



## 重開指引之常見問題 州立口罩、面部保護罩、面罩指引

(更新日期: 2020 年 8 月 18 日)

以下是俄勒岡州衛生局 (OHA) 有關州立口罩、面部防護罩、面罩指引的常見問題 (FAQ)。OHA 提供這些常見問題，以協助公眾理解該指引、解答利益持份者的問題，並闡明指引可如何應用於特定情況。這些常見問答可能會間歇性地更新。常見問題並不能取代指引，而是用來解釋、補充和提供指引詳情。

就本常見問題而言，適用定義如下：

- 「面罩」是指覆蓋口鼻的布料、紙質或即棄面罩。
- 「面部防護罩」是指覆蓋前額至下巴以下的透明塑膠防護罩，並環繞面部兩側。
- 「口罩」是指醫療級別口罩。

### 州立指引的問題：

#### 問題 1: 我是否需要公共場所戴口罩、面部防護罩或面罩？

答案 1: 是，在大多數企業、向公眾開放的室內空間和向五 (5) 歲及以上人士公眾開放的戶外空間，均需要佩戴口罩、面部防護罩或面罩。

如果想參閱需要佩戴口罩、面部防護罩或面罩的企業名單，請查看州立指引。

**強烈建議**所有人士，包括年齡介乎兩 (2) 歲至五 (5) 歲的兒童，在室內和室外公共場所的任何時候均佩戴口罩、面部防護罩或面罩。尤其對於那些有較高患重病或死亡風險人士的地方，以及與同住家人以外的其他人不能保持最少六 (6) 呎身體距離的地方，這一點非常重要。

#### 問題 2: 口罩、面部防護罩或面罩規定是否有任何豁免情況？

答案 2: 在州立指引所涵蓋的場所中，您只有短暫時間不必佩戴口罩、面部防護罩或面罩，但並沒有豁免情況：

- 當員工、承包商或義工所從事的工作無需與公眾進行互動，以及可與其他人保持最少六 (6) 呎距離時，則不需要佩戴口罩、面部防護罩或面罩。例如：

一個通風良好的大型倉庫，每個人之間均可以一直保持六（6）呎以上距離，而公眾則無法進入。

- 飲食時不需要佩戴口罩、面部防護罩或面罩。然而，室內空間通常與病毒傳播風險增加有著關連。盡可能選擇戶外空間進行飲食。
- 對於個別人士所從事的活動令佩戴口罩、面部防護罩或面罩變得不可行時（例如：在游泳、或彈奏木管樂器或銅管樂器時），則無需佩戴口罩、面部防護罩或面罩。
- 在需要以視覺對比樣貌來確認身份的情況下（例如：在銀行或與執法部門溝通時），則可以短暫地除下口罩、面罩或面部防護罩。如果可能的話，請在除下覆蓋物時限制說話，因為說話時可能會產生含病毒的氣霧和飛沫。

**問題 2(a)：** 是否有宗教原因可以豁免佩戴口罩、面部防護罩或面罩？

答 2(a)：沒有。在州立指引所涵蓋的場所中，您只有短暫時間不必佩戴口罩、面部防護罩或面罩。例如：在向公眾開放的營業場所、或室內或戶外空間進行無法佩戴口罩、面部防護罩或面罩的活動時（例如：在游泳或彈奏銅管或木管樂器時），則無需佩戴口罩、面部防護罩或面罩。在唱歌或彈奏樂器時則必須戴口罩、面部防護罩或面罩。請參見以上的答案以獲取更多資料。

**問題 3：** 如果有未有佩戴口罩、面部防護罩或面罩的潛在客戶或訪客出現在我負責的公司或室內或戶外公共場所時，我該怎麼辦？

答案 3：您可以提供口罩、面部防護罩或面罩。負責向公眾開放室內或戶外空間的企業和人員應（但非必要）向沒有自備面罩的顧客或訪客提供免費的即棄面罩。

**問題 3(a)：** 如果有未有佩戴口罩、面部防護罩或面罩的潛在客戶或訪客出現，並聲稱自己的殘疾令其無法佩戴口罩、面部防護罩或面罩時，我該怎麼辦？

答案 3(a)：如果殘疾人士未能佩戴口罩、面部防護罩或面罩，公共場所（例如：企業或向公眾開放的空間）則需要與該人士合作，尋求合理的通融措施，以便他們可以使用服務，例如：在路邊取貨、送貨或透過電話或視像進行預約。合理的通融並不包括簡單地容許沒有佩戴口罩、面部防護罩或面罩的顧客進入室內。

**問題 3(b)：** 我是否可以問一位聲稱自己有殘疾而無法佩戴口罩、面部防護罩或面罩的人士提供醫生證明？或者我是否可以要求他們提供有關其殘疾的特定資料？

答 3(b)：不可以。您不應向殘疾人士索取醫生證明或其他類似的殘疾證明。如果個別人士告知您他們無法佩戴口罩、面部防護罩或面罩，您則必須考慮可以進行哪些合理的通融，以便他們可以使用服務。

**問題 3(c)：** 如果有人拒絕佩戴口罩、面部防護罩或面罩而沒有殘疾情況該怎辦？

答 3(c)：公共場所應拒絕提供服務。

**問題 4:** 對於那些說自己不能佩戴口罩、面部防護罩或面罩的員工，是否可獲豁免佩戴口罩、面部防護罩或面罩的規定？

答案 4: 不可以。除員工身處於不會與公眾互動的位置，以及可以與其他人保持六（6）呎或以上距離的情況外，員工必須遵守佩戴口罩的規定。如果員工因殘疾而不能佩戴口罩、面部防護罩或面罩，僱主則必須與員工合作，以決定是否可以就此提供合理的通融。僱主應與其人力資源部合作或與其法律顧問對話，以決定他們能解決此問題的法律選項。僱主亦可以聯絡勞動及工業局（Bureau of Labor and Industries, BOLI）尋求技術性支援。

**問題 5:** 如果有乘客在上巴士時說自己因為身體問題而不能佩戴口罩 / 面罩，公共運輸供應商應怎辦？

答案 5: 公共運輸供應商應為該名乘客安排單獨的運輸服務或在合理通融的情況下為該名乘客提供運輸服務，但不應容許該名乘客上巴士。

**問題 6:** 如果有人不能或沒有佩戴口罩或面罩，但有佩戴面部防護罩，這是否符合規定？

答案 6: 是，可以接受使用覆蓋前額至下巴以下並環繞面部兩側的面部防護罩。

**問題 7:** 能覆蓋下巴和口部的廚師塑膠面罩是否可以用作口罩、面部防護罩或面罩？

答案 7: 不可以。面部防護罩必須覆蓋前額至下巴以下並環繞面部兩側。

**問題 8:** 政府是否會向殘疾人士簽發任何文件，說明該名人士不必佩戴口罩、面部防護罩或面罩？

答案 8: 否，政府不會提供豁免口罩、面部防護罩或面罩規定的文件。

**問題 9:** 在哪裡可以獲取有關《美國殘疾人法案》（ADA）的更多資料，以為殘疾人士提供通融措施？

答案 9: 有一些很好的資源，此處是一些有用連結：

- [殘疾事宜簡報、ADA 及面罩政策](#)
- [俄勒岡州 OSHA 諮詢備忘錄](#)
- 勞工及工業局轄下的[僱主技術性支援計劃](#)可以對合理通融程序提供指引，請致電 971-673-0824 或電郵至 [bolita@boli.state.or.us](mailto:bolita@boli.state.or.us)。

那些遭受殘疾歧視，包括在未有合理通融情況下被拒絕服務的人士，應聯絡勞工及工業局民權科，電話：971-673-0764 或電郵：[crdemail@boli.state.or.us](mailto:crdemail@boli.state.or.us)。

**問題 10:** 在使用州立服務或進入州立建築物時，我是否必須佩戴口罩、面部保護罩或面罩？

答案 10：在前往該場所之前，請先致電或瀏覽州立機構的網站，以確定該場所是否向公眾開放。

在以「類似零售業方式營運」和向公眾開放的州立機構，則需要佩戴口罩。「類似零售業方式營運」的例子包括：機動汽車駕駛管理部的外地辦事處、環境質素部的車輛檢查計劃和人類服務部的外地辦事處。

已指示州立機構的外地辦事處創建場所，為因殘疾而無法佩戴口罩、面部保護罩或面罩的人士服務或為拒絕佩戴口罩、面部保護罩或面罩的客戶提供服務，例如，在遠離其他客戶的區域並在員工與客戶之間設置樹脂玻璃的屏障。

如果客戶沒有面罩，則為客戶提供面罩。

在州立政府辦公大樓的公共區域（例如，向公眾開放的大廳、洗手間和午餐室），需要使用口罩、面部保護罩或面罩。

**問題 11：** 在向公眾開放的地方政府建築物是否需要口罩、面部保護罩或面罩？

答案 11：是，如果向公眾開放，則口罩、面部保護罩或面罩的要求適用於地方政府的建築物。

**問題 12：** 全州的口罩、面罩、面部保護罩的指引是否適用於不向公眾開放的企業？

答案 12：否。需要遵循此指引的企業和公共場所的完整名單已列於[州立口罩、面部保護罩、面罩指引](#)。

列於本指引的企業僱主和公眾空間營運商必須實施室內和戶外空間指引。

**問題 13：** 在不向公眾開放的室內或戶外（如製造工廠）使用口罩、面部保護罩或面罩的指引是什麼？

答案 13：佩戴口罩、面部防護罩或面罩的規定並不只是為了保護公眾。這亦同時與保護其他員工有關。如果室內或戶外範圍並非是本指引定義下的企業，或是向公眾開放的室內或戶外空間，則無需佩戴口罩、面部保護罩或面罩。然而，COVID-19 仍有機會在這些場所傳播。因此，強烈建議在所有場所佩戴口罩、面部保護罩、面罩，尤其在與其他人不能保持最少六（6）呎距離的情況下。增加通風量（例如：打開門窗）可以進一步降低病毒傳播的風險。

**問題 14：** 如果某位員工在有機玻璃後工作，該員工是否需要戴口罩、面部保護罩或面罩？

答案 14：是。員工、承包商和義工必須在[州立口罩、面部保護罩、面罩指引](#)定義下的企業以及室內和室外公共場所中佩戴口罩、面部保護罩或面罩。當員工、承包商或義工所從事的工作無需與公眾進行互動，以及可與其他人保持最少六（6）呎距離時，則不需要佩戴口罩、面部防護罩或面罩。例如：一個通風良好的大型倉庫，每個人之

間均可以一直保持六（6）呎以上距離，而公眾則無法進入。

**問題 15：** 托兒所和學校是否要遵守州立口罩、面部保護罩和面罩的規定？

答 15：否。托兒設施會遵循托兒行業特定指引，而學校則遵循 [ODE 指引](#)，當中包括適用於員工、學生、訪客和義工的口罩、面部保護罩和面罩規定及建議。

**問題 16：** 全州的口罩、面部保護罩和面罩指引是否適用於高等教育機構（學院和大學）？

答案 16：是。指引適用於高等教育機構的室內和戶外公共場所。

**問題 17：** 州立口罩、面部防護罩或面罩指引是否適用於室外建築工作？

答案 17：是。如果無法保持至少六（6）英尺的身體距離，則戶外建築工人必須佩戴口罩、面部防護罩或面罩。

**問題 18：** 州立口罩、面罩、面部保護罩指引是否適用於在這些縣經營的夏令營？

答案 18：否。在所有郡，夏令營必須遵循[州立的學齡日間夏令營指引](#)，當中包括適用於員工、學生、訪客和義工的口罩、面部保護罩和面罩規定及建議。

**問題 19：** 有色人種在佩戴口罩時可能會遇到哪些障礙？

答案 19：有色人種在佩戴口罩或面罩時可能會受到騷擾、偏見、排斥或其他負面反應或影響。這可能是由於種族偏見、刻板印像或歧視。這種歧視可能違反俄勒岡州法律。俄勒岡州法律不允許仇恨或偏見犯罪。仇恨或偏見犯罪是一種犯罪行為，包括攻擊性的身體接觸、攻擊、財產破壞或威脅，可能是由於他人的：

- 族裔、
- 膚色、
- 殘疾、
- 宗教、
- 原國籍、
- 性取向，或
- 性別認同。

偏見事件是指對他人作出的何任敵對表現，包括：與被視為受保護類別（如上述）相關的仇恨語言、嘲諷、模仿、排斥或歧視性拒絕服務。

由於在公共場合佩戴口罩、面部防護罩或面罩而經歷仇恨或偏見罪行或事件的人士可獲取能協助他們的資源。如果要舉報**偏見罪行**，請致電 911 聯絡執法部門。如果要舉報**偏見事件**，請致電 1-844-924-BIAS (2427) 聯絡俄勒岡州司法部。請致電 711 使用俄勒岡州轉駁服務。有關更多詳情，請前往 [StandAgainstHate.Oregon.gov](https://standagainsthate.oregon.gov)。如果要提出民權投訴，請瀏覽勞工及工業局（BOLI）[網站](#)或致電 971-673-0764。

**問題 20:** 當其他人戴著口罩、面部保護罩或面罩時，殘疾人會遇到什麼障礙？

答案 20: 殘疾人可能遇到的障礙是:

- 有些人需要看嘴巴動作或面部表情才能知道您在說什麼。
- 一些具有發育障礙或差異的人可能會誤讀或誤解面部表情。一個人可能難以僅憑聲音來理解情緒。如果您戴著口罩，他們可能僅從您的眼睛或眼眉得到提示，這可能導致負面的詮釋或對說話人的情感或意圖的誤解。
- 有些聽力困難的人會讀唇。嘴巴的動作和面部表情可以傳達很多資料，而不透明的口罩會阻礙人們看到說話者的嘴巴。
- 手語使用嘴巴傳達某些單詞和含義。當面罩遮蓋人的嘴巴時，使用手語的人很難進行溝通。

僱主和公共場所必須與殘疾人一起安排合理的通融措施，以允許僱員從事其工作或允許顧客使用服務。那些被拒絕提供合理通融措施的人士應與勞工及工業局（BOLI）[民權科](#)聯絡，電話：971-673-0764 或電郵：[crdemail@boli.state.or.us](mailto:crdemail@boli.state.or.us)。

**問題 21:** 我戴著口罩、面部保護罩或面罩時如何進行良好溝通，讓殘障人士能夠理解我？

答案 21: 確保有計劃使用其他溝通方法，例如:

- 適當地使用手勢或手語
- 準備好記事本和筆（遵循正確的清潔指引）
- 帶有圖片的印刷說明和大字體
- 使用一塊小的乾擦板和記號筆，每次使用時都要消毒
- 在手機上下載語音轉文字應用程式（遵循正確的身體距離的指引）

**問題 22:** 透明的面罩可以幫助上述障礙嗎？

答案 22: 是。有顏色的面部面罩可能會遮擋整個面部。殘疾人可能依靠看說話者的臉部來進行良好的溝通和詮釋情況。

耳聾或聽力不佳的人通常喜歡使用透明的面罩，例如面部保護罩。這些面罩可以方便溝通。

口罩、面罩和面部保護罩只能阻隔部分因咳嗽或打噴嚏而釋出的飛沫和氣霧。因此，OHA 仍建議以下事項:

- 限制人與人之間不能保持六 (6) 英尺距離的社交和消閒活動。
- 如果必須前往雜貨店、藥房或醫療機構等地點，請與其他人保持最少六 (6) 英尺的距離。

- 咳嗽或打噴嚏時用紙巾蓋住，然後立即丟棄；或向您衣服的上袖咳嗽或打噴嚏，而不是用您的手蓋住。然後用肥皂和水或搓手液清潔雙手。
- 避免觸摸眼睛、鼻子、口部或面部。
- 定期用肥皂和水徹底清潔雙手，如果無法洗手，請使用免洗潔手液（酒精含量為60–95%）。
- 如果您患病，應自我隔離。遠離工作、家人和朋友。當發燒和咳嗽在不使用退燒藥自行消失後，繼續隔離 72 小時。

您可以在家中製作透明的、非 FDA 批准的面罩。您可以在[此處](#)找到透明的面罩的模板。

請參考[州立口罩、面部保護罩、面罩指引](#)。

**問題 23:** 是否有任何人士不應該戴口罩、面部保護罩或面罩？

**答案 23:** 以下人士無須佩戴口罩、面部保護罩或面罩：

- 未滿兩（2）歲的兒童。
- 由於殘疾或醫療狀況而無法安全佩戴口罩、面部保護罩或面罩的任何人，在這種情況下應要求提供通融。
- 有呼吸困難、失去知覺、或無法在沒有幫助的情況下戴上面罩、摘下面罩或除去面罩的人。

**問題 24:** 需要戴口罩的人戴上具備呼氣閥的口罩是可接受的嗎？

**答案 24:** 否。帶呼氣閥的口罩旨在使呼吸更輕鬆並防止濕氣積累。視乎口罩類型和其貼面程度，這些口罩可以保護佩戴者避免吸入飛沫和氣霧。然而，由於呼氣閥並無配備過濾器，因此這些口罩不能過濾呼出或強行噴出的氣霧和飛沫。這些口罩不能防止微生物傳播，並只能在不需要佩戴口罩、面部保護罩或面罩的情況下才可使用。

**問題 25:** 在戶外時建議兒童戴上口罩、面部保護罩或面罩的年齡是多少？

**答案 25:** 所有年齡五（5）歲及以上的人士在身處戶外公共空間時，如無法保持最少六（6）呎身體距離，則必須佩戴口罩、面部防護罩或面罩。OHA **強烈建議**年齡介乎兩（2）歲和五（5）歲的兒童在身處不能保持最少六（6）呎身體距離的戶外地方時，應於任何時候均佩戴口罩、面部保護罩或面罩。在所有室內公共場所也應如此，尤其在不太可能與家人以外的其他人保持最少六（6）呎身體距離的地方，以及易受感染人士必須前往的地方。

**問題 26:** 口罩、面部保護罩或面罩會保護我免受 COVID-19 感染嗎？

**答案 26:** 口罩、面部保護罩或面罩能減少 COVID-19 的傳播。這包括無症狀感染者在無意間傳播病毒。隨著俄勒岡州重開企業和公共場所，遵循以下準則比以往任何時

候都更為重要：

- 如果感到不適，請留在家中。
- 如果您有較高患病風險，即使您沒有感到任何不適，也應盡量留在家中。
- 如果您在公眾場所感到不適，請回家作自我隔離，並致電您的醫療保健提供者。
- 勤洗手。
- 清潔及消毒經常接觸的表面和物件。
- 以您的手肘或紙巾遮住來咳嗽/打噴嚏。
- 不要觸碰臉部。
- 保持身體距離 — 您與非同住人士之間要保持六（6）呎距離。
- 避免通宵的旅程，並到最近距離的地方獲取必需服務。

**問題 27：** 在哪裡可以獲得有關面罩的更多資料，例如如何製作，在哪裡獲得它們以及其他提示？

答案 27：瀏覽 [CDC 網站](#)以獲取更多資料。

**問題 28：** 長時間戴口罩或布面罩是否安全？

答案 28：是。對許多職業來說，長時間佩戴口罩是保護工人的普遍做法。一些例子包括醫護人員（例如，進行長時間的手術）、建築（例如，防止灰塵和其他顆粒）和環境工作者（例如，黴菌治理）。

**問題 29：** 如果我覺得戴面罩不舒服該怎麼辦？

答案 29：因長時間佩戴布面罩而感到不適的人士應考慮使用其他布質物料，並按需要，經常在遠離其他人的情況下進行短暫休息。

**問題 30：** 戴上布面罩的正確方法是什麼？

答 30：以下是有關如何戴上布面罩的指示：

- 戴上面罩之前先洗手
- 放在你的鼻子和嘴巴上。如果戴上口罩，請將其固定在下巴下
- 確保您可以輕鬆地呼吸
- 不要蓋在脖子或額頭上
- 戴上面罩時請勿觸摸它。如果觸摸了面罩，請隨後洗手

**問題 31：** 移除布面罩、口罩或面部保護罩的正確方法？

答 31：以下是有關如何取下面罩、口罩或面部保護罩的指示：

- 僅抓住綁帶、帶子或耳圈來處理面罩、口罩或面部保護罩
- 取下時請注意不要觸摸您的眼睛、鼻子和嘴，取下後請立即洗手。
- 取下面罩後立即洗手。

**問題 32:** 清洗布面罩、口罩或面部防護罩的正確方法是什麼？

答 32:

- 布面罩：如果您的布面罩變髒或變濕，請在再次使用前用肥皂水清洗並乾燥。如果不損壞材料，您也可以將其放入常規衣物中清洗。
- 醫療級口罩：不應該清洗。一天結束時或變髒或弄濕時，請丟棄醫用口罩。
- 面部防護罩：如果不損壞面罩材料，則每天用肥皂水輕輕擦洗一次或多次，或用 60-95% 的酒精溶液均勻噴灑清潔一次或多次。

**問題 33:** 口罩、面部防護罩或面罩的要求將如何執行？

答 33: 在採取任何執法行動之前，州政府將會首先尋求與負責向公眾開放室內和戶外空間的企業和人員合作，並教育他們有關的規定。

負責向公眾開放的室內和戶外空間的企業和人員應確保其員工、承包商、志願者、顧客和訪客遵守口罩、面部防護罩和面罩的要求。如果負責室內或戶外空間的企業或人員正在竭盡全力遵守法規，那麼任何潛在的執法行動都將考慮到這一點。

違反口罩、面部遮蓋物或面罩的要求是 C 級輕罪。俄勒岡州衛生當局和地方公共衛生當局可以對違反口罩、面部防護罩或面罩要求的行為處以民事處罰並採取其他執法行動。具有國家頒發的許可證的個人或企業，可能會因違反口罩、面部防護罩或面部遮蓋物的指引而受制於許可證的行動。

**無障礙文件檔案：**對於殘疾人士或說其他語言的非英語人士，OHA 可以提供其他格式的資訊，例如：翻譯、大字體或盲文。請聯絡 Mavel Morales，電話：1-844-882-7889，711 TTY，或電郵：[OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us](mailto:OHA.ADAModifications@dhsoha.state.or.us)。