



# ការណែនាំអំពីជំងឺ កូវីដ-19 សម្រាប់ឧស្សាហកម្ម មុន៖ ហាងផាត់មុខ (សាឡូន) ធ្វើសក់ និងហាងកាត់សក់

ថ្ងៃទី 2 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020

សេចក្តីណែនាំទាំងអស់គ្នាត្រូវបានអនុវត្តតែជាមួយនឹងការយល់ព្រមពីមន្ត្រីសុខាភិបាលខោនធីបន្ទាប់ពីការពិនិត្យឡើងវិញនូវទិន្នន័យជំងឺរាតត្បាតក្នុងតំបន់ រួមមានករណីឆ្លងក្នុងចំនួនមនុស្ស 100,000 នាក់ អត្រានៃការធ្វើតេស្តវិជ្ជមាន និងការត្រៀមរៀបចំតាមមូលដ្ឋានដើម្បីគាំទ្រដល់ការកើនឡើងនៃសេវាថែទាំសុខភាពប្រជាជនដែលងាយរងគ្រោះការតាមដានរកអ្នកប៉ះពាល់ និងការធ្វើតេស្ត។



# ទិដ្ឋភាពទូទៅ

កាលពីថ្ងៃទី 19 ខែមីនា ឆ្នាំ 2020 កន្លងទៅ មន្ត្រីសុខភាពសាធារណៈប្រចាំរដ្ឋ និងនាយកក្រសួងសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ California បានចេញបទបញ្ជាមួយតម្រូវឱ្យប្រជាជនរដ្ឋ California ភាគច្រើនសម្រាកនៅផ្ទះ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺ កូវីដ-19 ក្នុងចំណោមប្រជាជន។

គេនៅមិនទាន់ដឹងច្បាស់អំពីផលប៉ះពាល់នៃជំងឺ កូវីដ-19 ទៅលើសុខភាពប្រជាជនរដ្ឋ California ថាយ៉ាងណានោះទេ។ ជំងឺដែលបានរាយការណ៍មកមានតាំងពីកម្រិតស្រាល (អ្នកខ្លះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីសោះ) រហូតដល់កម្រិតជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលអាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់។ ក្រុមជាក់លាក់មួយចំនួន រួមទាំងមនុស្សវ័យចំណាស់អាយុ 65 ឆ្នាំឡើងទៅ និងអ្នកដែលមានស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាជំងឺបេះដូង ឬសួត ឬជំងឺទឹកនោមផ្អែមជាដើម កំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺហត់ដង្ហក់ធ្ងន់ធ្ងរ និងតម្រូវឱ្យចូលសម្រាកព្យាបាលក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ ការចម្លងទំនងជានឹងកើតមាននៅពេលមនុស្សប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ឬស្ថិតនៅតំបន់ដែលមិនមានខ្យល់ចេញចូលល្អ ជាមួយនឹងអ្នកដែលបានឆ្លងវីរុស បើទោះជាអ្នកនោះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វី ឬពុំទាន់លេចចេញរោគសញ្ញាក៏ដោយ។

ខណៈនេះ នៅមិនទាន់មានព័ត៌មានច្បាស់ការណ៍ស្តីអំពីចំនួន និងអត្រានៃជំងឺ កូវីដ-19 តាមក្រុមអាជីព ឬឧស្សាហកម្ម រួមទាំងក្នុងចំណោមកម្មករហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធសំខាន់ៗនៅឡើយនោះទេ។ កន្លងមកនេះមានការផ្ទុះឡើងច្រើនលើកនៃជំងឺតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការនានាដែលបង្ហាញឱ្យឃើញថា កម្មករកំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬការចម្លងជំងឺ កូវីដ-19 ។ ឧទាហរណ៍នៃកន្លែងធ្វើការទាំងនេះ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ កន្លែងផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរយៈពេលវែង ពន្ធនាគារ ផលិតកម្មម្ហូបអាហារ ឃ្លាំងទំនិញ រោងចក្រកែច្នៃសាច់ និងហាងលក់គ្រឿងទេសផ្សេងៗ។

ដោយសារមានការកែប្រែលើបទបញ្ជាសម្រាកនៅផ្ទះ វាជាការចាំបាច់ណាស់ដែលត្រូវចាត់វិធានការដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពជូនកម្មករ និងសាធារណជន។

ការអនុវត្តលើការបង្ការសំខាន់ៗរួមមាន៖

- ✓ ការរក្សាគម្លាតរាងកាយក្នុងកម្រិតអតិបរមាតាមអាចធ្វើបាន
- ✓ កម្មករ និងភ្ញៀវខាងក្រៅត្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ (នៅកន្លែងដែលមិនតម្រូវឱ្យមានការការពារផ្លូវដង្ហើម)
- ✓ លាងសម្អាតដៃឱ្យបានញឹកញាប់ និងធ្វើការដូតសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ
- ✓ បណ្តុះបណ្តាលកម្មករអំពីការអនុវត្តបង្ការទាំងនេះ និងផ្នែកផ្សេងទៀតនៃផែនការបង្ការជំងឺ កូវីដ-19 ។

ក្រៅពីនេះ សំខាន់គឺត្រូវមានដំណើរការសមរម្យជាធរមានដើម្បីកំណត់ករណីថ្មីនៃជំងឺនៅក្នុងកន្លែង ការងារ ហើយ បើរកឃើញករណីថ្មីនៃជំងឺទាំងនោះ ត្រូវធ្វើអន្តរាគមន៍ឱ្យបានឆាប់រហ័ស និង ធ្វើការជាមួយអាជ្ញាធរសុខភាពសាធារណៈដើម្បីបញ្ឈប់ការរីករាលដាលនៃវីរុសនេះ។

## គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់ការណែនាំសម្រាប់ហាងជាតិមុខ ធ្វើសក់ និងហាងកាត់សក់ ដើម្បីគាំទ្របរិស្ថានមានសុវត្ថិភាព ស្អាត សម្រាប់បុគ្គលិក និងអតិថិជន។ ម្ចាស់ ឬប្រតិបត្តិករហាងជាតិមុខ ធ្វើសក់ ឬហាងកាត់សក់ត្រូវតែទទួលស្គាល់ថាភារកិច្ចគ្រប់គ្រងប្រតិបត្តិការ នៅពេលដែលពួកគេត្រៀមខ្លួនរួចរាល់ និងអាចអនុវត្តវិធានការសុវត្ថិភាពដែលចាំបាច់ដើម្បីផ្តល់សុវត្ថិភាពដល់ខ្លួនឯង និងដល់អតិថិជនរបស់ពួកគេ។ ការណែនាំនេះមិនមានគោលបំណងដកហូត ឬនិរាករណ៍សិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកណាមួយ ទាំងតាមផ្លូវច្បាប់ បទប្បញ្ញត្តិ ឬការចរចាអនុសញ្ញារួម និងមិនដឹកនាំនោះទេ ពីព្រោះវាមិនរាប់បញ្ចូលបទបញ្ជាសុខភាពខោនធី ហើយវាក៏មិនមែនជាការជំនួសឲ្យបទប្បញ្ញត្តិទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាព និងសុខភាពដែលមានស្រាប់ ដូចជា Cal/OSHA ឬក្រុមប្រឹក្សាភិបាលជាងកាត់សក់ និងគ្រឿងរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា។<sup>1</sup>

រក្សាបច្ចុប្បន្នភាពលើការផ្លាស់ប្តូរចំពោះការណែនាំសុខភាពសាធារណៈ និងបទបញ្ជារបស់រដ្ឋ/មូលដ្ឋាន ពីព្រោះស្ថានភាពជំងឺកូវីដ-19 នៅតែបន្ត។ Cal/OSHA មានការណែនាំគ្រប់ជ្រុងជ្រោយច្រើនជាងមុនស្តីពី [គោលការណ៍ណែនាំទូទៅ Cal/OSHA របស់ពួកគេលើ ការការពារបុគ្គលិកពីគេហទំព័រជំងឺកូវីដ-19](#)។ CDC មានតម្រូវការបន្ថែមនៅក្នុង ការណែនាំ [សម្រាប់អាជីវកម្មនិងនិយោជក](#)។

# ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខដែលតម្រូវ

នៅថ្ងៃទី 18 ខែមិថុនា កន្លងទៅនេះ CDPH បានចេញ [ការណែនាំអំពីការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ](#) ដែលតម្រូវឱ្យមានការប្រើប្រាស់ទូលំទូលាយនូវម៉ាស់ ឬរបាំងមុខសម្រាប់សមាជិកនៃសាធារណជន និងកម្មករ នៅគ្រប់ទីតាំងបម្រើការងារ និងសាធារណៈដែលមានការប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់។

ប្រជាជនរដ្ឋ California ត្រូវពាក់របាំងការពារមុខ នៅពេលពួកគេកំពុងទំនាក់ទំនងការងារ មិនថានៅកន្លែងធ្វើការ ឬកំពុងធ្វើការក្រៅការិយាល័យនោះទេ នៅពេល៖

- ធ្វើអន្តរកម្មដោយផ្ទាល់ជាមួយសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជន
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានសមាជិកសាធារណជនចេញចូល មិនថាសាធារណជនម្នាក់ណាកំពុងមានវត្តមាននៅពេលនោះ នោះទេ
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានរៀបចំ ឬរៀបចំឱ្យប្រើប្រាស់អាហារសម្រាប់លក់ ឬចែកចាយទៅអ្នកដទៃ
- កំពុងធ្វើការនៅក្នុង ឬកំពុងដើរឆ្លងកាត់កន្លែងសាធារណៈ ដូចជាច្រកសាលា ជណ្តើរ ជណ្តើរយោង និងលានចំណត
- នៅក្នុងបន្ទប់ ឬតំបន់បិទជិតណាមួយ ដែលមនុស្សផ្សេងទៀត (លើកលែងតែសមាជិកគ្រួសាររបស់ម្ចាស់ផ្ទះ ឬលំនៅដ្ឋានផ្ទាល់) មានវត្តមាន នៅពេលដែលមិនអាចដកគ្នាចេញពីក្នុងកាយបាន ឬ
- កំពុងបើកបរ ឬបញ្ជាឈរយន្តដឹកអ្នកដំណើរសាធារណៈ ឬសេវាដឹកអ្នកដំណើរពិសេស (paratransit vehicle) ភាក់ស៊ី ឬ រថយន្តឯកជន ឬយានយន្តធ្វើដំណើររួម ដែលមានវត្តមានអ្នកដំណើរច្រើននាក់។ ត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខពេលគ្មានវត្តមានអ្នកដំណើរផ្សេងទៀត។

ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែងចំពោះច្បាប់ទាំងនេះអាចរកបាននៅក្នុង [ការណែនាំ](#)។ មានការលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខក្នុងកាលៈទេសៈផ្សេងទៀត ហើយនិយោជកអាចអនុវត្តលក្ខខណ្ឌតម្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបន្ថែមក្នុងការបំពេញកាតព្វកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និងសុខភាព។ និយោជកត្រូវផ្តល់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខជូនកម្មករ ឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរបាំងមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

និយោជកត្រូវបង្កើតគោលការណ៍ស្នាក់អាស្រ័យសម្រាប់បុគ្គលិកកម្មករទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខខណ្ឌត្រូវនឹងការ លើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។ ប្រសិនបើកម្មករម្នាក់ណាដែលតម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខដោយសារត្រូវប៉ះពាល់ពីការប្រឈមនឹងអ្នកដទៃ បែរជាមិនអាចអនុវត្តទៅបានព្រោះស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រនោះ គេត្រូវផ្តល់ជូនជម្រើសគ្មានលក្ខខណ្ឌកំហិតមួយ ដូចជាខែលរបាំងមុខដែលមានរន្ធដាច់ទៅនឹងតែម្តែកខាងក្រោម ប្រសិនបើអាច និងប្រសិនបើស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រអាចឱ្យធ្វើទៅបាន។

ស្ថាប័នអាជីវកម្មដែលបើកបម្រើសាធារណជន ត្រូវជ្រាបអំពីការលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខដែលមានក្នុង [ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរបាំងមុខរបស់ CDPH](#) ហើយអាចនឹងរាប់បញ្ចូលទាំងសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជនសម្រាប់ការមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ ប្រសិនបើអ្នកនោះមានលក្ខខណ្ឌត្រូវតាម [ការណែនាំ](#)។ អាជីវកម្មនឹងត្រូវការបង្កើតគោលការណ៍សម្រាប់ដោះស្រាយការលើកលែងទាំងនេះក្នុងចំណោមអតិថិជន ភ្ញៀវ អ្នកទស្សនា និងបុគ្គលិក។



## ផែនការដាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ

- បង្កើតផែនការបង្ការជំងឺកូវីដ-19 នៅកន្លែងការងារដាក់លាក់ ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរនៅតាមទីតាំង ធ្វើការវាយតម្លៃហានិភ័យគ្រប់ជ្រុងជ្រោយក្នុង កន្លែងធ្វើការ និងកិច្ចការទាំងអស់ ក៏ដូចជាចាត់តាំងបុគ្គលម្នាក់នៅតាមកន្លែង ដើម្បី អនុវត្តផែនការនោះ។
- ដាក់បញ្ចូលនូវ ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរបាំងមុខរបស់ CDPH ទៅក្នុងផែនការដាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ និងបញ្ចូលគោលការណ៍មួយសម្រាប់គ្រប់គ្រងលើការលើកលែង។
- រកមើលព័ត៌មានទំនាក់ទំនងសម្រាប់មន្ទីរសុខាភិបាលមូលដ្ឋាន ដែល កន្លែងនោះស្ថិតនៅ ដើម្បីធ្វើទំនាក់ទំនងព័ត៌មានអំពីការផ្ទុះឡើងជំងឺកូវីដ-19 ក្នុងចំណោមបុគ្គលិក ឬអតិថិជន។
- បណ្តុះបណ្តាល និងផ្តល់ដំណឹងដល់កម្មករ និងតំណាងកម្មករ អំពីផែនការ ហើយផ្តល់ភាពងាយស្រួលជូនកម្មករ និងតំណាងរបស់ពួកគេ ក្នុងការស្វែងរកព័ត៌មានផែនការ។
- វាយតម្លៃសម្ភាររូបវន្តឲ្យបានទៀតទាក់ទងដើម្បីធានាអនុលោមភាពតាមផែនការ និងឯកសារ និងកែតម្រូវភាពខ្វះចន្លោះដែលបានរកឃើញ។
- អង្កេតតាមដានគ្រប់ជំងឺ កូវីដ-19 ទាំងអស់ រួចកំណត់ថា តើកត្តាពាក់ព័ន្ធនឹងការងារណាមួយ ដែលអាចជាផ្នែកបង្កហានិភ័យនៃការឆ្លងរោគ។ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពផែនការតាមការចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឲ្យមានករណីបន្ថែម។
- អនុវត្តដំណើរការ និងពិធីការចាំបាច់នានានៅពេលដែលកន្លែងធ្វើការមានការផ្ទុះឡើងនៃការឆ្លងស្របតាម គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDPH។
- កំណត់រកអ្វីដែលកម្មករមានឆ្លងមេរោគប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ (ក្នុងរយៈពេលមួយប្រាំមួយជំហាន ចន្លោះពេល 15 នាទី ឡើងទៅ) រួចចាត់វិធានការដាក់កម្មករដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺ កូវីដ-19 វិជ្ជមានម្នាក់នោះ (ឬច្រើន) ឲ្យនៅដាក់ដោយឡែក ពីអ្វីដែលបានប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនោះ។
- ត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់តាមសេចក្តីណែនាំខាងក្រោម។ ការខកខានមិនបានគោរពតាមសេចក្តីនេះអាចបង្កឲ្យមានកើតជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឲ្យមានការបិទ ឬដាក់កម្រិតលើប្រតិបត្តិការផ្សេងៗ ជាបណ្តោះអាសន្ន។



## ប្រធានបទផ្សេងៗសម្រាប់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករ

- ព័ត៌មានអំពី ជំងឺ កូវីដ-19 វិធីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាល និងដែលស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយអាចធ្វើឲ្យបុគ្គលម្នាក់ៗងាយនឹងឆ្លងរោគ។
- ការពិនិត្យរោគវិនិច្ឆ័យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលរួមមានការពិនិត្យកម្ដៅ និង/ឬរោគសញ្ញាដោយប្រើ គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC។
- សារៈសំខាន់នៃការមិនធ្វើការនៅការិយាល័យ

- ប្រសិនបើកម្មករមានរោគសញ្ញាជំងឺ កូវីដ-19 ដូចបាន [ពណ៌នាដោយ CDC](#) ដូចជាគ្រុនក្តៅ ឬរងារ ក្អក ថប់ដង្ហើម ឬពិបាកដកដង្ហើម អស់កម្លាំង សាច់ឈាមសាច់ដុំ ឬខ្លួន ឈឺក្បាល ធ្មេញបាត់រសអាហារ ឬក្អិន ឈឺបំពង់ក តឹងច្រមុះឬហៀរសំបោរ ឆ្អល់ពោះ ក្អកចង្កេះ ឬរាករូស ឬ
  - ប្រសិនបើកម្មករត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយមិនទាន់បញ្ចប់ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅឡើយ ឬ
  - ប្រសិនបើ នៅក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ កម្មករបានប៉ះពាល់នឹងនរណាម្នាក់ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយត្រូវបានចាត់ទុកថាអាចនឹងចម្លងរោគ (ឧ. កំពុងស្ថិតក្រោមការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក)។
- ដើម្បីអាចត្រលប់ចូលធ្វើការវិញបាន ក្រោយកម្មករបានទទួលការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺ កូវីដ-19 លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីលេចចេញរោគសញ្ញាដំបូង រោគសញ្ញារបស់ពួកគេមានសភាពល្អប្រសើរ ហើយកម្មករមិនមានគ្រុនក្តៅ (ដោយមិនមានការប្រើថ្នាំបញ្ចុះកំដៅ) ក្នុងរយៈពេល 72 ម៉ោងចុងក្រោយ។ កម្មករគ្មានរោគសញ្ញាជំងឺ ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 អាចត្រលប់ចូលធ្វើការវិញបាន លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីថ្ងៃនៃការធ្វើតេស្តរកឃើញមានផ្ទុកជំងឺ កូវីដ-19 ។
- ដើម្បីសុំយោបល់ពីពេទ្យ ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ រួមមានការឈឺចាប់រាំរ៉ៃ ឬណែនទ្រូង រង្វេងស្មារតី ឬ មុខ ឬបបូរមាត់ឡើងស្វាយ។ បច្ចុប្បន្នភាព និងសេចក្តីលម្អិតផ្សេងៗអាចរកបាននៅលើ [គេហទំព័ររបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃសម្អាតដៃដោយទឹក និងសាប៊ូបានញឹកញាប់ រួមមានការដល់លាងនឹងសាប៊ូរយៈពេល 20 វិនាទី (ឬដោយប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានសារធាតុអេតាណុល គិតបំផុត 60% (ល្អបំផុត) ឬអាល់កុលអ៊ីសូប្រូប៉ាណុល គិតបំផុត 70% (ប្រសិនបើផលិតផលនោះមិនអាចទុកក្បែរដៃកុមារដែលមិនមានអ្នកមើល) នៅពេលកម្មករមិនអាចដើរទៅកាន់ឡាបូរ ឬកន្លែងលាងដៃ ដូចមាននៅក្នុង [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDC](#))។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ (សូមអានផ្នែក គម្លាតរាងកាយ ខាងក្រោម)។
- ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបានត្រឹមត្រូវ រួមមាន៖
  - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខមិនអាចការពារអ្នកប្រើប្រាស់បានទេ ហើយក៏មិនមែនជាឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នោះដែរ។
  - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខអាចជួយការពារអ្នកនៅក្បែរខ្លួនរបស់អ្នកពាក់ ប៉ុន្តែមិនជំនួសឱ្យភាពចាំបាច់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងការលាងសម្អាតដៃញឹកញាប់នោះទេ។
  - ត្រូវគ្របម៉ាស់ ឬរបាំងមុខពេញពីលើច្រមុះ និងមាត់។
  - កម្មករត្រូវលាង ឬជូតទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ នៅមុនពេល និងក្រោយពេលពាក់ ឬកម្រងម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។
  - ជៀសវាងការប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ហើយនិងមាត់។
  - មិនត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខតែមួយរួមគ្នា ហើយត្រូវបោះកាត់សម្អាត



ឬបោះចោលក្រោយប្រើម្តងរួច។

- ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងឯកសារណែនាំ [របស់ CDPH សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់](#) ដែលកំណត់កាលៈទេសៈ ដែលម៉ាស់ចាំបាច់ត្រូវពាក់ និងការលើកលែងក៏ដូចជាគោលការណ៍ ច្បាប់ការងារ និងការអនុវត្តជាក់ស្តែងដែលនិយោជិកបានអនុវត្ត ដើម្បីធានាការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏ត្រូវបញ្ចូលផងដែរនូវគោលការណ៍របស់និយោជកលើរបៀបគ្រប់គ្រងអ្នកដែលទទួលបានលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបាងមុខ។
- ធានាថា អ្នកម៉ៅការឯករាជ្យ បុគ្គលិកបណ្តោះអាសន្ន ឬជាប់កិច្ចសន្យា ទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវអំពីគោលការណ៍ស្តីពីការបង្ការជំងឺ កូវីដ-19 និងមានសម្ភារធុត់ផ្គង់ និង PPE ដែលចាំបាច់។ ពិភាក្សាការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះ ជាមុនជាមួយអង្គភាពដែលមានកម្មករបណ្តែត និងឬជាប់កិច្ចសន្យា។
- ក្នុងព័ត៌មានស្តីពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការឈប់សម្រាកមានប្រាក់ឈ្នួល ដែលបុគ្គលិកអាចមានសិទ្ធិទទួលបាន ដែលអាចធ្វើឲ្យមានភាពងាយស្រួល ផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុក្នុងពេលនៅផ្ទះ។ សូមមើលព័ត៌មានបន្ថែមស្តីពី [កម្មវិធីរបស់រដ្ឋាភិបាល ដែលគាំទ្រការឈប់សម្រាកព្យាបាលជំងឺ និងសំណងបុគ្គលិកសម្រាប់ជំងឺកូវីដ-19](#) រួមមានសិទ្ធិស្តីពីការឈប់សម្រាកព្យាបាលជំងឺ ក្រោម [ច្បាប់ស្តីពីការឆ្លើយតបនិងវិសក្ខរណ៍ដោយយកគ្រួសារជាចម្បង](#) និងសិទ្ធិរបស់កម្មករក្នុងការទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍សំណង និងសច្ចធារណ៍នៃភាពពាក់ព័ន្ធនឹងការងារដោយសារជំងឺកូវីដ-19 តាមបទបញ្ជាប្រតិបត្តិរបស់ [រដ្ឋាភិបាល N-62-20](#) នៅពេលដែលបទបញ្ជានោះមានប្រសិទ្ធភាព។



## ការធ្វើតេស្ត និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គល

- ផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញា និងប្តូរកំដៅសម្រាប់កម្មករគ្រប់រូបនៅមុនម៉ោងចូលធ្វើការ និងអ្នកលក់ អ្នកទទួលការប្រឹក្សាការផ្សេងទៀតដែលចូលមកក្នុងគ្រឹះស្ថាន។ ធានាថាអ្នកផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញាប្តូរកំដៅជៀសវាងការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនឹងកម្មករ ក្នុងកម្លាំងដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ប្រសិនបើមានការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលជាជម្រើសសមស្របក្នុងការផ្តល់វានៅតាមទីតាំង ដោយធានាថាការពិនិត្យត្រូវបានអនុវត្តមុនពេលកម្មករចាកចេញពីផ្ទះសម្រាប់វេនធ្វើការរបស់ ពួកគេ ហើយគោរពតាម [CDC គោលការណ៍ណែនាំ](#) ដូចដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុង ប្រធានបទវគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករនិយោជិកខាងលើ។
- លើកទឹកចិត្តកម្មករ និងអតិថិជនដែលមានជំងឺ ឬមានចេញរោគសញ្ញានៃជំងឺ កូវីដ-19 ឲ្យសម្រាកនៅផ្ទះ។
- ប្រតិបត្តិករហាងជាតំបុន ធ្វើសក់ ឬហាងកាត់សក់ ត្រូវផ្តល់ និងធានាថាបុគ្គលិកប្រើឧបករណ៍ការពារដែលចាំបាច់ទាំងអស់ រួមមានការពារភ្នែក ម៉ាស់ ឬរូបាងមុខ និងស្រោមដៃការពារនៅពេលចាំបាច់។
- ប្រតិបត្តិករហាងជាតំបុន ធ្វើសក់ ឬហាងកាត់សក់ គួរតែពិចារណាថា តើការប្រើស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាន អាចមានប្រយោជន៍ក្នុងការជួយដល់ការលាងសម្អាតដៃញឹកញាប់ ឬការប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃ ឧទាហរណ៍ បុគ្គលិកដែលពិនិត្យអ្នកផ្សេងដើម្បីរកមើលរោគសញ្ញា ឬចាត់ចែងសម្ភារដែលប៉ះពាល់រួមគ្នានោះ។

- គួរតែពាក់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាននោះ  
នៅពេលដែលត្រូវបានតម្រូវឱ្យពាក់ក្នុងការផ្តល់សេវាកម្មណាមួយ (ឧ.  
សេវាកម្មប្តូរសណ្ឋានសក់)។ ការពាក់ស្រោមដៃគួរតែអនុវត្ត ឱ្យស្របតាម  
ការលាងសម្អាតដៃជាប្រចាំ និងមិនមែនជាការឱ្យការលាងសម្អាតដៃជាប្រចាំនោះទេ។
- បុគ្គលិកគួរពិចារណា ប្រើវ៉ែនតា វ៉ែនតាការពារភ្នែក ឬម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ  
បន្ថែមលើការពាក់ម៉ាស់ក្នុងអំឡុងពេលផ្តល់សេវា ជាពិសេសក្នុងអំឡុងពេលជួបមុខ  
គ្នាដោយផ្ទាល់។
- សូមទាក់ទងទៅអតិថិជនមុនពេលអញ្ជើញមក ដើម្បីបញ្ជាក់ពីការណាត់ជួប និងសួរថា តើ  
ពួកគេ ឬនរណាម្នាក់នៅក្នុងគ្រួសាររបស់ពួកគេចេញរោគសញ្ញាជំងឺ កូវីដ-19 ឬអត់។  
ប្រសិនបើអតិថិជនឆ្លើយតបជាវិជ្ជមាន សូមកំណត់ពេលវេលាណាត់ជួបសារជាថ្មី។ ស្នើឱ្យ  
អតិថិជនយក និងប្រើម៉ាស់ ក្នុងពេលអញ្ជើញមក។ ប្រសិនបើសមស្របសម្រាប់សេវាកម្ម  
ចូរពិចារណាស្នើសុំឱ្យអតិថិជនមកហាងជាតិមុខ ធ្វើសក់ ដោយសក់របស់ពួកគេ  
ត្រូវបានលាងយ៉ាងស្អាត ដើម្បីកាត់បន្ថយពេលវេលាសម្រាប់ការណាត់ជួប។ គួរតែស្នើសុំ  
អតិថិជនកុំឱ្យយកកូនៗ ឬអ្នកផ្សេងមកជាមួយពួកគេក្នុងពេលមកតាមការណាត់ជួប។
- គួរតែពិនិត្យអតិថិជន នៅពេលមកដល់។ សូមរៀបចំលុបចោល  
ឬរៀបការលើភាគឡើងវិញចំពោះអតិថិជន ដែលបង្ហាញថាពួកគេមានសញ្ញាជំងឺណាមួយ។
- ដាក់តាំងបង្ហាញសំណុំគោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់អតិថិជនដែល  
ស្ថិតក្រោមលក្ខខណ្ឌនៃការចូល។ គោលការណ៍ណែនាំត្រូវតែរួមបញ្ចូលសេចក្តីណែនាំ  
ក្នុងការម៉ាស់ ប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ រក្សាគម្លាតរាងកាយពីអតិថិជន ហើយពួកគេ  
គួរតែផ្សព្វផ្សាយការផ្លាស់ប្តូរទៅកាន់ផ្នែកផ្តល់សេវាកម្ម។  
គោលការណ៍ណែនាំគួរតែដាក់បង្ហាញនៅទីតាំងដែលមើលឃើញច្បាស់ រួមមាននៅតាម  
ច្រកចូល ដូចជាកន្លែងផ្សាក្រាម និងធ្វើឱ្យមានជាលក្ខណៈខ្លីជីវិត (ឧ. តាមរយៈអ៊ីមែល)។



## ពិធីការសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- សម្របសម្រួលជាមួយសហសេរីក អ្នកជួល អ្នកជួលស្ទង់ និង/ឬបុគ្គលិក  
និងគ្រៀមផែនការរួចជាស្រេច សម្រាប់ការសម្អាត និងកម្ទាត់មេរោគនៅដើម  
និងចុងបញ្ចប់នៃវេននីមួយៗ និងក្នុងពេលចន្លោះមានអតិថិជន។  
ធ្វើការសម្អាតឱ្យបានហ្មត់ចត់នៅក្នុងកន្លែងដែលមានចរាចរណ៍មាញឹកខ្លាំង  
ដូចជាកន្លែងទទួលភ្ញៀវ និងកន្លែងចូល និងចេញ ដូចជាជណ្តើរ ជណ្តើរកាំ និងបង្កាន់ដៃ។
- សូមសម្លាប់មេរោគផ្ទៃដែលប្រើរួមគ្នាឱ្យបានញឹកញាប់ រួមមានស្ថានីយភាគឥណទាន  
គគិតលុយ កៅអីអង្គុយនៅកន្លែងរង់ចាំ ដៃទ្វារ កុងតាក់ភ្លើង ទូរស័ព្ទ បង្គន់អនាម័យ  
និងសម្ភារលាងសម្អាតដៃ។
- លើកទឹកចិត្តក្នុងការប្រើប្រាស់ភាគឥណទាន និងប្រព័ន្ធទូទាត់  
ដោយមិនចាំបាច់ប៉ះម៉ាស៊ីនគិតប្រាក់។ ប្រសិនបើការទូទាត់តាមប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក ឬ  
ភាគ មិនអាចធ្វើទៅបាន អតិថិជនគួរធ្វើការទូទាត់ជាសាច់ប្រាក់ ឬមូលប្បទានបត្រ  
តាមជាក់ស្តែង។
- សូមពិចារណាដំឡើងក្បាលរ៉ូប៊ីណេ ម៉ាស៊ីនបញ្ចេញសាប៊ូលាងដៃ និងក្រដាសជូតដៃ  
និងបន្ថែមម៉ាស៊ីនបញ្ចេញទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃមិនចាំបាច់ប៉ះ ឬដោយស្វ័យប្រវត្តិ។  
យកផលិតផលដែលមិនចាំបាច់ ដែលមិនមែនជារបស់បន្ទប់ទឹកចេញ។
- ឧ. ទាន ឬសម្ភារផ្គត់ផ្គង់ផ្នែកសម្ភារ និងធានាថា ម៉ាស៊ីនបញ្ចេញសាប៊ូលាងដៃ  
និងម៉ាស៊ីនបញ្ចេញក្រដាសជូតដៃ ត្រូវបានបំពេញជាប្រចាំ។



- ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃ ជំងឺលីជីននៃ (Legionnaires) និងជំងឺផ្សេងទៀតដែលពាក់ព័ន្ធនឹងទឹក សូមចាត់វិធានការដើម្បីធានាថា ប្រព័ន្ធទឹក ទាំងអស់មានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ ក្រោយពេលបិទទឹកតាំងរយៈពេលយូរ។
- សម្ភារបន្ទាប់បន្សំ ដែលរួមមានទស្សនាវដ្តី សៀវភៅ កាហ្វេ ទឹក កន្លែងបម្រើសេវាដោយ ខ្លួនឯង (លើកលែងតែម៉ឺនប៉ះពាល់) និងសម្ភារផ្សេងទៀតសម្រាប់ អតិថិជនត្រូវតែដកចេញពីតំបន់ទទួលភ្ញៀវ ដើម្បីជួយកាត់បន្ថយចំណុចប៉ះ និង អន្តរកម្មរបស់អតិថិជន។
- បំពាក់តំបន់ទទួលភ្ញៀវ និងកន្លែងការងារ ជាមួយផលិតផលអនាម័យសមស្រប ដែលរួមមានទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ និងក្រដាសជូតដៃ។
- សម្អាតតំបន់ដាក់តាំងបង្ហាញផលិតផលយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ រួមមានទូរមានផ្ទៃ និងទូ តាំងបង្ហាញទាំងអស់។ យកចេញ និងបោះចោលផលិតផល “ធ្វើតេស្ត” បើកចំហណាមួយ និងបញ្ឈប់ទម្លាប់នេះ ដើម្បីជួយកាត់បន្ថយការបំពុល។ បន្ថែមសញ្ញាទៅតំបន់នេះ ដើម្បី ប្រាប់អតិថិជនឲ្យដឹងថាតំបន់នេះត្រូវបានសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជារៀងរាល់ថ្ងៃ។
- កន្លែងការងារត្រូវតែសម្អាតជាប្រចាំ និងញឹកញាប់ រួមទាំងនៅចន្លោះពេលណាត់ជួប របស់រាងអតិថិជនម្នាក់ៗ សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគនៅស្ថានីយ តុទទួលភ្ញៀវ រទេះរុញ ថតកុ កញ្ចក់ដៃ ផលិតផលថែទាំសក់ និងផ្សេងទៀត និងឡាំង និងផ្តល់អាវក្រៅ ឬមួកសម្រាប់អតិថិជនម្នាក់ៗ។
- សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគកន្លែងធំ ដោយយកចេញនូវកម្ទេចដែលមើលឃើញ សម្អាតជាមួយសាប៊ូ និងទឹក ហើយជូត ឬបាញ់ជាមួយថ្នាំសម្លាប់ មេរោគដែលបានចុះបញ្ជីជាមួយ EPA ដែលបង្ហាញសកម្មភាពកម្ទាត់បាក់តេរី ផ្សិត និង សកម្មភាពសម្លាប់វីរុស និងមានការអនុញ្ញាតសម្រាប់ជំងឺកូវីដ-19។
- សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគគ្រប់ឧបករណ៍មិនមែនអេឡិចត្រូនិក ដោយយកចេញនូវ កម្ទេចដែលមើលឃើញទាំងអស់ សម្អាតជាមួយសាប៊ូ និងទឹក សម្អាតឧបករណ៍ រួចហើយ ជ្រលក់វាឲ្យលិចចូលក្នុងថ្នាំសម្លាប់មេរោគដែលចុះបញ្ជីជាមួយ EPA ។ ឧបករណ៍គួរតែត្រូវ បានបាញ់ ឬជ្រមុជទឹក និងទុកចោលក្នុងរយៈពេលដែលតម្រូវដោយរោងចក្រផលិត ថ្នាំសម្លាប់មេរោគ។ គួរតែយកសម្ភារដែលជ្រលក់ថ្នាំ ដូចជាក្រាស់ ឬប្រាស់ដុសធ្មេញចេញ បន្ទាប់ពីប៉ះពាល់រួច លាងសម្អាត និងសម្អាតដោយប្រើក្រដាសជូត ឬកន្សែងដែលទើបបោករួច ឬស្អាត។
- សម្អាតរាល់សម្ភារអេឡិចត្រូនិកទាំងអស់ ដូចជាកុងដឺម៉ូ ដោយយកកម្ទេចដែល មើលឃើញចេញ និងសម្លាប់មេរោគដោយប្រើថ្នាំបាញ់ ឬក្រដាសជូតសម្លាប់មេរោគដែលចុះបញ្ជីជាមួយ EPA ដែលបង្ហាញសកម្មភាពកម្ទាត់ បាក់តេរី ផ្សិត និងសកម្មភាពសម្លាប់វីរុស និងមានការអនុញ្ញាតសម្រាប់ជំងឺកូវីដ-19។
- សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគលើដៃទ្វារ ទូរយោបាញ់ទឹក ក្បាលបាញ់ទឹក និងសម្ភារផ្សេងទៀត មុនពេល និងក្រោយពេលប្រើប្រាស់លើអតិថិជន។ កៅអី ឧបករណ៍ទប់ក្បាល បានសាប៊ូ និងសម្អាតផ្សេងទៀត និងធ្វើ អនាម័យយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់នៅចន្លោះពេលប្រើប្រាស់នីមួយៗ។
- កន្លែងដែលសមស្រប សូមពិចារណាបន្ថែមក្រដាសគ្រប ក្រដាស ឬកន្សែងស្អាត ដែលអាច បោះចោលយ៉ាងងាយស្រួល ឬសម្អាតសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ ចន្លោះពេលប្រើប្រាស់ដោយអតិថិជនម្នាក់ៗ។
- រាល់សម្ភារប្រើប្រាស់តែមួយដងទាំងអស់ ដូចជាកងក្រមុន កប្បាស ខ្សែក និងឧបករណ៍លាបដែលអាចបោះចោលបាន ត្រូវតែប្រើមួយលើក និងបោះចោលភ្លាមៗឲ្យ ឆ្ងាយ។ មិនត្រូវប្រើសំណាកផលិតផល ដែលរួមមាន គ្រឿងជាតិមុខ នៅគ្រប់ពេលទាំងអស់។

- កម្រាលពូក និងក្បាលដែលប្រឡាក់ ដែលរួមមានកន្លែង អារក្រៅ និងម្នាក់ដែល អាចប្រើឡើងវិញ មិនត្រូវដាក់នៅក្នុងប្រអប់បិទជិត និងប្រើម្តងទៀតឡើយ រហូត ដល់ពេលបោកអ៊ុតត្រឹមត្រូវ រួមបញ្ចូលទាំងសេវាបោកអ៊ុតបែបអាជីវកម្ម ឬ ដំណើរការបោកអ៊ុត ដែលរួមបញ្ចូលការជ្រលក់ក្នុងទឹកដែលមានកម្ដៅយ៉ាងហោចណាស់ 160 ហ្វារិនហៃក្នុងរយៈពេលមិនតិច ជាង 25 នាទី។ រក្សាទុកក្រណាត់កម្រាលពូក និងក្បាលទាំងអស់ឲ្យស្អាត កន្លែងគ្របជិត។ ធានាថា បុគ្គលិកដែលសម្អាតកម្រាលពូក និងក្បាលដែលប្រឡាក់ ឬត្រូវការបោកអ៊ុតមានពាក់ស្រោមដៃ។
- នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន សូមកុំសម្អាតកំរាលឥដ្ឋដោយការបោសវាស ឬវិធីផ្សេងទៀតដែលអាចធ្វើឲ្យបែកខ្ញែកមេរោគបង្កជំងឺចូលពាសពេញក្នុងខ្យល់។ បូមចូល នៅរាល់កន្លែងដែលអាចធ្វើបាន និងប្រើម៉ាស៊ីនបូមចូល ដោយ មានតម្រង HEPA ។
- លែងកទុកពេលឲ្យកម្មករបានរៀនរាល់សម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។ ត្រូវដាក់កិច្ចការជូតសម្អាតជាផ្នែកមួយនៃកូនាទីរបស់កម្មករ កំឡុងម៉ោងធ្វើការ។
- នៅពេលជ្រើសរើសសារធាតុគីមីសម្លាប់មេរោគ ប្រតិបត្តិការហាងដាច់មុខ ធ្វើសក់ និងហាងកាត់សក់ គួរតែប្រើផលិតផលដែលមានការអនុញ្ញាតសម្រាប់ ប្រើប្រាស់ប្រឆាំងជំងឺកូវីដ-19 ដែលមាននៅលើបញ្ជី [ដែលមានការអនុញ្ញាត ពីទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន](#) និងធ្វើតាមការណែនាំរបស់ផលិតផល។ ប្រើសារធាតុសម្លាប់មេរោគដែលមានស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្កជំងឺ (emerging viral pathogens) ឈ្មោះម្សៅខាត់រាវសម្អាតផ្ទះ (diluted household bleach solutions) (ឈាម 5 ស្លាបត្រាបាយក្នុងចំណុះទឹកមួយហ្គាឡុង) ឬទឹកអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលតិចបំផុត 70% ល្មមនឹងសម្អាតលើផ្ទៃ។ ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់កម្មករស្តីអំពីគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការប្រើប្រាស់សារធាតុគីមី គោលដៅអ្នកផលិត តម្រូវការខ្យល់ចេញចូល និងលក្ខខណ្ឌតម្រូវរបស់ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព។ កម្មករដែលប្រើម៉ាស៊ីនសម្អាត ឬទឹកសម្លាប់មេរោគគួរតែពាក់ស្រោមដៃ នឹងឧបករណ៍ ការពារផ្សេងទៀតតាមតម្រូវការរបស់ផលិតផល។ អនុវត្តតាម [វិធីសាស្ត្រសម្អាតដែលមាន សុវត្ថិភាពសម្រាប់ ជំងឺហ៊ីត](#) ដែលណែនាំដោយមន្ទីរសុខាភិបាលសាធារណៈរដ្ឋ California និង ធានាឲ្យមានខ្យល់ចេញចូលបានត្រឹមត្រូវ។
- បុគ្គលិកហាងដាច់មុខ ធ្វើសក់ ឬហាងកាត់សក់ គួរតែជៀសវាងការចែករំលែកទូរស័ព្ទ ថេប្លេត កុំព្យូទ័រយូរដៃ តុ បិទ សម្ភារផ្គត់ផ្គង់ផ្សេងទៀត នៅកន្លែងណាដែលអាចធ្វើទៅ បាន។ មិនត្រូវប្រើ PPE រួមគ្នាជាដាច់ខាត។
- បញ្ឈប់ការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ម្ហូបអាហារ និងភេសជ្ជៈរួមគ្នានៅក្នុងបន្ទប់សម្រាក (រួម ទាំងម៉ាស៊ីនឆុងកាហ្វេរួម)។
- ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតខ្យល់ដែលមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវតម្រងខ្យល់របស់អគារឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុត និងធ្វើការកែច្នៃផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ចូលពីខាងក្រៅ និងខ្យល់នៅក្នុងតំបន់ធ្វើការទាំងអស់។
- ក្រៅពីរបៀបសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគខាងលើ ហាងដាច់មុខ ធ្វើសក់ ហាងកាត់សក់ និងអាជីវកម្មវិទ្យាតុបតែងខ្លួនផ្សេងទៀត ត្រូវតែធ្វើតាម [វិធាន ក្រុមប្រឹក្សាភិបាលជាងកាត់សក់ និងគ្រឿងសម្អាតរបស់រដ្ឋ California](#)។



## សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- អនុវត្តវិធានការដើម្បីធានាឲ្យរក្សាគម្លាតយ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីត រវាងនិងក្នុងចំណោមបុគ្គលិក និងអតិថិជន លើកលែងតែនៅពេលផ្តល់សេវាកាត់សក់ និងសេវាដែលប៉ះពាល់ដូចជាផ្សេងទៀត។ នេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់របាំងខ័ណ្ឌឬសញ្ញាគាំពារ (ឧ. គំនូសសញ្ញា លើកម្រាលឥដ្ឋ ស្តុកពណ៌ ឬផ្លាកសញ្ញាដើម្បីចង្អុលបង្ហាញទៅកន្លែងដែលកម្មករនិង/ឬអតិថិជនគួរឈរ)
- ប្រសិនបើអាច ត្រូវបានវិធានការនៅតុទទួលភ្ញៀវ ឬតុបន់ផ្សេងទៀត ដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយបាន ដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់រវាងបុគ្គលិក និងអតិថិជនដូចជាកញ្ចក់ជ័រ ( Plexiglas) ឬរបាំងផ្សេងទៀត។
- ពិចារណាផ្តល់ជូនកម្មករដែលស្នើសុំជម្រើសកែប្រែកាតព្វកិច្ចការងារដែលកាត់បន្ថយទំនាក់ទំនងរបស់ពួកគេ ជាមួយអតិថិជន និងកម្មករផ្សេងទៀត (ឧទាហរណ៍ការគ្រប់គ្រង សារព័ត៌មាន ឬការគ្រប់គ្រងតម្រូវការការដ្ឋបាលតាមរយៈទូរគមនាគមន៍) ។
- រៀបចំការណាត់ជួបមិនឲ្យជាន់គ្នាដើម្បីកាត់បន្ថយការរកកម្លាំងការទទួលភ្ញៀវ និងធានាឲ្យមានពេលគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ការសម្អាត និងការធ្វើអនាម័យសមស្របរវាងការអញ្ជើញមករបស់អតិថិជន។ ពិចារណាផ្តល់សេវាឲ្យអតិថិជនតិចជាងមុនក្នុងមួយថ្ងៃ ឬបង្កើនម៉ោងប្រតិបត្តិការដើម្បីអនុញ្ញាតឲ្យមានពេលច្រើនជាងមុនរវាងអតិថិជន។ ផ្អាកមិនឲ្យមានការដើរចូលដើម្បីណាត់ជួប។
- បើអាច សូមអនុវត្តបច្ចេកវិទ្យាកាត់ឈ្មោះចូលបែបនិម្មិត ដើម្បីធានាថាបុគ្គលិកត្រូវបានជូនដំណឹង នៅពេលអតិថិជនមកដល់។ ស្នើឲ្យអតិថិជនរង់ចាំនៅខាងក្រៅ ឬនៅក្នុងឡានរបស់ពួកគេ ជាជាងមានការរកកម្លាំងនៅក្នុងហាងជាតំបន់ ធ្វើសក់ ឬហាងកាត់សក់។ នៅក្នុងទីតាំងធំ តំបន់ទទួលភ្ញៀវត្រូវតែទទួលភ្ញៀវម្នាក់ក្នុងមួយលើក ឬកែប្រែតំបន់សម្រាប់គម្លាតរាងកាយសមស្របមានដូចជាការយកកៅអី និងសាឡង់ចេញ។
- នៅកន្លែងណាដែលអាចធ្វើទៅបាន ទ្វារត្រូវបើកទុកចោល ប្រសិនបើទ្វារនោះមិនបើកនិងបិទដោយស្វ័យប្រវត្តិ។
- តម្រូវឲ្យបុគ្គលិករៀបរាងការចាប់ដៃ អោប ឬការស្វាគមន៍ដែលមានលក្ខណៈស្រដៀងគ្នាដែលប៉ះពាល់ដល់គម្លាតរាងកាយ។
- បុគ្គលិកមិនត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឲ្យផ្គុំគ្នានៅតាមទីកន្លែងដែលមានចរាចរណ៍មាញឹកខ្លាំង ដូចជាបន្ទប់ទឹក ផ្លូវដើរក្នុងអាការ ឬស្ថានីយកាត់ឥណទាន។
- បិទបន្ទប់សម្រាក ប្រើរនាំង ឬបង្កើនគម្លាតរាងកាយ ឬកៅអី ដើម្បីបំបែកកម្មករនិងមិនលើកទឹកចិត្តឲ្យមានការជួបជុំគ្នា ពេលសម្រាក។ នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើបាន សូមបង្កើតកន្លែងអង្គុយសម្រាកខាងក្រៅក្រោមម្លប់និងកន្លែងអង្គុយដែលធានាបានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- លៃតម្រូវកិច្ចប្រជុំបុគ្គលិក ដើម្បីធានាឲ្យបាននូវគម្លាតរាងកាយ។ រៀបចំការប្រជុំតាមទូរស័ព្ទឬតាមរយៈសិក្ខាសាលាតាមអនឡាញសម្រាប់បុគ្គលិកនៅគ្រប់កន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន។

១ លក្ខខណ្ឌតម្រូវបន្ទាប់បន្សំដែលត្រូវគិតពិចារណាសម្រាប់ក្រុមប្រជាជនងាយរងគ្រោះ។ ហាងធ្វើសក់  
និងហាងកាត់សក់ត្រូវតែគោរពតាមស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#) ទាំងអស់  
ហើយត្រៀមខ្លួនដើម្បីគោរពតាមការណែនាំរបស់ Cal/OSHA ក៏ដូចជាការណែនាំរបស់ [មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រង  
និងបង្ការជំងឺ \(CDC\)](#) រួមទាំង [មន្ទីរសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ California \(CDPH\)](#) ផងដែរ។ លើសពីនេះ  
និយោជកត្រូវត្រៀមផ្លាស់ប្តូរប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួន ខណៈដែលការប្រែប្រួលលើការណែនាំទាំងនោះ។

