



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau  
行政暨公職局  
Direcção dos Serviços de Administração e Função Pública

**MUITO URGENTE**  
**非常緊急**

致：  
各公共部門／機構  
Para:  
Os serviços e  
entidades públicos

來函編號  
Sua referência

來函日期  
Sua comunicação de

發函編號  
Nossa referência

澳門郵政信箱 463 號  
C. Postal 463 - Macau

傳閱公函0907030001/DMA

2009-07-03

事由：  
Assunto

**預防甲型流感－公告及活動指引**  
**Prevenção da Gripe A H1N1 - Aviso e Orientações para a Realização de Actividades**

經衛生局通知，現隨函附上下列五份文件，以供 貴部門／機構知悉及傳閱。

1. 《“流感應變協調中心”發出的公告》（見附件一）
2. 《流感大流行本地疫情階段早期舉辦集體活動注意事項》（見附件二）
3. 《流感大流行本地疫情階段早期舉辦社會文化體育活動原則》（見附件三）
4. 《流感大流行本地疫情階段早期計劃和管理學生活動原則》（見附件四）
5. 《預防甲型H1N1流感－給高危人士的指引》（見附件五）

此外，衛生局因應疫情的最新情況，將及時更新衛生指引。為此，呼籲各部門／機構須經常瀏覽“流感應變協調中心”專題網頁，以取得各類最新的衛生指引。

如 貴部門／機構對上述指引有任何疑問，可聯絡本局工作人員鄧先生（電話：8987 1742）或黃先生（電話：8987 1276）；“流感應變協調中心”熱線電話：28700800；傳真：28700863或瀏覽“流感應變協調中心”專題網頁：



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau  
行政暨公職局  
Direcção dos Serviços de Administração e Função Pública

頁編號 2  
Pág. n.º  
公函編號 0907030001/DMA  
Of. n.º  
日期 : 2009/07/03  
Data

<http://www.ssm.gov.mo/design/NEWS/swineflu/index.htm?lang=ch>。

順頌

台安！

Na sequência da comunicação feita pelos Serviços de Saúde, junto se remetem a esse serviço/organismo os seguintes cinco documentos para efeitos de conhecimento e circulação.

1. “Aviso do Centro de Coordenação da Gripe” (Vide anexo I)
2. “Pontos a observar na realização de actividades colectivas durante o período inicial da epidemia local da gripe” (Vide anexo II)
3. “Princípios a observar na realização de actividades sociais, culturais e desportivas durante a fase inicial da epidemia local da Gripe A H1N1” (Vide anexo III)
4. “Princípios a observar no planeamento e gestão de actividades estudantis durante a fase inicial da epidemia local da Gripe A H1N1” (Vide anexo IV)
5. “Prevenção da Gripe A H1N1 - Orientações para os indivíduos com alto risco” (Vide anexo V)

Além disso, atendendo a que os Serviços de Saúde têm vindo a actualizar, atempadamente, as orientações no âmbito de saúde face a cada nova situação da pandemia, apela-se aos serviços/organismos para acederem frequentemente à página electrónica do Centro de Coordenação da Gripe a fim de obter informações mais actualizadas.

No caso de qualquer dúvida desse serviço/organismo sobre as referidas orientações, queira contactar o Senhor Tang (telefone n.º 8987 1742) ou o Senhor



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa Especial de Macau  
行政暨公職局  
Direcção dos Serviços de Administração e Função Pública

頁編號 3  
Pág. n.º  
公函編號 0907030001/DMA  
Of. n.º  
日期： 2009/07/03  
Data

Vong (telefone n.º 8987 1276) desta Direcção de Serviços ou o Centro de Coordenação da Gripe através da linha aberta n.º 28700800 ou do fax n.º 28700863 ou ainda aceder à página electrónica do Centro de Coordenação da Gripe:

<http://www.ssm.gov.mo/design/NEWS/swineflu/index.htm?lang=pt>

Com os melhores cumprimentos.

局長 O Director  
朱偉幹 José Chu

- 附件： (一) 《流感應變協調中心公告－「可防可治可控 根據疫情應對」》  
(二) 《流感大流行本地疫情階段早期：舉辦集體活動注意事項》  
(三) 《流感大流行本地疫情階段早期：舉辦社會文化體育活動原則》  
(四) 《流感大流行本地疫情階段早期：計劃和管理學生活動原則》  
(五) 《預防甲型流感－給高危人士的指引》

- Anexos: 1. “Aviso do Centro de Coordenação da Gripe”;  
2. “Pontos a observar na realização de actividades colectivas durante o período inicial da epidemia local da gripe”;  
3. “Princípios a observar na realização de actividades sociais, culturais e desportivas durante a fase inicial da epidemia local da Gripe A H1N1”;  
4. “Princípios a observar no planeamento e gestão de actividades estudantis durante a fase inicial da epidemia local da Gripe A H1N1”;  
5. “Prevenção da Gripe A H1N1 - Orientações para os indivíduos com alto risco”.

118/DMA/OFC/2009



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## 公告

澳門特區政府流感應變協調中心

### 可防可治可控 根據疫情應對

因應本澳確診第一例甲型 H1N1 流感本土病例，特區政府流感應變協調中心於 2009 年 6 月 23 日決定將澳門流感大流行預警級別提升至：

**第 6 級藍色（本地疫情一般）**

目前，全球流感大流行嚴重程度為中等，甲型 H1N1 流感傳播能力強，但可防可治可控。隨著本地疫情出現，流感應變協調中心將按既定預案，通過各公共行政部門和社會機構的緊密合作，重點加強下列防控措施：

- 進行有關準備，以便一旦需要時可適用傳染病防治法規定的特別措施；
- 盡力做好病例隔離治療和接觸者醫學觀察工作，包括採取藥物預防和非藥物控制措施，盡可能阻延疾病的傳播；
- 因本土病例與學生或學校未有聯繫，目前暫不停課，但須加強學生活動管理，特別要求所有學校：取消組織學生到疫區外訪的活動、有七日內由疫區來／回澳人士參與的學生活動、非必要的校際或班際學生活動或有 30 名或以上學生參與的活動；
- 加強社會文化體育活動管理，建議部分重要性較低及或風險較高的社會活動應暫緩進行，而繼續舉辦的社會活動，應採取嚴格的減低風險措施；
- 建議所有公共行政設施、酒店、博彩場所入口處進行測溫及或監察，防止有流感樣病徵人士進入，在場所內提供洗手及或手消毒設備，供公眾使用；



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

- 重點加強對公眾的風險溝通，強調在本地疫情階段，個人衛生是最重要的防線；
- 啟動流感大流行監測；
- 主要醫療機構檢查和完善醫療服務應變計劃和準備；
- 各相關部門和機構檢查和完善社會基本服務應變計劃和準備。

當前，本澳須按照世界衛生組織的建議及指引，為應對流感大流行的直接侵襲作好充分準備，將工作重點逐漸由遏制轉移到紓緩，包括：

- 將努力的重點放在通過適當治療患者來減輕大流行病毒對健康和社會的影響上，而不是放在試圖遏制疾病傳播上；
- 準備應付大量病例以及更多可能更嚴重的病例；
- 實施關於獲得基本藥物和設備以及抗病毒藥物和疫苗的計劃。

### 個人衛生指引

流感應變協調中心強調，隨著本地疫情出現，個人衛生已成為最重要的防線。為保護自己和家人，全體市民務必遵守下列指引：

- 經常洗手，保持手部清潔，避免用手接觸眼、口、鼻；
- 有發熱、咽痛、鼻塞、流涕或咳嗽等流感樣症狀時應盡快就醫，並盡量在家休息，外出時戴上口罩；
- 咳嗽打噴嚏時用紙巾掩住口鼻，並妥善處置用過的紙巾；
- 保持室內有充足的流動新鮮空氣；
- 經常清潔消毒手常接觸的地方；
- 接種必要的疫苗。

**流感應變協調中心 24 小時熱線電話: 28700800 傳真: 28700863**



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## **Aviso**

Centro de Coordenação da Gripe do Governo da Região  
Administrativa Especial de Macau

# **É possível prevenir, tratar e controlar a Gripe A(H1N1) se enfrentarmos e respondermos à situação epidemiológica**

Face ao surgimento de um primeiro caso confirmado local da Gripe A H1N1 em Macau, o Centro de Coordenação da Gripe do Governo da Região Administrativa Especial de Macau decidiu no dia 23 de Junho de 2009, elevar o nível de alerta pandémico em Macau para:

**Nível VI Cor azul (epidemia local moderada)**

Actualmente, o grau de gravidade da pandemia é moderado, a Gripe A H1N1 dispõe de uma forte capacidade de transmissão, contudo pode ser prevenida, pode ser tratada e pode ser controlada. Com o surgimento da epidemia a nível local, o Centro de Coordenação da Gripe vai seguir o programa definido, e mediante a colaboração entre os Serviços da Administração Pública e as entidades Sociais, vai intensificar a sua acção focada essencialmente nas seguintes medidas de prevenção:

- Realizar a devida preparação, no sentido de poder aplicar as medidas especiais estipuladas na Lei de prevenção, controlo e tratamento de doenças transmissíveis em tempo oportuno e em caso de necessidade;
- Proceder eficazmente ao tratamento de casos por isolamento e à observação médica, incluindo adoptar medidas como prevenir com



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

medicamentos e controlar sem medicamentos, no sentido de conter e adiar, tanto quanto possível, a transmissão da doença;

- Como o caso local não está relacionado com os alunos ou as escolas, não haverá lugar à evicção escolar, contudo, é necessário proceder à intensificação da gestão das actividades dos estudantes, nomeadamente, solicitando a todas as escolas: cancelamento de actividades de visita a regiões afectadas, de actividades de estudantes regressados das regiões afectadas no período de sete dias, de actividades dispensáveis a nível de escola ou turma, bem como de actividades com a participação de 30 ou mais estudantes;
- Intensificar a gestão das actividades no âmbito social, cultural e desportivo, recomendando-se o adiamento da realização de parte das actividades com menos importância ou actividades sociais com maior risco, enquanto as actividades sociais que continuam a ser realizadas, devem adoptar medidas rigorosas de redução de risco;
- Aconselhar a medição e / ou vigilância da temperatura corporal em todas as entradas de instalações administrativas públicas, estabelecimentos de hotelaria e jogos, de modo a evitar a entrada de pessoas com sintomas de gripe; estarem disponíveis nestes lugares instalações para a lavagem e / ou desinfecção das mãos para uso público;
- Reforçar a comunicação sobre o risco para o público, acentuar que na fase da epidemia local, a higiene pessoal é a medida preventiva mais importante para lutar contra a gripe;
- Activar a vigilância sobre a pandemia gripal;



澳門特別行政區政府  
**Governo da Região Administrativa de Macau**  
衛生局  
Serviços de Saúde

- Incentivar os serviços de assistência médica a aperfeiçoar os seus planos de contingência, bem como a sua preparação;
- Incentivar os Serviços e instituições a melhorar os seus planos de contingência de serviços básicos, bem como a sua preparação;

Neste momento, Macau necessita de seguir as recomendações e orientações da Organização Mundial de Saúde para fazer uma preparação face à pandemia gripal, de modo que o trabalho essencial seja realizado gradualmente, passando da inibição para o alívio, incluindo:

- Prestar apoio aos doentes através de terapia adequada, de modo a reduzir a influência causada pelo vírus da gripe na saúde e sociedade, mas não centrar a acção na tentativa de inibição da transmissão da doença;
- Preparar-se para lutar contra uma grande quantidade de casos e de eventuais casos mais graves;
- Executar o plano sobre o acesso a medicamentos e equipamentos básicos, medicamentos antivirais e vacinação.

### **Orientações de higiene pessoal**

O Centro de Coordenação da Gripe salienta que, com o surgimento da epidemia local, a higiene pessoal tornou-se a medida preventiva mais importante contra a gripe. Com vista a proteger-se, bem como à sua família, todos os cidadãos devem cumprir as orientações seguintes:

- Lavar frequentemente as mãos, mantendo-as sempre limpas, evitando contactos com os olhos, o nariz e a boca;
- Em caso de ter sintomas de febre, dor da garganta, sinusite, secreções nasais ou tosse, recorrer de imediato ao médico e permanecer o mais possível no domicílio, bem como usar máscara quando se dirigir a outros lugares;
- Cobrir a boca e o nariz quando tossir ou espirrar e deitar os lenços usados adequadamente tratados no caixote do lixo;
- Manter uma boa ventilação de ar fresco no interior da sala;
- Proceder com frequência à limpeza e desinfecção das superfícies sujeitas a





澳門特別行政區政府  
**Governo da Região Administrativa de Macau**  
衛生局  
Serviços de Saúde

- contacto manual;
- Proceder à vacinação necessária.

**Linha verde de 24h: 28700800 e Fax: 28700863 do Centro de Coordenação da Gripe**



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## 流感大流行本地疫情階段早期 舉辦集體活動注意事項

因應澳門發現首例甲型 H1N1 流感本土病例，流感應變協調中心於 2009 年 6 月 23 日宣告將澳門流感大流行預警級別提升至 6 級藍色，表示本地疫情一般。在本地疫情階段，舉辦集體活動時應注意以下事項：

1. 發熱或有呼吸道症狀人士不應參與集體活動；
2. 懷孕或有慢性疾病人士應避免參與人多擁擠的活動；
3. 進入活動場所前，為所有參與者測量體溫，如發現有發燒者，不得進場，應提供口罩並囑其立即到醫院求診；
4. 活動場所應提供充足數量的口罩、酒精洗手液供使用；
5. 保證活動場所的通風和衛生良好，如使用空調系統，應確保有足夠的鮮風量；
6. 參與者之間應保持足夠距離，應避免進行有身體接觸的活動；
7. 參與者應避免用手觸摸口鼻和眼；
8. 咳嗽或打噴嚏時用紙巾，衣物或手掩住口鼻，紙巾要掉入有蓋垃圾桶，再用酒精洗手液或清水和皂液徹底清潔雙手；
9. 不應共用個人物品（如毛巾，水瓶，餐具等）；
10. 參與者如出現呼吸道症狀，應立即戴上口罩，停止參與活動；如情況嚴重，應立即到醫院就診。

衛生局  
2009 年 7 月 1 日  
第三版



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## **Pandemia de Gripe**

### **Observações para a organização das actividades colectivas na fase inicial de epidemia local**

Com a ocorrência do primeiro caso local da gripe A (H1N1) em Macau, o Centro de Coordenação da Gripe anunciou, no dia 23 de Junho de 2009, a elevação do nível de alerta de pandemia de gripe em Macau para 6 (cor azul), sendo o risco de transmissão moderado. Neste período, ao organizar as actividades colectivas, devem ser seguidas as seguintes observações:

1. Os indivíduos que estão com febre ou sintomas do tracto respiratório não devem participar nas actividades colectivas;
2. As mulheres grávidas ou os indivíduos com doenças crónicas devem evitar participar nas actividades com grandes aglomerações humanas;
3. Na entrada do local de realização das actividades, deve ser efectuada a medição de temperatura corporal a todos os participantes, e quando seja detectada febre, a sua entrada será proibida, devendo-lhes ser fornecida uma máscara e os mesmos aconselhados a recorrer de imediato a uma consulta hospitalar;
4. No local do evento, deve estar disponível uma quantidade suficiente de máscaras e uma solução antiséptica de base alcoólica;
5. No interior do local da actividade deve ser garantida uma boa ventilação e higiene ambiental; caso exista sistema de ar-condicionado, deve ser assegurada uma adequada ventilação de ar fresco;
6. Os participantes devem manter entre eles uma distância suficiente e evitar contactos demasiado próximos;
7. Os participantes devem evitar contactar a boca, o nariz e os olhos com as mãos.
8. Quando tossirem ou espirrarem, devem cobrir a boca e o nariz com lenços de papel, roupa, ou as mãos, e deitar os lenços de papel utilizados num recipiente de lixo com tampa. Posteriormente, devem proceder à limpeza das mãos com solução antiséptica de base alcoólica ou água com sabão;
9. Os materiais de uso particular, nomeadamente, toalha, cantil de água, loiça, não devem ser partilhados ;
10. Perante a manifestação de sintomas do tracto respiratório, os participantes



澳門特別行政區政府  
**Governo da Região Administrativa de Macau**  
衛生局  
Serviços de Saúde

devem imediatamente usar máscara, suspender a participação nas actividades e, caso a situação o justifique, recorrer à consulta médica no hospital.

Serviços de Saúde  
1 de Julho de 2009  
3.<sup>a</sup> versão



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## 流感大流行本地疫情階段早期 舉辦社會文化體育活動原則

### 本地疫情階段的社會活動原則

在本地疫情階段，計劃和管理社會活動的總原則是：

- 早期，應盡可能減低社會活動風險，阻延疾病傳播，包括：
  - － 暫緩進行部分重要性較低及或風險較高的社會活動；
  - － 對於繼續舉辦的社會活動，應採取嚴格的減低風險措施；
- 在疫情高峰後，應盡快恢復正常社會生活。

### 計劃和管理指引

具體而言，在決定舉辦社會文化體育活動時，按以下三方面進行計劃和管理：

1. 重要性和風險評估：評估活動的社會重要性，以及活動的風險，作權衡取捨；原則上，凡有明顯風險因素（見下段）的活動均應考慮暫緩進行，然而，若停辦活動可能影響社會基本服務或導致重大社會損失，可在盡可能減低風險因素、採取嚴格衛生措施的前提下舉行。
2. 應盡可能消除或減低的風險因素：
  - 組織本澳居民前往疫區；
  - 7日內從疫區來／返澳人士參與；
  - 大量學生參與（一般情況下，指30名或以上學生聚集）；
  - 參與者人數眾多、擁擠、或接觸密切——需綜合考慮活動場地大小、參與者人數和接觸方式；一般而言，實質人均佔用場地面積少於1.5平方米為擁擠。
3. 必須採取的衛生措施：
  - 活動前應呼籲，擬參與者如活動前7日內有發熱、咳嗽、頭痛、肌肉關節痛、咽痛、鼻水、嘔吐、腹瀉等症狀，或活動前7日內由疫區來／回澳，不應參與活動；



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

- 懷孕或有基礎疾病的人士應盡可能避免參與人多擁擠的活動；
- 入場時進行測溫；
- 按場所面積和通風能力限制進場人數；
- 保證活動場所通風和衛生良好——一般情況下，室內場所應保證每人每小時 20 立方米的鮮風量，設有空氣質量監測系統並保證監測值滿意的場所亦視為適當；
- 盡量縮短在密閉場所的活動時間；
- 活動期間，應避免參與者之間的過度密切接觸，並應提供衛生用品和督促參與者注意個人衛生。

衛生局

2009 年 7 月 1 日



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## **Pandemia de Gripe - Princípios para a realização de actividades sociais, culturais e desportivas na fase inicial da epidemia local**

### **Actividades sociais na fase de epidemia local**

Princípios gerais de planeamento e gestão das actividades sociais na fase de epidemia local

- Na fase inicial, deve reduzir, com a máxima brevidade, o risco de actividade social, adiando a transmissão da doença, incluindo:
  - adiar a realização das actividades sociais com comparativamente menos importância, mas com risco mais elevado;
  - quanto à realização contínua das actividades sociais, deve adoptar medidas rigorosas para reduzir os riscos;
- Decorrido o pico de epidemia, deve retomar com a máxima brevidade a vida social normal.

### **Orientações de planeamento e gestão**

Concretamente, quando decidir realizar actividades sociais, culturais ou desportivas, deve planeá-las e geri-las de acordo com as seguintes três formas:

1. Avaliar a importância e o risco: avaliar a importância social da actividade e os riscos da mesma, ponderar e decidir; em princípio, todas as actividades com factores de risco óbvios (vide o seguinte número) devem ser adiadas temporariamente, no entanto, caso a suspensão de realização das actividades afecte os serviços sociais básicos ou provoque grande dano social, as actividades poderão ser realizadas com a condição prévia de serem reduzidos os factores de risco e serem adoptadas medidas higiénicas rigorosas.
2. Eliminar ou reduzir quanto possível os factores de risco:
  - Organização de residentes locais para se deslocarem às zonas epidémicas;
  - Actividades com indivíduos regressados/vindos das zonas



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

- epidémicas no prazo de 7 dias;
- Actividades com grande número de alunos (geralmente, o indicador é o agrupamento igual ou superior a 30 alunos);
  - Multidão, aglomeração ou contacto próximo —— deve considerar, em geral, a dimensão dos locais de actividades, o número de participantes e a forma de contacto; geralmente, quando a área do local ocupada por indivíduos é, em média, menor que  $1.5 \text{ m}^2$  per capita é considerada “apinhada”.
3. Medidas higiénicas que devem ser adoptadas:
- Antes da realização da actividade, deve apelar aos eventuais participantes que não participem na mesma, se tiverem sintomas de febre, tosse, dor de cabeça, dores musculares, dor de garanta, constipação, vómitos, diarreias, entre outros, ou regressarem/vierem das zonas epidémicas no prazo de 7 dias antes da realização da actividade;
  - As grávidas ou indivíduos com doenças básicas devem evitar participar em actividades com grandes multidões;
  - Medida de temperatura corporal na entrada;
  - Controlo do número de pessoas que entrem no local de actividade de acordo com a área e capacidade de ventilação do mesmo;
  - Garantia de boa ventilação e higiene do local —— geralmente, nos locais interiores deve ser garantida uma quantidade de ar fresco per capita de  $20 \text{ m}^3$  /hora, sendo considerados adequados locais que disponham de sistema de vigilância de qualidade de ar e garantam um valor satisfatório de vigilância;
  - Reduzir tanto quanto possível o tempo de actividades realizadas nos locais fechados;
  - Durante a realização da actividade, deve evitar contactos demasiado próximos entre os participantes, garantir o abastecimento de materiais sanitários e supervisionar os participantes para que estes prestem atenção à higiene pessoal.

**Serviços de Saúde**  
1 de Julho de 2009





澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## 流感大流行本地疫情階段早期 計劃和管理學生活動原則

在本地疫情階段，計劃和管理學生活動的總原則是：

- 早期，應考慮全面停課和停止學生活動的措施，以盡可能打斷或阻延疾病傳播；
- 在疫情高峰後，應盡快恢復正常社會生活。

### 教學活動指引

全澳中小學校及幼稚園應按教育暨青年局指引做好準備，在下列情況配合採取停課措施：

1. 出現本土病例，如有較高的社區傳播風險，將考慮全澳停課兩周；
2. 如社區傳播風險甚低，又或已停課兩周後決定不繼續停課，考慮只進行必要的教學活動，停止所有非必要的校際或班際學生活動；
3. 在不繼續停課情況下，如個別學校出現疫情，則個別安排停課。

### 課外活動指引

在本地疫情階段，應考慮取消下列的高風險活動：

- 組織學生前往疫區，或有 7 日內由疫區來／回澳人士參與的學生活動；
- 非必要的校際或班際學生活動，或有 30 名或以上學生參與的活動。

針對暑期活動、興趣班、補習班等，現階段建議可繼續舉辦，但須採取下列的減低風險措施：

1. 減少每班人數（一般建議不多於 30 人），盡可能避免同一學生參與多於一項聚集活動；
2. 7 日內有發熱、咳嗽、頭痛、肌肉關節痛、咽痛、鼻水、嘔吐、



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

- 腹瀉等症狀者，或 7 日內由疫區來／回澳者不應參與活動；
3. 有基礎疾病的學生應徵詢醫生意見，決定是否適合參與活動；懷孕或有基礎疾病的成人應盡可能避免參與學生聚集活動；
  4. 須保證場所寬敞、通風和衛生良好——一般而言，實質人均佔用場地面積應不少於 1.5 平方米；室內場所應保證每人每小時 20 立方米的鮮風量，設有空氣質量監測系統並保證監測值滿意的場所亦視為適當；
  5. 活動期間，應避免學生之間的過度密切接觸，並應提供衛生用品和督促參與者注意個人衛生。

衛生局

2009 年 7 月 1 日



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## **Pandemia de Gripe – Princípios de planeamento e gestão de actividades estudantis na fase inicial da epidemia local**

Princípios gerais de planeamento e gestão das actividades de estudantes na fase de epidemia local

- Na fase inicial, deve considerar a suspensão completa das aulas e das actividades estudantis, no sentido de interromper ou demorar, tanto quanto possível, a propagação da doença;
- Decorrido o pico da epidemia, deve reiniciar a vida social normal o mais rápido possível.

### **Orientações para actividades pedagógicas**

Todas as escolas de ensino primário e secundário e todos os jardins infantis devem providenciar o cumprimento das orientações da Direcção dos Serviços de Educação e Juventude, tomando a medida de suspensão de aulas nas seguintes situações:

1. Considerar suspender as aulas por duas semanas, uma vez que ocorra caso local e se houver relativamente alto risco de propagação comunitária;
2. Considerar levar a cabo apenas as actividades pedagógicas indispensáveis e suspender as actividades interescolares ou inter-turmas dispensáveis, caso esteja suficientemente baixo o risco de propagação comunitária, ou se for decidida a não continuação da suspensão das aulas depois da sua implementação pelo período de duas semanas;
3. Na situação de não continuação da suspensão de aulas,



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

suspender as aulas individualmente em determinadas escolas, caso ocorram surtos nas mesmas.

### **Orientações para actividades extra-curriculares**

Na fase de existência de epidemia local, deve considerar cancelar as seguintes actividades de alto risco:

- Organização de deslocação de estudantes para as zonas epidémicas, ou de actividades estudantis com a participação de indivíduos vindos/regressados das zonas epidémicas dentro dos 7 dias precedentes;
- Actividades estudantis inter-escolares ou inter-turmas dispensáveis, ou actividades com a participação de 30 ou mais estudantes.

Quanto às actividades de verão, cursos recreativos e aulas de explicações, entre outras, nesta fase, recomenda-se que os mesmos possam continuar a ser ministrados, sendo necessário, contudo, serem tomadas as seguintes medidas para a redução do risco:

1. Reduzir o número de participantes de cada turma (geralmente, recomenda-se que não seja superior a 30 pessoas), evitando tanto quanto possível, a participação de um estudante em mais do que uma actividade colectiva;
2. Os indivíduos que apresentam sintomas de febre, tosse, dor de cabeça, dor de músculos e de articulações, dor de garganta, corrimento nasal, vómitos e diarreia, entre outros, dentro dos 7 dias precedentes, ou os indivíduos vindos/regressados das zonas epidémicas dentro dos 7 dias precedentes, não devem participar na actividade;
3. Os estudantes portadores de doenças básicas devem pedir



澳門特別行政區政府  
**Governo da Região Administrativa de Macau**  
衛生局  
Serviços de Saúde

opiniões médicas, no sentido de determinar a adequabilidade de participação na actividade; os adultos, grávidas ou portadores de doenças básicas, devem evitar participar em actividades estudantis colectivas tanto quanto possível;

4. É necessário garantir que o local de actividade seja espaçoso, com boas condições de ventilação e de higiene — geralmente, a área per capita não deve ser inferior a 1,5 metros quadrados; quanto aos recintos fechados, deve-se garantir um volume de 20 metros cúbicos de ar fresco per capita por hora, sendo considerados adequados locais que disponham do sistema de vigilância de qualidade do ar e garantam um valor satisfatório da vigilância;
5. Durante a actividade, deve-se evitar contactos demasiado próximos entre os estudantes, garantir o abastecimento de materiais sanitários e supervisionar os participantes para que estes tomem atenção à higiene individual.

1 de Julho de 2009  
**Serviços de Saúde**



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## 預防甲型H1N1流感 – 給高危人士的指引

根據世界衛生組織的初步統計，約一半的甲型H1N1流感重症患者有下列基礎狀況：懷孕、哮喘、其他肺病、糖尿病、病態肥胖、自身免疫疾病、正接受免疫抑制治療、神經疾病、心血管疾病。

此外，6歲以下兒童、65歲以上長者、其他長期病患者亦應考慮為流感的高危人群。

由於上述人士感染甲型H1N1流感出現併發症以至死亡的風險較高，因此，衛生局呼籲這些人士務必遵守下列指引：

1. 注意個人衛生，經常洗手以保持雙手清潔，特別在觸摸眼、鼻及口前應以清水和皂液或酒精抹手液徹底洗潔雙手；
2. 不要與他人共用毛巾和餐具；
3. 兒童應避免與其他兒童共用玩具、毛巾和餐具；
4. 盡可能避免前往人多擠迫、空氣不流通的地方，如無法避免，可考慮配戴口罩；
5. 確保充足睡眠和均衡飲食，並避免吸煙；
6. 避免接觸流感病患者，如無法避免，應縮短時間，且必須配戴口罩並保持1米(3呎)或以上的距離；
7. 遵照醫生指示，治療基礎疾病，並按時接種季節性流感疫苗和其他疫苗；
8. 避免前往有甲型H1N1流感疫情的國家和地區；
9. 如出現發熱或其他呼吸道症狀，應戴上口罩並立即到醫院求診；
10. 如有任何查詢，可致電流感應變協調中心24小時熱線（電話：+853 28700800）。

衛生局  
2009年6月29日  
第一版



澳門特別行政區政府  
Governo da Região Administrativa de Macau  
衛生局  
Serviços de Saúde

## **Prevenção da Gripe A H1N1**

### **Orientações para indivíduos com alto risco de serem infectados**

De acordo com as estatísticas preliminares da Organização Mundial de Saúde, cerca de metade dos doentes com Gripe A H1N1 que se encontram em estado grave, têm as seguintes condições crónicas subjacentes: gravidez, asma, outras doenças do foro pneumológico, diabetes, obesidade, doenças imunológicas ou em tratamento de imunossupressão, doenças neurológicas e doenças cardiovasculares. A par destas situações, as crianças com idade inferior a 6 anos de idade, os idosos com mais de 65 anos de idade e os outros doentes com doenças prolongadas devem ser considerados como grupos de alto risco de serem infectados.

Como o risco de ocorrência de complicações é mais alto levando à morte, na sequência de virem a ser infectados pelo vírus da Gripe A H1N1, os Serviços de Saúde apelam às pessoas com este perfil de risco para observarem as seguintes orientações:

1. Prestar atenção à higiene pessoal, lavar frequentemente as mãos para as manter sempre limpas, lavando-as com água e sabão ou esfregando as mãos com uma solução antiséptica de base alcoólica antes do contacto com os olhos, nariz ou boca;
2. Não partilhar toalhas ou talheres;
3. As crianças devem evitar partilhar brinquedos, toalhas e talheres com outras crianças;
4. Evitar a deslocação a locais com acumulação de pessoas, a locais com fraca ventilação de ar, e, caso seja estritamente necessário, usar máscara;
5. Dormir o suficiente e ter uma alimentação equilibrada, bem como evitar fumar;
6. Evitar ter contacto com doentes com sintomas gripais, e, caso seja necessário, reduzir o tempo de contacto, devendo usar sempre máscara e manter uma distância superior a 1 metro (3 pés);
7. Cumprir as indicações do médico, tratar as doenças subjacentes, e vacinar-se com a vacina anti-gripal ou outras vacinas de acordo com a calendarização;



澳門特別行政區政府  
**Governo da Região Administrativa de Macau**  
衛生局  
Serviços de Saúde

8. Evitar viagens a países e regiões com Gripe A H1N1;
9. Caso apareçam sintomas de febre ou outros sintomas do tracto respiratório usar máscara e recorrer de imediato ao hospital para consulta;
10. Para mais esclarecimentos, pode recorrer à linha aberta de 24 horas do Centro de Coordenação de Gripe (pelo número +853 28700800).

Serviços de Saúde  
29 de Junho de 2009  
1ª. Versão