

先搞懂

居家隔離
居家檢疫
自主健康管理

居家隔離

10天

- 與確診者**密切接觸**
- 衛生主管機關開立「居家隔離通知書」
- **一人一室**為原則
- 須待在家中或指定地點**不外出**
- 未配合將裁罰

※ TOCC提示：
居家隔離個案

居家檢疫

10天

- 所有**入境對象**
- 衛生主管機關開立「旅客入境健康聲明暨居家檢疫通知書」
- **一人一戶**為原則
- 須待在家中或指定地點**不外出**
- 未配合將裁罰

※ TOCC提示：
居家檢疫個案

自主健康管理

- 不能群聚、聚會
 - **無症狀可正常外出工作**
- ※ TOCC提示：自主健康管理個案

14天

- 通報個案PCR檢驗陰性
- 臺帛旅遊泡泡專案返臺
- 地方衛生機關認定有必要者

7天

- 居家檢疫/隔離期滿
- 加強自主健康管理期滿

自我健康監測

14天

- 與確診者足跡相同
- 收到細胞簡訊但無症狀
- 自行留意健康狀況
- 有症狀立即請假自行快篩
- **無症狀可正常生活**

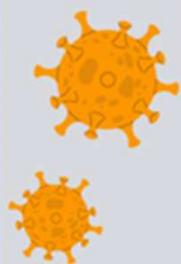
※ TOCC提示：無

加強自主健康管理

- 原臺帛旅遊泡泡措施
- 111/1/25起，鑑於帛琉疫情上升，提升旅遊疫情建議警告至第三級警告(Warning)，**暫不適用**

Omicron 症狀

Omicron不同年齡層症狀比較



發病病症	兒童	成人 / 青少年
發燒	39(62%)	79(20%)
咳嗽	25(40%)	197(51%)
流鼻水 / 鼻塞	14(22%)	106(27%)
喉嚨症狀	13(21%)	218(56%)
頭痛	6(10%)	42(11%)
嘔吐	3(5%)	5(1%)
腹瀉	3(5%)	2(0.5%)
肌肉痠痛	0	26(7%)
發冷	0	5(1%)
嗅味覺異常	0	4(1%)
有症狀個案總計	63	390



Omicron 無症及輕中重症比率



輕症 / 無症狀	中症	重症
99.6%	0.37%	0.03%

中重症病例各年齡層人數

年齡	10以下	10-29	30-49	51-69	70以上
中症	0人	5人	8人	13人	17人
重症死亡	1人	0人	0人	0人	3人



資料來源：指揮中心 資料更新：2022/04/19



怎樣算密切接觸者？
我會被匡列嗎？

您的密切接觸者定義

造成 COVID-19 的病毒可能在您發病（或檢驗陽性）的前四日至您被隔離的期間傳染給其他人（如下圖）

COVID-19可傳染期 (示意圖)

可能傳染給其他人的期間

請您回想

共同居住、用餐、參加 2 人(含)以上活動 的日期時間、交通方式
您 近距離長時間 接觸到的對象

- 「2 人以上活動」：拜訪親友或客戶、就醫、宗教活動...等
- 「近距離長時間」：面對面或在 2 公尺內，交談、吃飯或接觸，24 小時內累計 ≥ 15 分鐘，且雙方任何一方未佩戴口罩情形下



*若您沒有症狀，則以
最早檢驗陽性日 作為 發病日

家用快篩試劑適用時機

■ 家用快篩試劑適用於**感染病毒比例高的地區**，如：

- 確診者足跡熱區
- 曾與確診者有接觸史
- 曾前往人潮眾多之場所
- 曾與確診者足跡重疊

■ 民衆如**自覺有風險且出現呼吸道症狀**，請佩戴醫用口罩，前往「**公費COVID-19家用快篩試劑社區定點診所**」**掛號就醫**，**由醫師評估發放試劑**後自行檢驗。



診所地圖

民眾使用COVID-19家用快篩試劑流程

110年6月30日修訂

請注意:若出現嚴重特殊傳染性肺炎相關症狀，不宜使用家用快篩試劑自行在家快篩，應佩戴口罩，儘速前往醫療院所就醫，且前往就醫時勿搭乘大眾運輸工具。

可至醫療器材販賣業者(如藥粧店、醫療器材行、便利商店等)或藥局購買家用快篩試劑

◆已核准之家用快篩試劑名單
(<http://www.fda.gov.tw/tc/site.aspx?id=11740&r=2001764921>)

依使用說明書
進行採檢及操作

◆對產品操作或顯示結果有疑慮，可洽原購買地點或試劑廠商。

快篩
結果

陰性

1. 請遵循CDC防疫規範，做好個人防護，持續自我健康管理。
2. 採檢完之家用快篩試劑及試劑棒用塑膠袋密封包好，以一般垃圾處理。

- ◆受限於產品性能其結果可能會出現偽陽性或偽陰性，故不可取代PCR檢驗作為診斷COVID-19感染之依據。
- ◆在非疫情熱區使用快篩，其結果可能會出現較高機率的偽陽性。

◆僅能代表採檢當下所收集之檢體，沒有偵測到病毒，不能代表安全無虞。

陽性

居家隔離或居家檢疫者:
請立即與當地衛生局聯繫，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*進一步檢測。
2. 請戴好口罩、勿搭乘大眾運輸工具，另使用過之採檢器材，請用塑膠袋密封包好，攜帶至社區採檢院所，交予院所人員。
3. 後續處置請依防疫人員指示。

*可至以下網站查詢鄰近之社區採檢院所:
<https://antiflu.cdc.gov.tw/ExaminationCounter#>

我被匡列了
該怎麼辦



我在工作場所或從事社交或戶外活動時接到衛生單位電話通知匡列為居家隔離對象，該怎麼做？



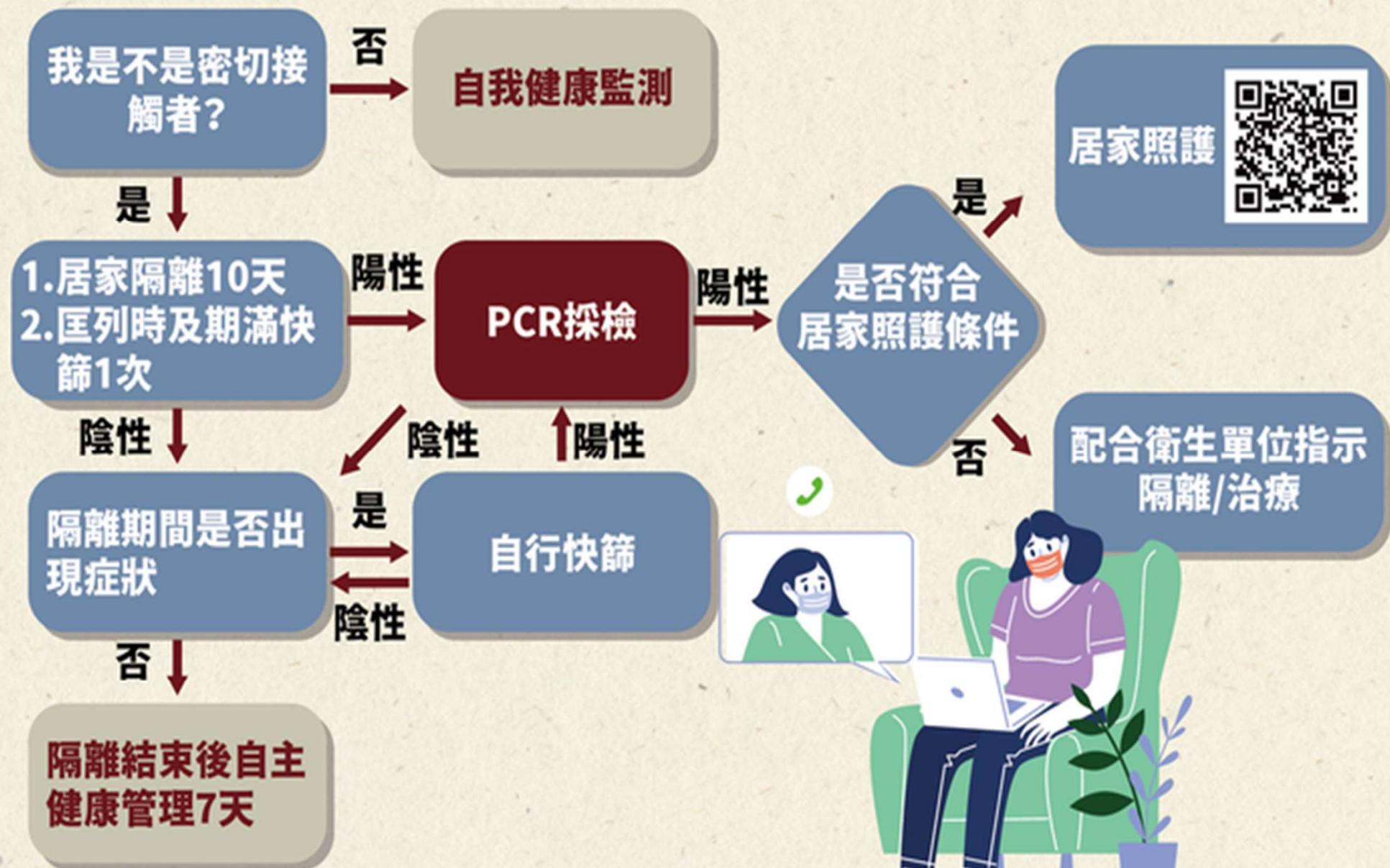
接到電話通知即發生效力，接到通知後

- 佩戴醫用口罩立即返家隔離。
- 禁止搭乘大眾運輸工具，且應留在家中（或指揮中心、地方政府指定範圍內），禁止外出、不得出境或出國。
- 如果您不是在隔離地點接到通知，請您即刻以自行開車、騎車或步行等方式儘速返回隔離地點。
- 若您無法以上述方式返回，請主動聯繫當地衛生局或撥打1922，協助安排防疫車輛或安排就近隔離。

放寬就醫交通方式

情境	交通方式
緊急就醫	<ul style="list-style-type: none">■以119救護車為原則■輔助方式：依衛生局規劃或指示，得以防疫車隊、同住親友接送或自行前往(如步行、自行駕/騎車)等方式
非緊急就醫/採檢	<ul style="list-style-type: none">■以防疫車隊為原則■輔助方式：依衛生局規劃或指示，得以同住親友接送或自行前往(如步行、自行駕/騎車)等方式進行
返家隔離 (含就醫/採檢後返家)	<ul style="list-style-type: none">■依衛生局規劃或指示，得以防疫車隊、同住親友接送或自行返家(如步行、自行駕/騎車)等方式進行

密切接觸者該怎麼辦？



密切接觸者的接觸者該怎麼辦？

我會接觸密切接觸者



自我健康監測，等待
該名接觸者採檢結果

該名接觸者
陰性



解除監測
正常生活

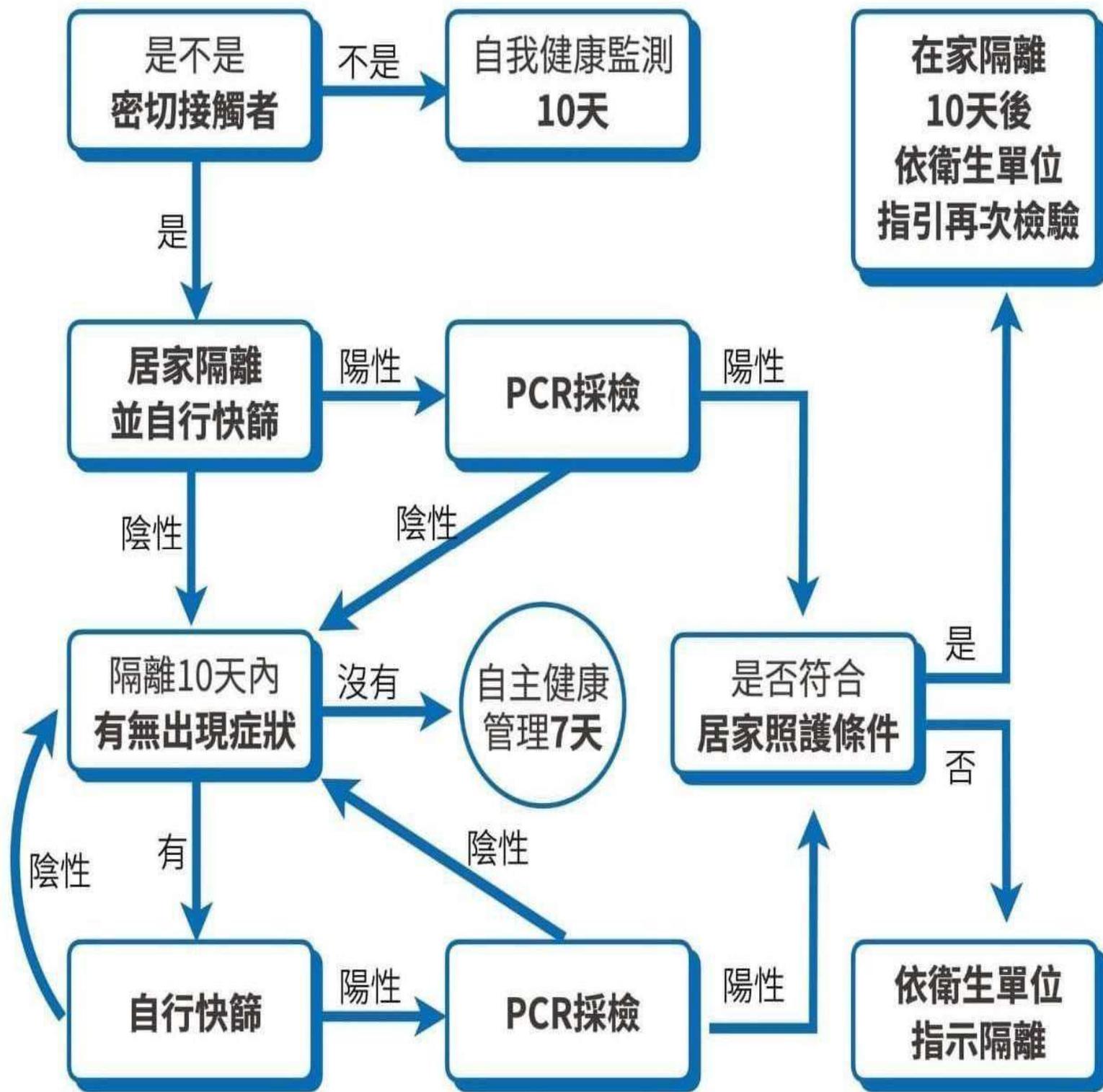
該名接觸者
陽性



轉為確診個案接觸者，
依密切接觸者流程執行
相關防疫措施

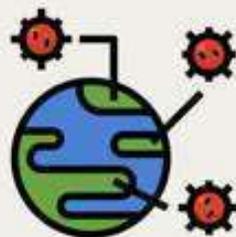


本人/朋友/同事確診
該怎麼辦？





身邊有人確診我該怎麼做？



製表日期：2022.4.20

圖示來源：ICONFINDER

製表／整理：聯合新聞網

確診者居家照護原則

確診者居家照護原則

- ◆ 確診者及同住者 < 65歲 (不含65歲) ，
未懷孕/洗腎
- ◆ 確診者以 1人1室隔離，同住未確診者
至多4人，採居家隔離
- ◆ 隔離期滿後，確診者7天自主健康管理，
同住者7天加強版自主健康管理
- ◆ 地方政府成立關懷服務中心，進行追
蹤關懷

居家隔離措施 新制說明



4/6 起

放寬居家隔離措施新制說明

1. 原則為一人一室
2. 同戶可居家隔離
3. 清消可共用衛浴
4. 境外移入不適用
5. 加強衛教與清消



2022.04.06



居家隔離

4大類物品清單

常備藥品篇

居家隔離必備清單

- 外傷急救：優碘、生理食鹽水、敷料(紗布/OK繃/人工皮等)、燒燙傷藥膏、棉棒、繃帶、消毒過剪刀
- 常備藥品：感冒藥、消炎藥、止痛藥、退燒藥、退燒貼片、止瀉藥、腸胃藥、止癢藥、蚊蟲叮咬藥膏
- 慢性病處方藥箋或其他個人藥物



防疫用品篇

居家隔離必備清單

- 口罩
- 酒精
- 漂白水
- 體溫計
- 快篩試劑
- 血氧機



日常用品篇

居家隔離必備清單

- 衛生紙
- 肥皂、洗面乳
- 沐浴乳、洗髮精
- 洗衣精
- 衛生棉
- 尿布



食物篇

居家隔離必備清單

- 可久放的主食：像是米、麵、泡麵、麵粉、麥片、奶粉等。
- 可久放的食物或真空包裝：冷凍食品、巧克力、乾糧、沖泡飲品湯品、調理包等。
- 飲用水、礦泉水。



新北市

確診者居家照護原則

試辦居家照護 新北怎麼做



資料來源 / 新北市府 製表 / 記者整理
編輯 / 游艾玲 視覺 / 楊國長

聯合報
2022.04.11製表



確診者照護作業流程

政府

中央通知→衛生局
→醫療責任醫院
→電訪個案評估健康狀況

符合居家照護資格
配送關懷箱

篩檢單位
PCR檢驗、上傳報告

通報及最後判讀作業
約1~2天

配送關懷箱盡速送達

民衆

居家快篩
陽性

社區篩檢站
或篩檢醫院
PCR檢測

返家

查詢報告
健康存摺、篩檢站通知

收到關懷箱
配合居家照護相關規定

- 請於採檢後返家等待報告，當收到「健保快易通」或醫院簡訊PCR採檢結果為陽性通知時，且是第一次確診，請不要驚慌，目前流行的病毒株特性，全國輕症無症狀比例為99%以上，中重症比例相較非常少
- PCR採檢陽性結果，中央將會再做最後判讀，確認後將會通知地方衛生局，衛生局會分派專責醫院進行後續健康評估而通知收治集中檢疫中心/醫院/居家照護(此過程約1至2天)
- 7大醫療責任醫院將電訪評估健康狀況，確定您為居家照護者後，將盡速為您配送關懷箱



居家照護者請注意

- ✔ 請**不要離開房間**，一律**禁止外出及訪客**
(叫外送時，請外送人員直接送至門口無接觸拿取)
- ✔ 務必**觀察自身症狀變化**，若出現喘/呼吸困難、持續胸痛/胸悶、意識不清、皮膚/嘴唇/指甲床發青，請立即聯繫119、衛生局或撥打1922
- ✔ 如有其他健康問題可電洽衛生所或七大責任醫院詢問



居家照護服務專線

生活關懷

區域名	電話	區域名	電話
板橋	02-2968-6911	五股	02-2291-6051
三重	02-2986-2345 分機362、364	泰山	02-2909-9551
中和	02-8242-2488	林口	02-2603-3111 分機618、619
永和	02-2928-2828 分機700、703	八里	02-2619-1687
新莊	02-2992-9891	深坑	02-2662-3116
新店	02-2911-2281	石碇	02-2663-2794
土城	02-2273-2006	坪林	02-2665-7251
蘆洲	02-2281-1484	三芝	02-2636-2111
汐止	02-2641-1111	石門	02-2638-1721
樹林	02-2681-2106 分機6	金山	02-2498-5965
鶯歌	02-2678-0202	萬里	02-2492-2064
三峽	02-2671-1017	平溪	02-2495-1510
淡水	02-2622-1020	雙溪	02-2493-1111
瑞芳	02-2497-5492	貢寮	02-2494-1601
烏來	02-2661-6442		

※服務時段為週一至週日上午9時至下午6時，
非服務時段請語音留言或撥打1999。

健康照護

責任分區	醫院名稱	專線電話
板橋、樹林	亞東紀念醫院	02-77282558
淡水、八里、五股 三芝、石門、金山 汐止、萬里	淡水馬偕紀念醫院	02-26257333
中和、永和	部立雙和醫院	02-66202215
三重、蘆洲	新北市立聯合醫院	02-29820000
新店、平溪、雙溪 瑞芳、貢寮、深坑 石碇、坪林、烏來	台北慈濟醫院	02-66281146
土城、三峽、鶯歌	新北市立土城醫院	02-22630588 分機3942
新莊、林口、泰山	輔大醫院	02-29010909 分機1505

※民眾請聯繫您所在區域之責任醫院以提供協助。

新北市居家照護關懷箱配送方案

衛生局提供
居家照護者資訊



廠商進行理
貨及配送



經發局下單



居家照護者於
24小時
(1個工作日)
內收到關懷箱

確診或居隔期間
如何拿藥？

確診個案居家照護期間之 處方及送藥原則



- 建置多元遠距醫療方案
- 醫師遠距看診開立處方
- 藥師調劑諮詢送藥到府

▫ 根據目前協商規定，送藥到府送一趟給付新台幣200元



2022.04.11



「健康益友APP」看診領藥流程

- 1 使用「健康益友APP」看診取得電子處方箋
- 2 透過APP查詢鄰近住所可送藥到府的藥局
- 3 聯繫藥局並與藥師確認基本資料、用藥資訊、領取方式、送藥時間等相關細節
- 4 透過APP將電子處方箋提供給藥師
- 5 透過約定領藥方式(親友代領/藥師送藥到府)，取得藥品



使用藥師全聯會「藥局地圖」領藥流程

- 1 非透過「健康益友APP」看診取得處方箋者
- 2 可至藥師公會全聯會官網「送藥到府專區」查詢「藥局地圖」
- 3 若有查詢操作上有困難，可電洽02-2595-3856，由公會服務人員協助媒合鄰近住所之藥局
- 4 自行聯繫藥局並與藥師確認基本資料、用藥資訊、領取方式、送藥時間等相關細節
- 5 與藥師約定取得電子處方箋的方式，交付調劑
- 6 透過約定領藥方式(親友代領/藥師送藥到府)，取得藥品



民眾確診居隔期間 藥師調劑諮詢送藥到府執行流程說明

步驟 1

是否使用「健康益友APP」看診取得電子處方箋

是

跳轉至
「藥師調劑諮詢用藥到府服務」
執行畫面

否

持有紙本慢性處方箋、
其他電子處方箋或
其他非處方藥品需求

步驟 2

查詢鄰近可送藥到府的藥局

使用APP查詢

直接查詢鄰近
可送藥到府的藥局

至藥師公會全聯會官網「送藥到宅專區」
查詢「藥局地圖」，
如有困難，電洽02-2595-3856

步驟 3

需自行聯繫藥局並與藥師確認以下資訊：

1. 身份別：居隔者本人、親友
2. 居隔通知單號
3. 處方類型：電子處方箋、紙本處方箋
4. 用藥需求：一般箋、慢箋、非處方藥
5. 領取方式：親友代領、藥師送藥到宅
6. 領藥或送藥時間
7. 送藥地點：需親送者居隔場所類型(如是否有社區是否有管制人員進出? 藥品放置地點等)

步驟 4

提供處方箋予藥師

於APP上確認指定藥局，
輸入藥師提供之驗證碼，
藥師即可取得電子處方箋

與藥師於電話中討論
提供處方箋的方式

步驟 5

決定領藥方式(2選1)

親友代領

藥師於指定時間交付藥品
並做相關用藥指導及諮詢

藥師送藥到府

藥師於指定時間地點交付藥品
並以電話或視訊完成用藥指導及諮詢

醫療院所

輕、重症分流收治原則

確診個案居家照護期間之 處方及送藥原則



- 建置多元遠距醫療方案
- 醫師遠距看診開立處方
- 藥師調劑諮詢送藥到府



2022.04.11



調整居隔 / 居檢的 檢測措施

4/20零時起

(研判為確定病例密切接觸者日、表定航班抵台時間)

調整居隔/居檢檢測措施

居家隔離

最後接觸日

接觸者經疫調匡列時安排1次快篩或PCR

快篩



居家隔離

提供備用快篩1支，於出現症狀時使用

自主健康管理

居家檢疫

PCR

快篩



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

- ◆ 居家隔離：首次採檢改以家用快篩試劑或PCR檢測；原隔離期間第5-7天、隔離期滿當日(第10天)、自主健康管理期間第2、4天實施之4次快篩，調整為隔離期滿當日執行1次快篩。
- ◆ 居家檢疫：原檢疫期間第3、5天、檢疫期滿當日(第10天)、自主健康管理期間第2、4天實施之5次快篩，調整為檢疫期滿當日執行1次快篩。
- ◆ 未滿兩歲之居家隔離/檢疫者，採檢措施皆以PCR檢測。
- ◆ 如有無法自行操作快篩之民衆，將由地方政府安排人員協助進行快篩檢測。
- ◆ 居隔/居檢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。
 - 居家隔離：依第48條、第67條，可裁處新臺幣6萬元以上30萬元以下罰鍰。
 - 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。

防疫補償

有孩子的注意

如果孩子因為學校有人確診，而被衛生局匡列，有居家隔離單，可以等解除隔離後去區公所，或線上填寫資料申請，每日補償**\$1000**

大人因為孩子也被匡列，有居家隔離單也可以補償一天**\$1000**元

如果因為孩子被匡列，自己沒匡列，但因為孩子得請假照顧，就要請公司開立證明「因為照顧孩子無法上班」請無薪假，也可以請領一天**\$1000**補償（六日不列入）

<https://covid19.mohw.gov.tw/ch/cp-5188-61209-205.html>

防疫補償申請對象

可申請防疫補償每日 1,000 元



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



照顧**生活不能自理**
的受隔離或檢疫者之**家屬**

防疫補償申請條件

(照顧者)



照顧**生活不能自理的**
受隔離或檢疫者



必須為在職者
請**無薪假**或**無法從事工作**



請多利用線上申辦系統申請
<https://swis.mohw.gov.tw/covidweb>



可撥免費1957福利諮詢專線詢問
(每日上午8時至下午10時)

防疫補償申請資格

 自109年3月17日起

於指揮中心發布國際旅遊疫情建議等級第三級國家或地區後，非必要前往該等國家或地區，返國後接受隔離或檢疫者，**不得領取防疫補償**。

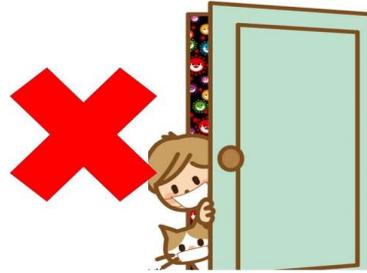
「未遵守中央流行疫情指揮中心所實施防疫之措施者」之「非必要出國」部分，**「必要出國」態樣如下：**

- (一)因公出差。
- (二)出國奔喪。
- (三)親屬病危或罹患重大傷病需進行手術有出國探視之緊急需求。
- (四)經醫療專業認定之必要出國就醫。

(指揮中心所指必要出國態樣詳細如以下之說明)

防疫補償申請條件

(受隔離或檢疫者)



未違反隔離或檢疫相關規定
未違反指揮中心所實施之措施



受隔離、檢疫期間
未支領薪資或其他性質相同補助

違反中央流行疫情指揮中心所實施防疫之措施者，包括：

1. 於109年3月17日之後，民眾於指揮中心發布國際旅遊疫情建議等級第三級國家或地區後，非必要前往該等國家或地區。
2. 對外發表不實陳述，致影響我國防疫工作執行。
3. 拒絕提供居家檢疫地址。
4. 旅客登機前無法出示3日內COVID-19核酸檢驗報告且未完備申請程序，依傳染病防治法處以罰鍰者。

申請者

家屬：為二親等內之血親、姻親或民法第1123條所定之家長、家屬

所定生活不能自理之受隔離或檢疫者，應符合下列情形之一：

- 一、依長期照顧服務法第八條規定接受長期照顧需要等級評估，其失能等級為第二級至第八級者。
- 二、經神經科或精神科醫師出具確診為失智症之診斷證明書者。
- 三、接受社區照顧服務或個人助理服務之身心障礙者。
- 四、所聘僱之外籍家庭看護工，經醫師確診罹患嚴重特殊傳染性肺炎或其他因素不能提供服務，需由家屬照顧者。
- 五、國民小學學童或未滿十二歲之兒童。
- 六、就讀國民中學、高級中等學校或五年制專科學校前三年級之身心障礙者。
- 七、其他經中央衛生主管機關認定者。

為照顧生活不能自理之受隔離或檢疫者之家屬

家屬因照顧而無法工作

家屬需請假

家屬「無」需請假

請依辦法第5條規定檢附各項證明文件、資料

可線上申請

可紙本郵寄或臨櫃申請

不能申請

(含指定處所居家隔離) 接受居家隔離、居家檢疫、集中隔離或集中檢疫者 (未違反隔離或檢疫相關規定)

未支領薪資者

有支領例假及休息日薪資者

有支領14日薪資者

請依辦法第5條規定檢附各項證明文件、資料

可線上申請

可紙本郵寄或臨櫃申請

不能申請

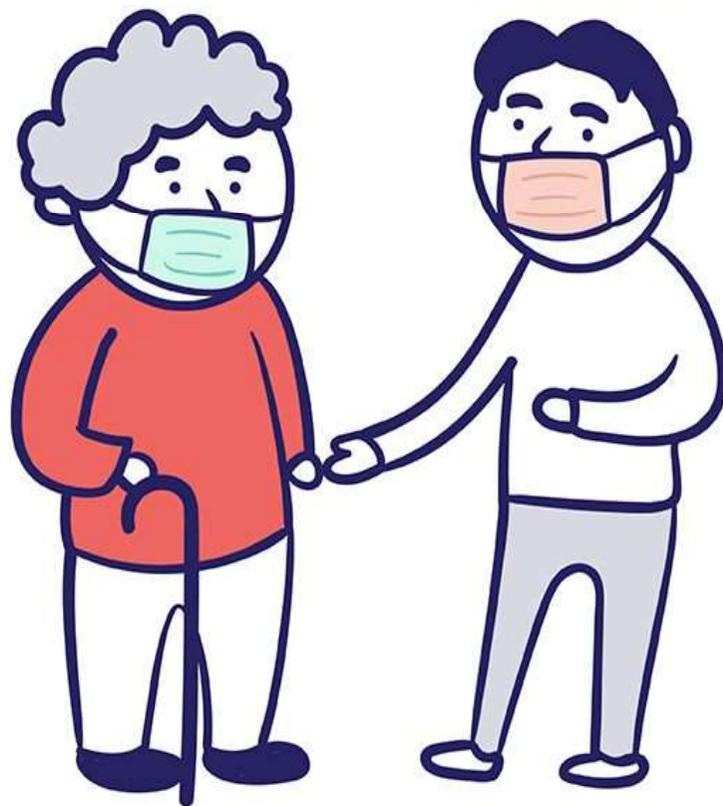
王奶奶正在 居家隔離/居家檢疫...

北市防疫
讓你滿意

居家隔離/居家檢疫者

照顧生活不能自理的

受隔離/檢疫者之家屬



*北市社會局

防疫補償 每人每日 **1,000** 元 | 最高 **14,000** 元

祝福大家都平安