

# COVID-19 行業指南：

## 針對擴大個人護理服務(Expanded Personal Care Services)

2020 年 10 月 20 日

本指南旨在解決全州範圍內各行業和活動的開放。然而，當地衛生官員可能會針對當地流行病條件實施更嚴格的規範，因此雇主也應確認相關的當地開放政策。

# 概述

2020 年 3 月 19 日，加州公共衛生署 (CDPH) 公共衛生官員和主任發佈了一項命令，要求大多數加州人待在家中以阻斷 COVID-19 在人群中的傳播。

COVID-19 對加州人健康的影響尚未完全清楚。通報的疾病範圍從非常輕微 (有些人無症狀) 到可能導致死亡的嚴重疾病。某些群體 (包括年滿 65 歲或以上及患有心臟或肺部疾病或糖尿病等嚴重潛在醫療病症者) 有較高的住院風險和嚴重併發症。當患者與受感染者密切接觸或同處通風不良區域時，即使該患者未出現任何症狀或尚未出現症狀，也很有可能傳播。

目前尚無法按行業或職業團體 (包括關鍵基礎設施員工) 取得有關 COVID-19 人數和比率的精確資訊。在各種工作場所中爆發了多次疫情，表明員工處於感染或傳播 COVID-19 的感染風險中。這些工作場所的例子包括醫院、長期照護機構、監獄、食品製造、倉庫、肉類加工廠、餐廳和雜貨店。

由於修改了待在家中的命令，因此必須採取所有可能的措施以確保員工和公眾的安全。

關鍵預防措施包括：

- ✓ 盡可能保持人身距離
- ✓ 員工 (不需要呼吸防護) 和顧客配戴面罩，
- ✓ 經常洗手和定期清潔和消毒，
- ✓ 針對 COVID-19 預防計劃事項和其他要素進行員工訓練。

此外，最重要的是要制定適當的程序以識別工作場所中疾病的新案例，並在發現新病例時迅速進行干預，並與公共衛生主管機構合作以阻斷病毒傳播。

# 目的

本文件提供延伸個人照護服務的指導，包括需要觸摸客戶臉部的個人照護，如臉部保養、電解法和熱蠟除毛。本指南適用於美容、護膚、電學、美甲服務、身體藝術專業人士、刺青店和刺穿店，及按摩療法（於非醫療照護背景）。這些產業的商務於所有層面皆開放，但必須遵守本指南中的修正。

有關郡縣狀態的最新資訊，請瀏覽[更安全的經濟藍圖\(Blueprint for a Safer Economy\)](#)。請注意，當地衛生部門可以有更嚴格的限制標準和不同的關閉。查找[您所在郡縣的當地資訊](#)。

本指南旨在支援工作者和顧客安全、清潔的環境。設立執照持有人必須承認，承租人或承租人僅應在準備好後才可恢復營運，並實施必要安全措施，以提供其和顧客的安全性。

本指南主旨並非在撤銷或廢除員工的任何法定、監管或集體談判權利，且也並非詳盡無遺，因為它不包括縣級衛生命令，也不能替代任何現有安全和健康相關主管機關要求，例如，加州職業安全及衛生法案 (Cal/OSHA)。<sup>1</sup> 隨著COVID-19 局勢繼續發展，請隨時瞭解公共衛生指南和州/地方法規的變化。[有關 Cal/OSHA 保護員工免受 COVID-19 影響的要求](#)，Cal/OSHA 於網頁上提供更多安全和健康指南。CDC 在其企業和僱主[指南](#) 中有其他要求。

## 要求使用面罩

在 6 月 18 日 CDPH 發佈了[面罩使用指南](#)，其廣泛要求公眾和員工在所有具高暴露風險的公共和工作場所情境下使用面罩。有關這些規則的完整詳情，包括所有要求和豁免權，請參閱指南。

[CDPH 面罩指南](#) 會根據目前對導致 COVID-19 病毒傳播的最新科學理解，進行其他的更新。請查看 CDPH 網站是否有任何修訂。



## 工作場所特定計劃

- 在每間設施制定特定工作場所的書面COVID-19 預防計劃，對所有工作區域和工作任務進行全面的風險評估，並在每間設施指定一名人員執行計劃。
- 將 [CDPH面罩指南](#) 納入工作場所特定計劃中，並包括處理豁免的政策。
- 確定設施所在的當地衛生部門聯繫資訊，用於傳達員工或顧客間 COVID-19 疫情爆發的資訊。
- 就計劃對員工與員工代表進行訓練和溝通，並向員工及其代表提供計劃。
- 定期評估設工作場所是否符合計劃和文件，並糾正確認的疏失。
- 調查任何 COVID-19 疾病，並確定是否有任何可能與工作有關導致感染風險的因素。根據需要更新計劃以防止更多的病例。
- 在工作場所爆發疫情時，[根據 CDPH指引 以及當地衛生部門的命令或指南](#)，實施必要的流程和標準作法。
- 辨認感染員工的近距離接觸者 (六英尺以內，持續 15 分鐘或更長時間)，並採取措施隔離 COVID-19 陽性員工和近距離接觸者。
- 以書面通知所有員工以及分包商員工和雇主，這些員工可能暴露於 COVID-19 感染中，並向當地衛生部門通報工作場所該疫情。有關 [AB 685](#) (2020年法規第84章) 之僱主責任的其他資訊，請參閱 Cal / OSHA [增強執法和雇主通報要求](#)，以及 CDPH 有關之[AB 685 僱主問題](#)。
- 遵守以下準則。否則，可能會導致工作場所疾病，這可能導致運營暫時關閉或受限。



## 員工的訓練主題

- 有關 [COVID-19](#)，如何預防傳播以及哪些[人有較高風險](#)發生嚴重疾病或死亡的資訊。
- 家中自我篩查，包括使用[CDC 指南的體溫和/或症狀檢查](#)。
- 不上班的重要性：
  - 如果員工有 [CDC 所描述](#) 的 COVID-19 症狀，例如發燒或發冷、咳嗽、呼吸短促或呼吸困難、疲勞、肌肉或身體疼痛、頭痛、新喪失味覺或嗅覺、咽喉痛、鼻塞或流鼻涕、噁心、嘔吐或腹瀉，或
  - 如果員工被診斷患有 COVID-19，且尚未結束隔離，或
  - 在過去 14 天內，如果員工曾和診斷有 COVID-19 且認為可能有傳染性的人士（即仍在隔離）接觸。

- 只在員工收到 COVID-19 確診後，僅有符合 [CDPH 關於確診 COVID-19後返回工作崗位或復學指南](#)，方可返回工作崗位。
- 如果症狀變得嚴重，包括胸部持續性的疼痛或壓力、意識混淆、或者嘴唇或臉部發青，請就醫。更新和更多詳細資訊可在 [CDC 的網頁](#)上取得。
- 必須經常使用肥皂和水洗手，包括使用肥皂清洗 20 秒 (或使用至少 60% 乙醇 (首選)，或當員工無法根據[CDC 指南](#)) 前往水槽或洗手台時) 則使用 70% 等丙醇的乾洗手液 (無人監督的兒童無法獲得該產品))。切勿將乾洗手液與 [甲醇](#)一起使用，因為它對兒童和成人都有高度的毒性。
- 在工作時間和下班時間，保持人身距離的重要性。
- 正確使用面罩，包括：
  - 面罩不是個人防護裝備 (PPE)。
  - 面罩無法取代保持人身距離和經常洗手的需要。
  - 面罩必須覆蓋口鼻。
  - 員工使用或調整面罩之前及之後，應清洗或消毒雙手。
  - 避免觸摸眼睛、鼻子和口。
  - 面罩不得共享，且每次輪班後應清洗或丟棄。
- 包含在[CDPH 的面罩使用指南](#)中的資訊規定了必須配戴面罩的情況及豁免情況，以及任何僱主為確保使用面罩而已採取的政策、工作規則和實踐。訓練也應包含僱主的政策，說明如何處理豁免配戴面罩者。
- 確保設施中任何獨立承包商、臨時或簽約工接受 COVID-19 預防政策的適當訓練，並且有必要的供應品和個人防護裝備 (PPE)。事先與提供臨時和/或約聘員工的組織討論該等責任。
- 有關帶薪休假福利的資訊，員工可能有權獲得這些福利而使其更容易待在家中 請參閱有關 [支持病假和員工 COVID-19 補償](#)，包括 [家庭第一 冠狀病毒應變法](#)》規定的員工病假權利。



## 個人控制措施和篩檢

- 在開始值班工作時，為所有員工以及進入園區的任何供應商或承包商提供溫度和/或症狀篩查。盡可能確保體溫/症狀篩查員避免與員工有密切接觸。
- 如果需要在家中自我篩查（這是在機構提供篩查的適當替代），請確保是在員工離開家中開始值班之前進行篩查，且遵循[CDC 指南](#)，如上文員工訓練主題一節所述。
- 鼓勵生病或出現 COVID-19 症狀的員工和顧客待在家中。
- 僱主必須提供並確保員工使用所有必要的防護設備，包括護目裝置和手套 (如必要)。

- 僱主應考慮使用一次性手套可能有助於補充經常洗手或使用乾洗手液的地方；例如，對於正在篩查他人症狀或處理經常接觸的物品的員工。處理受體液污染物品時，員工應配戴手套。
- 也為有需要的服務提供拋棄式手套。應戴上手套並搭配一般洗手乳，並不可取代一般洗手乳。
- 除了面罩外，與顧客或同事間保持六英尺範圍內（例如，使用安全設備安裝和保護顧客）持續工作的員工也必須穿戴輔助防護裝置（例如：防護面罩或安全護目鏡）。顧客在六英尺範圍內時，所有員工應盡量減低花費的時間。
- 拜訪前聯絡顧客以確認預約，並問他們或家中是否有人存在 COVID-19 症狀。若顧客回答堅定，重新預約。此類通訊可透過電話、應用程式、電子信箱或簡訊完成以提醒顧客，他們僅在不造成其他顧客或工作人員之健康風險，才應到醫院預約。為實施預篩選標準作法並確保社交距離標準作法，請考慮暫停可用的未事先預約。
- 請勿允許顧客的朋友或家人進入工作區，除非是陪同未成年人的家長或監護人。
- 除非根據 CDPH 口罩指南[免除，否則應在抵達時，檢查顧客溫度和/或症狀，要求使用洗手液，並戴上口罩](#)。雇主有權利拒收有症狀的顧客或訪客。
- 展示一組對必須成為進入條件的顧客指南。指南必須包括戴口罩之指示、使用洗手液、與其他顧客保持社交距離，且他們應溝通服務供應的變更。指南應貼於清晰可見位置，包括入口、包括象形圖、並以數位提供(如透過電子信箱)。



## 通風、清潔和消毒規程

- 若可行的話，考慮打開治療室窗，並符合安全標準作法。
- 盡可能安裝攜帶式高效空氣清淨機，將建築物的空氣濾網升級到可能的最高效率，並進行其他調整以增加辦公室和其他室內空間的外部空氣量和通風量。
- 定期到 [CDPH 網站 查看](#) 有關室內空氣品質的更新資訊，以及室內環境中空氣傳播疾病之通氣指導。
- 確保同事、其他承租者、展位承租者和／或員工已協調並制定計畫，以在每班開始和結束時及顧客間清潔和消毒。在交通繁忙區，如接待區，及出入區域，包括樓梯、樓梯間和扶手執行徹底清潔。
- 頻繁消毒常用表面，包括信用卡刷卡機、櫃檯、接待區座位、門把、電燈開關、電話、馬桶和洗手設備。
- 評估現有通風、衛生和消毒標準作法及清潔流程，並在必要時更新。使用 [環境保護局 \(EPA\) 核准的醫院等級藥品](#) 以清潔和消毒顧客接觸到的任何物品，包括治療台、臉部支座、糞便、螺栓、門把、邊桌、椅子等。請依照製造商建議之聯絡時間。使用適合表面，標示為有效對抗新興病毒病原體的消毒劑、稀釋的家用漂白水（每加侖水 5 湯匙）或含至少 70% 酒精的酒精溶液。應提供員工有關化學危害、製造商



說明、通風要求以及加州職業安全與健康處 (Cal/OSHA) 要求的訓練，以確保安全使用。使用清潔劑或消毒劑的員工應按照產品使用說明配戴手套和其他防護裝備。遵循公共衛生部建議的[哮喘-安全清潔](#)方法，並確保適當的通風。

- 因為多孔洞表面，如座椅等，無法簡單消毒，請考慮使用塑膠或拋棄式襯墊覆蓋，並在每位顧客後清潔或拋棄襯墊。
- 在每位顧客之間，對工作站和治療區域的所有器具進行適當消毒。
  - 針對無孔洞器具，如鑷子或剪刀，用熱肥皂水清潔物品，以移除任何實體碎屑。潤濕並完全擦乾該器具。之後，依製造商指示，將器具浸入標示為殺菌劑、殺真菌劑和殺病毒劑的 EPA 註冊液體消毒劑中，以達到接觸時間。應在接觸時間結束時移除物品，並用乾淨紙巾潤濕和乾燥。
  - 對於電子器具，如放大 LED 燈、熱毛巾加熱器和美容裝置，以噴霧或濕紙巾清潔器具，以移除任何實體碎屑。依照製造商指示，以 EPA 註冊的消毒噴霧或濕巾執行完整的接觸時間。使用噴霧時請務必小心，並確保您的裝置已拔除電源插頭，且勿噴入馬達。對於平板、觸碰式螢幕、鍵盤、遙控器和提款機等電子產品，移除如果存在的可見污染。依照製造商指示執行所有清潔和消毒。考慮使用可擦拭蓋於電子產品。若無法取得製造商指南，請考慮使用含酒精的濕巾或噴霧，至少含 60% 的酒精消毒觸碰式螢幕。徹底乾燥表面以避免液體聚集。
- [應採取措施](#) 以確保（例如飲水機和造景噴泉）長時間關閉設施後可安全使用所有水系統和功能，[以盡可能降低退伍軍人](#)病和其他與水相關疾病的風險。
- 若使用床單，即使顧客無法碰到下方的床鋪，仍應移除床鋪，並適當消毒床鋪或桌子。每次使用後，以清潔處理桌紙、清潔毛巾或清潔布單覆蓋處理桌。
- 工作者在取下用過的床單、毛巾和其他覆蓋巾時，應佩戴拋棄式手套，包括毯子和每次治療的顧客覆蓋巾。請勿晃動髒的衣物。盡可能將用過的床單放在放置到療程空間外的加襯插座中，以減少空氣中傳播病毒的可能性。在商業洗衣服務或洗衣流程，包括至少 160 度華氏的水，適當洗衣至少 25 分鐘前，不應再使用髒床單。將所有乾淨床單儲存在清潔、覆蓋的地方。
- 盡可能不要透過掃帚或將病原體散播到空氣中的其他方法清潔地板，除非該區域的所有人員都有適當的 PPE。盡可能使用帶有 HEPA 過濾器的真空吸塵器。
- 不允許在車站或治療室放置食物和飲料。
- 徹底清潔所有商品展示區，包括所有置物架和展示櫃。移除並拋棄任何開放的「測試」產品，並中斷此做法，以助減少污染。於該區域新增招牌，讓顧客得知每日清潔消毒。
- 鼓勵使用信用卡與感應付費系統。若無法以電子或信用卡付款，顧客應附上精確的現金付款或支票。
- 考慮升級至非接觸式水龍頭、肥皂和紙巾分配器，並新增無接觸的自動洗手液分配器。確保定期充填肥皂分配器和紙巾分配器。

- 為接待區和工作站配備適當的衛生用品，包括洗手液和消毒濕紙巾，並確保可用。
- 為員工提供在班次間進行清潔實踐的時間。應在工作時間內分配清潔任務，作為員工工作職責的一部份。
- 工作者應盡可能避免共用電話、平板、筆電、辦公桌、筆和其他工作用品。切勿共用 PPE。
- 除了上述清潔和消毒標準作法之外，商業必須遵守現存[加州理髮及美容委員會的規則](#)。其他規則也可能適用於當地、郡等級商業。



## 保持人身距離準則

- 警告：僅保持人身距離不足以阻斷 COVID-19 的傳播。
- 實施措施，以確保工作者和顧客間至少保持六英尺的社交距離，但提供需要密切接觸的服務時除外。這可能包括使用物理分區或視覺提示 (例如，地板標記或標示，以指明員工和顧客/訪客應站立的位置)。
- 於各工作站區域間保持至少六英尺的社交距離，和／或在工作站間使用不滲透的防護裝置以保護顧客遠離彼此和工作者。
- 錯開預約以減少接待的擁塞，並確保每次顧客光臨時有充分時間執行適當清潔和消毒。考慮每天服務較少顧客或延長作業時間，以便有更長時間於顧客間並暫停未事先預約。
- 若可能，實施虛擬報到科技，以確保顧客到達時，會通知工作者。要求顧客在車外或車上等候，而非聚集在接待區。接待區一次僅有一名顧客，或者應調整區域，以保持適當社交距離，包括移除椅子和沙發，或隔開他們。
- 對於室外作業，請設立室外接待區，讓顧客可以在那裡登記，同時仍然遵循社交距離指南。在接待櫃檯或其他無法保持社交距離的地方採取措施，以盡量減少工作人員和顧客間的接觸，例如有機玻璃 或其他防護裝置。
- 對於室外作業，應在室外設置遮光罩和座椅，以確保社交距離。
- 在接待櫃檯或其他無法保持社交距離的地方採取措施，以盡量減少工作人員和顧客間的接觸，例如有機玻璃或其他防護裝置。
- 考慮提供需要修改職責選項的員工，以盡量減少顧客和其他員工的接觸 (例如，管理存貨，而不是擔任出納，或通過遠程辦公管理行政需求)。
- 要求員工不要握手、拳頭或肘部突起、擁抱，以及打招呼 或其他破壞人身距離的行為。
- 請勿使人群聚集在客流量大的區域，例如浴室、走廊、酒吧區、預訂窗口和信用卡終端機器等。



- 確保員工可以在休息室保持人身距離，使用屏障，增加桌子/椅子，以分隔員工之間的距離等。如果可行，提供設有遮蔽和座位安排的室外休息區，以確保保持人身距離。阻止員工在休息時聚集，並確保他們在沒有佩戴口罩、彼此之間相距六英尺以內情況下沒有進食或飲水。
- 調整任何員工會議，以確保保持社交距離，並盡可能使用電話或網路。透過電話或網路會議，盡可能替工作者主持會議。



## 美容和皮膚護理服務的額外考量

- 在為顧客提供臉部或頸部治療時，如果顧客無法佩戴口罩，則讓員工戴上護目鏡（並戴口罩）。
- 在整個服務過程中以及在服務每位顧客之後進行清潔和消毒裝置和表面時，請戴上拋棄式手套。
- 離開療程室或區域前，請移除和丟棄手套、使用適當洗手液或用肥皂和清水洗手，並使用先前已讀過的拋棄式防護裝置，如紙巾或消毒濕紙巾，離開房間時打開和關上治療室門。
- 單次使用的塗抹器於使用後，請立即在有內襯、有蓋的垃圾桶中處理。垃圾箱應加蓋，且應鋪上拋棄式塑膠袋。



## 電療法除毛服務的額外考量

- 電療法除毛、刺青和穿洞服務不能在室外提供，因為這些都是侵入性的程序，需要在可以控制的衛生環境下安全進行。
- 在整個治療過程中，電療法除毛工作者必須使用拋棄式手套。在為顧客提供臉部或頸部治療時，如果顧客無法佩戴口罩，則讓員工戴上護目鏡（並戴口罩）。
- 根據 [CDPH 口罩指南](#)，若顧客有其他治療部位，應在整個服務期間配戴口罩。
- 清潔並消毒每位顧客之間的鑷子、捲髮器和針托蓋。這可能包括使用高壓滅菌器或將物品放入密封袋中，並在乾熱滅菌器消毒。直到下一位顧客的療程開始前，才重新開啟包裝袋。
- 如果可能，請使用不需要探針頭或探針蓋的拋棄式探針。若未使用拋棄式探針尖端或蓋子，則必須在每位顧客使用後清潔並消毒美體刀針頭／探針支架的可拆卸式尖端或蓋子。
- 用於電解（除毛）的針頭必須是單次使用、拋棄式、預先包裝和無菌，並在使用後立即在已核准的利器收集盒中丟棄。利器收集盒必須依據生物醫療廢物法規丟棄。
- 透過電解針的電流產生的熱不足以對其滅菌。
- 各顧客間必須依照製造商指示清潔和消毒超音波清潔裝置、鑷子和所有容器，包括其可拆式零件。



## 指甲服務的額外考量

- 要求顧客在您提供指甲服務之前洗手。
- 員工必須隨時戴上口罩，或在需要時佩戴醫用防護口罩。若換氣量不足，使暴露減少低於標題 8 [第 5155 節中規定的容許暴露限制，則呼吸器為必要](#)。於化學暴露下，僅具有正確化學濾毒罐與微粒過濾器結合的合成橡膠呼吸器才適用。
- 在整個服務過程中以及在服務每位顧客之後進行清潔和消毒裝置和表面時，請戴上拋棄式手套。一旦清潔完成，就移除和丟棄手套，並使用適當洗手液或用肥皂和水洗手。
- 以 EPA 登記的液態消毒劑(標示為殺菌劑、殺真菌劑和殺病毒劑)正確消毒美足盆/缸。請參考製造商對於濃度的指示。在指甲沙龍店內進行消毒，而不是在臨時的室外環境中進行。
- 以 EPA 登記的液態消毒劑(標示為殺菌劑、殺真菌劑和殺病毒劑)正確消毒美足盆/缸。請參考製造商對於濃度的指示。針對渦流足部水療、噴氣浴池或無管足部水療，消毒劑必須至少循環 10 分鐘。對於非渦流浴池式的足部浴池及浴缸，將消毒劑浸泡在浴池或浴缸中最少 10 分鐘。即便使用拋棄式性塑膠襯墊，於每位顧客之後必須適當清潔與消毒足部水療、浴池和足部護理碗。
- 盡可能使用拋棄式用品。根據加州理髮和美容委員會(California Board of Barbering and Cosmetology)的指南，對任何非拋棄式的用品進行完整消毒。
- 所有單次使用物品，如硬紙板檔案、鑽孔和緩衝用、拋棄式砂土、趾尖分隔墊和冷敷器的沙帶，都必須使用一次，並立即扔入鋪有襯墊的垃圾桶中。
- 為減少接觸點的數量，請移除指甲油展示架。若無指甲油展示架，請使用調色板，在每位顧客使用後請清潔並消毒。若未移除指甲油展示架，放回展示架前，應清潔並消毒指甲油。
- 考慮在工作者和顧客間安裝塑膠隔板是否可行，其空間充足，可將手或足部滑入下方執行美甲或美足保養。
- 每個工作站只允許一名美甲師工作，不允許顧客同時獲得多項服務，例如同時進行美甲和美足服務。
- 若沙龍使用如底座風扇或車載風扇等風扇，請跨出階梯，盡量減少從其他人直接吹向另一人時的空氣。若已停用或移除風扇，雇主應隨時注意可能的熱危害，並採取步驟減輕。
- 請考慮升級現有通風設備，包括局部破損的指甲桌。



## 人體藝術專業人士、刺青店和穿洞店的額外考慮

- 在刺青或刺穿服務過程中，及在每次顧客使用後對所有器具和表面執行清潔和消毒時，需要使用拋棄式手套。
- 戴上手套之前和取下手套後，立即用肥皂和水徹底洗手或使用洗手液。
- 暫停嘴/鼻子部位的穿洞和刺青服務。
- 安排椅子以確保顧客之間至少有六英尺的空間。於適當處所，設立時應考慮另外的隔板防護罩或其他不透性防護裝置。
- 一次只向一位顧客提供刺青或穿洞服務。



## 按摩服務的其他考量(非健康護理環境)

- 在您提供任何服務之前，要求顧客洗手。
- 考慮對治療台的設置進行變更，以支援所需的清潔和消毒方案，例如使用拋棄式或可清洗的蓋子。這可包括使用拋棄式面罩支座護蓋和／或保護床面、床用加熱器、襯墊和其他具有可清洗防護裝置的物品，如可移除和更換的枕頭套。防護裝置不能取代必要的清潔和消毒標準作法。
- 評估是否將提供臉部按摩或其他親手操作。若提供此服務，此療程部分請使用非乳膠手套。如果需要取下顧客的口罩，請勿進行臉部按摩。
- 提供任何手部處置作為服務的最後一部分。
- 完成按摩服務後，請立即洗手。

---

<sup>1</sup>必須考慮弱勢人群的其他要求。僱主必須遵守所有 [Cal/OSHA](#) 標準並遵守其指引以及美國疾病管制與預防中心 ([CDC](#)) 和加州 公共衛生部 ([CDPH](#)) 的指南。此外，僱主必須隨著指引的修訂而改變其營運。

