

新型冠狀病毒 (COVID-19)

「居家更安全」令概述

洛杉磯縣公共衛生局 (Public Health) 正在呼籲公眾幫助減緩新型冠狀病毒 (COVID-19) 引起的疾病的傳播。公共衛生局及其合作夥伴一直在採取積極措施試圖減緩該病毒的傳播，但儘管做出了這些努力，洛杉磯縣的社區傳播仍在繼續。在缺乏特定疫苗或治療方法的情況下，有必要採取額外的保持社交（物理）距離措施，以減緩COVID-19新發病例的速度，以及保護公眾和醫療保障系統。

「居家更安全」衛生主管令於2020年4月10日更新，現有效期延至2020年5月15日。該命令對個人和企業提出了新的社交（物理）距離要求。這項最新的「居家更安全」令與加州州長2020年3月19號發佈的命令相一致：<https://www.gov.ca.gov/wp-content/uploads/2020/03/3.19.20-attested-EO-N-33-20-COVID-19-HEALTH-ORDER.pdf>，這一命令要求加州居民除非需要進行必要的活動之外，必須留在各自家中。

洛杉磯縣「居家更安全」令和其他指南類文件可以在洛杉磯縣公共衛生局COVID-19專題網頁找到：<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>。

關於「居家更安全」衛生主管令的基本資訊

1. 什麼是「居家更安全」令？

「居家更安全」命令是洛杉磯縣衛生主管發佈的一項法律命令，旨在幫助減緩新型冠狀病毒 (COVID-19) 的傳播，並且保護我們社區中身體最脆弱的成員。

該命令要求洛杉磯縣衛生轄區內的所有企業停止面對面式的業務活動，並停止與公眾接觸，除非企業經營的業務被該命令定義為基本業務。提供基本服務的企業必須在2020年4月15日晚上11:59之前，為公眾或員工經常光顧或到崗的每處設施內張貼海報，以向員工和公眾提供和執行社交（物理）距離的條例。該命令還繼續禁止所有室內和室外的公共和私人集會和活動，並延長對洛杉磯縣公共衛生局管轄範圍內所有公共海灘，步道及其出入點的臨時關閉時間。人們可以離開家到提供基本服務的店內購物，只要他們保持社交（物理）距離，並且在提供基本服務的店內購物時，戴上布面遮蓋物即可。人們也可以繼續從事戶外活動，如慢跑，散步或騎自行車。

2. 什麼是 COVID-19？

2019新型冠狀病毒疾病 (COVID-19) 是一種由新型冠狀病毒引起的呼吸道疾病。它通過感染者咳嗽或打噴嚏時產生的飛沫，在與其密切接觸（約6英尺內）的人群中進行傳播。一些攜帶COVID-19病毒的人士不會出現症狀或症狀輕微，這意味著他們可以在不知道自己被感染的情況下，將病毒傳播給他人。當某個人接觸帶有來自被感染者的病毒的表面或物體，並在洗手之前觸碰自己的嘴、鼻子或眼睛時，也有可能傳播病毒。

感染了 COVID-19 的人可能會有輕微到嚴重的呼吸系統疾病，並且發燒和咳嗽可能會最終發展成呼吸困難。它會導致嚴重的疾病，並且在洛杉磯縣已經造成 200 多人死亡。每個人都有罹患 COVID-19 的風險，但有些人由於年齡、身體狀況和/或健康狀況，更容易罹患嚴重疾病。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

「居家更安全」令概述

3. 如果你出現呼吸道症狀或發燒，你該怎麼辦？

如果你出現輕微的發燒和咳嗽症狀，你需要在恢復後至少 3 天（72 小時）內留在家裡，這意味著在沒有使用退燒藥物的情況下你已退燒，並且你的呼吸道症狀（例如咳嗽，呼吸急促）有所改善，以及 b) 自症狀首次出現以來，至少已經過去 7 天。如果你擔心和/或你有新的或惡化的症狀，請打電話給你的醫生。老年人，有潛在健康問題或孕婦應考慮在生病時，儘早與他們的醫療服務供應商聯繫。如需更多指導意見，請參閱 [「出現呼吸道病徵人士居家護理須知」](#) 指南。

如果您已被確診患有 COVID-19，請遵循 [2019 新型冠狀病毒 \(COVID-19\) 確診感染者居家隔離指引](#) 並告知你所有的密切接觸者，他們需要在最後一次與你接觸後，開始 14 天的隔離。密切接觸者包括所有家庭成員、親密接觸者和所有與你相距 6 英尺以內並超過 10 分鐘以上的個人。時間跨度為從你出現症狀開始前的 48 小時起算，直到你的隔離期結束為止。此外，任何接觸過你的體液和/或分泌物（如因你的咳嗽/打噴嚏而接觸飛沫，共用器具或唾液，或在未穿戴個人防護設備的情況下為你提供護理服務）的人士都應接受隔離。給予你的密切接觸者：[曾接觸過 COVID-19 人士的居家隔離指南](#)。

4. 為什麼洛杉磯縣公共衛生局衛生主管會發佈這個「居家更安全」衛生主管令？

發佈這項命令是為了減緩 COVID-19 的傳播速度，這樣醫療保健系統就不會被那些需要在我們醫院接受高水準護理服務的眾多重病患者所壓垮。根據科學證據和最佳實踐，在缺乏針對 COVID-19 的特定疫苗或治療方法的情況下，限制人與人之間近距離接觸的機會是阻斷 COVID-19 傳播和保護公眾的最佳和唯一辦法。

5. 為什麼此命令包括暫時關閉一些戶外公共場所？

公共海灘及公共步道最初仍開放予市民作娛樂及運動之用。然而，洛杉磯縣的 COVID-19 病例和死亡人數顯著增加，使得社交（物理）距離的需要變得更加重要。成群結隊的民眾擠在海灘和步道上，將無法保持社交（物理）距離。因此，我們有必要暫時向公眾關閉所有：

- 洛杉磯縣公共衛生管轄範圍內的公共徒步路徑和步道。
- 洛杉磯縣公共衛生局管轄範圍內的公共海灘，碼頭，公共海灘停車場，海灘沙灘部分的海灘自行車道和海灘入口。

6. 這項「居家更安全」衛生主管令的有效期是多久？

本命令有效期至 2020 年 5 月 15 日。公共衛生局將繼續監測 COVID-19 疾病傳播的速度，由此導致的疾病和死亡的嚴重程度，加州公共衛生署 (CDPH) 和疾病控制與預防中心 (CDC) 的建議，以及採取額外措施的必要性。如果需要，衛生主管可以延長，擴大或修改命令，以保護公眾的健康。

7. 這項「居家更安全」衛生主管令是否適用於洛杉磯縣的每個人？

不。該命令僅適用於洛杉磯縣公共衛生局管轄範圍內的地區，除了長灘市和帕薩迪納市外的該縣所有地區。長灘市和帕薩迪納市擁有獨立的城市公共衛生局，並發佈了類似於「居家更安全」衛生主管令的命令。在這些城市開展業務的企業和組織應向各自的公共衛生局諮詢。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

「居家更安全」令概述

8. 如果某個城市也發佈其他要求，該項命令是否仍然適用？

在洛杉磯縣健康管轄範圍內的所有人（長灘和帕薩迪納以外的未都市化地區和城市）必須遵守洛杉磯縣「居家更安全」衛生主管令。然而，該命令並不會妨礙當地公共實體（如城市）實施的任意更嚴格的限制措施。

9. 州長發佈了一道就地避難的命令。我是否仍須遵守「居家更安全」衛生主管令？

所有縣居民必須遵循本縣發佈的命令，州長發佈的命令和任何適用的法律法規。雖然這兩份命令在很大程度上是一致的，但如果命令之間存在差異，你必須遵守其中較嚴格的那一份命令。

10. 如果我不遵守這個命令會怎麼樣？

公共衛生局相信，所有民眾都會自願遵守該命令，以保護所愛的人，其他民眾，以及我們的社區。但是，如果你不按本命令執行，你將會被罰款，監禁，或者受到兩者兼而有之的懲罰。

11. 在命令生效期間，我可以參加那些類型的活動？能具體舉例嗎？

你可以參加各種洛杉磯縣部門提供的活動，只要保持安全的物理距離即可。這些活動包括虛擬鍛煉，閱讀電子書和通過圖書館為孩子們提供的遠端講故事時間，洛杉磯縣藝術博物館的虛擬博物館之旅，以及心理健康部門為那些在這段困難時期可能感到壓力，沮喪或焦慮的人士提供的服務。

「居家更安全」衛生主管令說了什麼？

12. 「居家更安全」衛生主管令要求公眾做什麼？

每個人都必須通過保持社交（物理）距離和採取常識性感染控制預防措施來幫助預防COVID-19的傳播。由於COVID-19持續性的快速蔓延，且我們需要保護我們社區中身體最脆弱的成員，公共衛生局呼籲每個人留在家裡或自己的居所，除非他們需要在基本行業、醫療保健行業或基礎設施行業工作，或在基本行業進行購物，或從事其他基本活動。對公眾來說，這意味著他們應該：

- 留在家裡（保持非接觸式生活狀態，也不要接觸他人）
- 只在需要獲得基本服務或作為基本服務工作人員時外出
- 與他人保持六英尺或更遠的距離
- 當他們 a) 與其他非家庭成員接觸和 b) 獲得基本業務和服務時，請戴上布面遮蓋物
- 不與他人聚集在一起

4月10日發佈的「居家更安全」衛生主管令明確規定：

- 禁止洛杉磯縣不屬於同一家庭的人士在室內和室外舉行所有公共和私人類的集會和活動。
- 要求所有企業停止面對面式的業務活動，並停止與公眾接觸，除非企業經營的業務被該命令定義為基本業務。它特別要求所有的室內商場和購物中心，所有的舊貨物交換會和跳蚤市場以及所有的室內和室外活動場地。
- 要求不需要接觸公眾的基本行業實施保證社交（物理）距離，遵循感染控制預防措施，並提供和執行保證社交（物理）距離條例。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

「居家更安全」令概述

- 保證社交（物理）距離條例要求基本行業向所有其職責要求與其他員工和/或公眾接觸的員工提供布面遮蓋物，供其在履行涉及與他人接觸的職責時使用，並要求進入設施的普通民眾在設施內佩戴適當的布面遮蓋物。
- 要求所有餐廳只準備和提供通過送貨服務、上門取貨或駕車取餐的方式提供食物給顧客。餐廳不得提供室內或室外餐桌就餐服務。
- 要求對公眾暫時關閉洛杉磯縣公共衛生局管轄範圍內的公共徒步路徑和步道，公共海灘，碼頭，公共海灘停車場，海灘沙灘部分的海灘自行車道和海灘入口。

本命令並不阻止任何個人或同一家庭或居所的成員從事戶外活動，如散步，慢跑或騎自行車，只要所有人士都保持社交（物理）距離即可。

由於該命令可能會更新或延長，所有居民應在命令結束前保證每天都查閱公共衛生局網站 (www.publichealth.lacounty.gov)，並遵守最新更新後的所有要求。

13. 哪些類型的行業不需要暫時對公眾關閉？

只有基本行業才不會被要求對公眾暫時關閉。有許多類型的行業和服務被認為是必不可少的，只要每個人都盡可能保持社交距離，且所屬行業執行保證社交（物理）距離條例，這些行業和服務就可以保持開放，以滿足居民的需要。請查看衛生局網站「居家更安全」命令常見問題解答（企業版）獲得更多詳細資訊。

14. 托兒所可以繼續開放。對它們有無具體的要求？

托兒所必須符合以下要求：

- 兒童保育必須在十(10)人或更少的穩定小團體中進行。「穩定」是指每天的同一小組的孩子數量都是相同的，即為十(10)個或更少的人數。孩子們不能從某一個小組成員變到另一小組中。（注意：根據州長的命令，此數字由 12 更改為十(10)或更少的人數。）
- 如果有超過一組兒童在同一地點/機構被照顧，每一組兒童必須在一個單獨的房間，組與組之間不能相互混合。
- 每個托兒服務的提供者只能單獨和一組兒童留在一起。
- 托兒所內的遊樂場可由在該所內受照顧的兒童使用。

15. 我如何獲得更多關於「居家更安全」令，所要求的社交（物理）距離和感染控制預防措施的資訊？

- 你可以從洛杉磯縣公共衛生局網站下載本命令，網址為：
http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/H00/H00_Safer_at_Home_Order_for_Control_of_COVID_04102020.pdf。你也可以在 Kenneth Hahn 行政大廳查閱本命令，或在週一至週五上午 8：00 至下午 4：00 致電洛杉磯縣公共衛生局 (323) 914-7801，或在下班時間致電 (323) 914-9358 留言獲取本命令副本。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

「居家更安全」令概述

- 訪問洛杉磯縣公共衛生局 COVID-19 的專題網站頁面，網址為：
www.publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus，獲取各種處理感染控制和社交（物理）距離指南的資源，如發佈的新聞，常見問題解答 (FAQs)，清潔建議；以及其他指南文件。
- 如果你有關於 COVID-19 流行性瘟疫的問題，請撥打 2-1-1（洛杉磯縣資訊專線）。211 專線可提供有關非營利和社交（物理）服務（如食物站，可供無家可歸者居住的收容所，租金援助，抵押貸款援助和水電費援助）的相關資訊。