



## 育兒服務提供者 COVID-19 規定和建議

生效日期：2022年11月9日

### 適用性

本文件適用於如下定義的育兒服務提供者，以提供有關我們社區在 COVID-19 期間的健康、安全操作規定及建議。如果本指南未規定育兒服務提供者必須採取具體行動，他們則可選擇是否實施建議的資訊或實踐。提供者可能會考慮健康公平、社區 COVID-19 程度、計劃中最新 ([up to date](#)) 接種疫苗的人數以及兒童和工作人員的健康狀況。

### 定義

本文件應用以下定義：

- “育兒服務提供者” 包括但不限於經認證的育兒服務、由照顧13歲以下兒童的政府部門或政府機構運營的托兒計劃、有記錄的計劃、註冊家庭服務提供者和臨時無執照的緊急兒童育兒服務提供者。
- “認證育兒服務” 是指根據ORS 329A.250(2) 定義具有有效認證的計劃。
- “有記錄的計劃” 是指根據ORS 329A.255或329A.257發布的具有有效記錄的計劃。
- “註冊家庭服務提供者” 是指根據ORS 329A.250(11) 定義具有有效註冊的計劃。
- “以校為基的計劃” 是指上文定義的育兒服務提供者、認證托兒中心或在學校設施內為兒童或學生服務的有記錄計劃。學校設施包括公立、私立、教區或特許學校，或提供幼稚園至12年級的替代教育計劃或其任何部分。
  - 以校為基的計劃並不包括認證家庭育兒服務或註冊家庭育兒服務。



Oregon  
Health  
Authority

## 育兒服務規定

上文定義的所有育兒服務提供者都需要以下部分。育兒服務提供者可以選擇施加更嚴格的規定。

## COVID-19隔離和通知

### 育兒服務提供者必須：

- 無論疫苗接種狀態，在俄勒岡州衛生局 (OHA) 依據 OAR 333 第19部分(OAR 333-019-0010) 採用的規則所指定的時間內，以及根據情況應用OHA相關隔離或檢疫的指導，將任何患有COVID-19 的兒童或工作人員隔離在計劃之外。
  - 所有確診和推定病例，包括無症狀病例，必須在出現症狀或檢測陽性後五天內從該計劃中隔離。患者在五天後，且無需退燒藥24小時不發燒的情況下改善症狀即可返回。
  - 返回育兒服務時，建議2歲或上的患者在完成隔離後的五天戴上合適的口罩。不能或不想戴口罩的人應繼續額外隔離五天，總共10 天。
  - 如果有COVID-19症狀的人在五天期間的任何時間檢測陰性，則可縮短隔離期。該計劃應諮詢當地公共衛生當局以獲得更多指導。
- 如果場所內出現 COVID-19 病例，請盡快通知所有家庭和其他人士。該計劃應將接觸情況通知給家庭，以便他們觀察症狀或進行測試。
- 如果在任何一天有因為呼吸系統疾病（包括新的咳嗽、發燒、呼吸急促、鼻塞/流鼻涕、味覺或嗅覺喪失症狀）而突發的異常高缺勤率，請立即通知當地公共衛生局。
  - 當三名或以上的家庭育兒計劃工作人員或兒童因呼吸道疾病而缺席時，提供者必須向當地公共衛生當局報告。
  - 當10名或以上的以中心為基、有記錄和以校為基育兒計劃工作人員或兒童因呼吸道疾病而缺席時，提供者必須向當地公共衛生當局報告。
  - 如果存在跟疾病無關的原因（例如假期、長周末的前一天或後一天，托兒所兒童參加校外活動等），該計劃不需報告上增缺席率。

### 建議育兒服務提供者：

- 無論是否接種過疫苗，建議出現了COVID-19主要症狀（發燒、呼吸急促、新的咳嗽、味覺或嗅覺喪失）的兒童或工作人員都留在家中，或者在育兒場所時出現症狀，則立即回家。此外，育兒服務提供者必須遵守所有俄勒岡行政規則(Oregon Administrative Rules)有關傳染病和症狀隔離時間表的適用規定。
  - 如果在育兒場所裡出現症狀，建議工作人員和兒童（2歲以上）在該期間內戴上口罩並接受檢測。
  - 如果兒童或工作人員出現以下COVID-19主要症狀之一（發燒、呼吸急促或新的咳嗽），並且COVID-19檢測呈陰或未接受過檢測，他們可在24內小時不發燒以及症狀改善後返回該計劃。

- 如果兒童或工作人員有兩種主要的COVID-19症狀或新出現的嗅覺或味覺喪失且未經檢測，他們應在症狀出現後在家中待五天，直到連續24 小時不曾發燒，並且症狀改善了。呈陰後，他們可在24內小時不發燒以及症狀改善後返回該計劃。
- “新的咳嗽” 對該人來說，是指異常的咳嗽（不是通常的哮喘、過敏）。
- “發燒” 是指沒有使用退燒藥的情況下，100.4 華氏度或上的體溫。
- 其他症狀，例如喉嚨痛、疲勞、頭痛、充血、流鼻涕或肉體疼痛等，不一定需要隔離。如果症狀持續超過一天，請考慮諮詢醫療服務提供者或進行COVID-19檢測。育兒服務提供者必須遵守其他適用的基於症狀隔離規定。
- 接觸過 COVID-19但沒有症狀的兒童和工作人員不需要隔離。無論疫苗接種或先前感染情況如何，建議接觸過COVID-19的兒童或工作人員：
  - 在最近一次接觸後10天內留心類似COVID-19的症狀。
  - 如果出現症狀，請待在家裡並接受檢測。
  - 最近一次接觸後10天，在別人的周圍內應戴合適的口罩。
  - 如沒必要，避免相見高危人群。
  - 考慮在接觸後大約五天內進行測試。
  - 如果他們測陽或出現COVID-19 症狀，請遵循上述隔離指南。

## 疫苗

早教部門和俄勒岡州衛生局鼓勵所有符合條件的人打 COVID-19 疫苗並及時加打強劑量，包括所有6 個月或上的兒童。及時加打COVID- 19疫苗是保護您自己和您社區免於重病的最佳方式。在此處 ([here.](#))了解更多有關如何打疫苗的資訊。



完成主要系列並接受所有推薦加強劑量的人士是「最近期」([up to date](#))的。請上CDC網站了解更多有關加強劑量 ([booster recommendations](#)) 的資訊。

### 以校為基計劃的兒童保育疫苗接種規定：

上述定義的 “以校為基的計劃” 必須確保所有參加該計劃的16歲或上的工作人員和志工都完全接種了COVID-19 疫苗，並遵守OAR 333 第19部分(OAR 333-019-1030) 中所有其他的俄勒岡州衛生局相關規定。

- “完全接種” 是指已經打了全兩劑的雙劑COVID-19 疫苗或一劑單劑的COVID-19 疫苗，並且離最近一劑疫苗已過了至少14天。
- 工作人員和志工不得在計劃中提供教學、工作、護理、學習、協助、觀察或志願服務，除非他們已完全接種了疫苗或提供了特殊醫療或宗教例外情況的文件，並且該例外情況已獲批准或接受。
- 此規定不適用於短期訪客或送貨的人。

工作人員和志工必須向計劃提供COVID-19 疫苗接種的證明或者特殊醫療或宗教例外文件。

- 醫療例外必須包括由並非尋求例外者的醫療提供者簽署的文件，證明該人有限制打COVID-19 疫苗的身心損傷或障礙。醫療文件必須表明具體的醫療診斷，以及其損傷或障礙是暫時還是永久性的。
- 宗教例外必須包括一份採用俄勒岡州衛生局規定的表格，由當事人簽署，聲明因基於真誠持有的宗教信仰，以及解釋其宗教儀式、實踐或信仰如何衝突疫苗接種規定，請求豁免打COVID-19 的文件。

## 傳染病計劃

### 育兒服務提供者必須：

制定一份遵循符合俄勒岡州衛生局 OAR 333 第19部分(OAR 333-019-1005) 傳染病預防及控制規定的書面傳染病管理計劃，內容包括：

- 有必要時，通知當地公共衛生局、家庭和其他相關潛在次觸者的政策與流程；
- 符合俄勒岡州衛生局 OAR 333 第19部分(OAR 333-019-0010) 規定的個人隔離協定；
- 有必要或當俄勒岡州衛生局或者地方公共衛生局建議時，終止計劃活動的協定；
- 指定一名可促進溝通、維持安全運營，並回答來自州立或當地公共衛生局或者監管機構、家屬和工作人員的COVID-19問題的聯絡人。
- 必須向所有員工和家屬提供COVID-19聯絡人的聯絡資訊。

### 預防策略建議

建議育兒計劃制定以下最好防止傳播COVID-19的做法。每個育兒計劃都應考慮最能維持每個兒童和工作人員的健康和福祉的政策與做法。傳播機會隨著每一項的努力而緩解與減少。當COVID-19社區感染率（[COVID-19 community levels](#)）上升時，尤其是中等或高級別期間，該計劃應考慮添加以下所述的預防策略，以保持安全的面對面學習並保持計劃的安全開放。

### 最佳的預防策略是：

- 給符合條件的人打疫苗以及加強劑
- 生病時待在家裡
- 口罩（詳情見下）
- 舒暢的通風和空氣流通
- 手部衛生、呼吸禮貌
- 清潔

## 最佳測試實踐

俄勒岡州衛生局建議有症狀或有重高COVID-19風險並已接觸COVID-19的人應接受COVID-19檢測。建議在接觸後大約五天進行測試。請上此網站搜索測試點並了解更多消息：

<https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-testing>

## 最佳口罩實踐

州政府不再規定在育兒場所裡必須戴口罩。當決定是否戴口罩時，個人和計劃應評估本身和社區的風險。任何計劃可以選擇實施自己的屏蔽規定。早教部 (ELD) 和俄勒岡州衛生局 (OHA) 支持計劃鼓勵每人戴口罩。ELD 和OHA與疾病控制中心一致**強烈建議**所有2歲或上的人在以下室內情況下佩戴口罩：

- 很高的COVID-19社區感染率 ([community levels](#)),
- 中等COVID-19社區感染率 ([community levels](#)), 而本身：
  - 尚未接種疫苗,
  - 有低下的免疫功能,
  - 有身心障礙,
  - 有會增高COVID-19重症風險的潛在健康狀況,
  - 是65歲或上
  - 與有潛在健康問題的人一起生活。
- 某些計劃可能會為了幫面臨較高COVID-19重症風險的兒童和工作人員營造一個有包容性和支持性的環境，選擇在較低COVID-19感染率的社區繼續普遍戴口罩。

由於不建議2歲以下的兒童戴口罩，以及年幼與某些身心障礙的兒童可能會有困難戴口罩，當COVID-19社區感染率偏高時，育兒計劃可能需要考慮添加其他預防策略。推廣符合條件的人接種疫苗一項是重要的預防策略，因為當周圍的人打了疫苗後，未打疫苗者的風險會降低。

建議在COVID-19隔離後重返育兒計劃的2歲或上的人再次佩戴合適的口罩。

## 最佳飲食和營養實踐

1. 盡可能組織小而定時的進餐群組。
2. 進餐時，人與人之間要保持3英尺的距離。
3. 密切監督所有用餐時間，包括餵養嬰兒和幼兒，以防止兒童分享和/或接觸彼此的食物。

## 最佳通風和空氣流通實踐

通風是減少室內病毒傳播和促進健康學習環境的主要工具。室內空氣需要特別的關注，因為經呼吸、說話、大笑、喊叫、唱歌、咳嗽及打噴嚏所產生並在空氣中積聚的小顆粒和氣溶膠會傳播 COVID-19。此外，改善室內空氣品質相關更好的兒童和工作人員出席率、參與度和幸福感以及其他健康因素，包括減少哮喘和過敏症。優化室內空氣帶來的好處不僅限於減輕傳染病的傳播。

通過以下方式改善室內空氣品質：

1. 通過打開門窗、使用風扇等方法，盡可能流通來自室外的空氣。請見 [OHA Indoor air considerations for COVID-19 for smaller spaces and CDC ventilation recommendations](#)；
2. 將室內空氣排到室外；
3. 用有效的過濾方法（如HEPA過濾器）淨化室內循環的空氣並去除空氣中含病毒的顆粒；以及
4. 如適用，確保通風系統（如HVAC）正常運行。

所有通風策略都應包括安全和健康預防措施，像限制開窗的次數、將紗窗蓋在窗戶和風扇上、盡量減少接觸花粉或煙霧以及調節恆溫器，保持舒適的室溫。

## 最佳洗手和呼吸禮貌實踐

定期洗手是去除細菌、避免生病、防止傳播細菌給別人的最佳方法之一。洗手可以保持您的健康，並防止呼吸道和腹瀉感染人傳人。

別人或表面可傳播細菌，當您：

- 用未洗過的手碰您的眼睛、鼻子或嘴巴。
- 用未洗過的手準備或食用食物和飲料。
- 觸摸受污染的表面或物體。
- 用手擤鼻涕、咳嗽或打噴嚏，然後碰別人的手或日常用品。

應建議並鼓勵每個人經常洗手或使用洗手液。用以圖片為主的標誌和工作人員的定期提醒教導兒童手部衛生的重要性。

通過標誌和工作人員的定期口頭提醒，教導兒童呼吸禮貌的重要性。呼吸禮貌包括用肘部或紙巾遮住咳嗽和噴嚏。紙巾應丟入垃圾桶中，然後立即洗手或消毒。

## 如何幫助您的孩子戴上面罩

孩子們一開始可能會害怕戴面罩，這是可以理解的。以下是一些可以幫助他們減少恐懼的主意。

- 讓您的孩子挑選並裝飾自己的面罩。
- 嘗試不同的款式以找到舒適的款式。
- 將面罩戴在最喜歡的毛絨玩具上，或在最喜歡的書本人物臉上畫一個面罩。
- 當每個人都是舒適放鬆但不是太困時引入面罩。
- 幫助您的孩子在家裡練習適應戴面罩。
- 用戴著口罩的人物與孩子一起玩一些“扮家家”的遊戲。
- 在您外出時指出其他戴口罩的人。



**兩歲以下或無法取下面罩的兒童不應佩戴面罩。**

如需更多資訊，請訪問

[healthoregon.org/coronavirus](http://healthoregon.org/coronavirus) or call 211

**Health**  
Oregon

## 最佳運輸實踐

1. 依照上述隔離規定隔離該人的運輸。
2. 確保把在參與計劃期間生病的兒童盡快送回家。如果該計劃負責送孩子回家，則應把那個孩子隔離。2歲以上且有能力的兒童則應戴上口罩，並與車上的其他兒童保持六英尺的距離。
3. 每天清潔整個車輛，特別是經常接觸的表面，如座椅、方向盤、門把手、扶手、通風口和座椅頂部。應用經 EPA批准用於對抗SARS-CoV-2的消毒產品：<https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2-covid-19>。車內的安全椅和安全帶應用溫和的清潔劑和水清洗。通風口應始終開放，以便空氣流通。如果安全和天氣都還可以的話，請微開窗戶以便通風。

## 最佳健康教育、訓練和溝通實踐

教導所有員工和家人保持良好的衛生習慣，並以防止傳播COVID-19的方式行事。這包括以下最佳做法：

1. 有個可訓練員工並告知家庭有關COVID-19安全預防措施以及識別COVID-19徵象和症狀的方法。
2. 在更新安全預防措施時提供員工培訓，並為新員工在工作第一天前或入職訓練期間提供培訓。

## 最佳清潔和建築維護實踐

*\*注意：了解清潔、殺菌、消毒與三步法 (3-Step Method) 之間的區別：*

1. 洗滌
2. 沖洗
3. 衛生消毒或消毒

*\*清潔是在殺菌或消毒之前，先用清潔劑或肥皂和水清除表面上的污垢和碎屑。*

*\*殺菌減少但不能完全清除表面的細菌。消毒劑把表面的細菌去除至認為安全的水平。殺菌三步法最常用於食品表面、廚房和教室。*

*\*消毒消滅細菌並防止它們生長。美國環境保護署 (EPA) 規管消毒劑。消毒三步法最常用於體液和浴室/換尿布區。*

1. 使用EPA批准用於抵抗SARS-CoV-2的家用消毒劑：<https://www.epa.gov/pesticide-registration/listn-disinfectants-use-against-sars-cov-2-covid-19>。稀釋過的家用漂白劑溶液也可用於某些表面。使用漂白劑時，請每天混新的稀釋劑；把內容和稀釋日期標記在瓶子上。
2. 對於患有哮喘的兒童或成人：謹慎使用或在兒童不在時使用漂白劑產品。用濕巾或把產品直接抹在濕毛巾上，而不是噴霧。
3. 正確操作通風系統和/或通過打開門窗、使用風扇和其他方法盡可能增加空氣流通。連續運行通風系統並更常更換過濾器。如果風扇會帶來安全或健康風險，例如



增加接觸花粉/過敏的機會或加劇哮喘症狀，請勿使用風扇。  
例如，如果關了門窗而風扇正在循環空氣，則不要使用風扇。

4. 變髒的玩具應至少每週殺菌一次。每群組每次使用之間應清洗下水層。玩具可以在洗衣機、洗碗機中用熱水和肥皂/洗滌劑清洗，或用手清洗。盡量用烘乾機烘乾玩具。不要跟髒盤子、餐具等同時清洗玩具。

#### 手洗玩具時：

**第1步：**用肥皂或清潔劑和溫水徹底清洗玩具，去除大部分污垢、污垢和唾液。在殺菌之前清潔玩具是很重要的，因為消毒劑會殺死更多在乾淨表面上的細菌。

**第2步：**用水沖洗去除玩具的污垢、肥皂殘留物和細菌，以更加清潔表面。

**第3步：**把玩具殺菌消毒。殺菌將表面上的細菌減少到安全水平。將玩具浸入殺菌液或用噴霧充分覆蓋玩具。戴上家用橡膠手套保護您的皮膚。等玩具完全乾了(即過夜)或 2 分鐘後，用紙巾擦乾玩具。使用漂白劑進行殺菌時，溶液中的氯氣會從玩具蒸發掉，因此不會留下任何殘留物，而無需進一步沖洗清洗溫度計、奶嘴、長牙玩具和類似物品，並在每次使用之間向可重複使用的部件進行殺菌。奶嘴不應共用。

5. 每隔一天吸塵鋪了地毯的地板和小地毯一次，當它們變髒時，請在沒有兒童的時候進行。請使用指定的適當清潔劑消毒受污染的表面。
6. 每天消毒如門把手、電燈開關、非飲食檯面、把手、桌子、電話、鍵盤和馬桶等高接觸表面，包括當天結束時。
7. 必須每天消毒衛生間和換尿布區域，包括但不限於洗手池、櫃檯、馬桶、馬桶把手、地板、尿布垃圾桶和浴室地板。尿布台每次使用後都要消毒。
8. 在每次使用前後，清洗和消毒桌子和高腳椅托盤。
9. 食物調製表面、檯面、餐具和餐具以及食物調製水槽在每次使用後都應清洗和消毒。工作檯面也應在每天結束時進行消毒。
10. 每天消毒廚房地板。
11. 每月清洗和消毒冰箱。
12. 床上用品、床單和衣物應至少每週用熱水洗衣機消毒及烘乾一次，並在別的兒童使用之間進行。處理病人的髒衣服時，請戴上一一次性手套。在擺移前，把所有要進入洗衣房的物品包起來。不要搖晃髒衣服。病人的髒衣服可以和別人的衣服一起洗。
13. 在如平板電腦、觸摸屏、鍵盤和遙控器的電子產品上使用可清洗的蓋子。
14. 家庭計劃：在家人和兒童使用之間的時間清洗該空間。

## 其他資源

[Association of Camp Nurses – Communicable Disease Management](#)

[Template CDC Guidance: Cleaning and Disinfecting Your Facility](#)

[CDC Guidance: Operational Guidance for K-12 Schools and Early Care and Education Programs to Support Safe In-Person Learning](#)

[Oregon Health Authority Oregon Administrative Rules 333-019-0010 Disease Related School, Child Care, and Worksite Restrictions: Imposition of Restrictions](#)

[Oregon Health Authority Oregon Administrative Rules 333-019-1030 Vaccination Requirements for Teachers and School Staff](#)

[Oregon Health Authority Oregon Administrative Rules 333-019-1005 Public Health and Safety Requirements for Child Care Providers and Youth Programs](#)

[CDC Guidance: COVID-19 by County](#)

[ELD Additional COVID-19 Resources for Providers and Families](#)

**獲取文檔：** OHA 可為患有身心障礙人士或者使用非英語的人士提供翻譯、大字體或盲文等格式的資訊。

請致電1-971-673-2411，聽障專線711或 [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us)  
聯繫健康資訊中心

# 托兒所的隔離和禁入指引

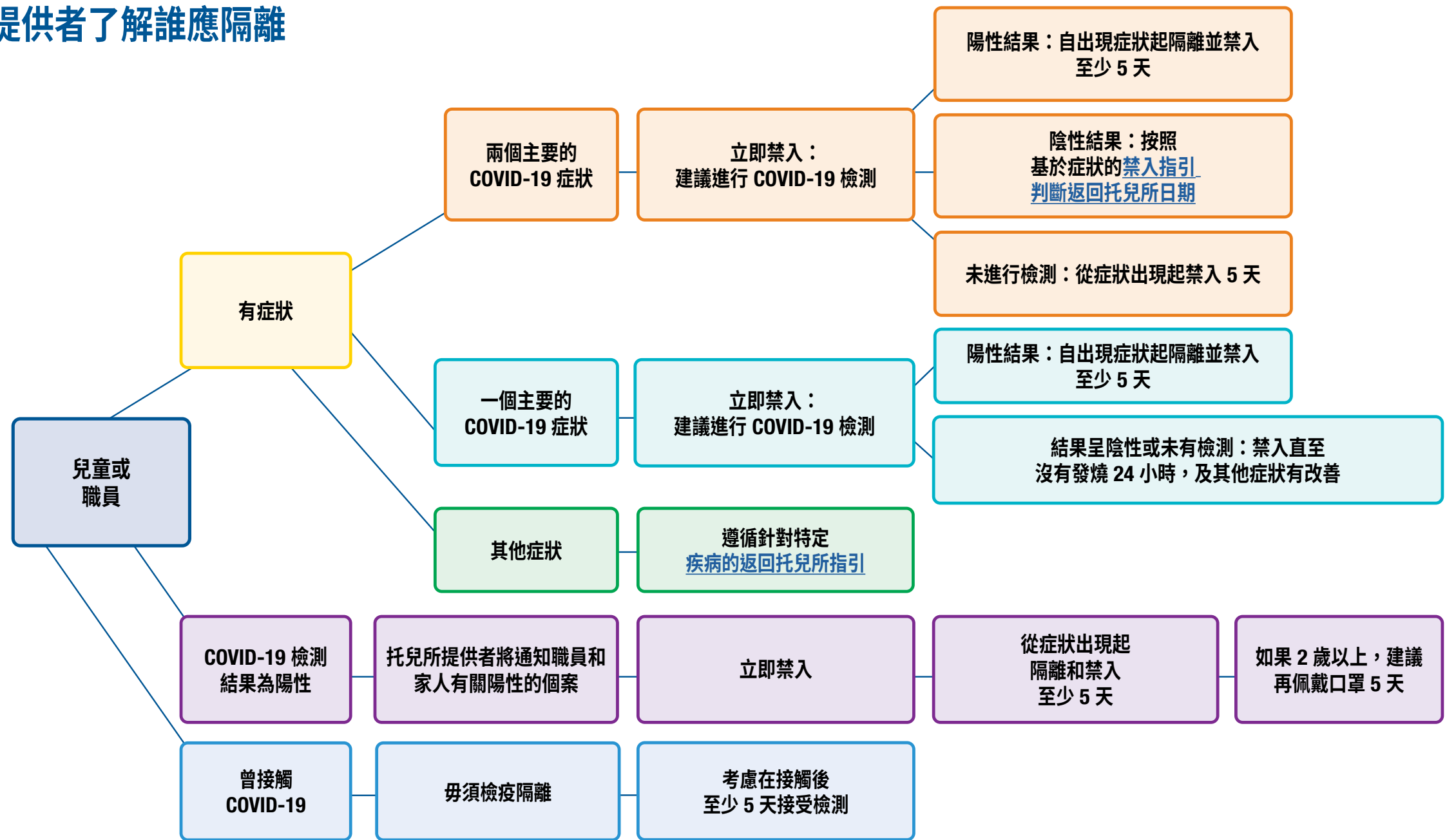
該決策樹旨在幫助指導托兒所提供者了解誰應隔離或者誰應該被禁入其設施。

**隔離**是指如果個人在接觸 COVID-19 後檢測呈陽性或出現兩種主要症狀，則留在家中至少 5 天並遠離他人。建議 2 歲及以上的個人在 5 天隔離期結束後再佩戴口罩 5 天（第 6 天至第 10 天）。如果症狀在第 5 天之前沒有改善，應繼續隔離。

**禁入**是指如果兒童或教職員工出現傳染病症狀，則禁止其進入托兒所。

**基本的 COVID-19 症狀**為新出現的咳嗽（與已知的潛在病況如哮喘或過敏無關）、體溫達 100.4°F 或以上、呼吸短促以及新出現的味覺或嗅覺喪失。

**其他症狀**包括疲勞、身體疼痛、發冷、頭痛、喉嚨痛、鼻塞、流鼻涕、噁心、嘔吐、腹瀉、皮疹或瘡、眼睛發紅和黃疸。



問題？請聯絡 [ProviderContact@ode.oregon.gov](mailto:ProviderContact@ode.oregon.gov) 或俄勒岡州衛生局的[如果您的檢測呈陽性求助熱線](#)