

# 入境旅客自我監察期間的注意事項

強制檢疫結束後，你可能需要在接下來的7天接受自我監察並進行強制檢測。具體詳情視乎你在**有關期間(即登機/到港當天及之前21天)**曾在**哪些指明地區逗留**，以及是否已**完成接種疫苗**。請留意最新公告，並參閱主題網站：

一圖看清：「疫苗氣泡」下抵港人士登機及檢疫安排

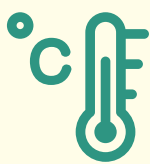
[https://www.coronavirus.gov.hk/pdf/concise\\_guide\\_vaccinated\\_travellers\\_CHI.pdf](https://www.coronavirus.gov.hk/pdf/concise_guide_vaccinated_travellers_CHI.pdf)

抵港人士檢疫措施

<https://www.coronavirus.gov.hk/chi/inbound-travel.html#quarantinemeasures>

## 在自我監察期間：

**1** 必須繼續監察你的健康狀況，包括每日兩次量度體溫



**2** 必須採取適當的個人疾病預防措施，包括戴口罩和潔手

你亦應留意以下預防措施：

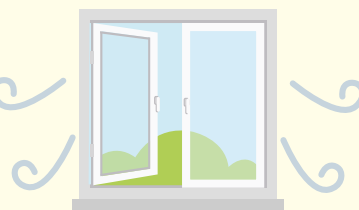
(a) 經常保持雙手清潔和注意咳嗽禮儀

(b) 減少社交聚會

(c) 與他人共處時，必須時刻戴上口罩

(d) 保持家居空氣流通

- 保持窗戶打開，確保共用地方空氣流通
- 盡量留在空氣流通的單人房間，家庭成員最好留在家中其他的房間



(e) 保持家居環境衛生

- 確保排水管及渠管正確裝置，每星期一次，把約半公升清水倒入每個排水口，以確保環境衛生
- 每日清潔和消毒家居環境。可使用1比99稀釋家用漂白水（把10 ml 含5.25%次氯酸鈉的家用漂白水與990ml 清水混和）消毒，待15至30分鐘後，用清水清洗並抹乾，金屬表面則可用70%酒精消毒
- 如洗手盆被痰液及唾液污染，例如漱口或刷牙後，可使用1比49稀釋家用漂白水清潔和消毒洗手盆



衛生防護中心  
Centre for Health Protection



更多防疫資訊

For more information on fighting the virus:

[www.coronavirus.gov.hk](http://www.coronavirus.gov.hk)



衛生防護中心Facebook專頁

Centre for Health Protection Facebook Fanpage

[fb.com/CentreforHealthProtection](https://fb.com/CentreforHealthProtection)

衛生署健康教育專線 **2833 0111**  
Health Education Infoline of the Department of Health



衛生署  
Department of Health

#### (f) 正確使用洗手間

- 盡量安排一個你專用的洗手間。如果這不可行，則在每次使用後需即時清潔和消毒，排便後可使用1比49稀釋家用漂白水清潔和消毒馬桶
- 如廁後先蓋廁板再沖廁以防病菌散播
- 如廁後應以梘液和水清潔雙手



#### 3 如與接受自我監察人士同住，其同住人士應

- 在共處時戴上口罩
- 避免有親密接觸
- 避免共同進餐和共享私人物品



#### 4 如果感到不適，請立刻求醫

#### 5 當你就醫時，將旅遊情況告知醫生



#### 6 使用「安心出行」流動應用程式儲存出行記錄及了解是否曾與確診者在相若時間到訪同一場所

