

提供給家庭與學校的資

我的孩子是否應待在家中?

新型冠狀病毒肺炎 (COVID-19) 的主要症狀為咳嗽、發燒和呼吸短促。如果您的孩子僅出現流鼻水徵狀，他是可以上學的。

許多學區的政策規定，孩子應在無發燒情況下為時 24 小時之後，才可恢復上學。如果您的孩子出現咳嗽、發燒和呼吸短促的癥狀，且您擔心可能感染 COVID-19，請致電給您[當地的衛生部門](#)或醫療人員。他們將協助確認您是否需要約診。若需要約診，他們可協助您規劃進入診間的方式，以避免可能性的感染他人。

請教導您的孩子養成規律的良好衛生習慣，例如：

- 用肥皂及清水[洗手](#)至少 20 秒鐘，以及
- [咳嗽及打噴嚏的禮節](#)。

清潔和消毒經常碰觸之物件和物件表面。您可使用一般的家庭清潔噴霧劑或濕紙巾。

您的孩子在學校是否安全? 孩子是否會被傳染?

病毒可能會在學校傳播。因此，出現症狀（發燒、咳嗽、呼吸短促）的人士必須待在家中，此點非常重要。這是將傳播機會降至最低的最有效方式之一。公共衛生人人有責。

如果您的孩子僅出現流鼻水癥狀，在您教導孩子使用衛生紙和洗手後，您的孩子便可以上學。如果您的孩子出現咳嗽、發燒或呼吸短促之癥狀，其應待

在家中。此外，請聯絡您[當地的衛生部門](#)或醫療人員。如果您要聯絡醫療人員，請事先致電。他們將協助確認您是否需要約診。若需要約診，他們可協助您規劃進入診間的方式，以避免可能性的感染他人。

請教導您的孩子養成規律的良好衛生習慣，例如：

- 用肥皂及清水[洗手](#)至少 20 秒鐘，以及
- [咳嗽及打噴嚏的禮節](#)。

最脆弱的族群為：

- 老年人，和
- 免疫系統功能低下的人士。

如果我孩子的學校有人曾接觸或患有 COVID-19，會如何通知我？

如果有此種情況，您當地的衛生部門和學區將協力合作來通知您。他們將按學區和[當地衛生部門](#)的規定通知。如果您有疑慮，請與您孩子的學校確認，以更瞭解其傳染病防治計畫。

如果我的孩子生病了，我該怎麼辦？

如果您的孩子出現發燒、咳嗽、呼吸短促的癥狀，您應該：

- 讓您的孩子待在家中，和
- 聯絡您[當地的衛生部門](#)或醫療人員。他們將協助確認您是否需要約診。若需要約診，他們可協助您規劃進入診間的方式，以避免可能性的感染他人。

有症狀的人士必須待在家中，此點非常重要。這是將傳播機會降至最低的最有效方式之一。許多學區的政策規定，孩子應在無發燒情況下為時 24 小時之後，才可恢復上學。如果您的孩子被診斷患有 COVID-19，可能會被要求在家中待較長的時間。

請教導您的孩子養成規律的良好衛生習慣，例如：

- 用肥皂及清水[洗手](#)至少 20 秒鐘，以及
- [咳嗽及打噴嚏的禮節](#)。

清潔和消毒經常碰觸之物件和物件表面。您可使用一般的家庭清潔噴霧劑或濕紙巾。

爲何不關閉學校?

目前奧勒岡州的 COVID-19 病例數不多。如果您孩子的學校發生 COVID-19，學校和當地衛生部門將會決定是否需要關閉學校。

學校護理師、校長和其他學校的工作人員應遵從[奧勒岡州衛生局 \(Oregon Health Authority, OHA\)](#) 和[奧勒岡州教育廳 \(Oregon Department of Education, ODE\)](#) 的[傳染病準則指導 \(Communicable Disease Guidelines\)](#)。

如果學生在經確認發生疾病的學校就學，隨後搭乘巴士前往另一間學校參與課後活動，傳播風險有多高?

這取決於學生待在巴士內的時間多久，以及其遮蓋咳嗽和噴嚏的程度。衛生專家認爲，病毒主要透過下列方式在人與人之間傳播：

- 人與人之間約 3 至 6 英尺的近距離接觸，或
- 透過患者咳嗽或打噴嚏產生的飛沫傳染。
- 透過接觸受到汙染的表面或物體。可能會透過接觸帶有病毒的表面或物體，然後觸摸自己的嘴巴、鼻子或可能眼部，而使人感染 COVID-19。然而，衛生專家不認爲這是病毒傳播的主要途徑。

請觀察您的孩子是否出現症狀（發燒、咳嗽、呼吸短促）。

請教導您的孩子養成規律的良好衛生習慣，例如：

- 用肥皂及清水[洗手](#)至少 20 秒鐘，以及
- [咳嗽及打噴嚏的禮節](#)。

清潔和消毒經常碰觸之物件和物件表面。您可使用一般的家庭清潔噴霧劑或濕紙巾。

有哪些學校受到影響?這些學校位於何處?

有關最新資訊，請造訪 <https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Pages/COVID19.aspx>。

我應針對此事告訴孩子哪些資訊?

請教導您的孩子養成規律的良好衛生習慣，例如：

- 用肥皂及清水[洗手](#)至少 20 秒鐘，以及
- [咳嗽及打噴嚏的禮節](#)。

請向您當地的衛生部門或學區洽詢其他資源，以與您的孩子討論關於可能感染的疾病，例如感冒和流行性感冒。

強調尊重和反偏見的原則。應讓您的孩子瞭解，不應依據種族、族裔或國籍來假設風險。

某間學校已關閉。我的孩子不是該校學生，但是最近曾前往該校。我該如何處理?

衛生專家認為，病毒主要透過下列方式在人與人之間傳播：

- 人與人之間約 3 至 6 英尺的近距離接觸，或
- 透過患者咳嗽或打噴嚏產生的飛沫傳染。
- 透過接觸受到污染的表面或物體。可能會透過接觸帶有病毒的表面或物體，然後觸摸自己的嘴巴、鼻子或可能眼部，而使人感染 COVID-19。然而，衛生專家不認為這是病毒傳播的主要途徑。

請觀察您的孩子是否出現症狀（發燒、咳嗽、呼吸短促）。

請教導您的孩子養成規律的良好衛生習慣，例如：

- 用肥皂及清水[洗手](#)至少 20 秒鐘，以及

- [咳嗽及打噴嚏的禮節](#)。

清潔和消毒經常碰觸之物件和物件表面。您可使用一般的家庭清潔噴霧劑或濕紙巾。

即使學校未關閉，如果我決定不讓孩子上學會如何? 我如何獲得孩子學校作業的協助?

請與您孩子在當地校區的老師和校長合作。他們可與您討論關於出席政策，且可說明其對於支持居家學習的任何程序。

我的孩子是否可在學校戴口罩?

美國疾病管制與預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) 未建議健康人士戴口罩來預防呼吸道疾病，包括 COVID-19。州政府並未禁止您的孩子在學校戴醫用口罩。然而，建議您與當地學校確認其政策。出現 COVID-19 症狀的人士**應該**戴口罩，以防止將疾病傳染給他人。戴口罩對於下列人士也非常重要：

- [醫療工作人員](#)，和
- [近距離照顧患者的人士](#)（在家中或醫療設施）。

如果您的孩子生病，應待在家中，而非戴口罩上學。

如果學校課程被取消，我的孩子該如何獲得午餐和早餐?

請與您的學校確認。這些計畫是在當地層級執行。

我無法向工作請假，我應如何獲得托兒服務?

請現在開始與他人討論關於可用資源。例如：

- 家人
- 當地教會，或

- 社區組織。

我是否應擔心公共負擔規則 (public charge rule)? 我擔心自己的移民狀態。

您的健康、您家人的健康和我們的社區均非常重要。公共負擔規則不適用於所有醫療照護或每位移民。許多公共衛生福利不計入公共負擔規則，包括：

- 為未滿 21 歲者提供承保的奧勒岡州健康計畫 (Oregon Health Plan) (即：Medicaid 和 Children's Health Insurance Program, 或稱 CHIP)
- 為孕婦 (包括生產後 60 天內) 提供承保的奧勒岡州健康計畫 (Oregon Health Plan) (即：Medicaid 和 Citizen-Alien Waived Emergent Medical Plus, 或稱 CAWEM Plus)
- Oregon MothersCare (OMC) 計畫
- 為所有年齡者提供承保的緊急奧勒岡州健康計畫 (Emergency Oregon Health Plan) (即：CAWEM)
- Oregon's Cover All Kids 計畫
- 由 Medicaid 所承保之 Individuals with Disabilities Education Act (IDEA) 資助的特殊教育服務
- 提供給學齡兒童的學校健康服務
- 透過奧勒岡州 Health Insurance Marketplace 補助的商業健康保險保費
- Medicare D 部分低收入戶補助 (Part D Low-Income Subsidy, LIS)
- 此處未列出的許多其他健康、教育和社會服務計畫。

有關更多資訊，請造訪 OHA 公共負擔[網頁](#)、[資訊表](#) ([西班牙文](#)) 和[常見問題](#) ([西班牙文](#))。

我如何取得有關此份資訊的最新訊息？

[美國疾病管制與預防中心 \(CDC\)](#)

此網站提供有關美國 COVID-19 疫情的最新資訊。

[奧勒岡州衛生局 \(OHA\)](#)

此網站針對奧勒岡州 COVID-19 疫情提供資訊。

[211](#)

如果您不易取得網路資訊，請在奧勒岡州撥打 211。相關人員可提供您有關 COVID-19 的一般資訊。

請查閱您學校的網站，該網站可能會提供最新資訊。此外，您也可查閱當地新聞和可信賴的社交媒體網站。