



Ngày: Ngày 30 tháng 6 năm 2021

## Khuyến cáo của Bộ phận Y tế Công cộng:

### Đeo khẩu trang, khăn che mặt và tấm che mặt và giãn cách trong môi trường công cộng

**Định nghĩa. Để phục vụ mục đích của các khuyến nghị này, các định nghĩa sau đây sẽ được áp dụng:**

- “Khăn che mặt” có nghĩa là miếng vải, polypropylene, giấy hoặc các vật che mặt khác che mũi và miệng và vừa khít phía trên mũi, bên dưới miệng và hai bên mặt.
  - Những thứ sau đây **không phải** là khăn che mặt vì chúng cho phép giải phóng các giọt bắn: tấm che có kết hợp van được thiết kế để dễ thở ra, mặt nạ lưới, khẩu trang ren hoặc các vật che phủ khác có chỗ mở, lỗ, khoảng trống có thể nhìn thấy trong thiết kế hoặc vật liệu, hoặc lỗ thông hơi.
- “Tấm che mặt” có nghĩa là tấm chắn làm bằng nhựa trong suốt để che trán, phủ xuống tận cằm và ôm lấy hai bên mặt.
- “Cá nhân được tiêm chủng đầy đủ” có nghĩa là một cá nhân đã được tiêm cả vắc-xin phòng COVID-19 hai liều hoặc vắc-xin COVID-19 một liều và ít nhất 14 ngày đã trôi qua kể từ liều vắc-xin phòng COVID-19 cuối cùng của cá nhân.
- “Cơ sở chăm sóc sức khỏe” có nghĩa là bất kỳ nơi nào trong đó hoạt động chăm sóc sức khỏe, bao gồm chăm sóc sức khỏe thể chất hoặc hành vi được cung cấp và bao gồm, nhưng không giới hạn ở bất kỳ cơ sở hoặc cơ quan chăm sóc sức khỏe nào được cấp phép theo ORS 441 và 443, chẳng hạn như bệnh viện, trung tâm phẫu thuật cứu thương, trung tâm sinh nở, cơ sở chăm sóc nội trú đặc biệt, cơ sở chăm sóc cấp tính dài hạn, cơ sở phục hồi chức năng nội trú, cơ sở an dưỡng cuối đời nội trú, nhà điều dưỡng và các cơ sở sinh hoạt được hỗ trợ, chăm sóc sức khỏe tại nhà, nhà an dưỡng cuối đời, chăm sóc tại nhà, phương tiện hoặc địa điểm tạm thời nơi hoạt động chăm sóc sức khỏe được cung cấp (ví dụ: phòng khám di động, xe cấp cứu) và các cơ sở ngoại trú, chẳng hạn như trung tâm lọc máu, văn phòng bác sĩ, trung tâm chăm sóc khẩn cấp, văn phòng tư vấn, văn phòng cung cấp thuốc bổ sung và thay thế như châm cứu, vi lượng đồng căn, bệnh lý tự nhiên, trị liệu thần kinh cột sống và nắn xương, và các trung tâm chuyên khoa khác.
- “Khẩu trang” là khẩu trang đạt chuẩn dùng trong y tế.
- “Đầu mối giao thông” có nghĩa là bất kỳ sân bay, bến xe buýt, bến du thuyền, cảng biển hoặc bến cảng khác, nhà ga tàu điện ngầm (bao gồm bất kỳ cơ sở cố định nào mà hành khách được đón hoặc trả), nhà ga xe lửa, cảng nhập cảnh Hoa Kỳ hoặc bất kỳ địa điểm nào khác cung cấp dịch vụ vận chuyển chịu quyền tài phán của Hoa Kỳ.

## Cơ quan Y tế Oregon **rất khuyến cáo** rằng:

- Những người chưa được tiêm chủng hoặc những người đang có [nguy cơ mắc bệnh COVID-19 nghiêm trọng](#) tiếp tục đeo khẩu trang hoặc khăn che mặt và duy trì giãn cách ít nhất sáu (6) feet so với các cá nhân khác khi ở trong các khu vực đông người và trong các cuộc tụ tập đông người. Các khu vực đông người và tụ tập đông người bao gồm nhưng không giới hạn ở các địa điểm, khu vực tổ chức sự kiện, sự kiện thể thao, hội chợ, lễ hội, diễu hành, lễ tốt nghiệp hoặc tiệc cưới.
  - **OHA không** khuyến nghị các cá nhân đeo tấm che mặt thay cho khẩu trang y tế tiêu chuẩn hoặc khẩu trang thông thường. Tấm che mặt có thể ngăn chặn rất tốt các giọt bắn từ các cá nhân nhưng không hiệu quả trong việc hạn chế việc giải phóng các bụi khí có thể bay xung quanh tấm chắn. Nên hạn chế việc đeo tấm che mặt mà không có khẩu trang hoặc khăn che mặt bên dưới tấm che mặt trong những trường hợp mà việc đeo khẩu trang hoặc khăn che mặt không khả thi, chẳng hạn như:
    - Khi một người có tình trạng sức khỏe không tiện cho việc đeo khẩu trang hoặc khăn che mặt.
    - Khi mọi người cần dùng chuyển động miệng và lưỡi để giao tiếp (ví dụ: giao tiếp với trẻ em trong một số giai đoạn phát triển nhất định hoặc khi giao tiếp với những người khiếm thính).
- Những cá nhân đã được tiêm chủng đầy đủ và bị suy giảm miễn dịch nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ về những biện pháp phòng ngừa mà họ cần tiếp tục thực hiện. Bằng chứng cho thấy vắc-xin có thể kém hiệu quả hơn ở những người bị suy giảm miễn dịch. OHA khuyến cáo rằng đối với một số người bị suy giảm miễn dịch, lựa chọn an toàn nhất là đeo khẩu trang và giãn cách đặc biệt khi ở gần những người chưa được tiêm chủng.
- Các cá nhân xem xét và tuân theo các nguyên tắc về khẩu trang từ [Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa dịch bệnh](#).

## Đối với trẻ em từ 12 tuổi trở xuống

### OHA **rất khuyến cáo** rằng:

- Cá nhân dưới hai tuổi (2) **KHÔNG** đeo khẩu trang, khăn che mặt hoặc tấm che mặt.
  - Trẻ em từ hai (2) tuổi trở lên phải đeo khẩu trang khi tham gia giao thông công cộng và khi ở trong các đầu mối giao thông.
- Khi các cá nhân từ hai (2) tuổi đến 12 tuổi đeo khẩu trang, khăn che mặt hoặc tấm che mặt, họ làm như vậy với sự hỗ trợ và dưới sự giám sát chặt chẽ của người lớn. Điều này là do trẻ nhỏ có thể gặp khó khăn khi đeo khẩu trang, khăn che mặt hoặc tấm che mặt đúng cách (ví dụ: chạm quá nhiều vào khăn che mặt, không thay đổi khăn che mặt nếu thấy bẩn, có nguy cơ bị nghẹt hoặc ngạt thở, v.v.)

## Có một số môi trường nhất định có thể yêu cầu khẩu trang, khăn che mặt và giãn cách.

Các môi trường như những môi trường được liệt kê bên dưới có thể có các yêu cầu đối với khẩu trang, khăn che mặt và giãn cách. OHA khuyến nghị các cá nhân nên kiểm tra các yêu cầu trước khi tiếp cận các dịch vụ trong các môi trường này.

- Môi trường chăm sóc sức khỏe.
- Nhà tù dành cho người lớn và các cơ sở cải huấn.
- Các cơ sở giam giữ và cải huấn thanh niên.
- Một số nơi làm việc theo yêu cầu của Cơ quan Quản lý An toàn và Sức khỏe Nghề nghiệp Oregon (Oregon Occupational Safety and Health Administration, OR-OSHA).
- Trên máy bay, xe buýt, xe lửa và các hình thức giao thông công cộng khác đi vào, trong hoặc ra khỏi Hoa Kỳ.
- Tại các đầu mối giao thông của Hoa Kỳ như sân bay, bến xe.
- Trong các cài đặt khác mà chủ sở hữu hoặc người điều hành yêu cầu các cá nhân phải đeo khẩu trang, khăn che mặt hoặc tấm che mặt và có giãn cách.
  - Các cá nhân nên biết rằng một số hoạt động kinh doanh, sự kiện hoặc cơ sở có thể có các yêu cầu về khẩu trang, khăn che mặt, tấm che mặt và/hoặc các yêu cầu về giãn cách và có thể bị mời ra khỏi hoạt động kinh doanh, sự kiện hoặc cơ sở của họ những cá nhân, bất kể tình trạng tiêm chủng của họ, không tuân thủ các yêu cầu đó.
  - Những người mắc bệnh gây khó thở hoặc bị khuyết tật khiến người đó không thể đeo khẩu trang, khăn che mặt hoặc tấm che mặt thì có thể yêu cầu nhà điều hành hoạt động kinh doanh, sự kiện hoặc cơ sở cung cấp điều chỉnh để có thể tiếp cận đầy đủ và bình đẳng với các dịch vụ, phương tiện đi lại và cơ sở vật chất mở cửa cho công chúng.
  - OHA khuyến nghị rằng các doanh nghiệp, sự kiện hoặc cơ sở có yêu cầu về khẩu trang, khăn che mặt, tấm che mặt và/hoặc yêu cầu về giãn cách, hãy treo một biển báo (hoặc các biển báo) với những yêu cầu đó ở nơi có thể nhìn thấy đối với tất cả các cá nhân đi vào cơ sở.

## Tài nguyên bổ sung

- [Centers for Disease Control and Prevention: Hướng dẫn của Ban về Khẩu trang](#)
- [COVID-19 và Oregon OSHA](#)
- [Tài liệu về COVID-19 của Phân ban Học tập Sớm](#)
- [Tài liệu về COVID-19 của Ban điều phối Giáo dục Đại học](#)
- [Tài nguyên của Sở Giáo dục Oregon](#)
- [Nguồn thông tin của Cơ quan Thanh niên Oregon](#)
- [Nguồn thông tin của Bộ Chính sửa Oregon](#)
- [Trang web của OHA qui định về khẩu trang và khăn che mặt](#)

**Khả năng tiếp cận tài liệu:** Đối với những người bị khuyết tật hoặc người không nói được tiếng Anh, OHA có thể cung cấp thông tin theo các định dạng khác, chẳng hạn như bản dịch, bản in chữ lớn hay chữ nổi. Liên hệ với Trung tâm Thông tin Y tế theo số 1-971-673-2411, 711 TTY hoặc [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us).