



重新开放指南常见问题 全州口罩、面部防护罩、面罩指南

(2020年8月18日更新)

以下是俄勒冈州卫生局（OHA）关于[全州重新开放口罩、面部防护罩和面罩指南](#)的常见问题（FAQ）的答案。OHA 提供这些常见问题解答，以帮助公众理解该指南，回答利益相关者的问题并阐明该指南在特定情况下的适用方式。这些常见问题解答可能会陆陆续续地更新。FAQ 不能代替指南，而是诠释、补充和提供指南的细节。

在这些 FAQ 中，适用以下定义：

- “面罩”指遮盖鼻和嘴的布制、纸制或一次性面罩。
- “面部防护罩”是指覆盖前额，在下巴下方延伸并环绕面部两侧的透明塑料防护罩。
- “口罩”是指医用级口罩。

全州指南问题：

Q1: 我在公共场合需要戴口罩、面部防护罩或面罩吗？

A1: 是的，在大多数企业、向公众开放的室内场所、向公众开放的室外场所，年龄为五（5）岁和以上的个人要求佩戴口罩、面部防护罩或面罩。

如要查看需要使用口罩、面部防护罩或面罩的企业名单，请查看[全州指南](#)。

强烈建议所有人，包括两（2）和五（5）岁的儿童，在室内和室外公共场所始终佩戴口罩、面部防护罩或面罩。这对于存在严重疾病或死亡风险较高的人，以及人们无法与家人以外的人保持至少六（6）英尺的身体距离的地方尤其重要。

Q2: 口罩、面部防护罩和面罩要求是否有豁免？

A2: 在全州指南规定所涉及的一些地方，您在短暂的时间内不需要戴口罩、面部防护罩或面罩，但没有豁免：

- 当员工、承包商或志愿者的工作不需要与公众互动，且人们之间可以保持六（6）英尺或更远的距离时，则员工、承包商或志愿者无需使用口罩、面罩或

面部防护罩。例如，一个通风良好的大型仓库中，人与人之间可以始终保持六（6）英尺以上的距离，且公众无法进入。

- 进食或饮水时不需要口罩、面部防护罩或面罩。然而，室内空间通常与病毒传播的风险增加有关。尽可能选择一个室外空间供饮食。
- 进行戴口罩、面部防护罩或面罩不可行的活动（当参加游泳或演奏木管乐器或铜管乐器）时，人员不需要戴口罩、面部防护罩或面罩。
- 在需要通过目测比较来确认身份的情况（例如，在银行或与执法部门互动时）下，可以短暂地取下口罩、面部防护罩或面罩。如果可能，请在取下面罩时限制说话，因为说话会产生可能含有病毒的气溶胶和飞沫。

Q2(a)：佩戴口罩、面部防护罩或面罩是否有宗教豁免？

A2(a)：没有。在全州指南规定所涉及的一些地方，您在短暂的时间内不需要戴口罩、面部防护罩或面罩。例如，在商家或向公众开放的室内或室外空间从事无法佩戴口罩、面部防护罩或面罩的活动的人，如游泳或演奏木管乐器或铜管乐器，则无需佩戴口罩、面部防护罩或面罩。唱歌或弹奏乐器时，需要戴口罩、面部防护罩或面罩。更多信息请见上文答复。

Q3：如果潜在的客户或访客出现在我的企业，或我所负责的室内或室外公共场所时，没有戴口罩、面部防护罩或面罩，我应该怎么办？

A3：你可以提供口罩、面部防护罩或面罩。负责对公众开放的室内和室外空间的商家和人员应当（但不强制要求）为没有面罩的顾客或访客免费提供一次性面罩。

Q3(a)：如果潜在客户或访客在没有佩戴口罩、面部防护罩或面罩的情况下出现，并声称他们的残疾使他们无法佩戴口罩、面部防护罩或面罩，我该怎么办？

A3(a)：如果残疾人不能戴口罩、面部防护罩或面罩，公共场所（如商家或对公众开放的场所）需要与该人协作，寻求合理的调整措施，以使他们获得服务，如路边取货、送货，或通过电话或视频预约。合理的调整并不包括简单地让顾客在没有口罩、面部防护罩或面罩的情况下进入室内。

Q3(b)：声称自己残疾不能戴口罩、面部防护罩、面罩的人，我可以向其索要医生处方，或我可以向其索要残疾的具体信息吗？

A3(b)：不可以，你不应该要求残疾人士提供医生证明或其他类似的残疾证明。如果有人告诉您，他们不能戴口罩、面部防护罩或面罩，您必须考虑如何做出合理的调整，让其获得服务。

Q3(c)：如果一个人拒绝佩戴口罩、面部防护罩或面罩，且没有残疾，怎么办？

A3(c)：公共场所应当拒绝服务。

Q4: 对于说不能戴口罩、面部防护罩或面罩的员工，是否有豁免规定？

A4: 没有。除了员工在不与公众互动的地方，以及与其他人之间可以保持六（6）英尺或更远距离的情况外，员工必须遵守口罩要求。如果雇员因残疾而无法佩戴口罩、面部防护罩或面罩，雇主必须与雇员合作，以确定是否可以提供合理的调整。雇主应该与他们的人力资源部门合作，或与他们的法律顾问讨论，以确定他们解决这个问题的法律选择。雇主也可以向劳动工业局（BOLI）寻求技术援助。

Q5: 如果顾客想上公交车，并说自己有健康问题，不能戴口罩/面罩，交通服务提供者应该怎么办？

A5: 交通服务提供者应当为该人安排单独的交通工具，或者作出其他合理的调整，为该人提供交通工具，但不得让该人上公交车。

Q6: 如果一个人不能或不戴口罩或面罩，但戴了面部防护罩，是否符合要求？

A6: 是的，遮住前额、延伸到下巴以下、环绕脸部两侧的面部防护罩是可以接受的。

Q7: 可以盖住下巴和嘴巴区域的厨师塑料面罩可以用作口罩、面部防护罩或面罩吗？

A7: 否，面部防护罩必须遮住前额、延伸到下巴以下、环绕脸部两侧。

Q8: 政府是否会向残疾人签发任何文件，指明该人不必戴口罩、面部防护罩或面罩？

A8: 没有，政府不会提供豁免一个人不必戴口罩、面部防护罩或面罩要求的文件。

Q9: 我在哪里可以获得更多关于美国残疾人法案（ADA）和为残疾人提供调整措施的信息？

A9: 有一些很好的资源，这里有一些链接：

- [残疾问题简报、ADA 和面罩政策](#)
- [俄勒冈州职业安全与健康管理局（OSHA）咨询备忘录](#)
- 劳动工业局的[雇主技术援助](#)计划可以就合理调整程序提供指导，电话是 971-673-0824 或 bolita@boli.state.or.us。

遭遇残疾歧视，包括在没有合理调整的情况下被拒绝提供服务的人，应与劳动工业局民权司联系，电话 971-673-0764，或发送电子邮件至：crdemail@boli.state.or.us。

Q10: 在使用州服务或进入州政府大楼时，我是否需要佩戴口罩、面部防护罩或面罩？

A10: 去之前先打电话或登录州机构的网站，确定是否对公众开放。

州机构的经营像“零售业务”一样向普通公众开放时，要求戴面罩。“类似零售业务”的例子包括机动车部现场办公室、环境质量部的车辆检查计划和人力服务部现场办公室。

州机构现场办公室已接到指示，为因残疾而无法佩戴口罩、面部防护罩或面罩或拒绝佩戴口罩、面部防护罩或面罩的顾客设立区域为其提供服务 — 例如，设立一个远离其他顾客的区域，并在员工和顾客之间设置有机玻璃屏障。

如果顾客没有面罩，则为他们提供一个面罩。

在州政府办公大楼的公共区域，如大厅、洗手间和向公众开放的午餐室等，要求戴上口罩、面部防护罩或面罩。

Q11: 在对公众开放的当地政府建筑中，是否需要佩戴口罩、面部防护罩或面罩？

A11: 是的，口罩、面部防护罩或面罩的规定适用于向公众开放的地方政府建筑物。

Q12: 全州口罩、面部防护罩、面罩指南是否适用于不对公众开放的企业？

A12: 否，有关需要遵循本指南的企业和公共场所的完整名单可参见[全州口罩、面部防护罩、面罩指南](#)。

本指南中列出的商家雇主和公共场所经营者都必须对室内和室外场所实施该指南。

Q13: 对于不向公众开放的场所，比如生产车间，对室内或室外口罩、面部防护罩或面罩的指南是什么？

A13: 佩戴口罩、面部防护罩或面罩的要求不仅是为了保护公众。这也是为了保护其他员工。如果室内或室外区域不是指南中定义的企业，或者不是向公众开放的室内或室外区域，则不需要戴口罩、面部防护罩或面罩。但是，在这些地点仍可以发生 COVID-19 的传播。因此，强烈建议在所有场所，使用口罩、面部防护罩、面罩，尤其是如果人们不能与他人保持至少六（6）英尺的距离。通过尽可能增加通风（例如，打开门窗）可以进一步降低病毒传播的风险。

Q14: 如果员工在有机玻璃后面工作，该员工是否需要佩戴口罩、面部防护罩或面罩？

A14: 是的。员工、承包商和志愿者必须在[全州口罩、面部防护罩、面罩指南](#)中定义的商家以及室内和室外公共场所佩戴口罩、面部防护罩或面罩。当员工、承包商或志愿者的工作不需要与公众互动，且人们之间可以保持六（6）英尺或更远的距离时，则员工、承包商或志愿者无需使用口罩、面罩或面部防护罩。例如，一个通风良好的大型仓库中，人与人之间可以始终保持六（6）英尺以上的距离，且公众无法进入。

Q15: 儿童保育机构和学校是否要遵循全州的口罩、面部防护罩和面罩的要求？

A15: 否。儿童保育机构遵循 [儿童保育部门的特定指南](#)，学校遵循 [ODE 指南](#)，指南包括对工作人员、学生、访客和志愿者的口罩、面部防护罩和面罩的要求和建议。

Q16: 全州口罩、面部防护罩和面罩指南是否适用于高等教育机构(学院和大学)？

A16: 是的。该指南适用于高等教育机构的室内和室外公共空间。

Q17: 全州口罩、面部防护罩、面罩指南是否适用于户外建筑工作?

A17: 是的。如果无法保持至少六(6)英尺的身体距离, 户外建筑工人应戴口罩、面部防护罩或面罩。

Q18: 全州口罩、面部防护罩、面罩的指南是否适用于在这些县区开办的夏令营?

A18: 否。在所有县内, 夏令营必须遵循 [全州学龄儿童日间夏令营指南](#), 指南包括对工作人员、学生、访客和志愿者的口罩、面部防护罩和面罩的要求和建议。

Q19: 有色人种在戴面罩时可能有哪些障碍?

A19: 有色人种在佩戴口罩或面罩时可能会受到骚扰、偏见、排斥或其他负面反应或影响。这可能是由于种族偏见、刻板印象或歧视造成的。这种歧视可能违反了俄勒冈州的法律。俄勒冈州的法律不允许仇恨或偏见的犯罪。仇恨或偏见犯罪是一种犯罪行为, 包括攻击性的身体接触、攻击、财产破坏或威胁, 其动机可能是他人的:

- 种族、
- 肤色、
- 残疾、
- 宗教、
- 出身国、
- 性取向、或
- 性别身份。

偏见事件是指对他人的任何敌意表达, 包括仇恨语言、嘲笑、模仿、排斥或歧视性地拒绝服务, 涉及到被视为受保护的人群(上文所列)。

因在公共场所戴口罩、面部防护罩或面罩而遭遇仇恨或偏见犯罪或事件的人, 可获得资源帮助。要报告**偏见犯罪**, 请拨打 911 报警。要报告**偏见事件**, 请拨打俄勒冈州司法部电话 1-844-924-BIAS (2427)。请拨 711 接通俄勒冈转接服务。如需了解更多信息, 请访问 StandAgainstHate.Oregon.gov。如要提出民事权利投诉, 请访问劳动工业局(BOLI) [网站](#)或致电 971-673-0764。

Q20: 当其他人戴上口罩、面部防护罩或面罩时, 残疾人可能会遇到哪些障碍?

A20: 残疾人可能遇到的障碍有:

- 有些人需要看到嘴巴动作或面部表情才能知道您在说什么。
- 一些有发展障碍或差异的人可能会误读或误解面部表情。一个人仅从语气上理解情绪可能会有困难。如果你戴着口罩, 他们可能只从你的眼睛或眉毛中得到提示, 这可能会导致负面的诠释或误解说话者的情绪或意图。

- 有些听力不好的人读唇语。嘴部动作和面部表情可以传达很多信息，而不透明的口罩会让人看不清说话者的嘴。
- 手语用嘴来交流某些词语和意思。当面罩挡住人的嘴时，就会使使用手语的人难以沟通。

雇主和公共设施场所必须与残疾人合作，安排合理的调整措施，使雇员能够从事其工作或让顾客获得服务。那些被拒绝提供合理调整措施的人应联系劳动工业局（BOLI）[民权处，电话 971-673-0764 或发电子邮件至](mailto:crdemail@boli.state.or.us)crdemail@boli.state.or.us。

Q21: 当我戴着口罩、面部防护罩或面罩时，如何才能很好地沟通，让残疾人士能够理解我？

A21: 确保有一个使用其他沟通方式的计划，如：

- 适当使用手势或手语
- 准备好记事本和笔（遵循正确的清洁指南）
- 准备带图片和大字体的印刷说明
- 准备一块小干擦板和记号笔，每次使用时都要进行消毒
- 在您的手机上下载语音转文字的应用程序（遵循适当的身体距离指南）

Q22: 透明面罩可以帮助解决上述障碍吗？

A22: 是的。有颜色的面罩可能会阻挡整个面部。残障人士可能会依靠看到说话者的面部来进行良好的沟通和解读情况。

耳聋或听力困难的人通常都喜欢用透明的面罩，比如面部防护罩。这些面罩可以方便交流。

咳嗽或打喷嚏释放的飞沫和气溶胶仅被口罩、面部防护罩或面罩部分遮挡。正因如此，OHA 仍建议以下：

- 限制人群间不能相距六（6）英尺的社交和娱乐活动。
- 在去杂货商店、药房、医疗机构或其他必要场所的必要行程中，与他人保持至少六（6）英尺的距离。
- 咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮挡，然后立即扔掉；或咳嗽或打喷嚏时用上臂袖子遮挡，而不是用手。然后用肥皂和水或净手液清洁双手。
- 避免触摸眼睛、鼻子、嘴巴或面部。
- 定期用肥皂和水彻底清洁双手，或如果无法洗手，请使用免洗洁手液（含60-95%的酒精）。
- 如果您生病，请自我隔离。远离同事、家人和朋友。当发烧和咳嗽在不使用

退烧药自行消失后，继续隔离 72 小时。

您可以在家里制作透明的、非 FDA 认证的面罩。您可以在[这里](#)找到透明的面罩模板。

请参考 [全州重新开放口罩、面部防护罩和面罩指南](#)。

Q23: 有没有人不应该戴口罩、面部防护罩或面罩？

A23: 以下人员不应该戴口罩、面部防护罩或面罩：

- 两（2）岁以下的儿童。
- 任何因残疾或医疗状况而无法安全佩戴口罩、面部防护罩或面罩的人，在这种情况下，应要求提供调整措施。
- 任何有呼吸困难、昏迷不醒，或无人帮助不能戴上面罩、摘下面罩或除去面罩的人。

Q24: 对于需要佩戴口罩的人来说，带有呼气阀的口罩是否可以接受？

A24: 否。带呼气阀的口罩是为了让呼吸更轻松，防止湿气堆积。根据口罩类型和口罩的贴合度，这些口罩可以保护佩戴者不吸入飞沫和气溶胶。但是，由于呼气阀没有配备过滤器，大多数口罩不能过滤呼出的或强行喷出的气溶胶和飞沫。这些口罩不可以防止微生物的传播。只有在不需要戴口罩、面部防护罩或面罩的情况下，才可以使用。

Q25: 儿童在户外活动时，佩戴口罩、面部防护罩或面罩的年龄建议是多少？

A25: 在室外公共场所中，如果无法维持至少六（6）英尺的身体距离，则五（5）岁及以上所有人都需要戴口罩、面部防护罩或面罩。OHA **强烈建议**个人（包括两（2）至五（5）岁的儿童），在无法保持至少六（6）英尺身体距离的户外区域时，都要戴上口罩、面部防护罩或面罩。在所有室内公共场所也是如此，特别是在人们不可能与家庭以外的其他人保持至少六（6）英尺的身体距离的地方，以及在脆弱人群必须前往的地方。

Q26: 口罩、面部防护罩或面罩能保护我免于COVID-19吗？

A26: 口罩、面部防护罩或面罩可减少 COVID-19 的传播。这包括无症状感染者在无意间传播病毒。随着俄勒冈州重新开放企业和公共场所，遵循以下指南比以往任何时候都更加重要：

- 生病时要留在家里。
- 如果您处于较高患病风险中，即使您感觉良好，也应尽量留在家里。
- 如果您在公共场所生病，请回家，自我隔离并致电您的医务人员。
- 经常洗手。

- 对经常接触到的表面和物体进行清洁和消毒。
- 咳嗽和打喷嚏时用您的肘部或纸巾遮挡。
- 请勿触摸您的脸。
- 保持物理距离 — 您和与您一起生活的人之间保持六（6）英尺的距离。
- 避免通宵出行，并前往最短距离的地方获取基本服务。

Q27: 在哪里可以得到更多关于面罩的信息，比如如何制作、在哪里可以得到面罩以及其他技巧？

A27: 如需了解更多信息，请访问 [CDC网站](#)。

Q28: 长时间戴口罩或布质面罩是否安全？

A28: 是的。长时间戴口罩在很多职业中很常见，以保护工人。一些例子包括医疗保健人员（如进行长时间的手术）、建筑工人（如防止灰尘和其他颗粒）和环境工人（如霉菌整治）。

Q29: 如果戴上面罩觉得不舒服怎么办？

A29: 长时间戴布质面罩感觉不舒服的人，应考虑使用布质面料的替代品，并根据需要，经常在远离人群的地方进行的短暂休息。

Q30: 布质面罩的正确戴法是什么？

A30: 以下是如何戴布质面罩的说明：

- 戴面罩前先洗手
- 将其罩上您的鼻子和嘴巴。如果戴口罩，把其固定在下巴下面
- 确保你能轻松呼吸
- 不可蒙在颈项上、或额上
- 戴面罩时不要触摸面罩。如果你接触了面罩，之后要洗手

Q31: 摘下面罩、口罩、面部防护罩的正确方法是什么？

A31: 以下是如何摘下口罩、面罩、或面部防护罩的说明：

- 只能抓住系带、绳或耳环来处理面罩、口罩或防护罩
- 取下时注意不要触及眼、鼻、口，取下后立即洗手。
- 摘下面罩后要立即洗手。

Q32: 清洗布质面罩、面部防护罩、面罩的正确方法是什么？

A32:

- 布质面罩：如果您的布质面罩脏了或湿了，请用肥皂水清洗，晾干后再使用。如果它不会损坏材质，您也可以把它放进你的常规衣物中一起清洗。
- 医用口罩：这些医用口罩不应该洗。在一天结束时或变脏或变湿时，请将医用口罩丢掉。
- 面部防护罩：如果不损坏面罩材料，每天用肥皂水轻轻擦拭清洁一次或多次，或用 60-95% 的酒精溶液均匀喷洒清洁一次或多次。

Q33: 如何执行口罩、面部防护罩、面罩的要求？

A33: 在采取任何执法行动之前，州将首先寻求与负责向公众开放的室内和室外空间的商务企业和人员合作，对他们进行有关要求的教育。

负责向公众开放的室内和室外空间的企业和人员应确保其雇员、承包商、志愿者、客户和访客遵循口罩、面部防护罩、面罩的要求。如果负责向公众开放的室内和室外空间的企业和人员正在尽一切努力遵守规定，那么在任何可能的执法行动中都会考虑到这一点。

违反口罩、面部防护罩、面罩要求，属于C级轻罪。俄勒冈州卫生局和地方公共卫生局可以对违反口罩、面部防护罩、面罩要求的行为进行民事处罚并采取其他执法行动。持有州颁发的许可证的个人或企业，可能会因违反口罩、面部防护罩、面罩指南而受到许可制约。

文件可访问性：对于残疾人或说英语以外的其它语言的人，OHA 可以提供其它格式的信息，例如其它语言版本、大字体、盲文。请致电 1-844-882-7889、711 TTY、或发送邮件至 OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us，联系 Mavel Morales。