羅東國小102學年度環境教育、節能減碳教育暨健康促進教育專刊

號外

傳播方式

患有狂犬病之動物，其唾液中含有病毒，狂犬病病毒隨著動物的唾液，透過動物抓、咬的傷口進入人體。

潛伏期

狂犬病潛伏期從1至3個月不等，偶而短於7天，最長可達7年以上，視傷口嚴重程度、傷口部位神經分佈的多寡或與腦的距離、病毒株別、病毒量、衣服的保護程度及其他因素等而定。

發病症狀

狂犬病初期症狀包括發熱、喉嚨痛、發冷、不適、厭食、嘔吐、呼吸困難、咳嗽、虛弱、焦慮、頭痛等，咬傷部位會出現異樣感的症狀，持續數天後，病患會出現興 奮及恐懼的現象，然後發展到麻痺、吞嚥困難，咽喉部肌肉之痙攣，引起恐水之症狀（所以又稱為恐水症），隨後會發生精神錯亂及抽搐。

預防方法

**◎預防被動物咬：**

1. 不碰觸、逗弄野生動物。

2. 不撿拾生病的野生動物、屍體，請洽詢各地動物防疫機關，或電洽0800-761-590。

◎一旦被動物咬傷時，請遵循***1記、2沖、3送、4觀***：

**1.記：保持冷靜，牢記動物特徵。**

**2.沖：用大量肥皂、清水沖洗15分鐘，並以優碘消毒傷口。**

**3.送：儘速送醫評估是否要接種疫苗。**

**4.觀：儘可能將咬人動物繫留觀察10天。若動物兇性大發，不要冒險捕捉。**

**◎被動物咬傷後，到哪裡就醫：**

1.請至全國28家疫苗儲備醫院就醫，各縣市均有施打點，且持續擴充中。

**(宜蘭地區為博愛醫院、聖母醫院、陽明附設醫院)**

2.高風險民眾暴露後需接種5劑疫苗，且於發病前接種，防護效果接近百分之百。

治療方法與就醫資訊

1.如遭哺乳動物抓咬傷，請立即以肥皂及清水沖洗傷口15分鐘，以優碘或70%酒精消毒，並立即就醫作進一步之清洗與治療。

**我們的綠色消費新生活**

**綠色消費**：就是以保護消費者健康為主旨，符合人的健康和環境保護標準的各種[消費行為](http://wiki.mbalib.com/zh-tw/%E6%B6%88%E8%B4%B9%E8%A1%8C%E4%B8%BA)和消費方式的統稱。

環保餐館

環保餐館計畫主要針對有合法證明之餐館業者，輔導實施相關環保作為，使得民眾用餐的環境品質良好之外，減少資源的消耗與廢棄物的產生，將餐飲業納入綠色生活與消費的一環。

◎餐飲業者具體做法如下：

1. 不使用(提供)一次性即丟之餐具、桌巾。

2. 使用當地當季食材。

3. 未用完之食物，鼓勵客人打包外帶。

4. 民眾自備環保餐具(如環保筷、湯匙、叉子及杯子等)

**環保旅店**

為提昇全民於住宿旅館時落實環保，力行綠色生活，並鼓勵旅館業者認同顧客之綠行動，推出「綠行動傳唱計畫」，藉由業者呼應消費者綠行動，自節省備品費用中提撥部分經費，贊助支持民間非營利組織之環保計畫。

◎旅宿業者具體做法如下：

1. 不提供消費者使用一次性即丟盥洗用具(牙刷、洗髮精、沐浴乳、香皂、刮鬍刀、浴帽、拖鞋、棉花棒等)，並請消費者自備盥洗用具。

2. 續住不更換床單、毛巾。

3. 自消費者配合環保作為所節省下來之費用中，提撥部分經費贊助推廣環保活動。

**綠色婚禮**

串聯婚禮相關業者，建構台灣綠色婚禮產業鏈，透過各產業協助提供低碳元素導入新人婚禮規劃，從婚紗、糕餅、車輛、喜宴等婚禮程序，提供新人綠色婚禮規劃選擇，鼓勵新人以「綠色」思維籌劃終身大事。

◎綠色婚禮具體做法如下：

1.婚宴菜色，採當地食材或不提供紅肉。

2. 喜帖採用再生紙印製，或是傳電子喜帖。

3. 減少沖印只會使用一次的婚紗照。

羅東國小環保組製 九月號