

桃園市政府衛生局新聞稿

發稿單位	健康促進科	發稿日期	113年1月4日
跨年後疫情升溫 桃市呼籲施打疫苗並注意日常保暖			

元旦連假後醫院門診就醫人數增加，衛生局呼籲，近期氣溫變化大，呼吸道疾病有升溫趨勢，接種疫苗可有效提升免疫力，降低感染後併發重症或死亡之風險，同時天冷及溫差過大，容易促發心血管疾病，須特別注意保暖與熱身。

衛生局表示，為提升民眾接種便利性，桃園市除於賣場、火車站、市場等人潮聚集處開設假日流感暨新冠 XBB 疫苗接種站，並於各區衛生所及合約醫療院所提供隨到隨打服務，且長者接種新冠 XBB 疫苗還可獲得 500 元禮券及新冠快篩試劑，如同時接種肺炎鏈球菌疫苗及流感疫苗至多可再得到 20 劑新冠快篩試劑，提醒 112 年 9 月 26 日後尚未接種新冠 XBB 疫苗或 112 年 10 月 2 日後未接種流感疫苗的長者可與肺炎鏈球菌疫苗同時接種，減少往返院所接種疫苗之舟車勞頓 3 種疫苗打好打滿，守護自己及家人的健康。除了接種相關疫苗，也務必記得勤洗手、戴口罩，注意個人衛生，如出現呼吸道症狀，應佩戴口罩儘速就醫，並主動告知 TOCC（旅遊史、職業別、接觸史及是否群聚）等資訊，供醫師評估及時診斷通報，以獲得完善醫療照護。

衛生局提醒，天冷注意日常保暖，即使在家也要備妥保暖衣物在隨手可拿到的地方，且加強頭頸部及四肢末端的保暖，外出時可再添加具有防濕與防風功能的外套，同時飲食要均衡，避免大吃大喝；另建議隨身攜帶溫開水以便隨時補充水分，少喝含糖飲料，更不要喝酒取暖。如使用瓦斯爐或熱水器則應注意通風，避免一氧化碳中毒，民眾如要泡湯於飯後 2 小時較適合、水溫不超過 40 度、泡湯時間不超過 15 分鐘、不單獨泡湯等。

衛生局呼籲，三高患者或心血管患者，應定期量測血壓、血糖等，並遵照醫囑規律服藥，如出現疑似胸悶、喘不過氣、冒冷汗等心肌梗塞症狀，或發生臉部不對稱、雙手一邊較無力、說話不順的中風症狀時，應儘速撥打 119 送醫，把握急救黃金期。

新聞資料詢問：林幸慧科長 聯絡電話：3340935 分機 2500

新聞媒體聯絡人：余依靜副局長 聯絡電話：3340935 分機 2282