

有關 COVID-19 爆發的資訊 – Lilydale (Sofina Foods) (COVID-19 Outbreak Info – Lilydale (Sofina Foods))

工廠工人的常見問題 (Q & A for Plant Workers)

2020 年 8 月 28 日

關於該疾病：(About the Illness:)

COVID-19 有哪些症狀？(What are the symptoms of COVID-19?)

- COVID-19 可能有很多症狀，包括咳嗽、呼吸困難、發燒、流鼻涕、喉嚨痛、疲勞、頭痛、腹瀉，噁心/嘔吐等。您可在以下連結找到完整的症狀列表：
<https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page16997.aspx#sign>

當您感染 COVID 後，您具有傳染性的時間是多久？(How long are you contagious, once you get COVID?)

- 我們認為您從首次出現症狀開始 10 天內或直到症狀消失期間都具有感染性 / 傳染性，以時間較長者為準。
- 一般人在暴露於病毒 2 到 14 天後才會開始出現症狀。
- 一般人在出現症狀之前 2 天就可能具有感染性 / 傳染性。
- 這就是我們建議他們自我隔離的原因。這意味著他們無法在 10 天內與他人接觸。這是保護您身邊的人的方法。
- 即使已經過了 10 天，但若您仍然有症狀，我們要求您繼續自我隔離，以防止感染傳播給其他人。公共衛生部將會與您聯絡告知您何時能夠停止隔離，切勿在此以前停止隔離。
- 您無需接受重新檢測來證明您不再具有感染性

康復的員工何時才能安全地再次投入工作？(When is it safe for recovered employees to return to work?)

- 如果您的 COVID-19 檢測呈陽性或出現症狀：當您完成從症狀開始後至少 10 天的必要隔離，或者直到症狀完全消失（以時間較長者為準），即被視為已經康復。
- 如果您與 COVID-19 呈陽性人士有密切接觸，或與可能患有 COVID-19 的人士接觸：您可以在接觸 COVID-19 病例後 14 天再次投入工作（假設您沒有出現症狀或檢測呈陽性）

感染者和無症狀者散播的病毒是否足以感染他人？(Do infected and asymptomatic persons shed the virus enough to infect others?)

- 無症狀者是指沒有出現 COVID-19 症狀，但病毒檢測呈陽性的人士。
- 對於 COVID-19 檢測呈陽性但無症狀者，仍被視為具有感染性。
- 如果沒有出現任何症狀，則從呈陽性的檢測日當天前 2 天和之後 10 天期間，他們將被視為具有感染性且必須自我隔離。

例子：Mary 沒有出現症狀，而且在 2020 年 6 月 1 日接受檢測。她的檢測結果顯示 COVID-19 呈陽性，Mary 必須自我隔離直到 2020 年 6 月 11 日。

無症狀者的傳染能力如何？ (How contagious can an asymptomatic person be?)

- 目前沒有具體的科學資料佐證，但是我們觀察到大部分對 COVID-19 檢測呈陽性的人士都可以追溯到有症狀者。
- 普遍認為無症狀者的傳染性不及有症狀者。但是他們仍然可以傳播病毒；我們需要格外小心。

如果您最初檢測呈陰性，但突然出現輕微的症狀，例如像發燒的感覺和 / 或流鼻涕和 / 或已經被要求重新檢測，但您現在感覺好轉了。再次投入工作是否安全？ (If you had initially tested negative but suddenly developed light symptoms like a feverish sensation and/or running nose and/or have been asked to be retested but now you feel better. Is it safe to return to work?)

- 任何有症狀者都必須自我隔離 10 天或直到症狀消失為止（以時間較長者為準），而且應進行檢測

無論對 COVID-19 檢測呈陽性或陰性，都必需如此

當我第一次檢測結果呈陰性。兩天後，我覺得自己像有發燒或再次流鼻涕。我撥打 811，而且被要求再次前往檢測。如果檢測再次呈陰性，我應該再次投入工作嗎？ (When I first tested my test came back negative. Two days later I felt feverish or had a runny nose again. I called 811 and was asked to come in for testing again. Should I go back to work if the test is negative again?)

- 發燒和流鼻涕是 COVID-19 的症狀。如果您在檢測呈陰性後出現這些症狀，您應該自我隔離 10 天，或直到症狀消失為止，以時間較長者為準。
- 您也可以在线上 (<https://myhealth.alberta.ca/Journey/COVID-19/Pages/COVID-Self-Assessment.aspx>) 或撥打 811 要求再次檢測。如果您再次出現症狀，應安排重新檢測。
- 自我隔離 10 天或當症狀消失為止，以時間較長者為準。
- 如果檢測呈陰性，而且您的症狀亦已消失，您可以在此 10 天期過後再次投入工作。

檢測：(Testing:)

如果您沒有症狀，檢測會呈陽性嗎？ (If you have no symptoms, can you test positive?)

- 會，如果您感染病毒，您甚至會在出現症狀之前檢測呈陽性。

無症狀者也可以傳播病毒。為什麼不對所有人進行檢測？ (People who don't show symptoms can also spread the virus. Why not test everyone?)

- 我們對在 Lilydale/Sofina Foods 和其他肉類工廠工作的人士提供檢測，即使他們沒有症狀。
- 即使您沒有症狀，也建議您進行檢測。目前進行檢測並非必須。
- 我們也為其他設施和組織提供檢測，例如長期護理之家。
- 我們正在為其工作人員和居民提供檢測，即使他們沒有症狀。
- 對於一般民眾，最重要的是檢測出現症狀的人士，因為他們最有傳染性，而且最可能傳播感染。
- 在亞伯達省，任何有症狀者都可以進行檢測。
- 我們必須確保我們的檢測能力與我們的檢測策略取得平衡。
- 所有檢測都是免費提供的。
- 我們建議接受檢測。

我曾經嘗試進行線上評估，但我不理解那些問題。AHS 還提供其他哪些選擇？ (I tried to do the online assessment, but I don't understand the questions. What other options does AHS offer?)

- 您可以撥打 Health Link 811，直接與已接受特別培訓的註冊護士討論，他們能夠回應關於潛在 COVID-19 暴露的憂慮。
- Health Link 每週 7 天，每天 24 小時提供 300 多種語言的口譯服務。如果您需要語言支援，請撥打 811 尋求幫助。

自我隔離與保護 (Self-Isolation and Protection)

我們可以討論隔離的更多細節嗎？對於沒有受到感染的人士，但他們與檢測呈陽性或有症狀而且必須隔離者同住，關於這種情況存在很多疑惑。對於身處這種情況的人士，即使他們感覺良好，他們也不清楚自己是否也必須隔離。(Can we talk more about isolation? There is a lot of confusion around those who are not infected but who may be living with those who are positive or symptomatic and isolating. It can be unclear to those in that situation whether they have to isolate as well, even if they're feeling well.)

- 與 COVID-19 確診病例同住者也應該自我隔離 14 天。14 天從首次發現症狀開始。
- 例如：
- 如果丈夫檢測呈陽性，從丈夫開始自我隔離當天起，他的妻子也需要自我隔離 14 天。生病的丈夫應住在獨立的臥室和使用獨立的浴室，來限制病毒在家庭中的傳播。

如果家庭中有確診病例，其他家庭成員應該怎樣做？ (If there is a confirmed case in the household, what should the other people in that household do?)

- 如果家裡有 COVID-19 確診病例，家庭內的所有其他成員應該從此病例出現症狀的第一天起自我隔離 14 天。
- 這樣做將有助於防止感染傳播。

- 如果另一個家庭成員的檢測結果呈陽性，若與該陽性病例有持續互動，整個家庭都將需要重新開始計算 14 天。
- 對於家庭龐大而難以自我隔離的人士，有免費支援以協助他們自我隔離。要獲取這些服務，您可以聯絡家庭醫師或撥打 811。

為什麼家庭內某些人感染 COVID-19，而同一個家庭內的其他人卻沒有感染？ (Why is it that some people in a household have gotten COVID-19 and other people in that same household have not?)

- 在中國很多家庭中，只有 15% 的家庭成員被感染。多少人被感染取決於患者將自己從身體健康的家庭成員中隔離的情況。
- 您和您的家人所採取的一般措施（例如洗手和定時家庭清潔）可能能夠阻止您的家庭成員之間傳播感染。

請說明口罩指引，以及如何安全處理已使用的 / 髒的口罩。口罩可以配戴多久還有效？如果口罩濕了 / 髒了該怎樣做？ (Please explain mask protocol and safe handling of used/dirty masks. How long are masks good for? What if they get wet/dirty?)

- Lilydale/Sofina Foods 所採用的醫療口罩，也是我們建議社區民眾配戴的口罩，目的是為了保護他人：防止配戴口罩的人士傳播給其他人。
- 沾濕的口罩將不再有效，而且應該更換。
- 如果您在外面或工作時配戴口罩，您應視之為髒的口罩，並在回家時棄置。
- 如何摘下口罩：
 1. 用酒精搓手液或肥皂和水清潔雙手。
 2. 切勿觸摸口罩的正面。利用綁繩或耳圈掛耳線摘下口罩
 3. 立即棄置於垃圾筒內。
 4. 棄置口罩後，用酒精搓手液或肥皂和水清潔雙手。
- 請務必仔細執行以下步驟。病毒可停留在口罩外面，當您觸摸口罩外面時可能會污染雙手。
- Lilydale/Sofina Foods 每天在員工上班時向他們提供口罩，這是現場篩檢過程的一部分。整個工作天都可以在需要時提供新的口罩。
- 如果您自己製作口罩，應該定時清洗。安全有效的清洗方法是使用洗衣機，就像清洗一般衣物一樣。

對於共乘有什麼建議？ (What are the recommendations around carpooling?)

- 建議員工遵從共乘準則。
 - 最多 2 個來自不同家庭的人士共乘一台汽車，乘客坐在後座，保持最遠的距離。

- 在汽車內時刻必須戴好口罩，遮掩口鼻。

Lilydale 工人的安全 (Worker Safety at Lilydale)

目前對於新進員工和重返的員工進入工廠時有哪些程序？他們在開始工作之前是否會接受檢測？ (What is the current procedure for new and returning employees coming to the plant? Are they being tested before they start work?)

- 此時已經為所有現有員工提供檢測。
- 所有新進員工和重返的員工被要求在返回 Lilydale/Sofina Foods 之前安排檢測。
- 如果您感到不適，則不應上班工作。請致電 Lilydale/Sofina Foods，告知他們您需要缺勤以及您的感覺。
- 為了限制 COVID-19 的傳播，務必確保生病的人士不得上班工作。
- 如果您感到不適或出現 COVID-19 的症狀，請撥打 811 討論您的症狀，註冊護士將協助您確定是否需要進行 COVID-19 檢測。
- 如有任何員工對 COVID-19 有疑問而且已再次投入工作，請指引他們聯絡人力資源部。

Lilydale/Sofina Foods 的某些人士還沒有進行檢測，您認為繼續生產是否安全？ (Do you consider it safe to continue the production at Lilydale/Sofina Foods even though some people have not been tested?)

- 是。在 Lilydale/Sofina Foods 內或任何工作場所內防止感染傳播最重要的做法是採取良好的衛生措施：保持身體距離、當無法保持身體距離時使用口罩、定時用肥皂和水洗手或使用搓手液，以及生病時留在家裡。
- 我們已經建議了一些在工作場所內保護員工的措施，而這些措施 Lilydale/Sofina Foods 之前已經實施或者剛剛開始實施。
- 我們必須理解並實踐這些行為措施，這可能會是一種挑戰。我們也建議採取物理控制（例如塑膠屏障）在無法遵從行為措施時提供額外的保護。

Lilydale/Sofina 工人的重要聯絡人： (Important Contacts for Workers at Lilydale/Sofina:)

Sofina
Christian Glico
403-718-0047 分機 3342

Calgary Catholic Immigration Society
<https://www.ccisab.ca/>
403-262-2006

基層照護網路 (PCN) Mosaic

<http://mosaicpcn.ca/About/Pages/MPCN-Clinics.aspx>

加拿大聯合食品和商務工人工會（UFCW） 401 分會

<https://gounion.ca/>

403-291-1047

更多資訊（多種語言）

<https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page16944.aspx>

Alberta Health COVID-19 資訊

www.alberta.ca/covid19

問題：

Community.Engagement@ahs.ca