

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 聚集型生活設施適用指南

洛杉磯郡公共衛生局 (Public Health) 正在尋求你的協助，以減緩新型冠狀病毒（縮寫為COVID-19）在洛杉磯郡的傳播速度。感染這種病毒的人數仍然在繼續增加中。根據世界衛生組織的消息稱，COVID-19在世界範圍內的傳播現在已經被認定是一種大規模流行性瘟疫。我們需要共同努力，以減緩這種感染性病毒在本地的傳播速度。

我們強烈建議所有組織審核和更新其應急方案，並考慮在必須暫時減少現場工作的情況下繼續提供基本服務的方法。我們希望你提供一些有關COVID-19的基本資訊，以及你應採取的具體措施，以幫助防止呼吸道感染性疾病（包括COVID-19）在你的場所傳播。

本指南旨在幫助聚集型生活設施執行有效措施，以：

- 預防和減少 COVID-19 在您的設施內的傳播。
- 預防和減少 COVID-19 在設施之間和設施之外的傳播。

我們鼓勵你訪問 DPH 新型冠狀病毒專題網頁以獲取更多資訊，其中包括「企業和雇主適用指南」，「常見問題解答 (FAQ)」以及資訊圖表：<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>。

基本資訊

什麼是新型冠狀病毒？

冠狀病毒是一個大型病毒家族。其中的許多種會感染動物，但一些來自動物的冠狀病毒可以進化（變）成一種新型的人類冠狀病毒，並且可以在人與人之間傳播。這就是新型冠狀病毒目前的最新情況。冠狀病毒引起的疾病通常會引起輕度到中度的疾病，比如普通感冒。有些病毒，如SARS或MERS病毒，會引起肺炎等嚴重的感染性疾病。

COVID-19的常見症狀有哪些？

到目前為止的資料顯示，這種新病毒引起的症狀與呼吸系統疾病一致。症狀包括：

- 咳嗽
- 發燒
- 呼吸短促或呼吸困難

大多數有輕微到中度症狀的病人可以在聚集式生活環境中進行管理。然而，有嚴重症狀的居民可能需要住院治療。COVID-19的嚴重症狀包括嚴重的呼吸困難（一次不能說幾個字或不能走幾步路），持續的胸痛，意識模糊或無法喚醒，嘴唇或臉色發青，極度虛弱，一天或多天不能吃或不能喝，或在會聚集式生活環境中不能照顧自己。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 聚集型生活設施適用指南

冠狀病毒如何傳播？

與流行性感冒等其他呼吸道疾病一樣，人類冠狀病毒最常見透過出現症狀的感染者傳播給他人的途徑是：

- 感染者咳嗽或打噴嚏時產生的飛沫。
- 近距離接觸，例如照顧感染者。
- 接觸帶有病毒的物體或表面，然後在洗手之前觸碰你的嘴、鼻子或眼睛。

COVID-19是一種新病毒，我們每天都在瞭解更多病毒傳播的途徑，以及病毒潛伏期有多長。隨著資訊的變化，我們將通知你有關此病毒的最新資訊。

請不要因為某個人的種族或原籍國而認為他/她有更高感染新型冠狀病毒的風險。

採取措施保護居民和工作人員的健康和安全

預防和減少COVID-19在您的設施內的傳播

執行和推廣普遍的預防措施

標識

- 張貼告示，提醒居民及工作人員洗手及消毒的重要性。
- 提供標誌，並定期提醒居民，如果他們發現新的發燒，咳嗽和/或呼吸急促的症狀，應向工作人員預警。

個人衛生

- 經常用肥皂和水洗手（至少 20 秒），或者使用含有至少 60%酒精的含酒精的洗手液，特別是在上廁所後、吃東西前、擤鼻涕、咳嗽或打噴嚏後。
- 使用紙巾遮蓋咳嗽或打噴嚏，然後立即處理掉用過的紙巾，並清潔雙手。如果你沒有紙巾，請用你的手肘（而不是用你的手）。
- 盡可能減少近距離接觸和共用杯子，餐具，食物和飲料等物品。

社交疏離 - 透過使居民和工作人員彼此保持至少6英尺的距離，以有效保證整個聚集型生活設施的社交疏離措施能夠順利實施。避免與他人握手或擁抱。

- 重新安排設施內的公用區域，以確保居民不會聚集在一起。
- 設置公共休息室，使椅子相隔 6 英尺以上的距離且相互背向，並易於取用紙巾、洗手液和附近的洗手池洗手。
- 在合住的房間裡，床與床之間應盡可能相隔至少 6 英尺的距離，並從床頭到床腳放置，且床頭和另一床頭應保持盡可能遠的距離。
- 應以輪流用餐的方式或在戶外區域提供食物，以確保社交疏離。同一組居民應在同一時間一起用餐，以減少感染性病毒的傳播。
- 設施內的探訪只限於提供基本服務的工作人員。
- 將居民的交通限制在必要的探訪範圍內。
- 取消所有團體活動。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 聚集型生活設施適用指南

	<ul style="list-style-type: none">- 尋求合適的替代方案（如單個會話或遠端醫療），使需要這些服務的居民能夠繼續進行此類活動。
2. 評估居民的症狀以啟動必要的隔離方案	<p>篩查新入住的居民</p> <ul style="list-style-type: none">- 在所有新居民入住時評估其是否患有急性呼吸道疾病的情況，包括是否有感冒或流感症狀、發燒或交替出汗和發冷、新咳嗽或呼吸困難等情況。- 如果情況允許，每天評估居民是否出現新的急性呼吸道疾病症狀。提醒居民報告所有新出現的呼吸道症狀。- 如果情況允許，考慮在居民入住時及在設施內的每一天使用體溫掃描器或一次性體溫計測量居民的體溫。如果體溫超過 100.4 華氏度，即被認為是發燒。- 由於 COVID-19 的檢測非常有限，所以請像對待 COVID-19 一樣對待所有出現感冒和流感症狀的居民，確保對參與聚集活動的新入住居民採取隔離預防措施。 <p>隔離方案—迅速將出現發燒和呼吸道症狀的居民轉移到與其他病房分隔開的單獨病區或房間（最好是在有無障礙衛生間的區域）。</p> <ul style="list-style-type: none">- 在所有隔離區/房間外為工作人員和居民設置清晰的標牌，方便大家正確識別這些區域，減少有症狀和無症狀人員的混雜。- 出現症狀的居民<ul style="list-style-type: none">○ 指定單獨病房，將具有發燒和呼吸道症狀的居民安置在單獨的樓房、房間或指定區域內。○ 應指定可供單獨使用的洗手間，僅供出現症狀的病人使用。○ 如果出現症狀的居民需要經過未出現症狀的居民區，他們應該戴上醫用口罩，並盡量減少在這些區域駐留的時間。○ 經確認與出現症狀的居民有密切接觸的居民，必須隔離 14 天。○ 關於密切接觸的定義，請見關於工作人員和居民接觸病毒的部分。○ 出現症狀的居民應與無症狀的居民分開用餐。○ 應使用移動屏風（或其他隔離分區的方法（如使用床單等）），以鼓勵把不同區域進行分割。○ 當滿足以下兩個條件時，工作人員可以停止隔離居民：<ul style="list-style-type: none">➢ 康復後至少已過去 3 天（72 小時），康復定義為在未使用退燒藥物的情況下自然退燒，且呼吸道症狀（如咳嗽、呼吸急促）已得到緩解和改善；以及症狀首次出現後至少已過去 7 天。○ 工作人員應每天記錄所有隔離的居民的病情，以監測其是否出現症狀，並確定隔離是否可以終止。○ 鼓勵有高風險的居民在症狀惡化時打電話給基礎醫療提供者(PCP)，或通知工作人員撥打 911。撥打 911 時，工作人員應通知指派調度員該居民患有嚴重的 COVID-19 症狀。ii. 盡量減少與出現呼吸道症狀的居民面對面交流的工作人員。提供預防疾病傳播的指南。iii. 如果工作人員需要處理居民的物品，他們應該戴上一次性手套。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 聚集型生活設施適用指南

	<ul style="list-style-type: none">- 無症狀患者的隔離<ul style="list-style-type: none">○ 單獨開闢一塊區域，提供給那些已接觸過出現病症人士的無症狀居民，並讓他們進行 14 天的隔離。- 無症狀高危居民<ul style="list-style-type: none">○ 如果情況允許，為無症狀的高危居民（50 歲以上、患有慢性疾病、孕婦）劃分一片單獨的區域。這個區域需要與低風險無症狀區、無症狀隔離區和出現症狀患者的隔離區分開。○ 考慮將高危居民安排在單獨的房間或與較少數量的室友共用房間。 <p>如果在 72 小時內有兩個或以上的密切接觸的居民或工作人員患上急性呼吸道疾病，請在白天撥打 213-240-7941 或 (213) 974-1234（辦公時間之外緊急接線員）通知洛杉磯郡公共衛生局。</p>
3. 生病的工作人員應該留在家裡，直到他們可以回去工作為止	出現症狀的工作人員 <ul style="list-style-type: none">- 工作人員應每天監測自己的症狀，並鼓勵工作人員在生病時回家。- 執行隔離指導方案，並對患病員工何時可重返工作崗位制定明確政策：<ul style="list-style-type: none">○ 通知出現 COVID-19（急性呼吸道疾病）症狀的工作人員回家自我隔離。○ 向工作人員提供居家隔離指南，鼓勵他們在症狀惡化和必要時通知他們的醫療服務提供者。○ 當滿足以下兩個條件時，被指示在家自我照顧的出現症狀工作人員可以停止居家隔離：<ul style="list-style-type: none">➢ 康復後至少已過去 3 天（72 小時），康復定義為在未使用退燒藥物的情況下自然退燒，且呼吸道症狀（如咳嗽、呼吸急促）已得到緩解和改善；以及症狀首次出現後至少已過去 7 天。
4. 患病工作人員的連絡人應待在家裡，直到他們可以回去工作為止	潛在接觸過病毒的工作人員或居民 <ul style="list-style-type: none">- 如果一名工作人員或居民被確定出現 COVID-19 症狀（無論他們是否已被確認患有 COVID-19 或出現症狀但未被確認），你將需要確定所有可能與患病人員密切接觸的工作人員和居民，以便對這些接觸者進行隔離。<ul style="list-style-type: none">○ 密切接觸包括所有親密接觸方式，包含所有距離患者 6 英尺以內超過 10 分鐘的人，時間跨度為從生病員工出現症狀開始前的 48 小時起算，直到他們的隔離期結束為止。此外，任何接觸患者體液和/或分泌物（如被咳嗽/噴嚏噴到、共用器具或唾液或在未穿戴防護設備的情況下為患者提供護理）的人都需要隔離。○ 在勞動力極度短缺的情況下，接觸過病毒的無症狀工作人員可以繼續工作，只要他們持續 14 天佩戴醫用口罩即可。接觸過病毒並繼續工作的無症狀工作人員應每天兩次自我監測是否出現 COVID-19 症狀，一次在上班前，第二次最好在 12 小時後。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 聚集型生活設施適用指南

<p>5. 如果在 SUD 居住環境中發現一個或多個 COVID 19 陽性病例應採取的措施</p>	<ul style="list-style-type: none">- 讓你的應急方案付諸行動，保護你的工作人員和患者。- 如果你發現任何有嚴重症狀的居民，請撥打 911。如果患者被懷疑患有 COVID-19，在轉移之前，通知轉移小組和醫療機構。嚴重症狀包括：<ul style="list-style-type: none">o 呼吸極度困難（不呼吸空氣就不能說話）o 嘴唇或臉色發青o 胸部持續疼痛或感到有壓力o 嚴重持續性頭暈o 突然出現意識模糊，或無法被喚醒o 突然出現的無法停止的癲癇- 在離患者 6 英尺以內時，工作人員應戴上口罩。- 發佈資訊，讓你的工作人員和患者瞭解預防疾病傳播的公共衛生建議以及可能與疫情有關的服務變化。- 確保區域內的所有公共場所進行頻繁有效的環境清潔。- 對於第一例 COVID-19 病例，公共衛生局護士(PHN) 將諮詢其隔離的措施和篩選密切接觸者。如需報告確診的 COVID-19 病例，請在白天致電急性傳染病計畫熱線 (213) -240-7941 或 (213) 974-1234 (辦公時間之外的緊急接線員)。- 環境衛生專家可以前往設施現場查看情況，並就衛生和清潔措施進行問詢，然後提供技術援助。可致電環境健康計畫熱線 (626) 430-5201 尋求環境健康專家的幫助。
<p>6. 如有指示，確保工作人員穿戴個人防護裝備</p>	<p>工作人員個人防護用品</p> <ul style="list-style-type: none">- 與有症狀人士交流的工作人員應為居民提供醫用口罩，並在與居民密切接觸時自己戴上醫用口罩。- 確保所有工作人員清潔雙手，包括接觸居民前後、接觸受污染表面或設備後以及移除手套、袍和醫用外科口罩等物品後。 <p>護理活動（適用於提供此服務的設施）</p> <ul style="list-style-type: none">- 在所有護理活動和一般清潔活動中，尤其是可能接觸到血液、體液、分泌物、排泄物、破損皮膚、被血液或其他感染物質弄髒的表面或被單時，請戴上一次性手套。手套用完後請扔掉，並不要重複使用。- 如果居民患有呼吸道疾病，請在護理活動中應戴上一次性醫用外科口罩。在這些活動中，一定要給患者戴上口罩。並在使用後扔掉口罩，不要重複使用。- 取下手套並摘下口罩時，首先應取下並處理手套。然後，立即用肥皂和水洗手（至少 20 秒）或使用含酒精的洗手液清洗。接下來，取下並妥善丟棄口罩，立即用肥皂和水再次洗手，或使用含酒精的洗手液清洗。- 考慮使用可重複使用或可洗的塑膠醫用外衣或圍裙，在以下兩種事宜之間進行消毒：（1）可能會出現飛濺和噴灑的護理活動和/或（2）高接觸頻率的護理活動，包括幫助洗澡的時候，這可能將病原體轉移到護理者的手部和衣服上。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 聚集型生活設施適用指南

	<ul style="list-style-type: none">- 在可行的情況下，考慮給出現呼吸道疾病症狀的患者提供床上擦浴服務，以避免濺水和弄濕口罩。- 沖廁所前，請蓋上馬桶或馬桶蓋，避免噴灑或飛濺。- 如果你將協助居民並為他們餵食，在準備膳食前請先洗手，如果患者在進食期間已生病，請戴上手套和口罩等適合的隔離性物品。- 洗餐具時請戴手套，並在摘下手套後立即洗手。
7. 採用衛生和內務管理的最佳措施	<h3>衛生和內務管理的最佳措施</h3> <ul style="list-style-type: none">- 供應品<ul style="list-style-type: none">○ 為了良好的衛生實踐提供充足的用品，包括易於使用的清潔和功能性洗手台、肥皂、紙巾和酒精洗手液（尤其是在食品區和洗手間附近）。○ 整個區域內，尤其是區域入口處，應提供手部清潔台（帶抗菌肥皂的水槽和酒精凝膠產品）。○ 確保有紙巾可用，且所有水槽旁都配備足夠的肥皂和紙巾，以便洗手時使用。<ul style="list-style-type: none">➢ 教育和提醒患者在一天中保持適當的手部衛生，特別是在使用洗手間後和用餐前。○ 將垃圾桶放在所有病房門口附近，以便於工作人員丟棄手套、醫用外科口罩和醫用外衣等物品。- 清潔措施<ul style="list-style-type: none">○ 定期有效地清潔和消毒所有經常接觸的表面和物體，如門把手、扶手、檯面、水龍頭把手和電話。○ 環境清潔應使用 EPA 批准的衛生消毒劑，並與建議的濕接觸時間一致。 <i>參考文獻：加利福尼亞州公共衛生局《適用於 2019 新型冠狀病毒(COVID-19)的環境感染控制 AFL》(02/19/20)</i><ul style="list-style-type: none">➢ 如果沒有 EPA 註冊的消毒劑，你可以在 1 夸脫水中加入 1 湯匙 2% 的氯漂白劑溶液製成可自己使用的消毒劑。如果沒有 EPA 註冊的消毒劑，使用氯漂白劑溶液（每夸脫水中 4 茶匙漂白劑或每加侖水中加入約 5 湯匙（1/3 杯）漂白劑）。每天或根據需要製備漂白水。測試條可用於檢查溶液的酸鹼強度是否合適。➢ 如果酒精含量大於 70% 且接觸時間符合標籤說明，則可使用酒精消毒劑。- 屬於病人的床單、餐具、碗碟不需要分開清洗，但不應在沒有徹底清洗的情況下共用。指導清潔人員在清洗衣物前避免「抱著」衣物，以避免自我污染。指示清潔人員在處理病患的衣物後立即用肥皂和水或含酒精的洗手液洗手。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯郡公共衛生局 聚集型生活設施適用指南

防止和減少COVID-19在設施之間的傳播

出行

- 限制所有居民在除必需情況下的出行。非必要的出行應推遲或取消。
- 當出現症狀的患者需要出行時：
 - 出現症狀的患者不應與無症狀的患者一起出行。
 - 出現症狀的患者需戴上醫用口罩。
 - 避免多個出現症狀的患者一起出行。當需要同時運送多個患者時，患者們和司機應保持適當的接觸距離 (>6 英尺)。患者應被安置在與司機較遠的一側，坐在離司機座位最遠的座位上。
 - 車窗應打開，以改善車內通風。
 - 運輸車輛應配備塑膠防水布或覆蓋物，每次運輸後可進行清潔和適當消毒。
 - 車內需配備良好的衛生用品，包括紙巾、廢紙巾處理用的垃圾桶或垃圾袋，以及含酒精的洗手液。
 - 如果由於呼吸狀況惡化，你計畫需要將患者轉移到更高級別的護理機構時，請通知急救中心 (EMS) 或其他運送服務提供者該居民出現未確診的呼吸道感染的狀況。
- **司機適用指南**
 - 運送出現患病症狀居民的司機應採取適當的預防措施，包括佩戴個人防護設備（如戴上醫用外科口罩）。

報告多個出現症狀的居民或工作人員的病例

- 如果在 3 天（72 小時）內，你所在設施內有 2 名以上的患者出現發燒和呼吸道症狀，請在白天致電 213-240-7941 或 (213) 974-1234（辦公時間之外的緊急接線員）。
- 考慮將患病期間無法自我隔離的居民轉移到 OEM 的檢疫/隔離室。請撥打 DPH 的諮詢電話：833-596-1009。

其他資源

- 洛杉磯郡公共衛生局冠狀病毒專題網站：<http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
- 洛杉磯郡健康警報網路：公共衛生局 (DPH) 透過 LAHAN 向醫療保健專業人員發送高優先順序的通信式電子郵件。郵件主題包括當地或國家級的疾病暴發狀況和新出現的健康風險。
<http://publichealth.lacounty.gov/lahan/>
- [常見問題解答](#)
- [你需要瞭解的資訊 \(資訊圖表\)](#)
- [環境健康 \(資訊圖表\)](#)
- [心理健康](#)
- [如果你生病了，請留在家裡 - 海報](#)
- [洗手指南](#)
- [如果我接觸過病毒，我該怎麼辦](#)

如果你有任何問題，並且想和他人交流，請撥打洛杉磯郡資訊熱線2-1-1，該熱線24小時開放。在此，我們對你為保證洛杉磯郡的健康而做出的承諾和奉獻，致以最誠摯的感謝。