



# 人员（员工、承包商、志愿者）COVID-19 感染 自我评估指南

2020 年 6 月 5 日更新

## 前言

阿拉米达县 COVID-19 的社区传播情况较为严重。《阿拉米达县居家防疫令》要求阿拉米达县居民尽可能居家，戴上面罩，经常洗手，生病时待在家里，接触后进行检测，并遵循其他帮助我们地区取得显著进步、减缓 COVID-19 传播的预防措施。

阿拉米达县卫生官员正在仔细跟踪与 COVID-19 在本县传播有关的数据，并采取慎重的方法重新开放商业和活动。

有关县卫生官员命令的信息，请访问[此处](#)。欲了解阿拉米达县允许重新开放的商业和活动清单，请访问[此处](#)。

## 雇主的责任

允许在阿拉米达县重新开业的企业需要制定具体地点的防护计划，详细说明企业将如何预防和控制 COVID-19 传输。相关计划要求请见[此处](#)。作为该计划的一部分，雇主必须向员工和志愿者提供如何限制病毒传播的培训，包括如何筛查自己的症状或可能的接触。

## 您的责任

本文件的目的是对从事基本商业和其他获准运营的商业的人员（员工、承包商、志愿者）解释相关要求，以评估他们是否暴露于 COVID-19 或有感染 COVID-19 的症状。

每天工作时，您必须回答自我评估中的问题，并可能被要求在您开始工作之前亲自或通过电话或其他电子方式向雇主提供回答。

如果您对自我评估的任何问题回答“是”，则必须通知您的雇主，**请不要去上班**。请联系您通常的医疗保健提供方以获得进一步的建议。如果您没有医疗保健提供方，或者想了解更多关于 COVID-19 检测以及如果您感染了新冠病毒该怎么办信息，请访问[此处](#)。

## 员工资源

如果您和/或您的家庭受到 COVID-19 的影响，无论工作年限、移民身份或其他因素如何，您都有资格享受特定的福利和保障。您可以在[这里](#)找到关于劳工权利和保障、带薪休假、失业援助以及其他与 COVID-19 相关的就业援助的信息和推荐。

# 人员 COVID-19 感染自我评估

## 第 1 部分：回答下列问题

---

在每天开始工作之前，您必须回答以下问题。您可能需要在每次上班前亲自或通过电话、电子邮件或其他电子方式向企业提供回答。如果任何回答在您工作时发生变化，请立即通过电话、电子邮件或保持 6 英尺以上的距离当面通知您的主管，然后离开工作场所。

1. 在过去 10 天内，您是否被诊断出患有 COVID-19 或接受检测确认您感染了病毒？  
 是  否
  
2. 在过去 14 天内，您是否与因 COVID-19 感染而被隔离的人或接受检测确认携带病毒的人住在同一个家中，或者有过密切接触\*？  
 是  否
  
3. 您今天或过去 24 小时内是否出现以下一种或多种症状，属于新出现的症状，或者可能因感染新冠病毒引起？
  - 发烧、发冷或反复颤抖/颤栗
  - 咳嗽
  - 喉咙痛
  - 呼吸急促、呼吸困难
  - 感觉异常虚弱或疲劳
  - 味觉或嗅觉丧失
  - 肌肉疼痛
  - 头痛
  - 流鼻涕或鼻塞
  - 腹泻
  - 恶心和呕吐 是  否

\*“密切接触”定义为与患有 COVID-19 的人住在同一个房子里，是亲密的伴侣，是照护者，或在 6 英尺以内超过 15 分钟。

## 第 2 部分：后续步骤

---

- 如果您对第 1 题回答“是”：请不要去上班。  
遵照隔离步骤：<http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- 如果您对第 2 题回答“是”：请不要去上班。  
遵照隔离步骤：<http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- 如果您对第 1 题和第 2 题回答“是”，请不要返岗，直到您符合返岗的标准：  
<http://www.acphd.org/media/568880/acphd-covid-19-release-from-iso-or-quar-and-return-to-work-criteria-english.pdf>
- 如果您对第 3 题回答“是”：请不要去上班。  
您可能感染了 COVID-19，应联系您的医生获得评估和进一步的指导。您的医生将决定您是否需要进行 COVID-19 检测。如果您没有医生，请访问[此处](#)获取 COVID-19 检测地点和/或遵循[此处](#)的返岗指南。