

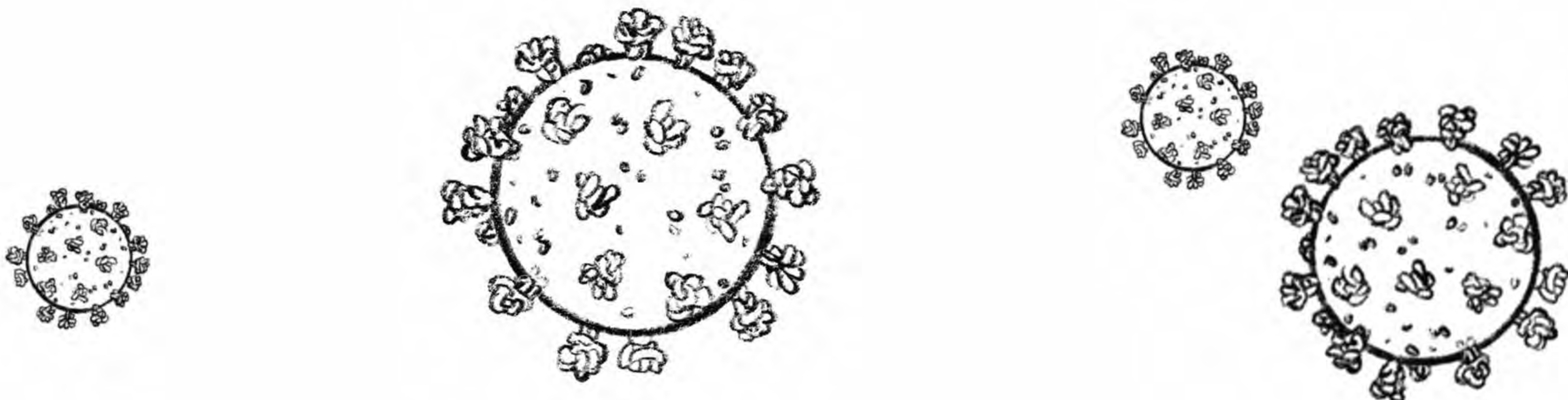


面對 新冠肺炎 我們應怎麼辦？

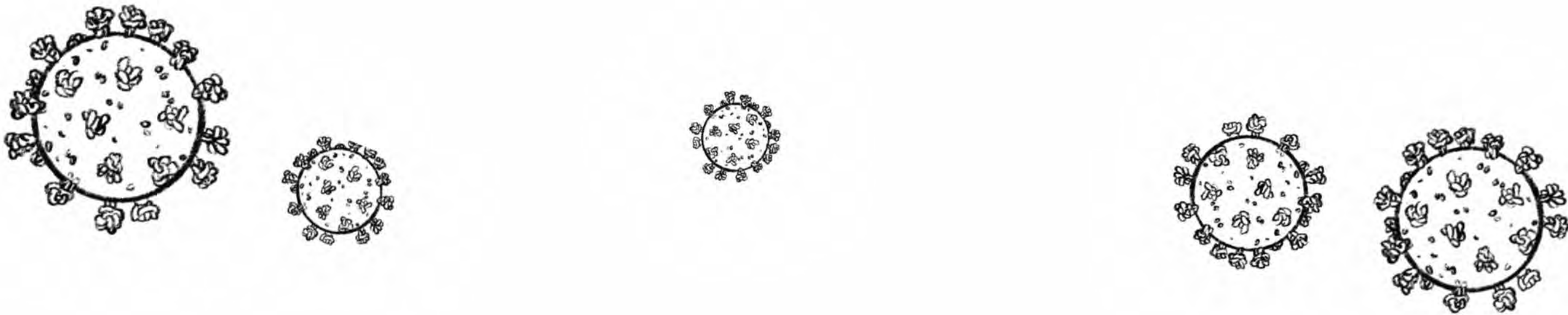
兒童互動圖書



MEDECINS SANS FRONTIERES
無國界醫生



新冠肺炎是甚麼？

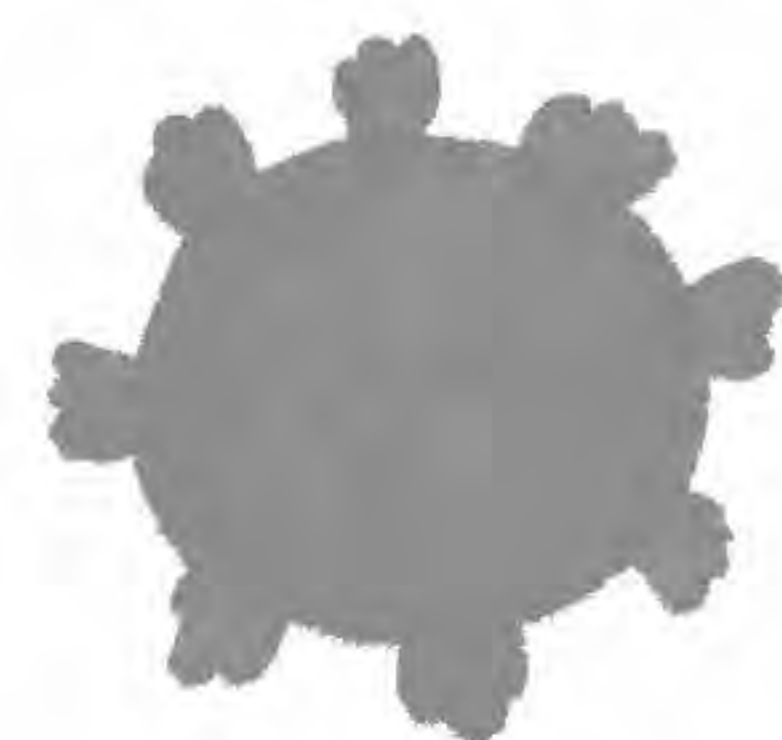


你應該從父母、老師或朋友得知，現在世界各地有很多人罹患新冠肺炎 (COVID-19)。

新冠肺炎由一種新發現的冠狀病毒 (Coronavirus) 引起，病毒長有皇冠型的尖刺，所以稱為冠狀病毒。

冠狀病毒很常見，可以造成鼻子 (nose)、鼻竇 (sinuses) 和喉嚨 (throat) 感染，使人生病。

新冠肺炎病人通常會發燒 (fever) 和咳嗽 (cough)，並感到很疲倦，有時還會呼吸困難。有些病人情況較嚴重，要入院接受治療一段時間；有些人沒有太大不適，但是仍需獨自留在家裡約兩個星期，以免傳染他人。



活動：
在書中找出十幅隱藏的
冠狀病毒圖片。

這本書目前還是黑白色，大
家可以為每一頁填上顏色！



怎樣會感染 新冠肺炎？



病毒可能停留在桌子、門把等表面，也可能通過飛沫傳播。假如病人曾和你交談，或者在你身旁打噴嚏(sneeze)、咳嗽，你便可能染病。如果你摸了病人曾經觸摸過的東西，也可能會染病。

英文遊戲園區 - 細看下面英文字母，你能找出躲了起來的詞語嗎？



COVID19

Sneeze

Cough

Virus

Fever

Y T Q

C F Y B O Z J C P

V A O N V I N F 1 9

T D E P T J T P E H A

A S G J 1 9 U O N D F V I D

D T A Q U E A I Y H R S E L

V Z K T C S N E E Z E J 1 9 R M C

I O U M O L Q S C V Z R F U L A

R 1 9 O V I D 1 O H N G J

P U G U T H M A A V M R T D

S O C P G N V S I E E D

Y I Z M R U S F D A T

C O U G H T 1 9

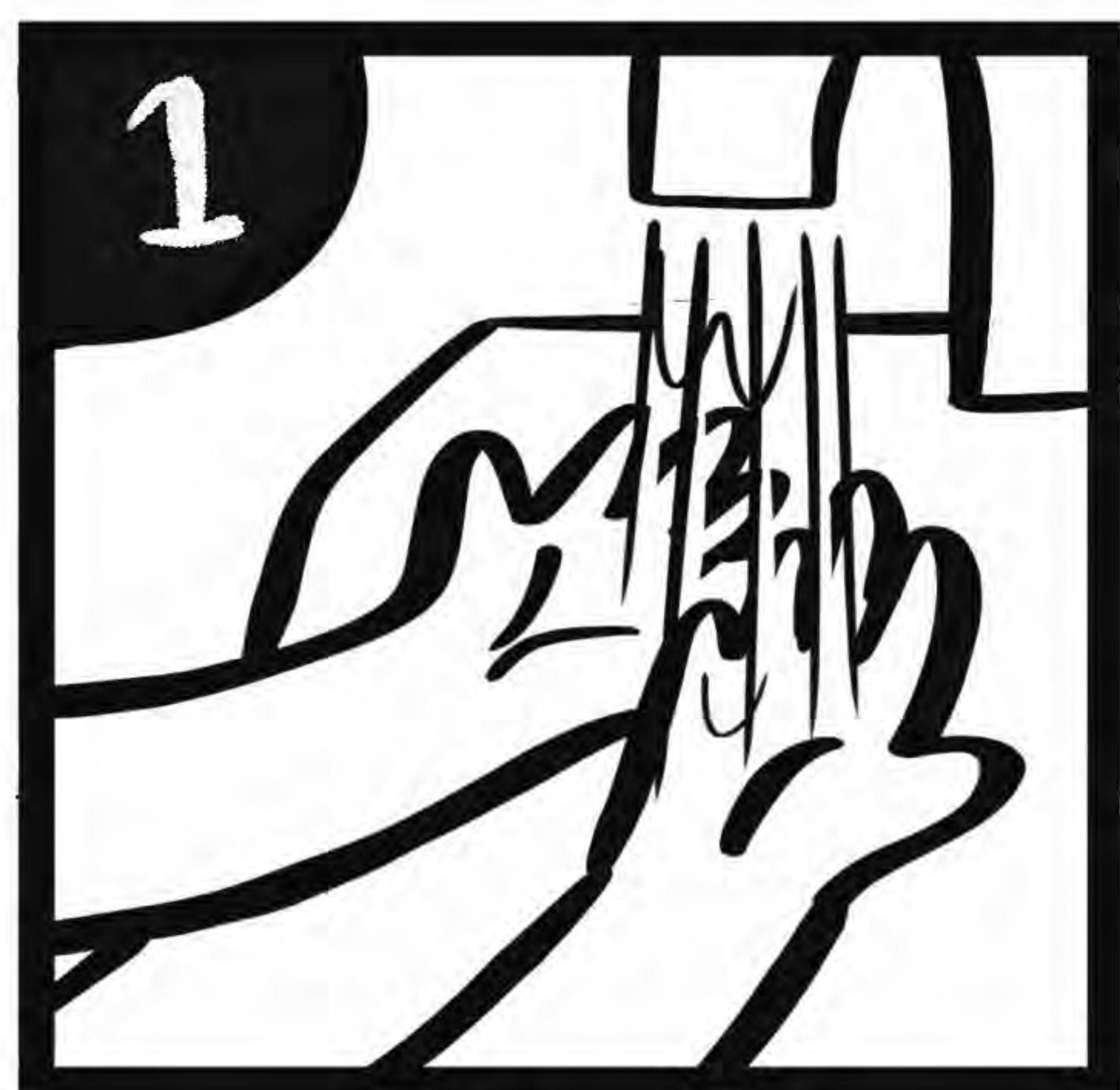
M S T



你知道如何 正確洗手嗎？

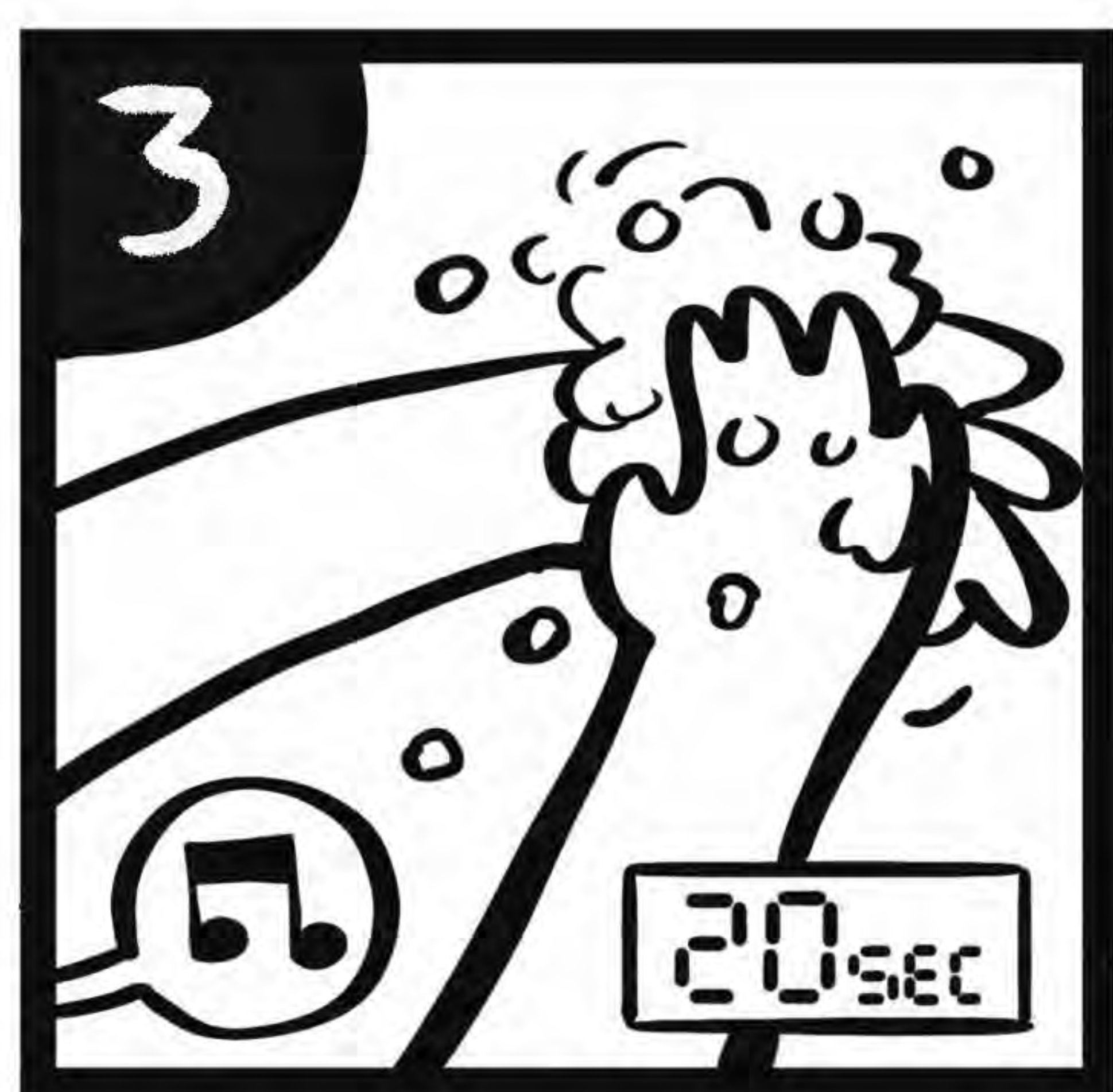
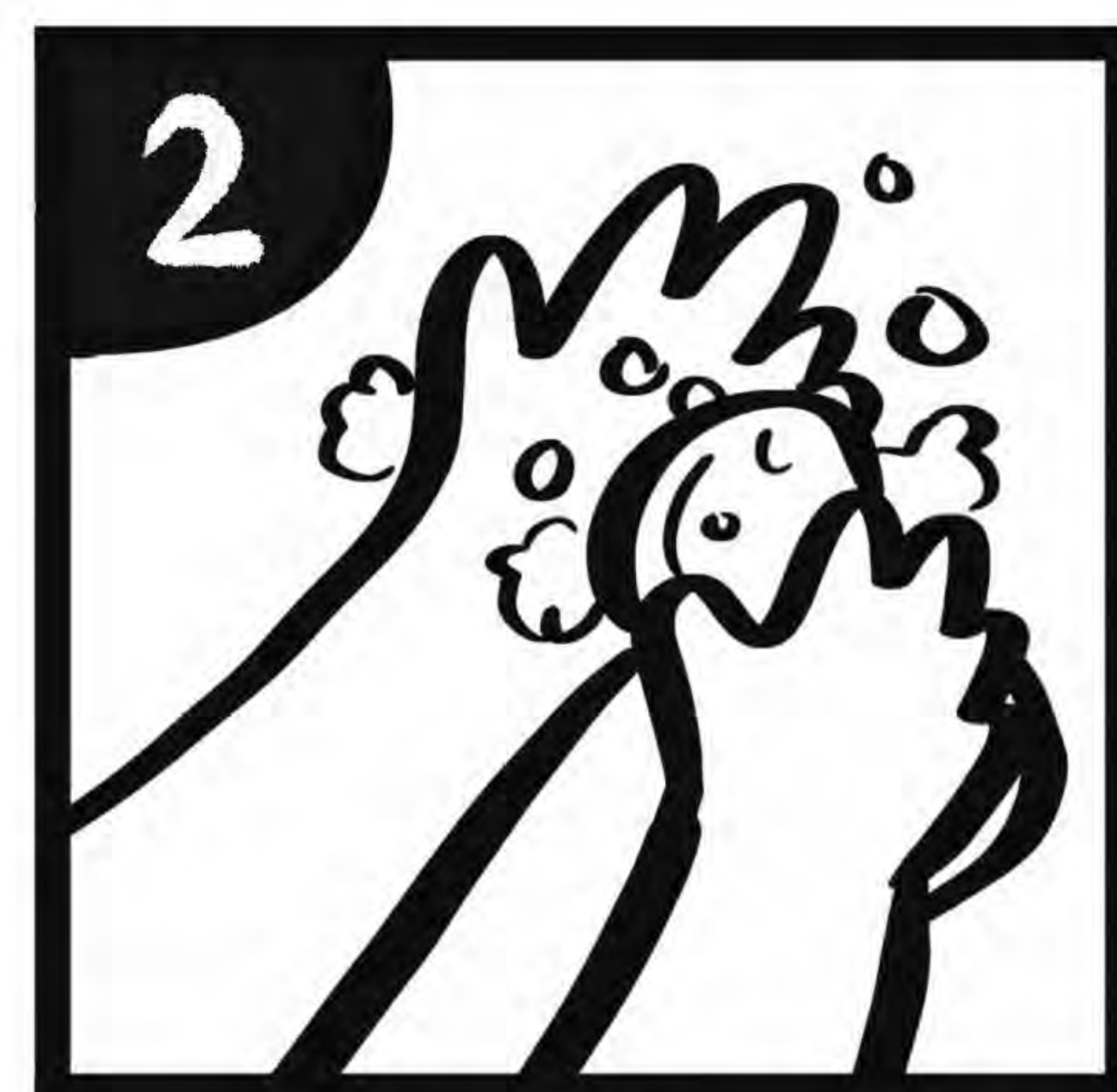


你懂得如何洗手嗎？洗手可以洗去致病的細菌 (germs) 和病毒 (bacteria)。如果你能正確按照指示洗手，就把對應的圖片填上顏色吧！



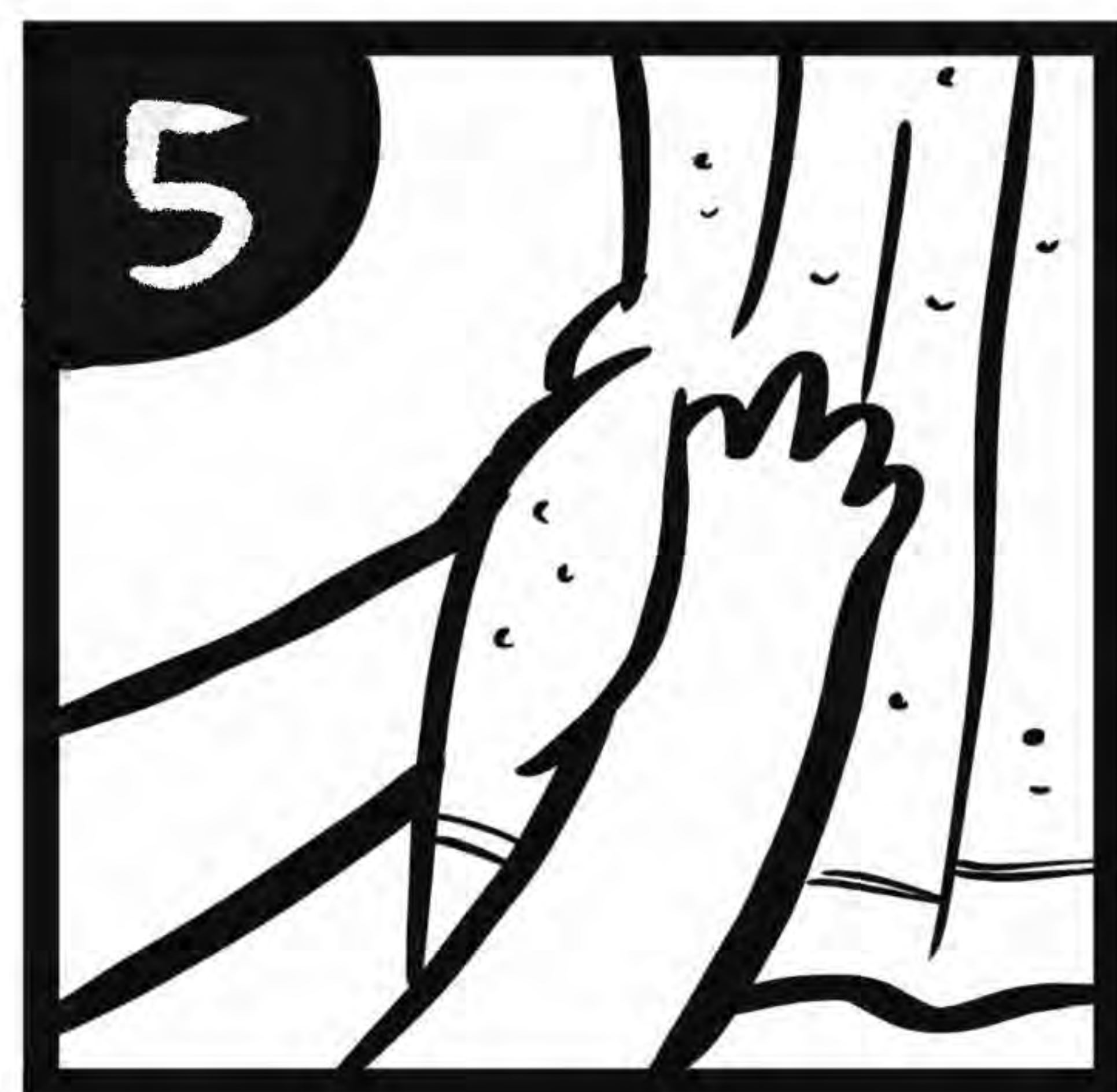
1. 用清潔的自來水弄濕雙手。

2. 使用肥皂 (soap)，在手的正面和背面、手指間和指甲縫 (fingernails) 搓出泡沫。



3. 搓洗雙手 (scrub your hands) 至少20秒。搓洗時間越長，就能去除越多細菌。洗手的時候，可以由1數到20，或者唱一首歌！

4. 再用清潔的自來水沖洗雙手。



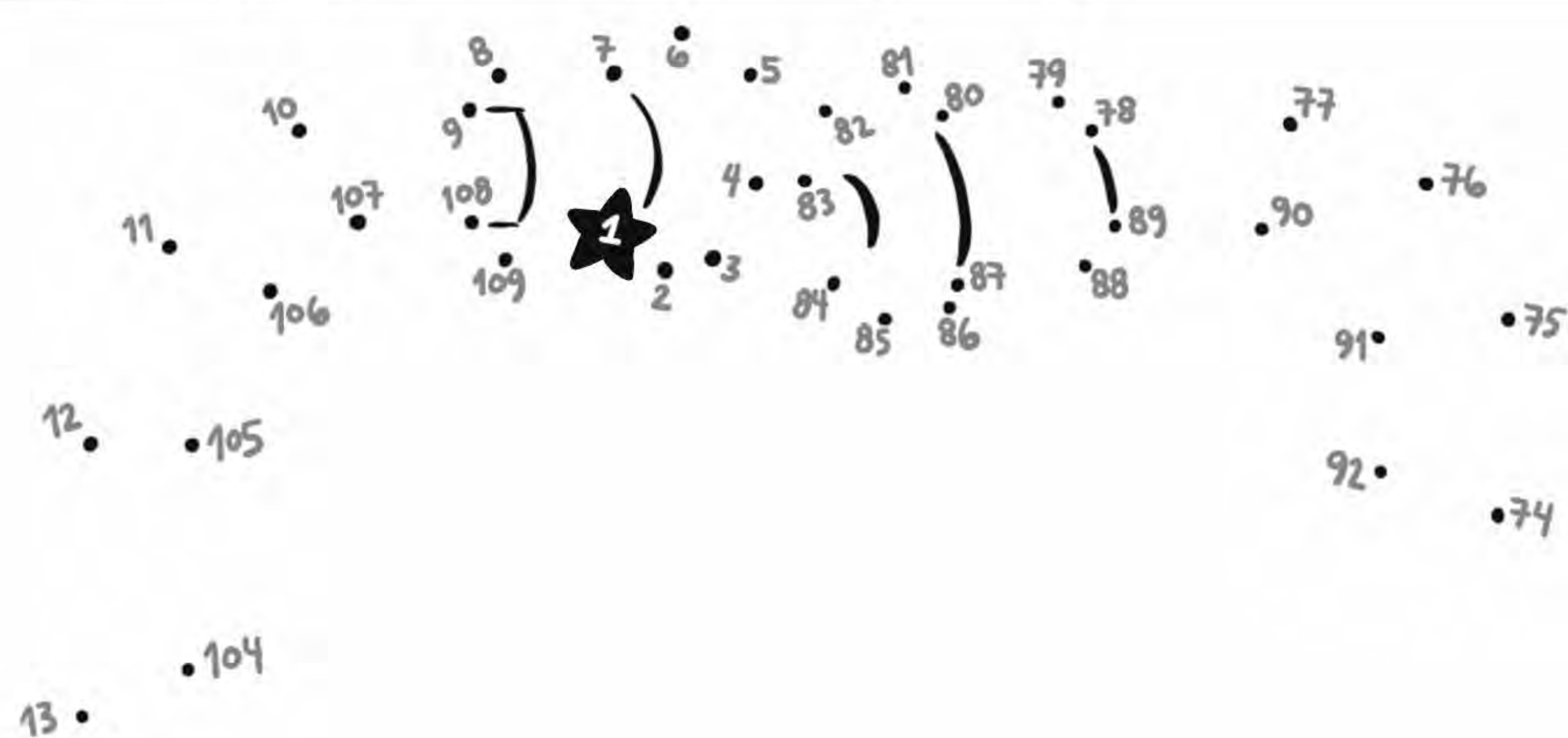
5. 用乾淨的毛巾擦乾雙手，或者風乾雙手，確保雙手完全乾透，因為病菌容易在濕潤雙手之間轉移 (transferred)。

如果沒有水和肥皂，你也可以使用消毒酒精或乾洗手，但記得之後也要盡快洗手！



猜猜圖中物件

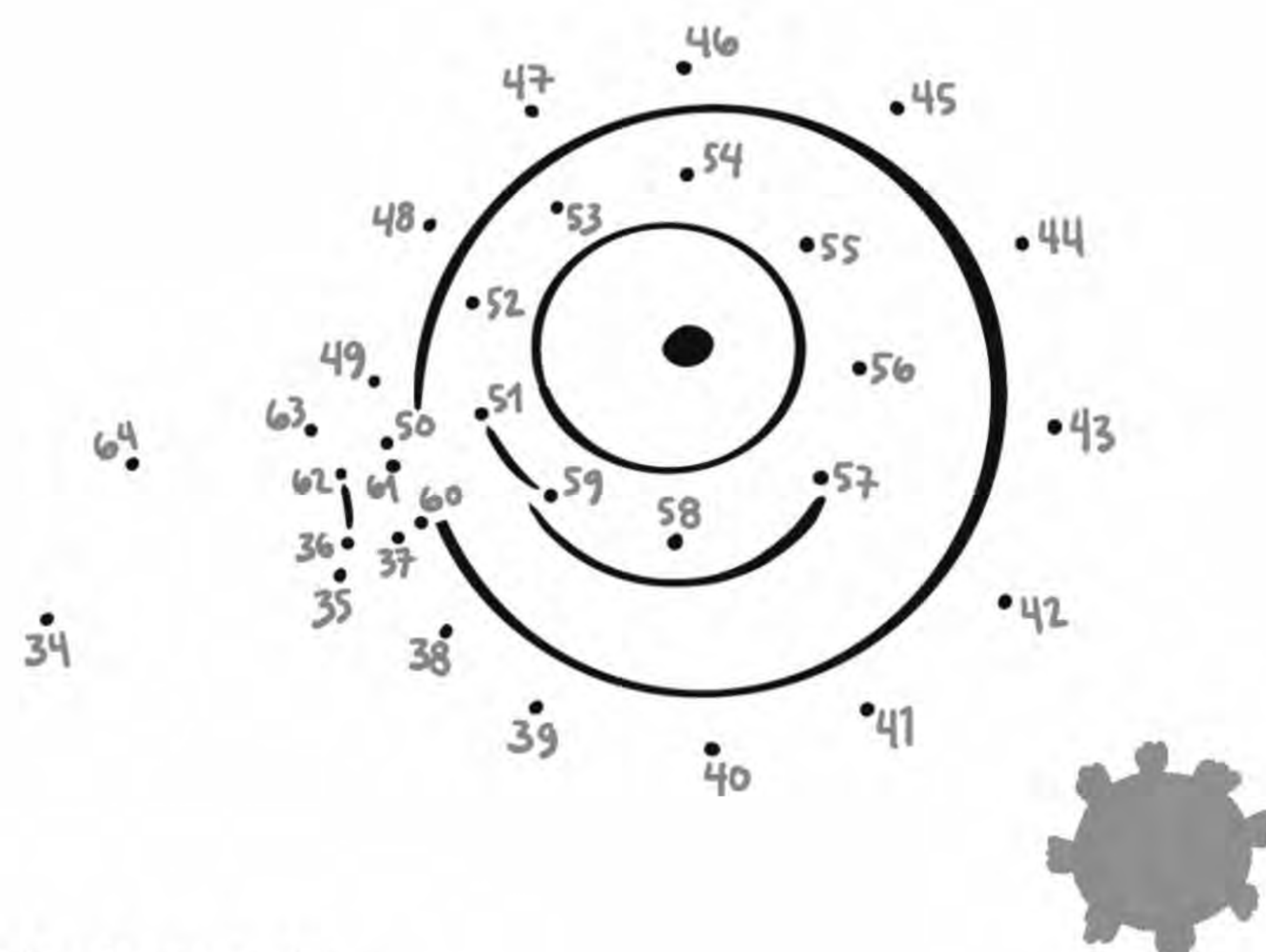
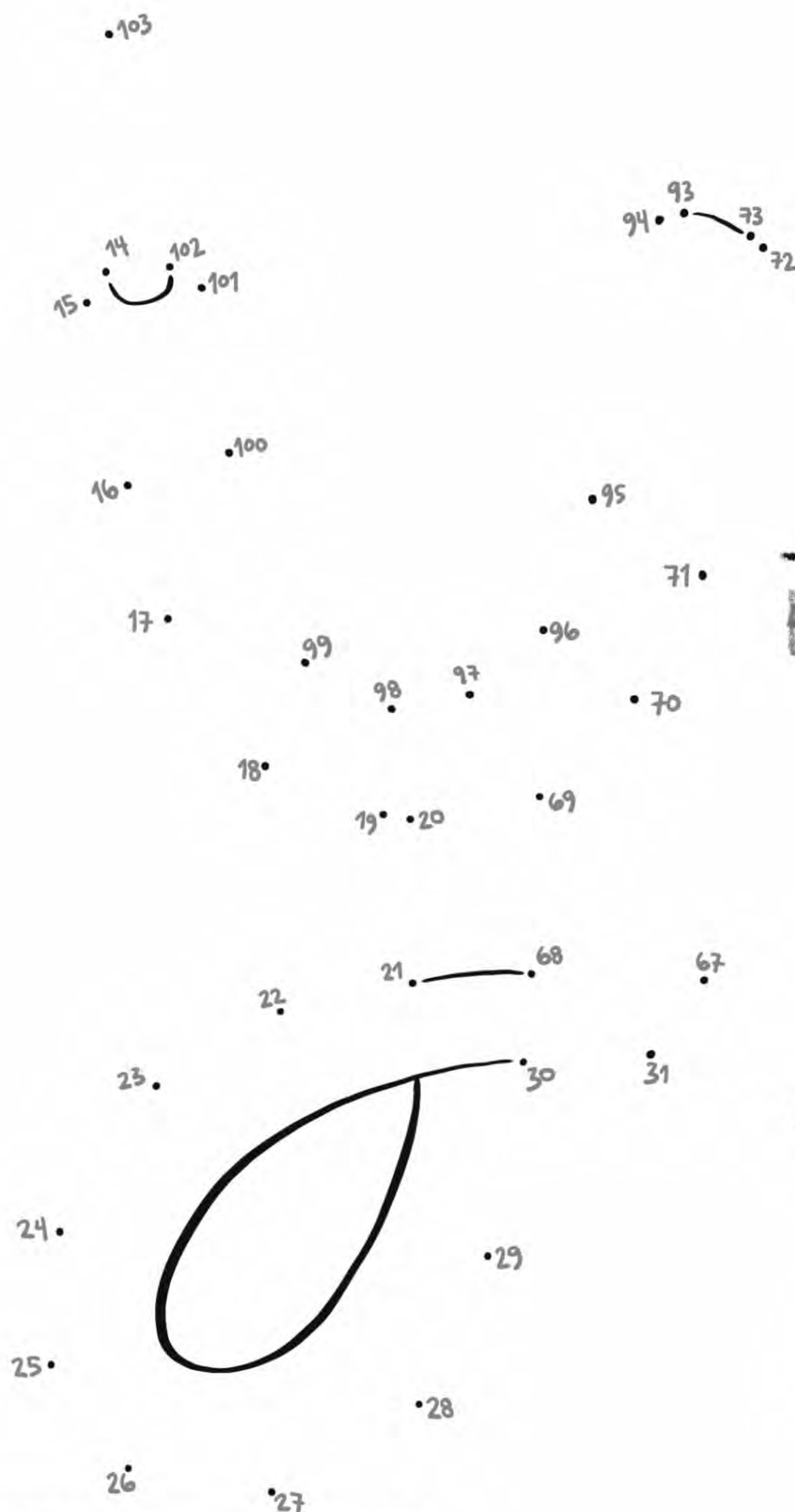
醫護人員會利用以下工具，檢查人們有沒有患上新冠肺炎或其他疾病。
你能猜出圖中工具是什麼嗎？



醫護人員能用這件工具來檢查呼吸或心跳，一端放在病人胸前或者背部，另一端就連接到醫護人員的耳朵。

按數字次序把點點連結起來，看看到底醫生用甚麼工具為病人進行檢查。

你有見過這工具嗎？

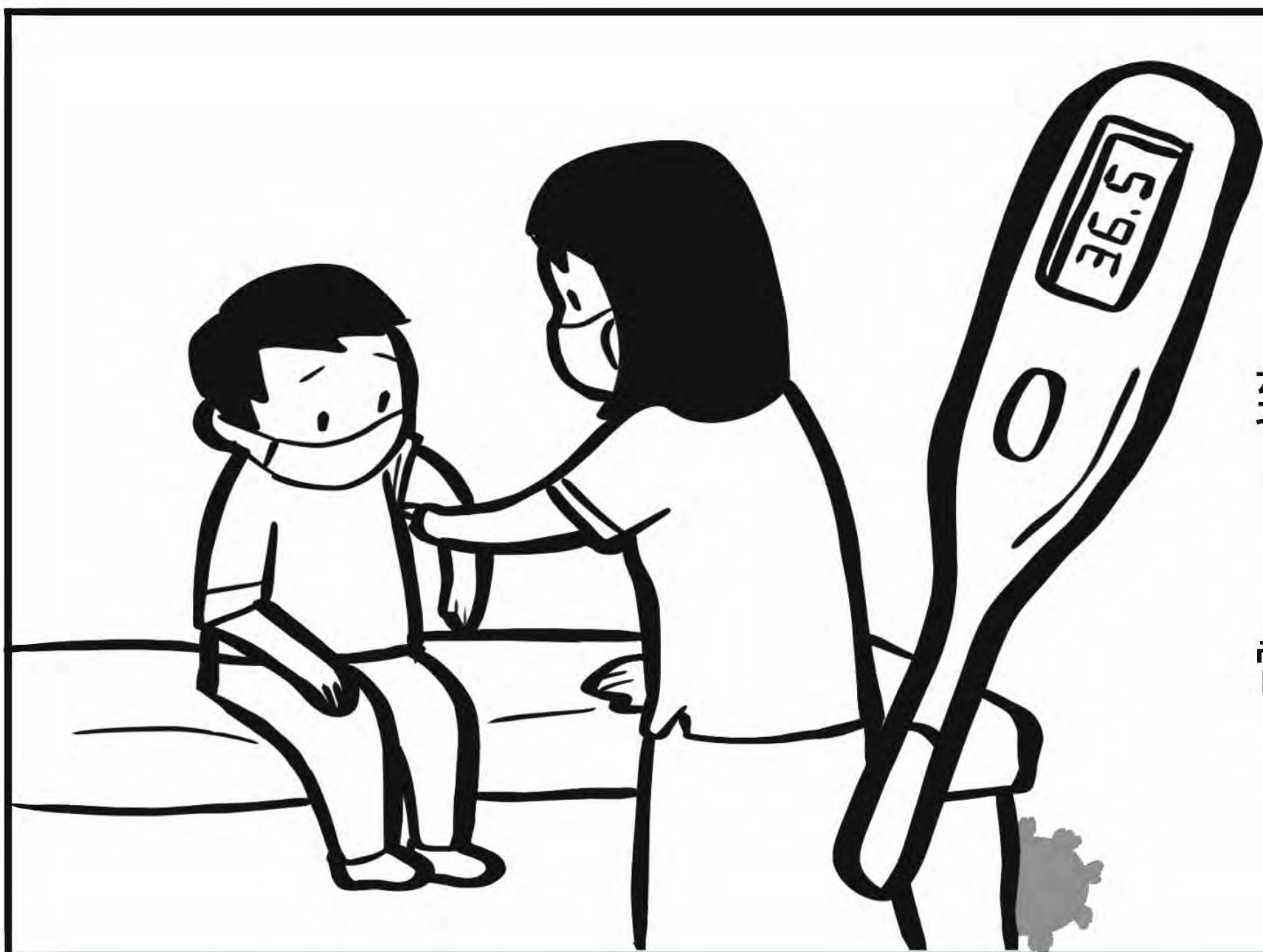


提示：參考第2頁的密碼表，
嘗試破解密碼。

ANSWER: Stethoscope



你猜到這是甚麼嗎？



到醫院或診所進行檢查時，護士可能會用這個工具來為你檢查體溫。這個工具也可以是電子儀器，護士會把它放在你的額頭上幾秒鐘。

你見過這個工具嗎？



請看第2頁的密碼表，嘗試破解密碼。



請看第2頁的密碼表，嘗試破解密碼。





你猜到這是甚麼嗎？

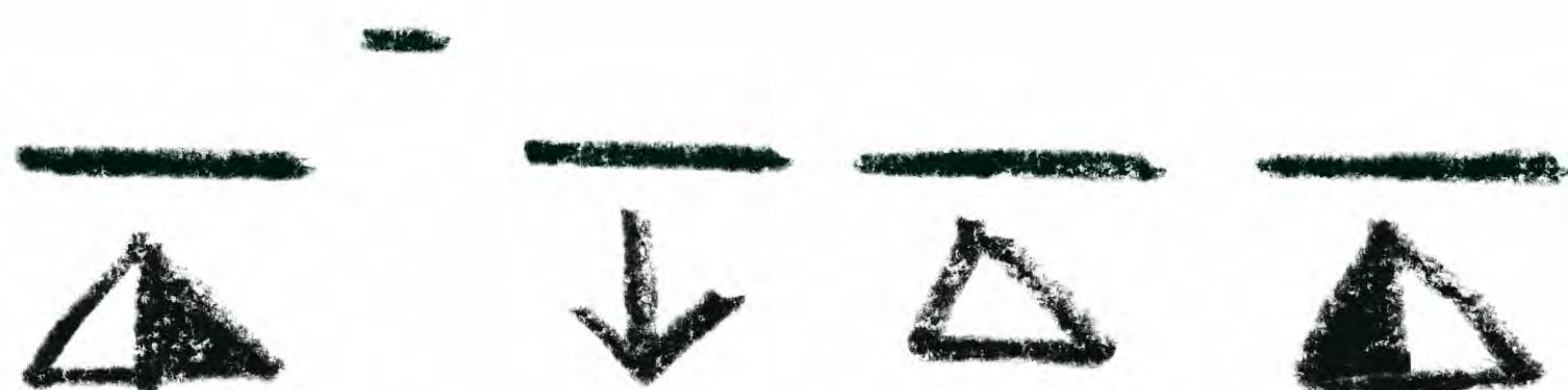
如果你出現呼吸困難，就會用這台儀器來拍攝肺部(lungs)的照片。如果你有骨折，也可以用來為你的骨骼拍照，幫助醫生為你修復斷骨。



提示：
參考第2頁的
密碼表，認識
儀器的名稱！



答案：X光機 (X-ray)



認識醫護人員

他們是醫護人員。如果你生病了，他們就會幫助你。

醫生(Doctor)有時會用聽診器檢查你的呼吸和心跳。你來幫助她畫上聽診器吧。



護士(Nurse)會用溫度計檢查你有否發燒。請你替他畫上溫度計可以嗎？



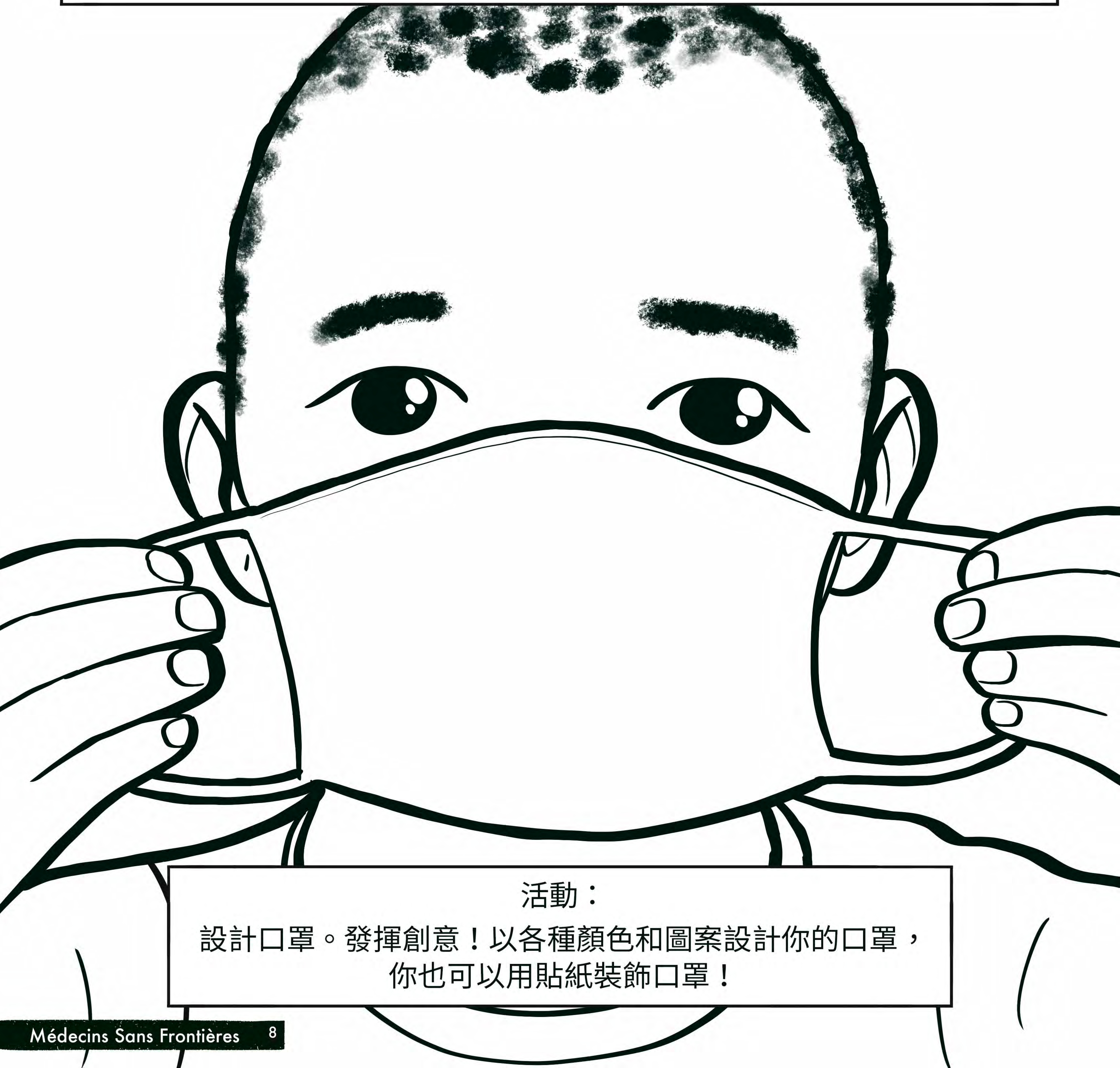
如果你有呼吸困難，實驗室技術人員可能會為你的肺部做X光檢查。實驗室技術人員在X光片裡會看到甚麼？你能畫出來嗎？



為了改善你的病情，醫護人員可能會給你吃退燒藥或幫助呼吸的藥物。

戴上口罩

你可能在電視節目裡和外面看到很多人戴口罩。戴口罩可以預防疾病。如果你生病了，就應該戴上口罩，那麼其他人便不會生病了。
你知道正確佩戴口罩的方法嗎？



活動：
設計口罩。發揮創意！以各種顏色和圖案設計你的口罩，
你也可以用貼紙裝飾口罩！



如何戴口罩？

口罩能幫助你預防新冠肺炎，
但也要記得正確佩戴口罩喔！

你能把佩戴口罩的步驟和圖片配對起來嗎？

1

完全遮蓋鼻子、嘴巴和下巴



2

避免接觸口罩表面



3

使用口罩後，不要觸摸繩子以外的部分。將用過的口罩直接放入垃圾桶，然後洗手



4

口罩沾濕了就要更換，請勿重複使用或清洗口罩



5

切勿與他人共用口罩

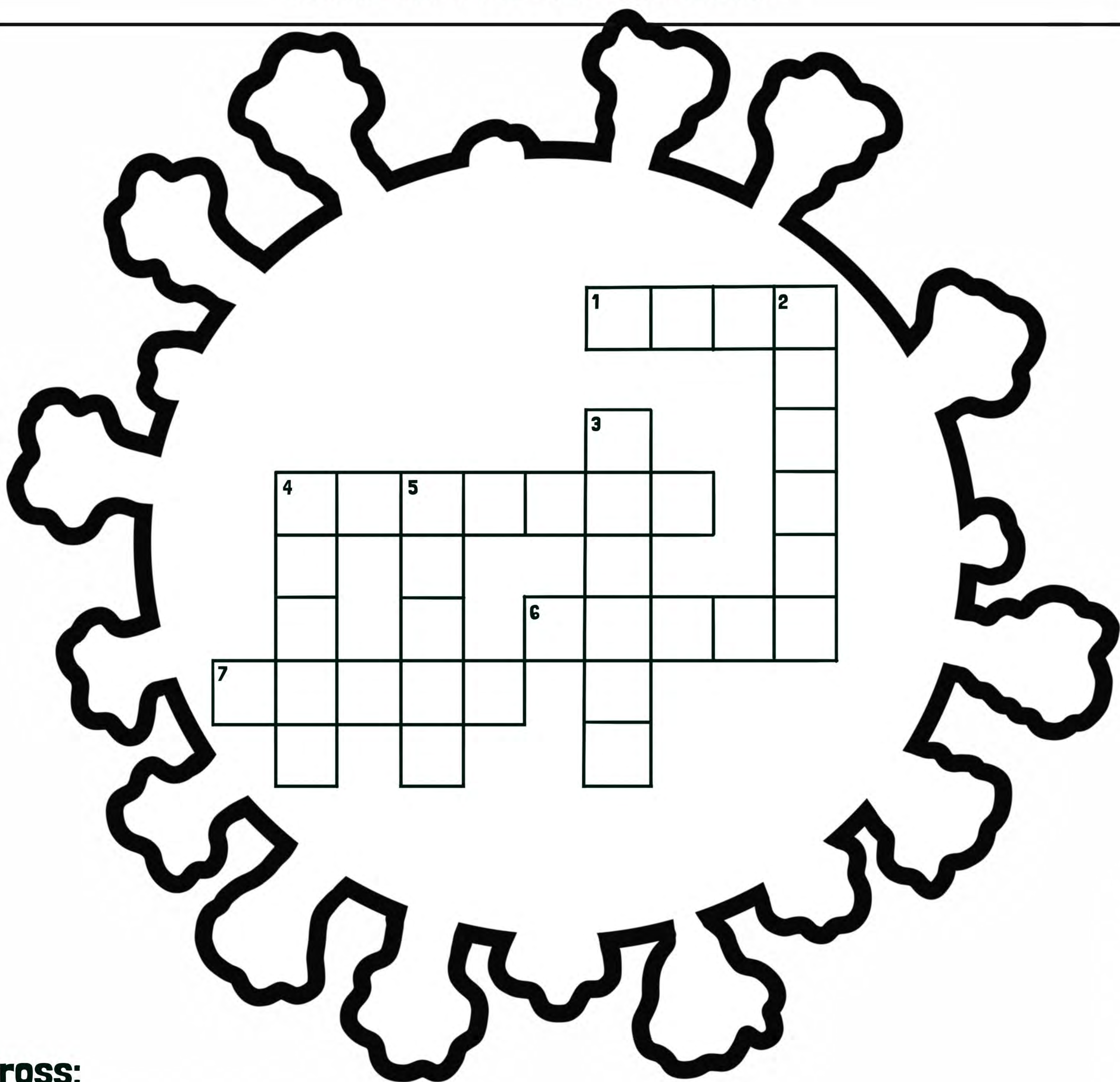


圖文：1-C:2-E:3-D 1-C:2-E:3-D:4-B:5-A

給家長的建議：請確保孩子正確佩戴口罩。

英文遊戲園區 – 填字遊戲

你能完成下面的填字遊戲嗎？如果想不出答案，
可以翻到書本的其他頁數尋找提示。



Across:

1. This is what you have when your nose feels stuffed, and you have to blow your nose.
4. This is a type of medicine that can keep you from getting sick
6. A nurse might use a thermometer to check if you have this.
7. Doctors listen to this part of your body to check how you are breathing.

Down:

2. This is a healthcare worker who can help you feel better.
3. This is one way for the virus to spread.
4. This is what gives you COVID-19.
5. Sometimes you do this when your throat is itchy.



疫情讓你覺得 害怕或擔心嗎？

覺得害怕或擔心是正常的反應。如果你未能清楚地形容自己的感覺也沒關係的，回想一下哪些事情讓你感到擔心和害怕？你可以把這些事情寫在紙上。如果你不介意，你也可以和親人分享自己的感受和想法。

我感到

我希望

我可以

你可以做甚麼來改善心情？

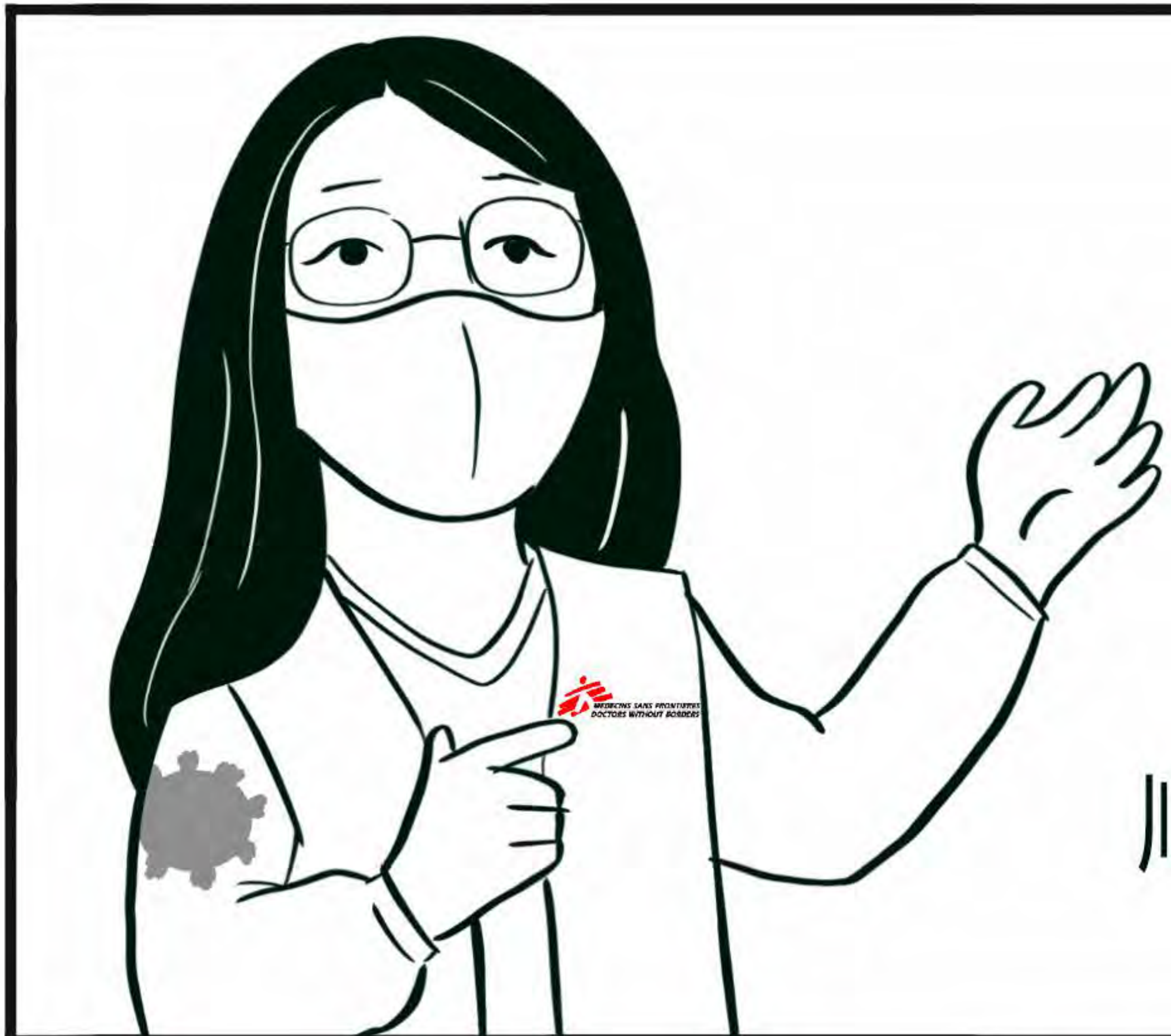
深呼吸

- 閉上眼睛。
- 慢慢深吸一口氣，把空氣吸到肚子裡。
可以的話，一邊吸氣，一邊從 1 數到 5。
- 慢慢呼氣。可以的話，一邊呼氣，一邊從 1 數到 5。
- 再做一次，直到自己感覺變好。

休息

做些會讓自己開心的事情。聽些好聽的音樂，也可以唱歌、跳舞，坐下來讀自己喜歡的書籍，也可以做一些小手工。





迷宮遊戲

如何遠離新冠肺炎？
順著口罩的指示，找到無國界醫生的標誌。

從此處進入

