

# COVID-19相关信息

2022年1月27日更新

点击下方链接可直接跳转至对应主题：

[基本信息](#)

[预防](#)

[口罩指南](#)

[疫苗和加强针](#)

[您的权利](#)

[上学](#)

[上班](#)

## 基本信息

有关COVID-19的最新信息请参阅加州的COVID-19网站：

[www.covid19.ca.gov](http://www.covid19.ca.gov)

加州COVID-19网站包含以下信息：

- 有关检测、确诊病例、住院和死亡的资讯和详细信息
- 接种疫苗或加强针的方法以及接种场所信息
- 所有最新的规定、指南、旅行提示、为机构准备的社交媒体工具包，以及更多内容

如需了解COVID-19资讯或有任何疑问，请致电833-422-4255。电话应答时间为：周一至周五上午8点至晚上8点；周末上午8点至下午5点。

部分郡县在面罩、公共场所和旅行方面的规定有所不同。请从以下网页找到您所在郡县的公共卫生部门的网站，了解详细信息：

<https://www.cdph.ca.gov/Pages/LocalHealthServicesAndOffices.aspx>。

根据提交至各区域中心的报告，我们一直在收集区域中心服务人群的病例、死亡和疫苗接种数据：

<https://www.dds.ca.gov/corona-virus-information-and-resources/data/>

【由于大多数报告并非强制要求，请查看附注】

## 预防COVID-19

您可以通过以下方式帮忙阻止COVID-19传播：

- 如感觉不适，请居家休养
- 使用肥皂和温水勤洗手
- 靠近其他人时，佩戴口罩或口罩遮住口鼻。
- 与他人保持六英尺的距离（即保持社交距离）
- 全剂量接种疫苗以及推荐的加强针

与他人谈论接种COVID-19疫苗的好处可能并非易事，哪怕是自己的家人与朋友。试着不带偏见地去倾听，找出他们担心的理由。与他人讨论疫苗时，以下做法可能会有用：

- 倾听他们的问题，不作评判
- 提出开放性问题以了解他们的疑虑
- 分享信息前先征得同意
- 帮助他们找到接种疫苗的理由
- 帮助他们完成免疫接种

## 口罩指南

关于口罩的最新指导意见为：直至2022年2月15日，加州的每个人在室内公共场所和工作场所均需佩戴口罩。请访问<https://covid19.ca.gov/masks-and-ppe/>，了解该日期之后的最新要求。

以下人群在任何时候均可免于佩戴口罩：

- 2岁以下的儿童。婴幼儿不能佩戴口罩，否则有窒息风险
- 存在医疗状况、心理健康状况或残障状况而无法佩戴口罩的人士。其中包括因医疗状况佩戴口罩会被阻碍呼吸的人士、无意识人士、无行为能力人士或无法自行摘取口罩的人士
- 必须通过看嘴型进行沟通的人士：听障人士，或者与听障人士沟通的人士
- 在工作时佩戴口罩会带来风险的人士，此类人士的定义取决于地方、州府或联邦规定，或者工作场所安全指引

## 疫苗和加强针

COVID-19疫苗安全有效。接种疫苗可以挽救生命，并可帮助减少住院和死亡风险。科学家、联邦政府和西部多州政府的专家团队会确保每种疫苗安全。加州及全美已有超过两亿人安全地接种了COVID-19疫苗。

要安排疫苗接种，您可以：

- 咨询您的初级保健医生，或查看您的医疗保险计划
- 前往CVS、Walgreens、RiteAid、Walmart和Albertsons/Safeway等连锁店的本地门店，或是部分医疗和紧急护理诊所、免下车接种中心以及其他场所。这些场所均提供疫苗接种
- 您可以访问<https://myturn.ca.gov>或致电833-422-4255进行预约。两种方法都提供大约250种语言支持，您可以预约在本州的任何地方接种疫苗。其中包括永久性接种点以及针对团体的一次性临时接种点，还可安排交通接送和/或上门接种。除了COVID-19疫苗，还可接种流感疫苗。
- 联邦网站<https://www.vaccines.gov/>也提供COVID-19疫苗及流感疫苗信息。

疫苗接种与医疗保险或移民身份无关。当您接种疫苗时，没有人会询问您的移民身份。

下方网页链接的表格显示了谁有资格接种疫苗。5岁及以上的任何人士均可接种疫苗：  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/children-teens.html>

感染COVID-19期间不要接种疫苗。等待至您恢复健康并且达到结束隔离的标准后再接种疫苗。此指引也适用于在第一剂疫苗和二剂疫苗的间隔期患上COVID-19的人士。

感染COVID-19之后，您的身体或许能更好地抗击COVID-19，但接种疫苗和加强针能提供更多保护。接种疫苗将增强您的COVID-19防护力。

请参阅以下信息，了解您应接种哪种疫苗：

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/Which-Vaccine-is-Right-for-Me-Fact-Sheet.pdf>

每个人在接种疫苗前都必须签署同意书。为18岁以下的人接种疫苗/加强针之前，必须（以书面、电话或视频形式）获得其父母、监护人或其他有合法监护权人士的同意。法律上已自立的未成年人不适用此规定。

如果您身体的免疫系统因其他疾病而受损，请参阅以下额外信息：

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/ThirdVaccineDoseQandA.aspx>

一些人接种疫苗或加强针后不会产生副作用。已知的一些疫苗副作用通常很轻微，可能包括发热、寒颤、手臂酸痛、接种部位肿胀或疲倦。这些症状一般几天后便会消失。对流感疫苗或其他疫苗接种有过敏反应史的人士在接种COVID-19疫苗前应与医生沟通。

联邦食品药品监督管理局（FDA）已经批准了数种治疗方法，用于COVID-19轻症但患重病和入院风险较高（由于患者年龄或健康状况）的患者。

对于疾病进展高风险人群，FDA已对多种COVID-19治疗发出紧急使用授权（EUA），包括单克隆抗体治疗和口服抗病毒药物：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/treatments-for-severe-illness.html>

其他资讯：

1. 如果您对自己或疫苗有所担心，请咨询您的医生。
2. 任何疾病的疫苗都不是100%有效的。疫苗教会您的身体识别并对抗病毒或疾病。疫苗需要大约两周时间才能完全发挥其保护作用。
3. 任何一种疫苗都不会导致您感染COVID，也不会使您的病毒检测呈阳性。
4. 疫苗对孕妇也是安全的。
5. 疫苗中没有微芯片、电池和追踪装置。

## 您的权利

接受区域中心服务的个人有一定的权利接受服务、选择医疗护理方案，除非有得到合法授权的代表人员帮助其做出决策。如果您认为自己的权利被剥夺，客户权益维权办公室（OCRA）可以为您提供帮助。联系电话：

- 北加州1-800-390-7032 (TTY 877-669-6023)
- 南加州1-866-833-6712 (TTY 877-669-6023)

- 或者您可以通过OCRA工作人员链接页列示的电话号码，直接致电您所在区域中心的代理人：  
<https://www.disabilityrightsca.org/what-we-do/programs/office-of-clients-rights-advocacy-ocra>

## 上学

联邦疾病控制与预防中心（CDC）与加州公共卫生部（CDPH）发布了幼儿园至12年级的教育机构如何安全开放的指导意见。当地学区也可以提供额外的指导，帮助您了解他们将如何执行联邦和州的要求。如果您有任何问题，请联系您当地的学区。以下网页提供加州学区和学校的名单：

<https://www.cde.ca.gov/SchoolDirectory/Topic>

## 上班

加州劳工与劳动力发展局为雇员和雇主提供信息、资源和在线培训，主题涵盖了财政援助和工作场所安全：

<https://www.labor.ca.gov/coronavirus2019/>

在工作场所，雇主需要继续遵守加州职业安全与健康处（Cal/OSHA）COVID-19紧急临时标准（ETS）的规定，部分工作场所还需遵守Cal/OSHA气溶胶传播疾病（ATD）防护规定，雇主应查阅这些法规以了解额外的适用要求。以下是加州工作场所标准的最新信息：

<https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/>

雇主疫苗接种工具包（<https://saferatwork.covid19.ca.gov/employer-vaccination-toolkit/>）包含您所需的一切信息，以便于：

- 与当地医疗提供者合作，协调场外接种活动
- 申请在工作场所开设移动接种点
- 帮助员工查找接种点并预约接种
- 分享、推广有助于支持员工接种疫苗的资源

从事特定工作的人群必须接种疫苗，也许还需要接种加强针，除非存在符合豁免资格的医疗原因或宗教信仰冲突，或是在特殊情况下工作。在加州，这些人群包括医护人员、聚集性场所工作人员、州政府雇员以及K-12教职员工。免于此要求的工作人员可能仍然需要每周接受至少一次检测、佩戴口罩以及使用其他个人防护装备，如手套或消毒剂。有许多具体细节和假设情况无法详尽说明，因此请查看加州公共卫生部网站，了解当前的指导方针和加州公共卫生命令：

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Guidance.aspx>

您的雇主可以要求您提供接种COVID-19疫苗和/或加强针的证明。您的雇主不得询问任何关于您的健康或病症的信息。以下网址可查阅接种证明相关的详细信息：

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Vaccine-Record-Guidelines-Standards.aspx>