

防止 COVID-19 傳播：食品企業指南

COVID-19 是一種由新型病毒引起的呼吸道疾病。全世界的確診病例數量正在不斷增加，包括美國和華盛頓州。

COVID-19 的風險與人種、族群或國籍絕無關聯。[給予他人污名對抗擊疾病毫無幫助](#)。您可以透過分享正確的資訊來防止謠言和錯誤資訊傳播。

什麼是 COVID-19？

COVID-19，即「2019 年冠狀病毒疾病」，是由一種新型冠狀病毒引起的疾病。冠狀病毒會引起輕度呼吸道疾病，例如普通感冒。但有些冠狀病毒會引起更嚴重的疾病，例如嚴重急性呼吸系統綜合症 (SARS) 和中東呼吸系統綜合症 (MERS)。

COVID-19 的常見症狀有哪些？

COVID-19 的常見症狀包括發燒、咳嗽和呼吸急促。接觸病毒後，患者可能會在最短 2 天或 14 天內出現 COVID-19 症狀。

有些 COVID-19 患者可能只有輕微症狀。症狀更嚴重時，病毒會引起肺炎。

病毒如何傳播？

病毒透過呼吸道飛沫在人與人之間傳播。感染 COVID-19 的患者在他人附近打噴嚏或咳嗽時會傳播病毒。飛沫可能落在附近人員的口鼻中，也可能被吸入肺中。病毒也可能透過親吻或擁抱、共用餐具、與附近的人交談以及觸摸他人來傳播。密切接觸不包括步行經過他人，或在等候室或辦公室內短暫坐在他人對面等活動。

個人可能會因觸摸帶有病毒的表面或物體，然後觸摸自己的口鼻或眼睛而被感染 COVID-19。但是，這不是病毒傳播的主要方式。

如果有人出現症狀並與已知感染了 COVID-19 的人有過密切接觸，或者曾前往過病毒正在傳播的地區，請聯絡醫療提供者。

預防建議

食物不太可能攜帶 COVID-19。但是，請注意遵循現行的食品安全標準，以幫助保護工作人員和顧客。此外，加強您當前的食品安全措施將有助於減慢呼吸道病毒在社區中的傳播，並有助於確保雇員不必因為生病而無法工作。

1. 審核雇員健康政策和程序

雇員健康政策應禁止食品工作者在生病時在食品企業工作。

- 審核您的病假政策，並在可能的情況下為您的雇員擴大帶薪休假選項。提供帶薪病假將有助於減輕對雇員的負面經濟影響，並使其餘雇員和顧客保持良好狀態。
- 提醒工作人員注意雇員健康要求和期望，並根據需要對其進行再培訓。
- 出現 COVID-19 症狀的食品工作者和管理人員必須等到其症狀消失後才能恢復工作。當前的指導原則是在症狀消失後至少居家觀察 72 小時。如果可能，若雇員的家庭成員或照料者也出現了符合 COVID-19 的症狀，則該雇員也應居家隔離。
- 雇主不應要求雇員在恢復工作時提供醫生證明，因為這樣做會加重醫療系統的負擔。
- 如需更多資訊，請參閱 [Department of Health \(DOH, 華盛頓州衛生署\) 的工作場所和雇主資源](#)。

2. 要求雇員更頻繁地洗手

- 確保所有雇員經常用肥皂和清水徹底地洗手，洗手時間應至少為 20 秒。確保每個洗手台始終備有肥皂、紙巾和溫暖的自來水。
- 華盛頓州要求食品工作者使用屏障物（例如鉗子、手套或其他器皿）來避免直接用手接觸食物。適當的烹飪溫度可能會消滅活病毒，但食品工作者應佩戴手套或使用其他屏障物，以防止接觸未完全烹飪的食物。
- 建議所有雇員在咳嗽和打噴嚏時用紙巾遮掩。如果沒有紙巾，雇員可以在打噴嚏時用襯衫袖子遮掩，但不能直接用手。每次咳嗽或打噴嚏後，將紙巾丟入有蓋的垃圾桶中，並立即用肥皂和水洗手。
- 提醒雇員避免觸摸眼睛、鼻子和嘴，以幫助減緩細菌的傳播。現行食品安全規定要求工作者在每次觸摸眼睛、鼻子或嘴後要洗手。
- 為了幫助顧客避免傳播細菌，請在顧客區域提供紙巾、無接觸式垃圾箱和酒精類免洗手部消毒液（有效成分為至少 60% 乙醇）。

若您需要本文的其他格式，請致電 1-800-525-0127。失聰或聽障客戶請致電 711 ([Washington Relay](#)) 或傳送電子郵件至 civil.rights@doh.wa.gov。

3. 清潔和消毒

經 EPA (Environmental Protection Agency, 環境保護局) 登記的殺菌消毒劑應能殺死 COVID-19。截至目前, 尚無建議更改目前已批准的消毒劑。

- 僅使用經 EPA 登記的消毒劑用於消毒殺菌。閱讀消毒劑標籤並按照使用說明操作。確保使用試紙測量消毒劑的濃度, 以確保符合有效成分規定。
- 使用經 [EPA 登記的消毒劑](#)。這些消毒濃度可能超過允許在食品接觸表面 (例如餐具) 上使用的濃度水準。在器皿和食品接觸表面上或其附近使用化學品時, 請務必遵循食品接觸表面的標籤說明。
- 如果您對某種消毒劑有疑問, 請仔細閱讀包裝標籤或與您的化學品供應商聯絡, 以獲取更多資訊。
- 消毒之前, 請確保清洗和沖洗設備上的可見污垢或碎屑。消毒劑在乾淨的表面的效果更好。
- 所有食品接觸表面 (例如器皿、切菜板和餐具) 必須全天經常清洗、沖洗和消毒。確保在每位顧客使用後都正確地清洗並用化學品或高溫洗碗機消毒餐具。
- 所有非食品接觸表面 (例如設備、檯面、菜單、桌子、椅子、衛生間和門) 應根據需要進行清潔, 以防止溢出物, 並經常進行消毒。清洗、沖洗和消毒雇員和顧客全天會觸摸到的非食品接觸表面。
- 為了幫助保護您的雇員和顧客, 增加清潔和消毒顧客可及區域的頻率。對公共區域/顧客可及區域進行消毒時, 使用單獨的抹布和消毒液。
- 考慮移走櫃檯上的裝飾物、紙張和其他不必要物品, 以徹底清潔雜物的表面。
- 至少每天消毒調味品容器外部和其他經常被觸摸的物品, 例如門把手、椅子靠背、水龍頭把手、桌面和菜單。
- 目前, 對顧客自助服務 (例如飲料分配器, 散裝食品容器或沙拉吧) 沒有全州的限制。為了幫助顧客減少疾病, 全天經常清洗、沖洗和消毒自助服務區域的鉗子和其他器皿, 並在設施入口處提供含酒精的免洗手部消毒液。

您需要本文的其他格式, 請致電 1-800-525-0127。失聰或聽障客戶請致電 711 ([Washington Relay](#)) 或傳送電子郵件至 civil.rights@doh.wa.gov。

4. 預期發展

與任何新出現的傳染病一樣，人們對疾病的瞭解會隨著時間而加深。在早期，我們很難知道疾病的傳播方式、人與人之間的傳播效率以及感染的嚴重程度。隨著獲得更多資訊，我們將持續更新[新型冠狀病毒爆發網站](#)。

與您的[當地衛生部門](#)聯絡，以詢問您所在地區的特定問題。

其他食品安全問答

冠狀病毒會透過食物傳播嗎？

目前尚無證據表明這種新型病毒可透過食物或水傳播。以前爆發過冠狀病毒（例如 SARS 和 MERS）的歷史表明，人們不太可能透過食物而被感染。然而，對新型冠狀病毒的有限研究表明它會在糞便中殘留。目前尚不知道新型冠狀病毒在經過消化道後是否仍具有感染性。

儘管我們相信這種新型病毒不會透過食物傳播，但我們知道其他細菌可以。我們強烈鼓勵人們採取常規的食品安全程式以降低風險：

- **確保食品工作者健康。**咳嗽、發燒、呼吸急促、嘔吐或腹瀉或有其他疾病症狀的人應遠離廚房。
- **洗手以減少患病的風險。**在準備食物之前和期間，必須徹底洗手。
- **在切割或食用水果和蔬菜前沖洗。**切割或食用生的農產品（如萵苣頭）前在流水下沖洗。即食袋裝萵苣無需額外清洗。
- **徹底烹飪。**烹飪會破壞許多細菌，包括冠狀病毒。
- **清潔和消毒食品接觸表面。**經常清洗、沖洗和消毒切菜板、桌子、器皿和其他與食品接觸的表面。

沒有症狀的食品工作者可以接受檢測嗎？如果因為他們因與可能感染 COVID-19 的人密切接觸過而被要求自我隔離 14 天，該怎麼辦？

目前，我們不建議對沒有症狀的人進行檢測，因為很難解釋陰性結果。如果某人已經接觸過病毒但尚未出現症狀，則為其檢測病毒可能還為時過早。此外，陰性結果並不會縮短隔離時間。如果當地衛生機構或衛生保健提供者指示隔離，請完成 14 天整的隔離，以幫助確保我們能限制病毒在社區中傳播。

若您需要本文的其他格式，請致電 1-800-525-0127。失聰或聽障客戶請致電 711 ([Washington Relay](#)) 或傳送電子郵件至 civil.rights@doh.wa.gov。

其他 COVID-19 資源

- [新型冠狀病毒爆發 2020](#), Washington State Department of Health
- 如果您對華盛頓州的當前形勢或病毒的傳播方式有疑問，請致電 1-800-525-0127，然後在聽到留言時按 #。熱線服務時間為每週 7 天，每天早上 6 點至晚上 10 點。電話熱線提供口譯服務。當有人接聽電話時，請說出您的語言。接線員需要一分鐘來為您轉接口譯員。如果您對自己的健康狀況、COVID-19 檢測或檢測結果有疑問，請聯絡您的醫療保健提供者。

您若需要本文的其他格式，請致電 1-800-525-0127。失聰或聽障客戶請致電 711 ([Washington Relay](#)) 或傳送電子郵件至 civil.rights@doh.wa.gov。