

親愛的家長和監護人，

隨著社區對 2019 年新型冠狀病毒或“COVID-19”的關注上升，我們與家長分享沙加緬度縣公共衛生 (SCPH) 提供的資源和指南以及在感冒和流感季節保持健康的一般準則。

沙加緬度市聯合學區正在做什麼以保護學生，家庭和員工？

SCUSD 學區正在採取以下步驟來確保我們學校社區的健康和安全：

- 學校護士正在為洗手和適當咳嗽/打噴嚏的禮節提供建議和課堂教學。
- 大量提供洗手傳單和海報。
- 我們鼓勵鼓勵成年人 [Adults](#) 和兒童 [Children](#) 在壓力時期積極應對的活動和策略。
- **縣公共衛生**要求學校對生病的學生或教職員在回家之前(護士/保健室)盡可能提供空間距離。學校繼續將發燒 100 度以上和/或正經歷胃腸道症狀(例如嘔吐或腹瀉)的任何學生或教職人員送回家，以加強我們標準健康規程。患病者應在症狀消退後留在家裡 24 小時；請參考我們海報[病了不能上學嗎?] [Too Sick for School?](#)
 - 要求工作人員為學生提供完整學分並延長其時間，以便學生能完成因生病而錯過的作業。
- **運營部**正在採取以下步驟來保持學校的清潔和安全：
 - 努力確保每所學校都有充足洗手用品，面巾紙及經地區認可的消毒清潔劑。
 - 訂購大量備用清潔材料和個人防護設備，以確保準備就緒。
 - 例行清潔：按照既定學區指南，每晚，學校工作人員都會對高接觸區域以及生病的學生或工作人員所在的區域進行消毒。
 - 深度清潔：每晚都有一專門團隊被派往深度清潔學校。如果在特定學校現場發現問題，將進行深度清潔。
 - 補充培訓：正在修訂並為整個學區的所有運營人員部署廣泛的培訓工具包。
- 請注意，有報告稱學生和其他人受到侮辱或欺負 [bullied](#)。我們敦促我們社區成員幫助防止任何歧視，並尊重社區成員隱私。我們鼓勵社區中每個人在我們共同努力以保持社區健康以及身體和情感安全的同時，以同情，尊重和善良態度對待彼此。

您可以採取什麼措施保護您的家人？

隨時了解：

- 疾病控制中心 [Centers for Disease Control](#)
- 沙加緬度縣衛生服務局 [Sacramento County Department of Health Services](#)
- SCUSD 衛生服務 [SCUSD Health Services](#)
- 2/26/2020 eConnection 報導 [2/26/2020 eConnection Article](#)

記住要遵守傷風感冒和流感季節保持健康 [healthy during the cold and flu season](#) 一般準則。請務必進行日常預防，並請確保：

- 經常用肥皂和水洗手至少 20 秒鐘。如果沒有肥皂和水，請使用酒精類洗手液。請參考 [CDC 洗手指南 CDC Handwashing Guides](#)（英語/西班牙語）。
- 避免未洗手觸摸眼睛，鼻子和嘴巴。
- 避免與生病人密切接觸。
- 生病時待在家裡。這是家庭的絕佳資源（請參考海報[病了不能上學？] [Too Sick for School?](#)）
- 掩蓋咳嗽。
- 打噴嚏到紙巾中，然後將紙巾扔進垃圾桶。之後洗手。
- 清潔和消毒經常觸摸的物體和表面。
- 注射流感疫苗。

當地準備工作：

沙加緬度市聯合學區 SCUSD 與沙加緬度縣公共衛生 SCPH，沙加緬度市縣教育局，以及其他學區和合作夥伴緊密合作，以密切監視情況並製定協議，以防 COVID-19 在我們學區蔓延。SCPH 繼續向公眾提供更新信息，該信息可在網站上找到，請單擊此處 [click here](#) 查看信息。SCPH 還在為學區提供指導，我們正採取步驟實施當前建議。您可以在 [此處 here](#) 查看當前指南。

《加州健康與安全法》賦予地方衛生官員控制傳染病的權力和責任，並採取了必要措施以防止傳染病的傳播或其他病例發生。SCUSD 將遵守由 SCPH 提供的有關停課所有指示。

COVID-19 如何傳播？

來自疾病預防控制中心 [Centers for Disease Control and Prevention](#)：

人們認為，冠狀病毒主要在人與人之間（在大約 6 英尺內）彼此密切接觸的人之間傳播。據認為是通過感染者咳嗽或打噴嚏時產生的呼吸道飛沫傳播。這些水滴會落在附近人的嘴或鼻子中，或者可能被吸入肺部。

一個人可能會通過觸摸帶有病毒的表面或物體然後觸摸自己的嘴，鼻子或可能眼睛之後便染上 COVID-19，但這並不是病毒傳播的主要方式。

口罩：

CDC 不建議在醫療機構以外的地方常規使用 N95 呼吸器。N95 口罩不是為兒童設計，也不應該由兒童佩戴。在醫療機構中，呼吸系統疾病患者可能需要戴口罩以防止細菌在咳嗽或打噴嚏時向他人傳播。患病者應留在家中，除非需要，否則不要進入擁擠的公共場所，除非要獲得醫療服務。患病工人應遵循**疾病預防控制中心**的指導，生病時應留在家中。

([SCPH-學校指南](#) [SCPH - Guidance for Schools](#))

現在的情況：

來自沙加緬度縣公共衛生 [Sacramento County Public Health](#)

2月26日，**疾病控制與預防中心** (CDC) 和**加州公共衛生部** (CDPH) 宣布，沙加緬度縣協調了另一個縣的個人醫療保健，該人的 COVID-19 測試呈陽性，目前處於隔離狀態。此人沒有前往中國的病史，也沒有已知 COVID-19 確診病例的接觸。**沙加緬度縣公共衛生**與州和聯邦衛生機構緊密合作，以確定個人感染的來源，並正在進行接觸調查。

我們對 COVID-19 了解多少？

來自沙加緬度縣衛生服務部 [Sacramento County Department of Health Services](#)：

冠狀病毒是一類呼吸道病毒可引起多種疾病，從普通感冒到更嚴重疾病如 SARS 和 MERS。注意不要將這種冠狀病毒與名為“COVID-19”或“2019 新型冠狀病毒”的菌株混淆一起。COVID-19 只是一種冠狀病毒。因此，如果在測試結果中看到“冠狀病毒”一詞，請不要驚慌。目前，只有**疾病控制與預防中心** CDC 與**沙加緬度縣公共衛生** SCPH 配合，對 COVID-19 進行測試。

感謝您所做的一切工作為維護我們學生，家庭和社區的安全與健康。