

Xeev California Lub Chaw Tswj Xyuas Kev Nyab Xeeb thiab Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm Kev Ua Hauj Lwm (California Occupational Safety and Health Administration, Cal/OSHA) Daim Ntawv Teev Npe Txhua Yam (Thuaj Pais) Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19)

rau Kev Ntim Khoom Noj thiab Laj Kev Lis Dej Num

Lub Xya Hli 2, 2020

ntawv rau kev txheeb xyuas no yog npaj txhawm rau kev qhwv khoom noj thiab kev lis hauj lwm uas cov tswv hauj lwm siv los ua lawv cov phiaj xwm los pov thaiv kev kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau hauv qhov chaw ua hauj lwm thiab yog ib daim ntawv txhawb ntxiv txog rau [Lus Qhia rau Kev Lis Hauj Lwm Khoom Noj thiab Kev Ntim Khoom Noj](#). Qhov kev ntsuam xyuas nov tsua yog ib qhov kev xam me me ntawm qees yam ntawm cov lus nthuav qhia xwb, yuav tsum nkag siab tus kheej ua ntej siv qhov kev ntsuam xyuas nov.



Cov Ntsiab Lus ntawm Phiaj Xwm Kev Npaj Xab Phaub Ntawm Lub Chaw Ua Hauj Lwm Uas Sau Ua Ntaub Ntawv Tseg

- ☐ Tus (cov) neeg ua raug saib xyuas kev ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm.
- ☐ Kev txheeb xyuas qhov kev pheej hmoo thiab kev ntsuas uas yuav coj los tiv thaiv kev kis tus kab mob.
- ☐ Kev siv daim ntaub npog ntej muag raws [kev qhia los ntawm CDPH](#).
- ☐ Qhia thiab tham nrog tus neeg ua nw ua hauj lwm thiab tus sawv cev tu ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm teev cia.
- ☐ Cov teeb txheem rau kev ntsuam xyuas kev ua hauj lwm thiab cov ntaub ntawv thiab kev daw qhov ua tsi tau zoo.
- ☐ Yog ib qho txheej txheem kev lis dej num txhawm rau soj qab taug lw txog cov kis (kaus lab nis) uas mob Tus Kab Mob Khaus Viv (COVID), ceeb toom rau lub thawj fab saib xyuas hauj lwm kev noj qab haus huv hauv zej zos paub, txheeb xyuas thiab faib cais cov kev tiv tauj nyob sib ze ntawm qhov chaw ua hauj lwm uas nyob sib ze rau ntawm cov neeg ua hauj lwm uas kis tau kab mob.

- Cov qauv ua txheej txheem siv rau thaum qhov chaw ua hauj lwm ntawd muaj kev sib kis kab mob, raws li [Xeev California Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm txog Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeev \(California Department of Public Health, CDPH\) Cov Lus Qhia](#).
- Hloov kho txoj phiaj xwm tshiab raws li qhov xav tau los tiv thaiv cov teeb meem txuas ntxiv.



Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- Cov ntaub ntawv ntawm [Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), tiv thaiv kev kis tus kab mob, thiab leej twg muaj kev phom sij tshwj xeeb.
- Ntsuam xyuas tu kheej tom tsev, xws li ntsuas seb pua kub thiab/los sis tus tsos mob los ntawm kev siv [vib this ntawm CDC](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm qhov tsi txhob tuaj ua hauj lwm ntawm cov neeg ua hauj lwm uas muaj qhov hnoos, kub tob haus, ua pas nyuaj, ua dau no, mob ib ce raw yus tej nqaij, mob caj pas, tsi hnov ntshiab, xeev siab thiab ntuav los sis raws plab los sis yog lawv los sis tau nyob ze nrog qee tus neeg muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- Yog xav mua ua hauj lwm tom qab muaj kev ntsuam xyuas Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tom qab 10 hnub suav txij hnub muaj tus tsos mob thiab zoo los tau 72 xuaj moo tsi muaj kub tob haus lawm.
- Thaum koj mu ntsib kws khob mob.
- Qhov tseem ceeb ntawm kev ntxuav tes.
- Qhov tseem ceeb ntawm kev nyob sib nrug deb, tsi hai sij hawm nyob hauv chaw hauj lwm los sis sab nraum zoov.
- Yuav tsum tau siv ntaub npog ntsej muag yam tsim nyog thiab nrog rau [cov lus qhia ntawm CDPH](#).
- Cov ntaub ntawv hais txog cov txiaj ntsig hnub so hauj lwm uas them nyiaj, xam nrog rau [Txoj Cai Muab Kev Saib Xyuas Rau Cov Tsev Neeg Uas Raug Tus Kab Mob Khaus Lauv Nam Vais Lav Xub Thawj \(Families First Coronavirus Response Act\)](#) thiab Tus Thawj Hau Tswj Kav Xeev [Tsab Ntawv Txib \(Governor's Executive Order\) N-51-20](#) thiab cov txiaj ntsig ntawm cov neeg ua hauj lwm qhov nqi zog raws li Tus Thawj Hau Tswj Kav Xeev [Tsab Ntawv Txib \(Governor's Executive Order\) N-62-20](#) nyob rau lub sij hawm uas pib siv tau Tsab Ntawv Txib ntawd.
- Cob qhia txhua cov neeg cog lus ua hauj lwm nrog uas tsis nce rau leej twg, cov neeg ua hauj lwm xuaj qhaus (ib ntus) los sis raws li tsab ntawv cog lus, thiab cov neeg ua hauj lwm pab dawb kom paub txog cov cai no thiab ua kom paub tseeb hais tias lawv muaj cov Khoom Siv Pov Thaiv Tus Kheej (Personal Protective Equipment, PPE) uas tsim nyog.



Cov Teeb Txheem Tiv Thaiv Thiab Sib Faib Tej Tus Neeg

- Kev tsawb xyuas tus tsos mob thiab/los sis ntsuam xyuas nw qhov kev kub tob haus.
- Txhawb siab rau cov neeg ua hauj lwm tus tsis xis neej los sis muaj hom tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) kom nyob hauv tsev.
- Muab thiab ua kom paub tseeb hais tias cov neeg ua hauj lwm siv cov ntaub npog ntseg muag thiab cov Khoom Siv Pov Thaiv Tus Kheej (Personal Protective Equipment, PPE) uas tsim nyog.
- Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.
- Muab cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg rau cov neeg ua hauj lwm ua ib qho khoom siv pab ntxiv txog rau kev ntxuav tes ua ntu zus los ntawm kev ua cov hauj lwm xws li kev nqa (tsaws) cov khoom uas nquag tuav (chvv) tas li los sis kev ua kev kuaj mob txog tus tsos mob.
- Txwv cov tsis yog neeg ua hauj lwm tsis pub mus rau hauv lub chaw tsuas yog pub cov uas muaj hauj lwm tseem ceeb muaj lus txib los ntawm cov coj xwb.



Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tuab Kab Mob

- Tu qhov chaw uas muaj neeg ncig mus los coob kom huv si.
- Nquag ntxuav kab mob uas siv tas.
- Ntxuav thiab tuaj tsuaj rau txhua cov khoom siv thiab cov khoom siv qiv siv tom qab siv txhua zaus.
- Cev lus nrog Teb Chaws Mes Kas Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm Txog Kev Ua Liaj Ua Teb Ua Qoob Ua Loo (United States Department of Agriculture, USDA) thiab/los sis Teb Chaws Mes Kas Lub Chaw Tswj Xyuas Khoom Noj thiab Tshuaj (U.S. Food and Drug Administration, FDA) sib tham txog kev siv cov tshuaj siv rau kev tu ntxuav kom huv si yog hais tias raug siv nyob rau hauv cov chaw tsim ua khoom noj.
- Tu ntxuav cov chaw (npoo los sis ntug) uas nyiam tuav tau tas li ntawm cov sij hawm ua hauj lwm los sis ntawm cov neeg siv, thaum twg los tau tab sis yuav tsum nquag tu tas li.
- Ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias muaj kev ntxuav cov tsheb thiab cov cuab yeej ua ntej thiab tom qab muaj kev xa khoom thiab muaj kev tua kab mob ntxiv nyob rau cov khoom.
- Zam kev sib qiv khoom siv thiab lwm yam khoom. Yog tias sib qiv, tu kom huv thiab tua kab mob rau.
- Yuav tsum ua kev nyiam huv rau cov kaus mom tawv thiab cov nab kaj npog ntsej muag nyob rau ncuaj sij thaum tag lub caij ua hauj lwm txhua zaus.
- Ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias cov cuab yeej pab kev noj qab haus huv tseem siv tau thiab muaj siv txuas lub sij hawm.

- ❑ Ua kom ntseeg siab tias cov neeg ua hauj lwm mus siv tau lub tshuaj tua kab mob thiab lwm yam khoom tua kab mob uas lawv yuav siv.
- ❑ Ua kom paub tseeb hais tias tag nrho cov lab npauv dej muaj kev nyab xeeb rau kev siv tom qab kev muab lub chaw ua hauj lwm kaw cia tau ntev lawm txhawm rau txo kom muaj kev pheej hmoo kis tau tus kab mob legionnaires tsawg.
- ❑ Siv lub tshuab nqus uas muaj lub taub lim HEPA tu ntxuav cov plag tsev kom huv si los sis lwm cov hauv kev uas tsis ua rau cov pathogens tawg ya rau saum huav sau cua.
- ❑ Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm tau siv cov kev xyaum ua kev tu ntxuav kom huv si nyob rau lawv cov caij ua hauj lwm.
- ❑ Muab cov sib hawm so txav kom tsis txhob sib tsoo thiab tsim kom muaj cov chaw txaus rau ua kom txuag tau kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev nyob rau lub sij hawm so.
- ❑ Siv cov khoom siv ua tau txai kev tso cai rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau ntawm [Fab Hauj Lwm Tiv Thaiv Zej Tsoom Ib Puag Ncig \(EPA\)-pom zoo](#) teeb cov teeb txheem thiab qhia rau cov tub hauj lwm txog qhov kev phom sij los ntawm cov tshuaj khe mis thiab qhia cov kev tsim cov lus qhia fab kev nqus cuas thiab cov lus qhia ntawm Cal/OSHA. Ua raws CDPH [Txoj hauv kev tu tus kab mob hawb pob](#).
- ❑ Xav txog kev hloov kho tshiab txhawm rau txhim kho huab cua pom thiab cov chaw nqus cua.
- ❑ Yog hais tias siv kiv cua nyob rau hauv qhov chaw ntawd, yuav tsum ua kom paub tseeb hais tias cov kiv cua ntsawj cov cua uas huv si mus rau ntawm cheeb tsam uas cov neeg ua hauj lwm ntawd ua pa.
- ❑ Hloov pauv kev muag khoom noj hauv lub tsev noj mov, suav nrog rau cov khoom noj ntim ua pob thiab siv tshuab qhwv.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- ❑ Siv tu teeb txheem faib cov neeg ua hauj lwm kom sib nrug yam tsawg rau fij (feet) los txua txoj teeb txheem xws li: kev ntsia los ntawm lub cev los si lub qhov muag (xws li, kev cim hauv lub plag tsev, kos los sis rau tu cim kom cov neeg ua hauj lwm paub tias yuav sawv rau qhov twg).
- ❑ Hloov kho kev dhos cov chaw ua hauj lwm kom ncaj, xam nrog rau cov kab ua hauj lwm txog laj txheej kev lis dej num uas nyob sib law liag es kom cov neeg ua hauj lwm thiaj li nyob sib nrug deb yam tsawg li rau feet rau ntawm tag nrho txhua feem.
- ❑ Nruab qhov thaiv kem cov neeg ua hauj lwm lub cev, xws li daim ntaub roj hmab swb, Plexiglas los sis cov khoom zoo thooj no.
- ❑ Muab cov neeg ua hauj lwm sib faib txhawm rau ntsuam xyuas thiab ua rau kom yooj yim rau kev nyob kom sib nrug deb.
- ❑ Yog hais tias tsim nyog txhawm rau ua kom paub tseeb tias txuag tau kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev, yuav tsum tau muab cov caij ua hauj lwm faib muaj ntau lub caij nyob rau ib hnub twg, tso cov kab ua hauj lwm kom qeeb, thiab txav cov neeg ua hauj lwm kom sib nrug deb raws li Lub Chaw Ua Hauj

Lwm Txog Kev Tswj Hwm thiab Kev Tiv Thaiv Kab Mob (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) cov lus qhia.

- ❑ Ua zoo xav txog kev muab cov neeg ua hauj lwm uas sib koom nyob ua ke ntawm (tso nyob ua ke) cov neeg ua hauj lwm uas yeej ib txwm ua ke.
- ❑ Muaj ciam txog qhov coob ntawm cov neeg ua hauj lwm nyob rau lub chaw uas kawm lawm.
- ❑ Cais pub mus ib txoj kev xwb los pov thaiv cov neeg ua hauj lwm kom txhob nyob sib ze nyob rau kev taug uas nqaim.
- ❑ Txav cov sij hawm pib ua hauj lwm kom tsis txhob sib tsoo thiab hloov cov chaw rau khoom uas muab xauv cia txhawm rau ua kom muaj kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev deb rau hauv cov chaw xauv cia rau khoom nyob rau ntawm lub moo qhia sij hawm.
- ❑ Rov teeb dua tshiab, txwv los sis kaw cov chaw nquag siv thiab teeb cov chaw so uas yuav ua kom tau lub cev nyob sib nrug.
- ❑ Qhov kem lub sij hawm so hauj lwm, ua raws li tus nqi zog ntawm lub sij hawm ua hauj lwm, los tswj kom tau cov txheej ua kom lub cev nyob sib nrug.
- ❑ Hloov txav cov rooj sib tham tim ntsej tim muag kom haum, yog hais tias tsim nyog,txhawm rau ua kom paub tseeb tias txuag tau kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev. Yog hais tias ua tau, tsim kom muaj cov cib fim teeb tsa rooj sib tham thiab kev cob qhia hauj lwm raws oos lais.
- ❑ Cia cov neeg tsav tsheb nyob twj ywm rau hauv lawv cov tsheb thauj khoom thaum nyob rau ntawm qhov chaw ua hauj lwm, uas yog yuav tsum muab ib qho qauv ua txheej txheem txog kev xa khoom uas tsis pub muaj kev sib chww rau lawv thaum nyob rau ntawm lub qhov rooj kuaj xyuas kev ruaj ntseg.
- ❑ Hloov txav cov kev lis hauj lwm xa thiab nqa khoom los txo qhov nyob sib ze.
- ❑ Txhawb nqa cov neeg ua hauj lwm kom zam kev cai tsheb ua ke coob.

