

防疫錦囊（一）

充足儲備，以備不時之需



1 醫療用品、藥物



常用平安藥物

撲熱息痛 Paracetamol/ Ibuprofen	頭痛、發燒、 喉嚨痛
抗敏感藥 Chlorpheniramine, Loratadine	流鼻水
漱口水/鹽水/喉糖	喉嚨痛

2

耐存的食糧



米、麵、急凍
肉類、蛋等等

3

清潔消毒用品



防疫錦囊（二） 檢測



- 領取深喉唾液測試樣本收集包

- 到社區檢測中心或流動採樣站



- 快速抗原檢測，必須遵照測試套裝內指示完成所有步驟，如結果是陽性，需要按衛生防護中心的指示接受深喉唾液測試。請找親友幫忙安排，避免外出。



如已出現病徵，**切勿**前往
社區檢測中心或流動採樣站。

防疫錦囊 (三)

確診應變方法



確診者與同住家人應留在家中等待衛生署的安排，
期間不應和其他人接觸

在家抗疫時亦
必須佩戴口罩和注意
手部衛生



使用稀釋後的漂白水
或酒精清潔所有經
常觸摸的物件表面



保持室內空氣流通



確診者應單獨一人一
室，避免和家人直接
接觸及共用物品



如要使用共用空間如廁所等，
用後應立即使用消毒用品清潔



若無法自行安排基本日常生活所需，可致電
「居安抗疫計劃」熱線 1833 019。

防疫錦囊 (四) 照顧確診者



輕微病徵病人，如發燒、咳嗽及喉嚨痛，可預約到以下7間指定診所接受治療。有需要亦可預約專屬的士車隊(電話：3693 4770)免費接送往返指定診所。



7間指定診所	預約電話
筲箕灣賽馬會普通科門診診所一樓	2560 0211
堅尼地城賽馬會普通科門診診所	2817 3215
黃大仙柏立基普通科門診診所	2383 3311
九龍灣健康中心普通科門診診所	2116 2812
南葵涌賽馬會普通科門診診所	2615 7333
沙田圓洲角普通科門診診所	2647 3383
天水圍(天業路)社區健康中心一樓	3124 2200

若出現較嚴重的徵狀包括呼吸困難、嘴唇發紫、心口痛、心跳加速、持續發高燒(38°C)、抽筋、意識不清等，應立即召緊急救護車送院。



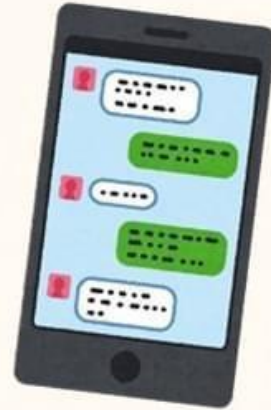
防疫錦囊（五）

香港醫學會支援訊息站



假若你正進行「居家抗疫」，對身體出現的徵狀和處理方法有疑問，可透過以下 WhatsApp 途徑，以文字形式連同姓名及聯絡號碼，傳送至香港醫學會，我們的當值醫生將為你提供意見。

*此服務僅接受以文字形式傳送的提問。



香港醫學會WhatsApp 號碼：
6556 2436 或
6557 4435



若初確人士已出現較嚴重的徵狀，請即致電
醫院管理局支援熱線：**1836 115**。