



為多戶式住宅大廈提供的新冠狀病毒 (COVID-19) 指引

2020 年 5 月 16 日

以下指引由三藩市公共衛生局 制定，供地方設施使用，並將會發佈於<http://www.sfgcdcp.org/covid19>。此臨時指引可能會隨著對病毒的認知、社區傳播情況以及獲取的個人防護裝備和檢測的變化而更改。

對象：樓房業主和管理人員、工作人員，以及公寓、共渡公寓和多戶式住宅的居民。

背景：目前三藩市存在冠狀病毒 (COVID-19) 於社區內傳播的情況。所有三藩市居民應盡量留在家中，意識到自己可能接觸 COVID-19，並警惕是否出現 COVID-19 的症狀。感染 COVID-19 的人一般只會出現輕度症狀，留在家中就能康復。樓房住戶如果患病或 COVID-19 檢測呈陽性，這是無需通知樓房管理人員或鄰居。為減少可能對 COVID-19 的接觸以及在居民和員工中傳播的風險，樓房業主和管理人員可以採取最有效的措施就是保持社交距離和日常的環境清潔。

樓房業主和管理人員可以採取哪些具體措施來防止 COVID-19 在大廈內擴散？

進行常規環境清潔：

- 確保對大堂、電梯、洗衣房和樓梯間等公共區域經常進行清潔和消毒。請參見 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>
- 每天對所有經常接觸的表面進行清潔和消毒，如門把、樓梯欄杆、電梯按鈕、接待台、推板和洗衣房設備等。
- 如果表面很骯髒，則應在消毒前用清潔劑或肥皂和水進行清洗。
- 在消毒方面，最常見而經美國環境保護局（環保局）註冊的家用消毒劑具有有效作用。有關經環保局批准用於對抗導致 COVID-19 的產品清單請見 <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
- 請遵循製造商對所有清潔和消毒產品的說明（例如濃度、使用方法和接觸時間等）。

實施社交距離的政策和措施：

- 增加員工之間以及員工與居民之間的身體距離（約 6 英尺或 2 米）。大廈工作人員和住戶在領取包裹或郵件和進出大廈時，應保持社交距離。
- 在大型大廈內，包裹可能會放在大堂或櫃檯工作人員處，大廈工作人員可以考慮協助住戶將包裹送至他們的門外。
- 有些送餐服務還設有「特別說明」部分，訂餐者可以在此輸入更多資訊和要求，例如，將包裹送到門口，或者發簡訊 / 打電話，將包裹留在門口，以盡量減少人與人之間的接觸和接觸到物件表面。
- 延遲非緊急維修或出勤。任何工作人員或其他人員進入各單位應洗手、保持社交距離，且事後要對工作區域進行清潔和消毒。
- 關閉或限制進入健身房、聚會室、休息室和游泳池等公共區域，因為在這些區域可能難以保持社交距離。



- 限制公共空間的使用，如寵物休息區、電腦室和儲物室。只有在人與人之間在任何時刻都能夠保持至少 6 英尺的距離時，才能使用這些場地。
- 居民可以繼續使用共用洗衣房。如果房間面積較小，樓房管理人員應考慮張貼標示，並限制同時使用洗衣房的人數，以確保社交距離。可使用共用洗衣設施的附加標示；請見 <https://www.sfgdcp.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID19-Using-Shared-Laundry-Facilities-FINAL-04.15.2020.pdf>

居民可以採取哪些具體措施防止 COVID-19 在樓房內擴散？

- 留（待）在家裡（尤其是生病時）。
- 限制不必要的外出（到雜貨店、醫療保健設施、加油站不受此限）。
- 在公寓或住宅外佩戴面罩或口罩。
- 限制電梯內的人數，以防止在密閉空間內密切接觸。乘坐電梯的人應分散在電梯的四個角落，彼此遠離，並佩戴布面罩。應考慮只和自己的家庭成員一起乘坐電梯、步行樓梯，或等待下一部電梯。
- 如果您不是必要的工作人員，不要離開大樓上班，請在上午 9 點以後和下午 5 點之前使用公共空間，以緩解這些區域的人數。
- 僅允許提供必要服務的訪客進入。這包括無法等待且無法通過電話或網（線）上完成的服務。
- 將網（線）上購物限制在必需品方面，以減少郵件（收發）室和大堂的人流量。
- 避免造訪其他租戶，除非是提供幫助。靈活運用各種方法來與他人進行遠距離聯繫。請使用電話、電話會議和網（線）上視訊會議進行工作、會議，以及與朋友和家人保持聯絡。
- 請注意，有些施工和緊急維修可能需要在您的樓房內繼續進行，以處理不安全狀況和其他不能等待的需求。如果工人確實需要進入您的屋內進行維修，在他們到達之前，請打開窗戶、戴上面罩，並在他們停留在屋內時與他們至少保持 6 英尺的距離。
- 盡可能用電話聯繫管理人員或櫃檯，避免親身會面。如果住戶需要與管理人員或工作人員直接交談，應保持適當的身體距離。

實踐健康的習慣並經常進行清潔

- 經常用肥皂和水洗手至少 20 秒。如果沒有洗手設施，則使用至少含 60% 酒精的搓手液。
- 避免用未經清洗的手觸摸眼睛、鼻子或嘴巴。
- 咳嗽或打噴嚏時，用紙巾或衣袖遮掩口鼻。
- 不要與他人共用水杯、餐具、毛巾等個人物品。
- 經常消毒和清潔頻繁接觸的物件表面。其中包括電話、鍵盤、廚房檯面、廁所、水龍頭和門把。標準清潔產品可有效抵抗 COVID-19；請參閱上述有關環境清潔的部分。



制定計劃

- 查看美國疾病控制與預防中心為家庭成員提供的指引，為您的家做好準備工作：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/get-your-household-ready-for-COVID-19.html>

大樓管理人員及業主指引

鼓勵居民和員工實行 6 英尺的距離，並且在大廈（樓房）內的公共區域佩戴布面罩或其他面罩。支持員工實行社交距離和遵守居家令。

- 允許工作人員遠程辦公，並儘可能利用彈性休假時間。
- 在員工區、公共場所和入口處張貼有關防止 COVID-19 傳播的宣傳資料。
- 以多種語言與居民分享有關 COVID-19 的資訊。
- 向員工提供有關社交距離、手部衛生和防護裝備的指導。

這些資料可於三藩市市政府（SF.gov）網站查詢：<https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19>

管理公共區域的使用

在公共區域張貼提示（標識）：

所有開放的公共區域必須張貼社交距離提示

這些資料可於三藩市市政府（SF.gov）網站查詢：<https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19>

- 大堂
- 自行車室
- 車庫

關注《三藩市衛生命令》

《衛生命令和指令》(Health Orders and Directives) 發佈在

<https://www.sfdph.org/dph/alerts/coronavirus-healthorders.asp>

為遵守 2020 年 3 月 31 日的《三藩市衛生命令》，這些區域應關閉

公共區域 – 包括但不限於：

- 圖書館
- 休息室
- 兒童遊戲室

運動設施 – 包括但不限於：

- 健身房
- 籃球 / 壁球 / 網球場



- 舞池
- 瑜珈館

會議室

私人餐廳

溜狗公園和狗跑場

戶外設施 – 包括但不限於：

- 甲板 / 屋頂平台
- 燒烤架 / 烤架 / 火爐
- 遊戲場
- 泳池設施
 - 熱水浴池 / 水療浴室
 - 桑拿 / 蒸氣室
 - 按摩 / 水療室

娛樂設施 – 包括但不限於：

- 遊戲室 / 台球室
- 電影院 / 放映室
- 電視房

這些區域可以受限制地開放

商務中心/商務休息室

- 登記表格要註明姓名 / 房間號碼，以預約次數（方便在以後檢測出有人呈 COVID-19 陽性時追蹤其接觸者）。
- 提供在使用期間清潔 / 消毒的用品（門把、鍵盤 / 滑鼠 / 滑鼠墊、辦公桌、椅子、螢幕、其他設備等）。
- 限制共享使用，以遵守社交距離規定（人與人之間至少距離 6 英尺）。拿走多餘的椅子 / 電腦。

郵件室 – 張貼社交距離提示



寵物清洗 / 寵物修飾美容

- 登記表格要註明姓名 / 房間號碼，以預約次數（方便在以後檢測出有人呈COVID-19陽性時追蹤其接觸者）
- 提供在使用期間清潔 / 消毒的用品（門把、電燈開關、桌子和檯面、椅子、水龍頭，等）

音樂練習室

- 登記表格要註明姓名/房間號碼，以預約次數（方便在以後檢測出有人呈COVID-19陽性時追蹤其接觸者）
- 提供在使用期間清潔/消毒的用品（門把、電燈開關制、共用樂器，其他設備，等）

掌管訪客

- 限制訪客。繼續允許必要的訪客，如家庭護理人員、衛生保健人員和緊急維護人員。
- 鼓勵居民通過電話和 / 或網路與家人和朋友聯繫，並鼓勵延遲非必要的探訪。
- 盡量將訪客限制在大廈的單一入口處，以便工作人員監督。
- 在入口處張貼標示，指示必要的訪客如果生病或曾與可能患有或確實患有COVID-19的人密切接觸時，則切勿進入。
- 張貼標示，告訴訪客限制他們在樓房內的流動和使用公共區域。
- 使用 視頻對話（FaceTime）或 谷歌二人組（Google Duo）等應用程式進行大廈和共渡公寓的虛擬參觀。如果沒有其他方法，請將住所的照片發送給潛在的入住人士。
- 如果您必須親自參觀，請確保所有的人之間保持至少 6 英尺的距離。一個居住單位一次最多只能容納兩個人。例如，可能要入住的人在查看房間時，員工留在室外或在其他房間。
- 在親自參觀已有人居住的單位之前，請必須先取得目前房客的完全同意。如果目前的房客拒絕，請使用虛擬參觀方式。

注意住宅建築指引

- 根據 5 月 5 日新發佈的《衛生命令》，所有建築工程計劃都可以恢復，只要能遵守該命令的《建築計劃安全協議》（請見 <https://www.sfdph.org/dph/alerts/coronavirus-healthorders.asp>）
- 建築活動的監督人員必須採取措施保護工人和居民。監督人員應確保所有人員之間至少保持 6 英尺的距離，在單位之間提供洗手或消毒站，為工人提供面部保護，並採取其他措施。

監察員工健康

- 每天開工時，應親自或通過電話篩檢員工的是否有感染病毒的症狀。任何人如有發燒、發冷、反覆發抖 / 顫抖、咳嗽、喉嚨痛、呼吸急促或呼吸困難、感覺異常虛弱或疲勞、味覺或嗅覺喪失、肌肉疼痛、頭痛、流鼻涕、鼻塞或腹瀉等症狀，均不應該上班。



- 病毒感染的高危人群也不應該來上班。風險因素包括 60 歲及以上、有潛在的健康狀況（如高血壓、心臟病、糖尿病、肺部疾病等）或免疫系統衰弱、懷孕等。

如果您居住的社區出現病例，則要注意防範。

- 如果您認為您居住的社區內有人患有或可能患有 COVID-19，請勿與其他人分享其個人健康資訊。感染的人的身份是受保護的健康資訊。
- 根據疾病控制與預防中心的建議進行徹底清潔和消毒：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>
- 如果已知病例的身份，則訪客及員工不應進入其居住單位。如果需要緊急維修，住戶應打開所有窗戶、佩戴手術口罩、並與工人保持至少 6 英尺的距離，最好留在另一個房間裡。進入其居住單位的人員應戴上口罩和一次性手套，並與住戶保持至少 6 英尺的距離。
- 不需要提醒居民注意可能出現的病例。

在居住單位內安全工作

- 盡可能限制居住單位內的維修工作。需要進入居民居住單位的工作人員應遵循以下事項：
- 進入前要洗手或使用搓手液（酒精含量至少 60%）。盡可能戴上乾淨的手套。
 - 與住戶保持至少 6 英尺的距離。
 - 離開居住單位之前，請在所有工作過的表面進行消毒。
 - 佩戴面部保護裝備 — 只要工作人員能夠保持適當的身體距離，佩戴布面罩就足夠了。如果預期會有飛濺或溢出物，請戴上手套和護眼罩，並在逗留後脫掉骯髒衣服。

如果我認為自己接觸到 COVID-19，應該怎麼辦？

- 請聯絡您的醫療保健服務提供者尋求建議，並遵循三藩市公共衛生局的指引，衛生局會經常於 <https://www.sfdcp.org/covid19> 更新資訊

如果一名居民被確診感染 COVID-19，或者確認與 COVID-19 確診患者有過密切接觸，並且已知在其住所內進行隔離或檢疫，該怎麼辦？

- 這些居民可以選擇自我識別，並可以尋求幫助以進行隔離或檢疫。但是，不應向其他居民透露他們的身份。

在此情況下，建議的做法包括以下項目：

- **服務要求和進入公寓：**暫停進入公寓進行日常保養、維修和檢查。只有在緊急維修時才可以進入該公寓。如果需要緊急維修：
 - 建議住戶在維修人員在場時，將公寓內的窗戶全部打開。



- 建議住戶留在公寓的某一處，並遠離維修人員，以及在維修人員在公寓內時佩戴口罩。
- **交付包裹：**將包裹留在公寓門外，避免與正在進行自我隔離或檢疫的居民密切接觸。安排好包裹到達時的通知方式。
- **垃圾處理：**安排門邊垃圾收集。指示住戶將垃圾袋放在居住單位的前門外。
- **寵物照顧：**由於居民除了就醫外，不得離開單位，因此可能需要其他服務來照顧寵物，如遛狗員。
- **供應商服務：**應通知定期在公寓內提供服務的供應商暫停向該有問題的公寓提供服務，但不告知他們暫停服務的原因。如果您提供上門收集垃圾的服務，服務可以繼續。
- **醫療檢查：**如果居民需要離開居住單位進行必要的醫療檢查，請指示他們在綜合大樓、停車場和居住單位外任何時候都要佩戴口罩或面罩。
- **與病毒感染者接觸過的人：**已感染（或疑似感染）COVID-19 的居民需要通知其接觸過或可能接觸過的人，並告知他們需要進行檢疫；而這不是公寓管理人的責任。但是，公寓管理人員應採取上述預防措施，以防止工作人員和其他人員暴露於 COVID-19。
- **居民健康查問：**考慮為獨居的住戶提供電話問候服務，確保他們在檢疫或隔離期間的健康和安全。
- 如果居民選擇告知其他人他們正在進行檢疫或自我隔離，則繼續頻繁清潔公共區域將有助於使其他住戶放心。

保護住戶和員工隱私。

- 不要與其他居民或員工分享正在進行自我檢疫 / 隔離的居民或受影響員工的健康狀況。此外，沒有任何理由通知公共衛生部門，而公共衛生部門也不會知會該房產或樓房管理人員 / 業主在該樓房內的任何病例。



額外資源

我們在此感謝其他城市為編寫本指南投入的努力。

西雅圖

<https://kingcounty.gov/depts/health/communicable-diseases/disease-control/novel-coronavirus/housing.aspx>

洛杉磯

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/GuidanceMultifamilyResidences.pdf>

紐約

<https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/imm/covid-19-residential-buildings-faq.pdf>

芝加哥

<https://www.chicago.gov/content/dam/city/depts/cdph/HealthProtectionandResponse/COVID-19%20Guidance%20for%20Residential%20Buildings%2004.01.2020.pdf>