

# 新型冠狀病毒 (COVID-19)

## 洛杉磯縣公共衛生局 宗教組織適用指南

2019新型冠狀病毒疾病 (COVID-19) 是由SARS-CoV-2病毒引起的呼吸道疾病。它已經從中國發現的首批病例蔓延到包括美國在內的許多其他國家中。洛杉磯縣的COVID-19病例數量持續上升，其中包括許多由於COVID-19的社區傳播而出現的病例。隨著病例的增加，洛杉磯縣的居民患重病的人數和死於COVID-19的人數也在增加。

以下對宗教組織的指南將有助於居民防止接觸到COVID-19，從而有助於減少其傳播速度。最重要的是，我們要避免此嚴重疾病出現發病高峰期，因為這將使醫院的救治能力不堪重負。貴組織在這方面的協助將是至關重要的。

為了幫助減緩COVID-19的傳播速度，我們於2020年3月21日發佈了一份修訂後的衛生主管令，即要求除提供基本服務外的所有企業停止現場工作的運營模式（除提供基本服務的企業員工之外，所有的洛杉磯縣居民均需留在家中）。該命令已禁止進行任何公開或私下的集會：

<http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/>

當前的政策進一步要求，感染了COVID-19病毒的個人在家中至少需要自我隔離10天，並且在未使用退燒藥物，症狀得到改善且不再發燒的情況下，至少仍需隔離3天。任何與確診或疑似感染者有過密切接觸的人士，在接觸患者後必須留在家中隔離14天，包括在症狀顯現前的2天（48小時）內發生的接觸。這段時間被認為足以確定接觸過病毒的人士的感染狀況，並允許他們在出現症狀時，採取適當的步驟。

根據衛生主管令，以下為有助於預防呼吸道感染疾病傳播的建議，包括在宗教組織中應採取的防止傳播COVID-19的措施。我們鼓勵你查看以下DPH新型冠狀病毒專題網頁以獲取相關資源，其中包括有關COVID-19的常見問題解答 (FAQs)，管理人員指南和資訊圖表：

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>。本指南將根據需要進行更新，以及時反映不斷變化的疾病發展狀況。

## 為你自己和你的宗教團體採取預防措施

鼓勵你所在社區的成員認真遵循指南要求，以防止COVID-19的傳播。

目前，針對COVID-19，還沒有特定的疫苗或治療方法。然而，有一些預防措施可以防止類似COVID-19病毒感染的傳播：

- 經常和徹底地用肥皂和水清洗雙手（至少20秒）。如果沒有現成的肥皂和水，請使用至少含60%酒精的洗手液洗手（至少20秒）。
- 限制與他人的近距離接觸。盡可能地與他人保持至少6英尺的距離。和其他人面對面交流的時間不超過10分鐘。
- 定期清潔和消毒經常接觸的物體和表面。使用適合表面的家用清潔劑和EPA註冊的消毒劑，按照標籤說明安全有效地使用。你可以在下列網址查看疾病控制中心 (CDC) 的環境消毒建議：  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/cleaning-disinfection.html>。
- 不要共用器具、杯子、食物和飲料等物品。

# 新型冠狀病毒 (COVID-19)

## 洛杉磯縣公共衛生局 宗教組織適用指南

- 限制與他人之間的肌膚接觸（握手，擁抱等）。

**採取措施以保持健康。**請確保你沒有不必要地接觸COVID-19病毒或將病毒傳播給他人。在與高危人群交流時，要特別注意遵循上述準則：

- 65 歲以上的老人
- 免疫系統受到抑制或免疫系統較弱的人士（如愛滋病患者或癌症患者），
- 患有慢性疾病（如糖尿病、肺病或心臟病）的人士，
- 孕婦。

**如果你、教友或教職員工患病，應採取措施，防止將病毒傳染給他人：**

- 留在家裡或儘快回家。如果你的症狀輕微，並且不屬於高危人群，你不需要聯繫你的醫生，但請避免與其他人接觸，直到你可以回家並對自己進行隔離為止。
- 回家後，請注意你的病情是否出現惡化的跡象，如呼吸急促、呼吸短促或脫水（嘔吐），如果出現這些病症，請立即聯繫你的醫療服務提供者。
- 在出現症狀後，病人至少需要留在家中（自我隔離）10 天，並遠離他人。同時在未使用退燒藥物，症狀得到改善且不再發燒的情況下，仍需留在家中 3 天（72 小時）。
  - 這意味著如果你只在某一天感到自己出現患病症狀後，你必須在家待 10 天。當你在家時，請小心控制疾病感染，以免感染家人。
- 所有家庭成員以及在你出現症狀前兩天的任何時候與你有過密切接觸（6 英尺以內），接觸時間長達 10 分鐘或更長時間的人士，均被視為接觸者。密切接觸還包括直接接觸體液（例如，因打噴嚏、咳嗽或共用器具而導致的接觸）。3 月 25 日發佈的衛生主管令要求所有接觸者在家中檢疫 14 天。這段時間涵蓋了如果接觸者被感染，可能出現症狀的時間段。
  - 居家檢疫指南可通過查看 [COVID-19 檢疫指南](#) 頁面進行流覽。如果他們在 14 天的檢疫期內出現症狀，他們必須開始隔離並在出現症狀後至少隔離 7 天（如上所述）。他們的密切接觸者同樣也需要進行居家檢疫。

## COVID-19爆發期間適用於宗教領袖的重要指南

除下文所述的可供有限人數出席的葬禮和婚禮以外，禁止所有個人到場式聚會，直至另行通知為止。

1. 請參閱我們的婚禮舉行指南：  
<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/business/GuidanceConductingWeddings.pdf> 以及葬禮舉行指南：  
<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/business/GuidanceConductingFunerals.pdf>
2. 禮拜儀式，包括復活節或逾越節前後的禮拜儀式，必須以現場直播、錄製或錄音的形式進行。
3. 除葬禮以外的所有洗禮，婚禮，男孩和女孩的成人禮，堅信禮和其他生命週期事件必須以遠端或延期的方式進行。
4. 貴組織涉及基本服務的活動，如提供食物，必須按照社交疏離和健康衛生的規章制度執行。

# 新型冠狀病毒 (COVID-19)

## 洛杉磯縣公共衛生局 宗教組織適用指南

### 宗教團體的其他值得注意的問題

1. **禮拜儀式必須以現場直播、錄影或錄音的方式進行。**絕對不允許進行任何私人聚會。教會領袖可以決定如何安排禮拜服務的工作，包括技術性廣播或錄音的工作。你可以安排精通技術的教區居民為不太精通科技的教區居民提供電話或線上技術說明，這樣他們就可以上網並使用遠端觀看選項。這可能是一個很好的方式讓年輕的教區居民為社區福利作出貢獻。
2. **食品分配和服裝事工，如果你的 FBO 執行此類任務，**必須符合「拿上即走」原則，或使用非接觸式放下產品。食品包裝盒/袋、服裝、嬰幼兒用品等的準備和分發流程必須遵守六英尺社交疏離行為準則。你可以在 [COVID-19 食品配送指南](#) 處獲得更多關於食品配送的適用指南。
3. **居住和庇護所事工，**在無家可歸者收容所內發生的 COVID-19 病例存在嚴重風險，這可能導致疾病在高危人群中迅速傳播，並危及所在社區的居民和工作人員的健康和安全。你可以在 [無家可歸者服務性 COVID-19 指南](#) 中找到關於無家可歸者的服務提供者為避免呼吸道感染性疾病傳播(包括 COVID-19)，所採取具體措施的關鍵資訊。
4. **家庭、醫院、臨終關懷、輔助生活、康復中心或任何類型的訪問**應盡可能通過虛擬（遠端）技術（電話、Zoom、facetime、Google hangout 等）來進行。管理最後儀式或親自照顧病人需要的宗教領袖應遵守醫院探視規則，並遵守所有適當的衛生協議，包括使用個人防護裝備(PPE)。在醫院環境中，向合適的醫務人員登記資訊，並在進入和離開病人房間前遵循他們的指示。在訪問前後洗手，戴手套、戴口罩和袍來遮蓋衣服。所有宗教習俗，例如共同享用聖杯和聖餅，或飲用膏油和聖水，都需停止進行。
5. **婚禮、洗禮、嬰兒奉獻、男孩和女孩的成年禮以及堅信禮集會**必須推遲。在可行的情況下，禮儀集會可以遠端的方式進行。
6. **葬禮、葬禮儀式和死亡儀式。**所有與殯葬服務、墓地服務、探訪和守夜有關的公眾集會均需暫停。墓地和火葬場可以提供直接的埋葬和火化服務，但不需要人員聚集。住在一起的直系親屬和宗教領袖可以親自到墓地聚會，但我們鼓勵他們聯繫殯儀館瞭解具體規章制度以及是否提供直播服務。追悼會應推遲，並可延期舉行。
7. **牧師和牧區護理**（諮詢、危機幹預、婚姻諮詢等）必須以遠端（電話、Zoom、facetime、Google hangout 等）的方式進行。
8. **除參加禮拜儀式外，任何及所有團體/事工，**須以遠端的方式進行或推遲參加其他活動，其中包括但不限於：
  - 社區團體
  - 小型團體，如男教友和女教友的聚會

# 新型冠狀病毒 (COVID-19)

## 洛杉磯縣公共衛生局 宗教組織適用指南

- 所有兒童、成人和老年人的教會事工
- 康復及援助小組，包括匿名戒酒互助會、喪親、離婚等。
- 公理委員會
- 體育和藝術事工活動
- 冥想練習

9. **聖周和逾越節**。對於許多宗教組織而言，我們即將迎來一個神聖的時刻（逾越節和復活節）。這些慶祝活動意義重大，且為長期存在的傳統，它們對現在的家庭來說可能尤為重要。我們鼓勵你以遠端的方式來慶祝，並說明教區居民發揮創意，通過直播讓兒童、青年、成人和老年人參與服務和傳統活動。

在疾病，孤立無援和經濟困難一起同時給許多居民和社區帶來負擔的時候，很顯然，宗教領袖在為洛杉磯縣的民眾提供安慰和照顧方面發揮著關鍵作用。我們請求你們的幫助和領導，減少COVID-19的傳播，確保對患者提供最好的護理，並加快社區的恢復，以幫助我們減輕這些負擔。

## 相關資源

如果你需要幫助尋找適合的社會服務或醫療護理服務，請撥打洛杉磯縣資訊熱線2-1-1，該熱線提供全天候24小時服務。

- 你需要瞭解的資訊（資訊圖表）
- 如何應對壓力（有多種服務語言版本）
- 洗手
- 如果我接觸了病毒怎麼辦
- COVID-19 密切接觸者的居家隔離適用指南
- 出現呼吸道症狀者的家庭護理適用指南
- 如果你出現 2019 新型冠狀病毒疾病症狀該怎麼辦（資訊圖表/海報）

關於新型冠狀病毒的其他可靠資訊來源包括：

- 加州公共衛生局（CDPH，州級機構）
  - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- 疾病預防控制中心（CDC，國家級機構）
  - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- 世界衛生組織（WHO，國際性組織）
  - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>
- 美國殯葬協會
  - <https://nfda.org/covid-19>

在此，我們對貴組織為保證洛杉磯縣的健康而做出的承諾和奉獻，致以最誠摯的感謝。