疫情新階段 讓我們共同打贏這一仗

近來，本土疫情持續升溫，病毒好像離每個人越來越近，總統提醒，面對病毒的威脅，國人要「配合指引、保持冷靜」，「戒慎而不恐懼」，兼顧防疫和經濟，以及社會的運作。

根據專家分析，臺灣這一波流行的 Omicron 變異株，在傳播上非常快速，但確診者絕大多數是輕症及無症狀，重症率與致死率極低。面對疫情，輔導會榮民醫療體系全力以赴，持續提供全民尤其是榮民長輩防疫與治療，也期望民眾配合家用快篩試劑等各項防疫政策，打贏抗疫這一仗。

欲知家用快篩試劑如何使用，請上網看疾管署影片，網址：https://www.youtube.com/watch?v=Ug9Xm2aLiOA

當無數防疫英雄不眠不休，守護全體國人的健康安全時，民眾在加強個人防疫措施之餘，請別忘了給他們掌聲鼓勵。

變化後的疫情時代 迎戰 Omicron 病毒

林邑璁（臺北榮總內科部感染科主任）

新冠病毒（SARS-CoV-2）從二〇一九年十二月在武漢發現之後，至今兩年多來，嚴重改變了人類的生活模式，這段期間，病毒不斷變異及演化，有各種新的變異病毒株出現，首先是二〇二〇年十二月開始在英國大流行的 Alpha 病毒，其傳播力和死亡率都比原始病毒高，它造成全世界的大流行，一直到二〇二一年的六月，Alpha 病毒也在去年造成雙北的本土疫情。

二〇二一年三月，Delta 病毒從印度開始大流行，到了七月已取代 Alpha 病毒，成為全世界大流行最主要的病毒株，它的傳染力比 Alpha 病毒更強，疾病的嚴重度和 Alpha 病毒差不多。Delta 病毒在六月進入臺灣，面對如此高傳染力的病毒，臺灣能夠阻絕它在社區傳播，是全民防疫努力以及政府公衛措施強力防堵，一起寫下的傲人防疫成績。

北榮團隊犧牲睡眠，清晨至環南市場執行採檢，展現北榮人的團結、敬業。（圖／北榮）

Omicron 病毒於二〇二一年十一月在南非被偵測到，它的基因體序列比起之前的變種病毒多了許多新變異，造成疫苗對 Omicron 的中和能力下降非常多。Omicron 病毒的傳播力更勝過 Delta 病毒，它的感染以侵襲上呼吸道為主，較多為輕微症狀，住院與重症的機會比 Delta 低相當多。它驚人的傳播速度，使它很快成為全世界最主要的流行病毒株，臺灣也從今年四月份開始了本土的 Omicron 大流行。

有些歐美學者認為，自然感染 Omicron 病毒，再加上打疫苗產生的雙重免疫力，才能讓人類和新冠病毒共存下去。Omicron 病毒這樣高的傳染力，超過公衛手段能防堵感染的極限，因此防疫目標會是在減少重症的發生，亦即全民施打第三劑疫苗，甚至是未來老人及免疫低下族群的第四劑疫苗，或是可能的次世代疫苗，以及足夠的抗病毒藥物，配合著醫療量能的維繫，都是減少重症很重要的方法，這也是面對 Omicron 病毒大流行，和面對之前病毒不一樣之處。

SARS-CoV-2 病毒突變是為了適應人體、永久生存下去，它已突變至輕易在人群中傳散，破解人類各種防疫措施，但人類研發疫苗及開發新藥物的速度也大幅提升，有更多新策略來面對，期待人類早日戰勝這場和新冠病毒的戰爭。

戒慎而不恐懼 全民共同防疫

陳瑞光（高雄榮總感染科醫師）

新冠病毒自民國一〇八（二〇一九）年十二月自中國大陸開始爆發流行，向世界各國蔓延，至今共影響二二〇個國家，已有五億名確診個案、六百二十萬人死亡。這兩年多來，新冠病毒不斷突變演化，由原本的武漢株，到英國的 Alpha 株、印度的 Delta 株，及最近的 Omicron 變異株。Omicron 變異株除了更甚以往的傳播力之外，大部分確診者呈現無症狀或輕症（九九・五%以上），但是具有重症危險因子的民眾仍須謹慎小心。

遇有症狀時，應配合政府防疫措施，使用快篩檢驗，防止疫情擴散。（圖／聯合知識庫）

面對疫情的挑戰，榮民醫院應如何提供全民治療與防疫呢？

一、內部整備，預防院內傳染鏈，以保全醫療量能：人員採分倉分流上班，線上會議；針對院內發燒個案做評估，管制人員進出；各個節點設置乾洗手液；制定各項臨床防疫流程及演練（包含確診個案運送路徑、插管流程、洗腎流程、緊急心導管流程等），舉辦新冠肺炎照護教育訓練、防護衣穿脫訓練。

二、外部防疫，因應縣市政府調度：整備新冠專責病房、確診個案收治、協助新冠疫苗注射、協助群聚地區新冠病毒篩檢。

三、確診個案照護：採用視訊看診，減少人員暴露風險；提供中西醫整合照護、心理師諮詢服務及整備負壓手術病房設施。

民眾面對 Omicron 變異株該如何自處呢？

目前個案數呈現指數上升，中央流行疫情指揮中心已經頒布無症狀及輕症確診者居家照護，以下的一、二是提供一般民眾的建議；三、四、五是提供確診居家照護民眾的建議：

一、提升免疫力、預防染疫：接受疫苗接種；規律作息、規律運動、均衡飲食，減少在外脫除口罩；注意手部衛生，隨時清潔消毒。

二、用藥與照護準備：準備感冒症狀常用藥，包括普拿疼、止咳化痰藥、綜合感冒藥，以及血氧機、血壓計、耳溫槍、口罩、清潔消毒用品等。

三、確診者須了解重症危險因子：包括慢性病（糖尿病、慢性肺病、慢性腎病、慢性肝病、心血管疾病、免疫不全相關疾病等）、肥胖、懷孕婦女。當沒有以上危險因子時，依中央公告，有機會居家照護，但需準備好相關用藥與設備。

四、中醫視訊診斷後，可使用中藥：確診者可公費使用清冠一號，不限危險因子或發病天數。

五、輕症確診者需注意是否有警示徵兆：包括無發燒時心跳卻超過每分鐘一百次；無法進食、喝水、服藥；過去二十四小時無尿或尿量顯著減少；喘／呼吸困難；持續胸痛／胸悶；意識不清／抽搐；皮膚／嘴唇／指甲床發青，血氧濃度低於九四%，收縮壓低於九〇 mmHg（或是與平日血壓差 40mmHg）。若有其中一項，需要緊急就醫評估。兒童若持續發燒，還出現胃痛、腹瀉、嘔吐、紅疹、眼睛充血、頭暈目眩等任一症狀，也需要緊急就醫。

未來這兩、三個月，將會是臺灣地區疫情的高峰，保守自己的心，做好萬全準備，人人互相體諒幫助，配合中央政策，才能安然度過這次疫情，再次享受美好的生活。

榮家、榮服處高規格防疫 守護長輩健康

林宜璁（板橋榮家保健組家醫科醫師）

隨著疫情逐漸升溫，社區傳播的風險愈來愈高，政府目前的防疫政策以「重症清零、輕症可控管、正常過生活」為目標，因此，與病毒長期抗戰似乎已無可避免。目前各榮家、榮服處都配合疫情指揮中心、各縣市政府及輔導會政策，積極防疫，只要落實各項保護措施，我們終將打贏防疫這一仗。

榮家因為是高齡人口密集機構，因此一直執行高規格的防疫措施，列舉如下：

一、增強對病毒的免疫力：這點最重要，鼓勵並協助安排住民及工作人員施打疫苗，目前住民三劑疫苗施打率超過八〇%，工作人員則是超過九〇%。

二、加強出入門禁管控：暫停訪客探視。訪客以外人員於進入機構前之檢驗陰性證明時效，以當日 COVID-19 抗原快篩（含家用抗原快篩）為主，亦得使用前二日內採檢之病毒核酸檢驗結果。

三、住民離開房門即須佩戴口罩，每日監測體溫兩次：如有發燒、感冒等不適症狀，立即通報並就醫治療。

四、餐廳座位皆設用餐隔板，且提供住民盤餐，減少交互接觸機會。

五、餐廳及公共生活區等環境保持通風，及落實一天三次漂白水清潔消毒。

針對一般外住社區榮民，建議個人防疫重點如下：

一、盡量施打疫苗：施打疫苗可有效降低染疫以及減少患重症的機率，除了極少數經醫師評估不適合接種者，其他人都應盡量完整接種疫苗。

二、輕症減少到醫院及人多的地方：讓醫療能量留給需要的人，也降低被傳染的風險。

三、正確戴口罩，減少觸碰眼口鼻：口罩有金屬條的過濾層向外，並貼緊鼻梁罩好口鼻。若出現髒污、破損、潮溼或有異味情形，需更換新的口罩。

四、手部及居家環境消毒：使用七五%濃度的酒精乾洗手即可破壞冠狀病毒，但殺死病毒效果最好的還是用肥皂洗手。此外，將漂白水稀釋一百倍即可做為居家環境消毒使用。

五、保持健康生活型態以增加免疫力：均衡飲食，睡眠充足，養成運動習慣，維持心情穩定，做好健康生活管理，可提升自我保護力。

（編按：採用五月九日之規定）

◆林宜璁醫師（左）鼓勵榮家住民接種疫苗，有效降低染疫以及減少患重症的機率。（圖／板橋榮家）

國軍同袍儲蓄會軍人儲蓄獎券第458次中獎號碼單

開獎日期：中華民國 111 年 4 月 28 日（自 110 年 5 月 01 日至 111 年 4 月 26 日止售出之儲券均適用）

領獎期限：本儲蓄獎券中獎獎金得自開獎後次月 1 日起至到期後 6 個月止，未領取且未開立綜合儲蓄存款帳戶者，逾期不再發給。

頭獎（獎別1）	第 11155 組				94198（嘉義售出）	儲券之組別及號碼均相同者一個，獨得新臺幣參拾萬元整。
貳獎（獎別2）	第11218 組 53243（宜蘭售出）	第11221 組 81560（儲蓄部售出）	第11266 組 83418（左營售出）	第11350 組 14892（臺中售出）	第11350 組 25572（臺中售出）	儲券之組別及號碼均相同者，每個各得新臺幣伍萬元整。
特別獎（獎別C）	第11146 組 44218	第11166 組 54112	第11178 組 09166	第11182 組 76825	第11224 組 73202	儲券之組別及號碼均相同者，每個各得新臺幣叁萬元整。
	第11228 組 95913	第11240 組 84976	第11299 組 04324	第11302 組 80728	第11330 組 25230	
參獎（獎別3）	84192					各組號碼相同者，每個各得新臺幣捌佰元整。
肆獎（獎別4）	19635			34694		各組號碼相同者，每個各得新臺幣伍佰元整。
伍獎（獎別5）	04603	08345	08601	24708	32223	各組號碼相同者，每個各得新臺幣壹佰貳拾元整。
	32589	47939	68534	79842	93164	
附獎（獎別9）	027			659		各組末三號相同者，每個各得新臺幣壹拾伍元整。

一、「國軍金融理財服務網」提供多項金融理財商品供國軍官兵同仁選用，詳情請至國防部主計局官網首頁參閱。

二、111 年 5 月份，軍人儲蓄獎券銷售至當月 26 日截止。開獎日為 5 月 30 日。

三、中獎號碼單以國軍同袍儲蓄會公告為主。