

## 家庭和学校资源

### 我的孩子应该待在家里吗？

COVID-19 的主要症状为咳嗽、发热和呼吸困难。如果您的孩子只是流鼻涕，您的孩子可以上学。

许多学区政策规定，孩子返回学校前 24 小时内应无发热。如果您的孩子出现咳嗽、发热和呼吸困难，并且您担心可能感染了 COVID-19，请致电[当地卫生部门](#)或医疗服务人员。他们将帮助您决定是否需要约诊。如果是，他们可以帮助您规划进入诊所的方式，避免潜在感染他人。

教您孩子定期采取良好的卫生措施，例如：

- [用肥皂和水洗手](#)，至少 20 秒，和
- [遵守咳嗽、打喷嚏时的礼仪举动](#)。

对经常接触到的物体和表面进行清洁和消毒。您可以使用普通家用清洁喷雾或擦拭巾。

### 我的孩子在学校是否安全？他们是否会接触病毒？

病毒可在学校传播。这就是有症状（发热、咳嗽、呼吸困难）的人留在家很重要的原因。这是最大限度减少接触的最有效方法之一。公共卫生是每个人的责任。

如果您的孩子只是流鼻涕，在您教他们使用纸巾和洗手后，您的孩子可以去上学。如果您的孩子出现咳嗽、发热或呼吸困难，您的孩子应留在家中。此外，请联系您的[当地卫生部门](#)或医疗服务人员。如果您联系您的医疗服务人员，请提前致电。他们将帮助您决定是否需要约诊。如果是，他们可以帮助您规划进入诊所的方式，避免潜在感染他人。

教您的孩子定期采取良好的卫生措施，例如：

- [用肥皂和水洗手](#)，至少 20 秒，和
- [遵守咳嗽、打喷嚏时的礼仪举动](#)。

最容易感染的人群是：

- 老年人，和
- 免疫系统受损的人。

**如果我孩子的学校有人暴露于 COVID-19 或有 COVID-19，我将如何获知？**

如果发生这种情况，您的当地卫生部门和学区将合作告知您。他们将在学区和[当地卫生部门](#)制定的规则范围内完成这项工作。如果您有任何顾虑，请向您孩子的学校咨询，了解他们的传染病预防计划。

**如果我的孩子生病了，我该怎么办？**

如果您的孩子出现发热、咳嗽、呼吸困难，您应该：

- 让您的孩子待在家里，并且
- 请联系您的[当地卫生部门](#)或医护人员。他们将帮助您决定是否需要就诊。如果是，他们可以帮助您规划进入诊所的方式，避免潜在感染他人。

有症状的人留在家中，这很重要。这是最大限度减少暴露的最有效方法之一。许多学区政策规定，孩子返回学校前 **24** 小时内应无发热。如果您的孩子被诊断为 **COVID-19**，您的孩子可能需要隔离在家中，时间会更长。

教您的孩子定期采取良好的卫生措施，例如：

- [用肥皂和水洗手](#)，至少 **20** 秒，和
- [遵守咳嗽、打喷嚏时的礼仪举动](#)。

对经常接触到的物体和表面进行清洁和消毒。您可以使用普通家用清洁喷雾或擦拭巾。

**为什么学校没有关闭？**

迄今为止俄勒冈州很少有 **COVID-19** 病例。如果您孩子的学校出现 **COVID-19** 病例，学校和当地卫生部门将决定是否需要关闭。

学校护士、校长和其他学校工作人员遵循 [OHA 和 ODE 的传染病指南](#)。

如果一名学生在某一所学校上学，放学后需要乘公共汽车去另一所接受放学后活动，这种疾病传播的风险是什么？

取决于学生在公共汽车上的时间长度以及他们是否会咳嗽和打喷嚏的。卫生专家认为，病毒主要通过人与人之间传播：

- 在约 3-6 英尺距离内的密切接触者之间，或
- 当感染者咳嗽或打喷嚏时，通过飞沫传播。
- 与感染表面或物体接触。一个人可能通过接触表面或物体上的病毒，然后接触自己的口、鼻或也可能是眼睛而感染 COVID-19。但是，卫生专家认为这不是病毒传播的主要方式。

观察您的孩子的症状（发热、咳嗽、呼吸困难）。

教您的孩子定期采取良好的卫生措施，例如：

- [用肥皂和水洗手](#)，至少 20 秒，和
- [遵守咳嗽、打喷嚏时的礼仪举动](#)。

对经常接触到的物体和表面进行清洁和消毒。您可以使用普通家用清洁喷雾或擦拭巾。

哪些学校受到影响，它们具体位置在哪里？

有关最新信息，请访问 <https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Pages/COVID19.aspx>。

关于这个我应该告诉我的孩子什么？

教您的孩子定期采取良好的卫生措施，例如：

- [用肥皂和水洗手](#)，至少 20 秒，和

- [遵守咳嗽、打喷嚏时的礼仪举动](#)。

向您当地的卫生部门或学区寻求其他资源，与您的孩子讨论他们可能感染的疾病，如感冒和流感。

着重强调尊重和反偏见的原则。让您的孩子知道他们不应基于人种、种族或来源国对风险进行假设。

**学校关闭。我的孩子现在不去那里，但最近有去过。我该怎么做？**

卫生专家认为该病毒主要通过人与人之间传播：

- 在约 3-6 英尺距离内的密切接触者之间，或
- 当感染者咳嗽或打喷嚏时，通过飞沫传播。
- 与感染表面或物体接触。一个人可能通过接触表面或物体上的病毒，然后接触自己的口、鼻或也可能是眼睛而感染 COVID-19。但是，卫生专家认为这不是病毒传播的主要方式。

观察您的孩子的症状（发热、咳嗽、呼吸困难）。

教您的孩子定期采取良好的卫生措施，例如：

- [用肥皂和水洗手](#)，至少 20 秒，和
- [遵守咳嗽、打喷嚏时的礼仪举动](#)。

对经常接触到的物体和表面进行清洁和消毒。您可以使用普通家用清洁喷雾或擦拭巾。

**如果我决定让我的孩子不去学校，即使学校没有关闭，我该怎么办？我如何获取帮助以便辅导他们的学习？**

与您孩子的老师和家长在您当地的学区合作。他们可以与您讨论他们的上学政策，并阐明他们制定的任何支持家庭教育的程序。

## 我的孩子在学校可以戴口罩吗？

CDC 不建议健康人戴口罩来保护自己免受呼吸道疾病的影响，包括 COVID-19。没有任何州会禁止您孩子在学校佩戴医用口罩。但是，您需要与当地学校确认他们的政策。

出现 COVID-19 症状的人应戴口罩，以帮助防止疾病向他人传播。以下人员佩戴口罩也很关键：

- [医务工作者](#)、和
- [密切护理某人的人员](#)（在家中或医疗保健机构）。

如果您的孩子生病了，他们应该待在家里，而不是戴口罩去上学。

## 如果学校关闭，我的孩子如何获得午餐和早餐？

与您的学校确认。这些项目在本地执行。

## 我无法下班回家，如何让孩子获得照顾？

现在开始与他人讨论可用资源。例如：

- 家庭成员
- 当地教会，或
- 社区组织。

## 我应该担心公费规则吗？我担心自己的移民状况。

您的健康以及您的家人和我们的社区的健康很重要。公共收费规则不适用于所有医疗护理或所有移民。许多公共健康福利并不计入公共收费规则，包括：

- 俄勒冈州健康计划（Oregon Health Plan）覆盖 21 岁以下的年轻人（即，Medicaid 和儿童健康保险项目（Children's Health Insurance Program, CHIP）

- 俄勒冈州健康计划（Oregon Health Plan）覆盖妊娠人群，包括分娩后 60 天（即，公民/外侨豁免应急医疗 (Medicaid and Citizen-Alien Waived Emergent Medical Plus, CAWEM Plus) )
- 俄勒冈州 MothersCare (OMC) 项目
- 俄勒冈州紧急健康计划（Emergency Oregon Health Plan）涵盖所有年龄段人群（即，CAWEM）
- 俄勒冈州 Cover All Kids 项目
- 特殊教育服务由 Medicaid 涵盖的《残疾人教育法》(IDEA) 资助
- 学龄儿童的学校保健服务
- 通过俄勒冈州医疗保险 Marketplace 获得商业健康保险费保费
- Medicare D 部分低收入补助 (LIS)
- 此处未列出许多其他健康、教育和社会服务项目。

更多信息，请访问 OHA 公费[网页](#)、[资料便览手册](#)（[西班牙语](#)）和[常见问题](#)（[西班牙语](#)）。

如何获得此信息的更新？

[美国疾病控制和预防中心 \(CDC\)](#)

通过该网站，可查看美国最新的 COVID-19 信息。

[俄勒冈州卫生当局\(Oregon Health Authority, OHA\)](#)

通过该网站，可查看俄勒冈州 COVID-19 的特定信息。

[211](#)

如果您在线获得信息有困难，请致电俄勒冈州 211 热线。他们可以为您提供 COVID-19 的一般信息。

查看您学校的网站，可能包含更新信息。此外，您还可以查看当地新闻和可信赖的社交媒体网站。

**我们有些学生是最近从存在冠状病毒的海外返回学校的。学校是否应联系当地卫生部门，对家庭提供建议等？**

学校没有必要向公共卫生部门“报告”回美国的学生的情况。担心自己健康状况的学生和家庭应电话联系主治医师，讨论其症状，并就尽量减少与他人接触的诊室就诊计划达成一致。

**如果我们家里有家庭成员被隔离，我的孩子是否也应该留在家里，直到隔离结束，而不是冒着感染的风险去学校上学？**

对进行自我隔离的人员的家庭成员没有限制。进行自我隔离的人家庭中的儿童可以自由上学。如果检疫人员出现发热、咳嗽或呼吸急促，当地公共卫生部门和当地卫生官员将直接与受影响的家庭合作，确定该儿童在出现症状时是否与生病人员有密切、长期接触。如果是这种情况，该儿童应避免进一步与患者接触，并在末次暴露后 14 天内远离学校。学校应确保受 COVID-19 影响的任何学生的学习连续性。

**考虑到当前的爆发，地区应针对学生排查做出哪些变更？**

与已有的 ODE/OHA 指南不同的任何排查指南将由当地公共卫生机构或俄勒冈卫生机构进行制定。目前，应与公共卫生专家和学区管理人员协商做出排查决定。请参阅 COVID-19 中的 [ODE](#) 网页，包括如何适当评估风险的资源材料，并联系当地公共卫生部门，以确定是否需要当前实践进行变更。我们还鼓励学区与执照学校护士协商对个别学生进行评估。

### 在学校工作的护士预期会做些什么？

我们了解，学校护士的工作量较大，尤其是在疾病暴发期间。在这些情况下，学校护士必须与学区管理人员和卫生官员合作，确保任何干预措施都遵循联邦、州和当地的知情指南，包括避免歧视性识别。学校护士可在告知学校反应方面发挥重要作用，包括鼓励工作人员和学生遵循传染病方案（遵循 ODE/OHA 传染病指南）并采用预防技术。注册护士 (RN) 可以继续进行护理，即使是在爆发期间。虽然学校管理人员有权决定排查，但注册护士仍有能力进行护理实践、评估学生和制定护理计划。

关于进一步的指导，[请参见来自全国学校护士协会的消息。](#)