則，不得外出。
- 完成接觸者匡列後安排快篩。
- 有症狀進行快篩。

每日快篩

1	2	3	4
自主防疫			

- 每日快篩，快篩陰性者可外出工作及採買生活必需品，不出門者則無須快篩。
- 外出全程佩戴口罩。
- 禁止以下行爲：餐廳內用餐、聚餐、聚會、前往人潮擁擠場所、與不特定對象接觸。

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

居家照護及同住家人隔離天數

居家照護之確診者

發病日或採檢日

檢驗陽性日為5/8確診者才適用，之前的不回溯。
確診者：5/8 0時起改7+7

0	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
居家隔離								自主健康管理						



距發病日或採檢日**已達7天**，**無須採檢直接解隔**，並進行7天自主健康管理。

居家隔離之密切接觸者(非確診者)

同戶非同室

與確診者最後接觸日次日起3+4

居家隔離	1	2	3	
自主防疫	1	2	3	4

同室照顧者

確診者隔離期滿日(7日)起3+4

確診者居家隔離	0	1	2	3	4	5	6	7
同室照顧者 居家隔離		1	2	3				
同室照顧者 自主防疫		1	2	3	4			

臺中市防疫措施懶人包

5/12起
修訂「嚴重特殊傳染性肺炎」之病例定義

新增確定病例條件

居家隔離、自主防疫、居家檢疫對象使用家用新型冠狀病毒抗原快篩試劑檢測陽性，且經醫事人員確認，即為確診。

居家隔離/檢疫對象於居隔、自主防疫或檢疫期間使用家用快篩陽性

1. 不可外出，可使用「健康益友」APP或聯繫所轄衛生局安排，透過遠距醫療或視訊方式由醫師確認快篩結果進行評估且通報。
2. 後續由地方政府衛生局依「確診個案收治分流原則」，請個案於住家或其他指定處所進行居家照護或隔離治療。
3. 民眾或評估醫師對於快篩陽性結果如未有共識或有疑義，仍可通知衛生局安排PCR採檢。

2022/05/06-更新版

中央流行疫情指揮中心

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

確診個案解隔條件修訂摘要

本條件適用對象：檢驗陽性日為5/8起之確診者，不回溯適用5/8前檢驗陽性者

場所	解隔條件修訂摘要
居家照護	距發病日或採檢日已達7天，無須採檢直接解隔，並進行7天自主健康管理
醫院 加強版集檢所 加強版防疫旅館	**輕症確診隔離條件**：無症狀或症狀緩解，且： 1. 兩次快篩陰性，或距發病/採檢達5天一次快篩陰性 2. 距發病日或採檢日已達7天，無須採檢直接解隔 符合以上任一條件，解隔並進行7天自主健康管理 註： ◆ 上述快篩限醫事人員執行，醫事人員得自採 ◆ 輕症解隔以快篩爲原則，因故無法快篩則以PCR採認
中重症住院患者	解隔改1次PCR： 症狀緩解且追蹤1次(原爲2次且須滿10天)PCR陰性或Ct≥30，可轉出隔離/專責病房

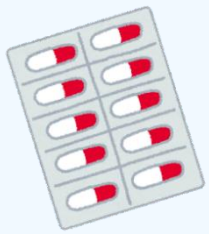
詳細內容請見最新版「嚴重特殊傳染性肺炎確診個案處置及解除隔離治療條件」(更新中)

2022/05/07 中央流行疫情指揮中心

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07 台中市衛生局-健康小衛星

家中有COVID-19確診者照護注意事項



1 提供確診者生活所需，遵醫囑服用藥物。

2 **家中禁止訪客**，接觸確診者時應**全程戴口罩**。



3 **勿共餐**，共用衛浴**加強清消**，確診者用過之餐具以清潔劑清洗。

4 確診者出現**喘/呼吸困難、持續胸痛/胸悶、意識不清、皮膚/嘴唇/指甲床發青**等症狀，**立即撥打 119** 救護車送醫或由同住親友儘速接送前往醫院。



4/27 起
取消簡訊實聯制



臺灣社交距離 App

不用註冊 藍牙打開
免開定位 不蒐個資

敬請下載

iPhone

Android

2022.04.27

臺中市防疫措施懶人包

4/28起 家用快篩實名制

販售地點	本市目前共641家藥局 及梨山衛生所販售
販售對象	無年齡限制，每人均可購買 須持有健保卡/居留證
購買份數 販售價格	每張身分證購買1次(可代購) 1份5劑，每劑100元，共500元
分流機制	以身分證字號尾數單雙號進行分流 單號：週一、三、五 雙號：週二、四、六 全民皆可：週日
販售資訊 查詢方式	本市販售點查詢： https://pse.is/468s5s

*每輪實施日期由中央流行疫情指揮中心公布。

臺中市防疫措施懶人包

家用快篩實名制

家用快篩實名制販售藥局時間分流

- 爲兼顧每位民眾購買權利，家用快篩實名制健保特約藥局販賣時間分流，「快篩實名制健保特約藥局」早、中、晚均有販售，藥局會公告販售時間，請民眾依販售時段前往購買
- 健保署官網及其line@均可查詢藥局營業時間

2022/05/05

中央流行疫情指揮中心

臺中市防疫措施懶人包

民眾使用COVID-19家用快篩試劑流程

藥局、藥粧店、便利商店等
購買家用快篩試劑

↓

依說明書進行採檢及操作

↓

快篩結果

請注意：若出現嚴重特殊傳染性肺炎相關症狀，應佩戴醫用口罩，速前往醫療院所就醫。

陰性

◆對產品操作或顯示結果有疑感，可洽原購買地點或試劑廠商。

1.遵循防疫規範、做好個人防護，自我健康管理
2.採檢完試劑及試劑棒用塑膠袋密封包好，以一般垃圾處理

*可至以下QR CODE查詢鄰近之社區採檢院所:

陽性

居家隔離或居家檢疫者:

立即與衛生局聯繫或撥1922，依指示方式處理。

非居家隔離且非居家檢疫者

1.儘速至鄰近的社區採檢院所檢測。
2.請戴好口罩、勿搭乘大眾運輸工具
3.採檢器材，請用塑膠袋密封包好，攜帶至社區採檢院所交予院所人員判定

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

請PCR採檢民眾

請務必確認你的手機號碼

正確的手機填法

0900000000

填寫時應注意



- ✓10碼均須爲數字
- ✓手機號碼應以09爲開頭
- ✓中間不能加「-」
- ✓中間不能有空格
- ✓手機號碼是否少填
- ✓主動更新就醫資訊

2022/05/06

中央流行疫情指揮中心

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

190家提供PCR採檢之基層醫療診所查詢

1 **進入疾管署全球資訊網 → 點選COVID-19防疫專區**



2 **找到臺灣社交距離App及採檢地圖區塊→ 點選COVID-19全國指定社區採檢**



須採檢請先電話預約

2022/05/06 中央流行疫情指揮中心

臺中市 COVID-19
快篩陽得來速流程



臺中市政府衛生局 Health Bureau, Taichung City Government

2022年5月3日

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市醫院
「快篩陽得來速」服務

服務家數

6家醫院，持續增加中

綠色通道分流

針對快篩陽性或因症狀有醫療需求的民眾優先提供服務。

費用

1.單純PCR採檢免費。

2.PCR採檢同時需看診、領藥，應收掛號費及部分負擔。

藥物種類

依據個案症狀提供退燒、止痛、止咳化痰及腸胃炎等症狀治療藥物。

臺中市政府衛生局 Health Bureau, Taichung City Government

2022年5月3日

台中市衛生局-健康小衛星

台中市確診者處置流程

民眾篩檢

↓

醫院通報

↓

衛生局發送關懷簡訊

↓

個案填寫資訊

提交

↓

衛生局檢核

↓

安置

居家照護

加強版集檢所

送醫

結案

臺中市政府
TAICHUNG CITY GOVERNMENT

臺中市 COVID-19
兒童得來速就醫流程



臺中市政府衛生局 Health Bureau, Taichung City Government

2022年5月7日

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市 COVID-19
兒童得來速就醫資源

◆看診對象：快篩陽性之18歲以下兒童
◆請攜帶健保卡、陽性篩檢試劑(請密封包好)
◆勿搭乘大眾交通工具

10家兒童得來速醫院

醫院名稱	兒童得來速服務時間	
臺中榮民總醫院	週一至週五	09:00-11:30　14:00-16:30
	假日及夜間	由急診兒科值班醫師看診
中國醫藥大學附設醫院	週一至週五	08:00-12:00　13:30-17:00
	假日及夜間	由急診兒科值班醫師看診
中山醫學大學附設醫院	週一至週五	09:00-11:30　14:00-16:30
	假日及夜間	由急診兒科值班醫師看診
衛生福利部臺中醫院	週一至週五	08:30-11:00
	假日及夜間	由兒科值班醫師看診
澄清綜合醫院中港分院	週一至週五	11:00-12:00
	假日及夜間	由兒科值班醫師看診
佛教慈濟醫療財團法人 台中慈濟醫院	週一至週五	12:00-16:00
	假日及夜間	由兒科值班醫師看診
仁愛醫療 社團法人大里仁愛醫院	週一至週五	11:00-12:00
	假日及夜間	由兒科值班醫師看診
童綜合醫療 社團法人童綜合醫院	週一至週五	08:00-12:00　13:00-17:00
	假日及夜間	由急診兒科值班醫師看診
光田醫療社團法人 光田綜合醫院(沙鹿院區)	週一至週五	09:00-11:30　14:00-16:30
	假日及夜間	由兒科值班醫師看診
光田醫療社團法人 光田綜合醫院(大甲院區)	週一至週五	09:00-11:30　14:00-16:30
	假日及夜間	由兒科值班醫師看診

130家兒童專責診所

掃描QRcode查詢名單→

臺中市政府衛生局 Health Bureau, Taichung City Government

2022年5月7日

台中市衛生局-健康小衛星



臺中市 130 家專責兒童診所



地區	診所名稱
北屯區	方德涵診所
	王榮森小兒科診所
	王佑賢小兒科診所
	王秉菴小兒科診所
	幼恩小兒科診所
	承康診所
	安安診所
	康康診所
	陳憲立小兒科診所
	曾文星耳鼻喉科診所
	劉昌興小兒科診所
	小蘋果小兒科診所
	符乾龍小兒科診所
	劉錦理小兒科診所
	蘇益寬小兒科診所
	林子巡診所
	楊醫師小兒科診所
	蘇游耳鼻喉科診所
	承安耳鼻喉科診所
	王鼎堯兒科診所
北區	巧比小兒科診所
	呂錦泉小兒科診所
	秀慧診所
	施永泰小兒科診所
	家昌耳鼻喉科診所
	展弘耳鼻喉科診所
	祐華親子診所
	祥祐診所
	許文俊小兒科診所
	鄭俊智診所
	謝佳璋小兒科診所
西屯區	陳俊宏小兒科診所
	崇芳小兒科家庭醫學科聯合診所
	吉安診所
	安家小兒科診所
	理想家小兒科診所
	曾曉鐘小兒科診所
	福茂聯合門診福茂小兒科診所
	懷生小兒科診所
	佑家親子診所
	祥葳兒科診所
	幼光診所
	林聖凱婦幼診所

地區	診所名稱
南屯區	董建宗小兒科診所
	林俊彥小兒科診所
	忠勇診所
	明道小兒科診所
	佳鴻診所
	張文吉小兒科診所
	張家強診所
	施勝桓小兒科診所
	博幼耳鼻喉科小兒科診所
	賴東昇小兒科診所
	薛凱中診所
	邢志宇耳鼻喉科診所
	寶貝熊小兒科診所
	宏凱診所
	敬康耳鼻喉科診所
	郭品君診所
西區	吳東洧小兒科診所
	吳榮峰小兒科診所
	阮春閔小兒科診所
	美麗兒小兒科診所
	康貝兒小兒科診所
	樂恩診所
	曙光小兒科診所
	佳慶診所
	賴永章小兒科診所
	劉彥山診所
南區	白耳鼻喉科診所
	林志鴻小兒科診所
	淵元兒科診所
	陳鉉煒小兒科診所
	陳德義小兒科診所
	陳豐霖兒科診所
	瑞銘小兒科診所
	慶耀診所
	穎眾兒科診所
東區	華幼診所
	豐府診所
	佑佑診所
大里區	江宗龍小兒科診所
	李文軒耳鼻喉科診所
	陳祥雪小兒科診所
	楊文澤小兒科診所
	聖心診所
	蔡政益小兒科診所

地區	診所名稱
豐原區	豐原惠生小兒科診所
	許慶芳耳鼻喉科診所
	晨欣親子診所
	林永祥小兒科診所
	吳志修耳鼻喉科診所
	林大丕小兒科診所
	呂維國婦產科診所
潭子區	佳佑診所
	家興診所
	何孟哲診所
大雅區	緻為耳鼻喉科診所
	林釗尚小兒科診所
	大中小兒科診所
	吳耳鼻喉科診所
后里區	甲后莊醫師診所
	后安診所
神岡區	林政益小兒科診所
東勢區	長頸鹿小兒科診所
清水區	陳振昆診所
	林澤民小兒科診所
	林玉彪診所
大甲區	小朋友小兒科診所
	力倫診所
	元吉診所
	全信賴診所
	小熊的森林診所
	大元診所
太平區	恆欣小兒科診所
	幼康小兒科診所
	建志耳鼻喉科診所
	馮少雄小兒科診所
	禎宏診所
霧峰區	蔡明哲小兒科診所
	謝煌德小兒科診所
	劉暄峰小兒科診所
烏日區	德昌小兒科診所
沙鹿區	家安小兒科診所
	李昭儀兒科診所
	朱博欣小兒科診所
	小太陽小兒科診所
	孫皓雲小兒科診所
	沙鹿李小兒科診所
	朝安診所

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

2022/05/07

臺中市防疫措施懶人包

校園防疫措施

自5/8起　調整校園防疫措施

以「確診個案」為核心，

取消原 **全校1/3或10班以上班級有確診者或密切接觸者，得實施全校暫停實體課程** 規定

但學校仍可考量運作量能，因應調整學校授課方式，並通報主管機關備查

1

2022/05/07

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

校園防疫措施

自5/8起　國小及幼兒園

確診個案前2日內曾到校上課
所屬班級的同學和老師：

暫停實體課程3天，由學校提供1人1劑快篩試劑

(招收國小以下學童)

▲補習班、安親班與課照中心比照辦理，所需快篩試劑由學校發放，不重複提供

防疫假不列入差勤紀錄

2

2022/05/07

臺中市防疫措施懶人包

校園防疫措施

自5/8起　國中及高中

確診個案前2日內曾到校上課
所屬班級的座位九宮格同學：

實施3天「防疫假」停止到校，由學校提供1人1劑快篩試劑

(招收國中及高中學生)

▲補習班比照辦理，所需快篩試劑由學校發放，不重複提供

防疫假不列入差勤紀錄

3

2022/05/07

臺中市防疫措施懶人包

校園防疫措施

自5/8起　各級學校課程、社團及活動

與確診個案**前2日內**有**摘下口罩**
共同活動15分鐘以上的課程、社團及活動人員：
（師生、教練）

實施3天「防疫假」停止到校，由學校提供1人1劑快篩試劑

4

2022/05/07

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

校園防疫措施

自5/8起　各級學校住宿學生

▲同寢室室友比照「同住親友」，需居家隔離，
由學校發放1人3劑快篩試劑

▲校內外住宿生確診或居隔，以學校協助返家或
在租屋處進行居家照護或隔離為原則；
如有困難情形，安置於隔離宿舍或集中檢疫所

5

2022/05/07

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

校園防疫措施

相關請假說明

學生

如確診、居家隔離、實施防疫假無法到校，不列入出缺勤紀錄

教職員工

如確診則請公假；如因同住親友確診而需居家隔離請防疫隔離假

家長

學生暫停實體課程或請防疫假期間，家長如需照顧學生可申請防疫照顧假

2022/05/07

臺中市防疫措施懶人包

兒童疫苗施打

5/11起 臺中市滿6歲幼童及國小學童

莫德納疫苗接種作業起跑



✓ 就讀本市幼兒園且滿6歲之幼童

幼兒園發放 接種須知 及 意願書 予幼生家長，
家長至 衛生所 或 合約醫療院所預約接種。

✓ 就讀本市國小之1-6年級學童

家長可選擇「在校園集中接種」或「至衛生所或合約醫療院所接種」國小滿12歲學童 在校分流施打，家長放心。

▲ 家長有意讓孩子接種BNT疫苗者，意願書請勾選「不同意」
臺中市政府不催打，請家長們充分思考、評估

臺中市政府 2022/5/2

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

6~11 歲兒童勾選 第一劑

莫德納 COVID-19 疫苗
6 至 17 歲接種評估暨意願書

_____縣(市)　學校名稱：_____

1.我已詳閱莫德納 COVID-19 疫苗學生接種須知，瞭解疫苗之保護效力、副作用及禁忌與注意事項。

☐同意	我的子女本次將接種莫德納 COVID-19 疫苗	☐基礎劑第一劑
		☐基礎劑第二劑
☐不同意		

☐基礎劑第一劑

2.接種方式(擇一勾選)

☐於校園集中接種
☐至衛生所/合約醫療院所接種

3.接種資訊

學生姓名：_____

身分證/居留證/護照字

出生日期：(西元)__

家長簽名：_____

☐於校園集中接種

☐至衛生所/合約醫療院所接種

◆ 接種前自我評估

評 估 內 容	評估結果	
	是	否
1. 過去注射疫苗或藥物是否有嚴重過敏反應史或任何嚴重不良反應。		
2. 現在身體有無不適病徵(如發燒 38℃、嘔吐、呼吸困難等)。		
3. 是否為免疫低下者，包括接受免疫抑制劑治療者。		
4. 目前是否懷孕。		

◆ 體溫：_____℃

☐適合接種　☐ 不適宜接種；原因_____

評估日期：_____年_____月_____日

醫療院所十碼代碼：_____　醫師簽章：_____

2022/05/02

臺中市防疫措施懶人包

隔離期間留意心理健康，必要時尋求協助

心情溫度計

請圈選最近一個星期（含今天），對下列各項目造成困擾的嚴重程度

	不會	輕微	中等	嚴重	非常嚴重
睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
感覺緊張或不安	0	1	2	3	4
覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★有自殺的想法	0	1	2	3	4

1至5題之總分：

- 得分＞15分：**重度情緒困擾**　需高關懷，建議至身心健康科治療或接受專業輔導。
- 得分10～14分：**中度情緒困擾**　建議尋求心理諮商或接受專業諮詢。
- 得分6～9分：**輕度情緒困擾**　建議找家人或朋友談談，抒發情緒，給予情緒支持。
- 得分0～5分：**身心適應狀況良好。**

「有自殺的想法」單項評分：

★本題為附加題，若前5題總分小於6分；但本題評分為2分以上時，建議至身心科。



臺中市長　盧秀燕　關心您

臺中市政府衛生局　關心您

請搜尋追蹤 FACEBOOK 健康小衛星

廣告

一、心理健康專線

- 24小時免付費安心專線：1925(依舊愛我)
- 張老師專線：1980
- 生命線專線：1995
- 臺中市社區心理衛生中心：04-25155148

二、新冠疫情心理諮詢服務簡介

- 服務對象：居家檢疫、居家隔離、居家照護個案及其照顧者。
- 服務方式：由心理師提供視訊/電話心理諮詢服務(1次/周)。
- 請洽區級關懷中心。

三、疫情期間心理健康照護口訣：安靜能繫望

安	勤洗手、戴口罩、保持社交距離，以策安全。
靜	適量閱讀疫情新聞，建議30分鐘為限，保持平靜、減低焦慮。
能	多運動，尋求合適的紓壓管道，增加對抗疫情的能力。
繫	利用網路或電話與親友維持聯繫，相互支持鼓勵。
望	保持正向的希望，相信疫情終將過去。

四、心情溫度計：

疫情期間，建議每週檢測一次看看心情變化，讓健康從「心」開始！

臺中市長　盧秀燕　關心您

臺中市政府衛生局　關心您

請搜尋追蹤 FACEBOOK 健康小衛星

廣告

臺中市政府 TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星

臺中市防疫措施懶人包

防疫補償-申請資格、限制及方式

每人每日
補助$1,000
(六日不列入)



居家檢疫者
居家隔離者
(NEW！包含指定處所居家隔離)



集中檢疫者
集中隔離者

線上申請





照顧生活不能自理
的受隔離或檢疫者之家屬

- 隔離或檢疫期間無違規紀錄
- 隔離或檢疫期間無支領薪水或報酬
- 3月17日起，非必要前往第三級緊告國家或地區，取消防疫補償
- 入境填寫檢疫資料不確實（包括聯絡資料或漏填）不得領取

臺中市防疫措施懶人包

更多資訊補充

衛生福利部疾病管制署
COVID-19專區
https://healthtaichung.com/hb00rqbjb

臺中市政府COVID-19專區
https://healthtaichung.com/hb00rqbjb

臺中市衛生局疫情QA專區
https://healthtaichung.com/hb00IvRaN



一起齊心
攜手抗疫

臺中市政府
TAICHUNG CITY GOVERNMENT

111.05.07

台中市衛生局-健康小衛星