

# COV LUS QHIA UAS XAV KOM TXHUA PHAB LAG LUAM UA TAU LOS TIV THAIV TUS KAB MOB COVID-19:

## Cov Lag Luam Tus Ib Ce (Personal Care Services)

Lub Cuaj Hlis, Tim 22, 2020

Cov lus qhia uas xav kom ua tau ntawm no yog tsim los qhia tias yuav tau ua li cas thaum yuav qhib tej phab haujlwm lossis lagluam thiab lwm yam dejnum nyob thoob plaws hauv lub xeev. Tiamsis, tej zaum cov neeg tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog yuav kuj tseem yuav muaj cov cai nruj tshaj cov ntawm no uas npaj raws li cov kev muaj tus kabmob sib kis nyob hauv lawv lub nroog; yog li ntawd, cov chaw haujlwm lossis lagluam yuav tsum tau mus nug kom paub meej hais txog cov lus tswjhwj kev qhib chaw haujlwm lossis lagluam nyob hauv lawv lub nroog.

## COV NTSIAB LUS DAV DAV

Nyob rau Lub Peb Hlis Ntuj Tim 19, 2020, lub Xeev Tus Thawj Coj Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Tus Thawj Kav Xwm ntawm California Chav Hauj Lwm Ntsig Txog Zej Tsoom Kev Noj Qab Haus Huv (California Department of Public Health) tau muaj lus txib yuav kom cov neeg California nyob twj ywm hauv tsev los txo qhov sib kis ntawm COVID-19 ntawm qhov chaw muaj neeg coob.

Qhov cuam tshuam tsis zoo ntawm tus kab mob COVID-19 nyob rau cov neeg California kev noj qab haus huv tseem tsis tau paub zoo. Tau tshaj tawm txog kev tsis xis neej pib ntawm qhov mob me (qee tus neeg tsis hnob muaj tsos mob li) mus rau qhov mob loj uas tsim ua rau tuag taus. Muaj ntau pawg neeg tshwj xeeb, suav nrog rau cov neeg muaj hnub nyoog 65 xyos los sis laus dua thiab tus uas muaj yam ntxwv mob hnyav, xws li mob plawv los sis mob ntsws los sis mob ntshav qab zib, yog cov muaj kev pheej hmoo siab zog ntawm kev pw tsev kho mob thiab muaj ntau yam mob hnyav. Kev sib kis no feem ntau lawm yog thaum tib neeg nyob sib ze los sis nyob rau qhov chaw uas huab cua tsis hloov zoo nrog tus neeg kis kab mob lawm, tab txawm tus neeg ntawd tsis muaj cov tsos mob los sis cov tsos mob tsis tau tshwm sim los xij.

Cov ntaub ntawv qhia tseeb txog ntawm qhov coob thiab cov qib ntawm COVID-19 los ntawm cov chaw ua lag luam los sis cov pab pawg neeg ua hauj lwm, suav nrog rau cov neeg ua hauj tsim kho kev uas ua hauj lwm hnyav tsis tau muaj nyob rau lub sijhawm no. Nws tau muaj kev kis kab mob nyob rau ntau cov chaw ua hauj lwm, qhia tias cov neeg ua hauj lwm ntxim li yuav los sis kis tau kab mob COVID-19. Cov piv txwv ntawm cov chaw ua hauj lwm no muaj suav nrog cov tsev kho mob, cov tsev laus, cov tsev txim, cov tsim khoom noj, cov tsev cia khoom, cov chaw luas nqaij thiab cov khw muag khoom noj.

Cov lus txib kom nyob twj ywm hauv tsev tau muaj kev hloov pauv, nws tseem ceeb rau txhua cov kauj ruam ntxim ua tau los ua kom ntseeg tias cov neeg ua hauj lwm thiab cov zej tsoom nyab xeeb.

Cov cai ua kev pov thaiv tseem ceeb muaj nrog:

- ✓ ua kom lub cev nyob sib nruv deb kom ntau li ntau tau,
- ✓ cov neeg ua hauj lwm thiab cov tub lag luam/cov qhua siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg (ntawm qhov chaw uas tsis tas siv kev pov thaiv kev ua pa),
- ✓ nquag ntxuav tes thiab tua kab mob thiab tu txhais tes kom huv,
- ✓ qhia cov neeg ua hauj lwm txog cov no thiab lwm yam ntawm lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19.

Ib qhov ntxiv, nws yuav yog cov txheej txheem lis hauj lwm uas nyuaj los txheeb txog cov xwm txheej tshiab ntawm cov chaw ua hauj lwm muaj mob thiab, thaum twg tau txheeb pom, qhov cuam tshuam sai thiab kev ua hauj lwm nrog cov nom tswv saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv los ua kom txo tau kev kis tus kab mob.

# LUB HOM PHIAJ

Daim ntawv ntawm no muaj cov lus qhia uas xav kom ua tau hais txog cov lagluam pab tib neeg tu ib ce (personal care), uas yog muaj kev yuav tsum tau chwv tus neeg lub ntsej muag, pivtxwv, tu lub ntsej muag, rho tej plaub ntawm lub ntsej muag (electrolysis), thiab siv ciab mu los rho plaub ntawm lub cev. Daim ntawv teev cov lus qhia uas xav kom ua tau ntawm no yog siv rau cov lagluam pab tib neeg ntawm txoj kev ua kom zoo nkauj zoo nraug, kev tu tej tawv nqaij, kev rho plaub, kev tu tej rau tes rau taw, cov kws tsim khoom ub no rau ntawm lub cev (body art professional), cov chaw kos duab rau tej tawv nqaij (tattoo parlors), thiab cov chaw tho qhov daim khoom rau ntawm tej tawv nqaij (piercing shops), thiab cov chaw zuaj ib ce (uas tsis yog cov nyob hauv ib chaw khomob). Cov lagluam yuav tsum paub thiab soj ntsuam taug qab Theem Uas Ntxim Yuav Kis Tau Tus Kabmob Nyob Hauv Lub Nroog (County Risk Level) rau lub ntawm uas lawv ua lagluam nyob hauv thiab ua raws li lub ntawm cov lus qhia uas yuav tsum kom lawv lub lagluam ua:

- **Xim Xiav (Purple) - Muaj Kev Sib Kis Ntau Heev - Theem 1:** Pub neeg nkag mus siv cov Chaw Tu Rau Tes Rau Taw (Nail Salons) nyob sab hauv tsev. Tsuas pub muaj rho plaub nyob sab hauv tsev thaum muaj cov kev rho plaub uas kws khomob hais kom rho xwb. Lwm cov kev pab tib neeg uas tsis tau ua tej yam dabtsi rau tej tawv nqaij lossis lub cev nyob sab nraum zoov yeej pub muaj thiab yuav tsum tau ua raws li cov lus kho dua tshiab nyob hauv daim ntawv teev lus qhia ntawm no. Cov chaw uas muaj kev siv tshuab hluav taws xob los rho plaub (electrology), kev kos duab rau tej tawv nqaij (tattooing), thiab kev tho qhov daim khoom rau ntawm lub cev yuav tsum tsis txhob qhib mus pab tib neeg nyob sab nraum zoov vim hais tias cov kev pab no yog ib co uas yuav tau ua ub no rau lub cev lossis tej tawv nqaij uas yuav tsum tau muaj ib lub chaw huv siab los mus ua kom muaj kev nyabxeeb.
  - Cov lagluam yuav qhib tau los mus pab tib neeg nyob sab nraum zoov nyob hauv ib lub tsev ntaub (tent), ib lub kaus (canopy), lossis lwm lub tsev roos tshav ntuj, thiab tsis pub kom muab dabtsi los thaiv ntau tshaj ib sab ntawm lub chaw ntawd los mus ua kom muaj cua hliv tau mus los.
  - Cov chaw pab tib neeg tu ib ce (personal care providers) yuav tsum tsis txhob pab cov neeg ua tej yam kev tu ib ce uas tus neeg yuav tsum tau nkag mus rau hauv lub chaw pab.
- **Xim Liab (Red) - Muaj Kev Sib Kis Ntau - Theem 2:** Cov kev pab tib neeg tu lawv lub cev nyob sab hauv tsev yeej pub muaj, tiamsis yuav tsum tau ua raws li cov lus kho dua tshiab nyob hauv daim ntawv teev lus qhia ntawm no.
- **Xim Daj Liab (Orange) - Muaj Kev Sib Kis Li Ib Nrab - Theem 3:** Cov kev pab tib neeg tu lawv lub cev nyob sab hauv tsev yeej pub muaj, tiamsis yuav tsum tau ua raws li cov lus kho dua tshiab nyob hauv daim ntawv teev lus qhia ntawm no.
- **Xim Daj (Yellow) - Muaj Kev Sib Kis Tsawg - Theem 4:** Cov kev pab tib neeg tu lawv lub cev nyob sab hauv tsev yeej pub muaj, tiamsis yuav tsum tau ua raws li cov lus kho dua tshiab nyob hauv daim ntawv teev lus qhia ntawm no.

Yog xav tau cov lub qhia tshiab txog qhov tias saib lub nroog nyob rau theem twg, mus xyuas ntawm [Tus Qauv Rau Kev Ua Kom Muaj Kev Nyabxees Hauv Txoj Kev Ua Lagluam \(Blueprint for a Safer Economy\)](#). Thov nco ntsoov tias cov nroog yuav muaj cov kev txwv nruj dua thiab muaj kev kaw txawv. Mus nrhiav [cov siv rau hauv koj lub nroog](#).

Daim ntaub ntawv no yuav muab lus qhia txog cov kev pab cuam saib xyuas mob nkeeg ntiasg tug uas nthuav txav, qhov ntawd yuav xam muaj kev saib xyuas mob nkeeg ntiasg tug uas yuav muaj kev kov chawv tus neeg siv kev pab cuam tej ntsej muag piv txwv li sab plu, electrolysis, thiab waxing. Qhov lus qhia no yuav siv rau cov khw ua kev zoo nkauj, cov khw saib xyuas daim tawv nqaij, cov khw ua kom zoo nkauj, electrology, khw pheev rau tes rau taw, khw zas duab rau lub cev, tattoo parlors, thiab khw tho kauj ntseg, thiab kev kho mob zaws ib ce (hauv kev teeb tsa uas tsis yog kev mob nkeeg). Qhov lus qhia no muaj lub hom phiaj txhawb kom muaj kev nyab xeeb, muaj kev tu kev nyiam huv rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg yuav khoom. Kev teeb tsa tus neeg tau ntawv tso cai ntawd yuav tsum lees paub tias tus tswv xauj los sis tus neeg xauj yuav rov siv tau tsuas yog thaum lawv npaj txhij thiab muaj peev xwm ua li tej hau kev ua kom muaj kev ntsuas nyab xeeb li qhov tsim nyog thiab muaj kev nyab xeeb rau lawv thiab lawv cov neeg yuav khoom.

Qhov kev qhia ntawd tsis muaj lub hom phiaj los thim los sis tso tseg cov neeg ua hauj lwm li kev muaj cai, kev sib nyom nqi uas raug raws txoj cai, uas muaj txoj cai yuam, los sis muaj kev koom tes thiab tsis muaj ntxaws ntxaws, vim tias nws tsis suav tej lus txib fab kev mob nkeeg hauv cheeb nroog nrog, los sis tsis yog ib qho kev hloov pauv rau qhov tseev kom ua fab kev nyab xeeb thiab kev mob nkeeg uas muaj cia yuam uas tseem siv xws li ib qho ntawm Cal/OSHA los sis California Board of Barbering thiab Cosmetology.<sup>1</sup> Nyob nrog cov kev hloov niaj hnub no raws tej lus qhia kom muaj kev noj qab nyob zoo thiab cov lus txib qib xeev/cheeb tsam ze, vim tseem muaj kab mob COVID-19 txuas mus ntxiv. Cal/OSHA muaj tej lus qhia dav dua qub hauv lawv li [Cal/OSHA Cov Lus Qhia Txog Kev Pov Thaiv Cov Neeg Ua Hauj Lwm Kom Txhob Mob COVID-19 webpage](#). CDC muaj cov ntaub ntawv ntxiv txog lawv [cov lus qhia](#) rau cov chaw lag luam thiab cov tswv ntiasv ua hauj lwm.

## **Yuav Tsum Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg**

Nyob rau Lub Rau Hlis Ntuj Tim 18, CDPH tau tawm [Lus Qhia Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#), qhov uas cov zej tsoom neeg thiab cov neeg ua hauj lwm nyob rau txhua qhov chaw muaj zej tsoom neeg los puav leej yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg thiab tej chaw ua hauj lwm yuav tau teeb seb muab qhov chaw twg ua qhov muaj kev pheej hmoo nphev tau kab mob.

Tib neeg nyob hauv California yuav tsum rau cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thaum lawv mus ua hauj lwm, tsis hais nyob ntawm chaw ua hauj lwm los sis thaum tawm mus ua hauj lwm sab nrauv, thaum:

- Ua hauj lwm cuam tshuam tim ntsej tim muag nyob nrog cov neeg zej tsoom;
- Kev ua hauj lwm nyob rau txhua qhov chaw muaj zej tsoom neeg tuaj saib, yam tsis quav ntsej txog seb lub sijhawm ntawd puas muaj zej tsoom neeg leej twg tuaj.
- Kev ua hauj lwm nyob rau qhov chaw npaj khoom noj los sis ntim khoom noj ua pob muag los sis muab xa mus rau lwm qhov chaw;
- Tab tom ua hauj lwm nyob hauv los sis taug kev hla cov chaw muaj neeg coob, xws li cov chaw taug kev hauv tsev, cov ntawv, cov liv nce nqis thiab cov chaw nres tsheb;
- Hauv ib chaw twg los sis ib thaj chaw uas muaj lwm tus neeg (tshwj tsis yog tus neeg hauv tsev neeg los sis qhov chaw nyob) yog tias tsis tuaj yeem tswv kev nyob sib nruv deb tau;
- Kev tsav tsheb los sis kev ua hauj lwm nyob rau txhua qhov kev thauj mus los los sis kev khiav tsheb thauj zej tsoom neeg, tshav tav xij, los sis tsheb ntiag tug ua hauj lwm thauj neeg los sis tsheb sib koom caij thaum muaj neeg tuaj caij. Thaum tsis muaj neeg tuaj caij, los yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg kom zoo.

Ua kom tiasv cov ntsiab lus qhia, suav nrog rau txhua cov cai yuav tau ua thiab cov yuav tau zam rau cov cai no, tuaj yeem pom muaj nyob hauv qhov [lus qhia](#). Yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau lwm xwm txheej, thiab cov tswv hauj lwm tuaj tsim tau lwm cov cai npog qhov ncauj qhov ntswg ntshir kom muaj kev nyab xeeb rau cov neeg ua hauj lwm thiab qhov chaw ua hauj lwm muaj kev noj qab haus huv. Cov tswv hauj lwm tsim nyog muab ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg rau cov neeg ua hauj lwm los sis muab nyiaj rau cov neeg ua hauj lwm mus yuav kom tau yam khoom ntawd los siv.

Cov tswv hauj lwm tsim nyog tsim kho txoj cai siv rau lub chaw so rau tus neeg ua hauj lwm uas ua tau raws ib ntawm cov kev zam los ntawm kev npog qhov ncauj qhov ntswg. Yog tias ib tus neeg ua hauj lwm uas yuav tau rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg vim yuav tau nyob ze nrog tus tsis tuaj yeem npog tau vim tus yam ntshir kev mob nkeeg, lawv tsim nyog yuav tau ua lwm yam tsis muaj kev txwv, xws li siv daim npog khwb thoob plaws lub ntsej muag, yog tias ua tau thiab yog tias siv tau raws tus yam ntshir mob.

Cov lag luam uas qhib rau zej tsoom neeg tsim nyog yuav tau paub txog cov kev zam rau kev npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau [CDPH Lus Qhia Txog Kev Npog Ntseg Muag](#) yuav tsis suav nrog txhua tus zej tsoom neeg uas tsis npog ntseg muag yog tias tus neeg ntawd tab tom ua raws li qhov [lus qhia](#). Cov lag luam yuav tsum tsim kom muaj cov cai txog rau kev hais daws cov kev zam no ntawm cov neeg qhua, cov neeg uas tau txais kev pab cuam, cov neeg tuaj saib, thiab cov neeg ua hauj lwm.



## Txoj Kev Npaj Los Tiv Thaiv Nyob Hauv Cov Chaw Ua Haujlwm Ntawm Tej Phab Lag Luam

- Tsim cov ntawv sau ua, kev ua haujlwm tshwj xeeb rau kev tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau txhua qhov chaw, ua qhov kev soj ntsuam kev pheej hmoo ntawm txhua qhov chaw ua haujlwm thiab txua txoj haujlwm, thiab xaiv ib tus neeg ntawm txhua lub tsev haujlwm los ua raws txoj phiaj xwm.
- Koom tes nrog [CDPH Lus Qhia Kev Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#) nyob rau hauv Chaw Ua Haujlwm Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb thiab suav nrog rau txoj cai lis haujlwm rau cov raug zam.
- Txheeb xyuas cov ntaub ntawv tiv tauj ntawm lub chaw saib xyuas kev noj qab haus huv uas muaj chaw nthuav lus hais txog kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) ntawm cov neeg ua haujlwm los sis cov Qhua.
- Cob qhia thiab sib txuas lus nrog cov neeg ua haujlwm thiab tus sawv cev neeg ua haujlwm nyob rau lub phiaj xwm thiab tsim kom muaj lub phiaj xwm rau cov neeg ua haujlwm thiab lawv cov neeg sawv cev.
- Nquag ntsuam xyuas lub chaw ua haujlwm kom ua tau raws lub phiaj xwm thiab tej ntaub ntawv thiab txheeb txog yam ua tsis tau zoo kom raug.
- Tshawb nrhiav qhov tsim ua rau muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab ntaus nqi tias cov feem xyuam haujlwm twg cuam tshuam ua rau kis tau kab mob. Hloov kho lub phiaj xwm raws qhov xav tau los pov thaiv kom txhob muaj ntau xwm txheej ntxiv.
- Muab cov kev dhia dejnum uas yuav tsum tau ua thiab cov qauv uas npaj los siv rau thaum muaj tus kabmob sib kis nyob hauv ib lub chaw haujlwm, coj los siv raws li [CDPH cov lus qhia uas xav kom ua tau](#) thiab cov lus pom zoo kom ua thiab cov lus hais kom ua los ntawm lub chaw tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog.
- Txheeb txog qhov nyob sib ze (sib nrug li ntawm rau feet ntev li 15 feeb los sis ntev dua) ntawm tus neeg ua haujlwm uas kis tau mob lawm thiab ua cov kauj ruam los cais tus neeg ua haujlwm uas ntsuam xyuas pom muaj tus kab mob Khaus Viv-19 (COVID-19) lawm thiab cov tau nyob ib leeg.
- **Rau cov kev dhia dejnum nyob sab nraum zoov:** Npaj kom muaj ib txoj kev los tiv thaiv kev qaug tshav ntuj (heat illness) uas muab sau ua lus Askiv thiab yam lus ua feem ntau ntawm cov neeg ua haujlwm hais tau. Yuav tsum muaj qhov kev npaj los tiv thaiv kev qaug tshav ntuj ntawm no nyob rau ntawm lub chaw haujlwm rau cov neeg ua haujlwm siv. Mus xyuas ntawm [Cal/OSHA phab ntawv rau kev tiv thaiv kev qaug tshav ntuj](#) yog xav tau ntaub ntawv ntxiv, suav nrog rau cov lus nug uas neeg pheej



nquag muaj, ib qho kev qhia nyob sau huabcua (webinar), thiab ib txoj kev npaj ua pivtxwv. Cov dejnum nyob hauv ib txoj kev npaj los tiv thaiv kev qaug tshav ntuj yuav tsum muaj:

- Dej haus
- Chaw nraim tshav ntuj
- Caij so
- Lus npaj tseg tias yuav ua li cas thaum muaj neeg qaug tshav ntuj
- Lus npaj tseg tias yuav ua li cas yog thaum twg huabcua kub tshaj 95 degrees lawm
- Kev saibxyuas cov neeg ua haujlwm uas tsis tau mus ua dua haujlwm nyob rau cov sijhawm thaum muaj huabcua sov heev
- Kev qhia txog kev tiv thaiv kev qaug tshav ntuj thiab tej yam uas qhia tias tus neeg qaug tshav ntuj
- Coj raws li cov lus qhia hauv qab no. Tsis ua raws yuav tsim ua rau lub chaw ua hauj lwm muaj mob nkeeg ces yuav raug kaw ib ntus los sis muaj ciam txwv.



## Tswvyim Los Cob Qhia Cov Neeg Ua Haujlwm

- Ntaub ntawv hais txog [COVID-19](#), hais txog qhov tias yuav ua li cas los tiv thaiv kom tsis txhob sib kis, thiab [cov neeg twg yog cov ntxim yuav muaj](#) mob loj lossis tuag.
- Kev ntsuam xyuas tus kheej hauv tsev, suav nrog rau kev ntsuas txog qhov kub txias thiab/los sis kev ntsuam xyuas tus yam ntxwv mob uas yog kev siv [CDC cov lus qhia](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm kev tsis tuaj hauj lwm:
  - Yog tias tus neeg ua hauj lwm muaj cov yam ntxwv mob Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) raws li [tau piav qhia los ntawm lub CDC](#), xws li ua npaws los sis ua daus no, hnoos, txog siav los sis ua pa nyuaj, nkees, mob raws tej leeg los sis mob ib ce mob tob hau, tsis qab los noj los sis tsis hnov ntxhiab tsw, mob qa, txhaws ntswg los sis los ntswg, xeev siab, ntuav, los sis raws plab, LOS SIS
  - Yog tias tus neeg ua hauj lwm raug ntaus nqi tias muaj COVID-19 thiab tseem tsis tau raug tso tawm ntawm qhov chaw cais nyob ib leeg, LOS SIS
  - Yog tias, 14 hnuv dhau mus lawm, tus neeg ua hauj lwm tau nyob ze nrog tej tus neeg uas ntaus nqi pom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19

(COVID-19) thiab tau muab xam tias ntxim kis tau kab mob lawm (piv txwv tseem nyob rau qhov chaw cais nyob ib leeg).

- Tsuas pub ib tus neeg ua haujlwm uas tau kuaj pom tias nws muaj tus kabmob COVID-19 rov qab tuaj ua haujlwm tom qab nws ua tau txhua yam li raws li [CDPH Cov Lus Qhia Kom Ua Hais Txog Kev Rov Qab Mus Haujlwm lossis Mus Kawm Ntawv Tom Qab Tau Kuaj Pom Tias Muaj Tus Kabmob COVID-19](#).
- Los nrhiav kws kho mob saib xyuas yog tias cov tsos mob dhau los ua mob loj lawm, suav nrog rau muaj qhov mob los sis ceev hauv siab, feeb tsis meej los sis dis ncauj los sis ntsej muag xia. Ntaub ntawv hloov kho tshiab thiab ntaub ntawv nthuav dav ntxiv nyob ntawm [CDC lub vas sab](#).
- Qhov tseemceeb ntawm txoj kev nquag siv xab npum thiab dej los ntxuav tes, suav nrog rau kev siv xab npum los txhuam ob txhais tes kom ntev li 20 chib (second) (lossis siv cov tshuaj tua kabmob pleev tes uas muab cov tshuaj ethanol tsawg kawg los yog li 60% xyaw (qhov xav kom siv) lossis muaj cov tshuaj isopropanol li ntawm 70% xyaw (yog cov menyuam uas tsis muaj neeg saib yeej mus muab tsis tau los kov) yog thaum twg cov neeg ua haujlwm mus siv tsis tau ib lub dab ntxuav tais diav lossis ib lub chaw ntxuav tes, raws li [CDC cov lus qhia uas xav kom ua tau](#)). Tsis txhob siv cov tshuaj tua kabmob pleev tes nrog cov tshuaj [methanol](#) vim nws muaj tej yam tsis zoo rau menyuam yaus lossis neeg laus lub cev.
- Kev lub cev nyob sib nrug yog qhov tseem ceeb, tag nrho lub sij hawm nyob ntawm txoj hauj lwm thiab tsis nyob ntawm txoj hauj lwm (saib nqe lus qhia Kev Nyob Sib Nrug hauv qab no).
- Kev npog ntsej muag kom zoo, suav nrog:
  - Kev npog ntsej muag yuav pov thaiv tsis tau tus npog thiab yuav tsis yog cuab yeej pov thaiv tus kheej (PPE).
  - Kev npog ntsej muag tuaj yeem pov thaiv tau cov neeg nyob ze tus npog, tab sis yuav hloov tsis tau qhov yuav tau nyob sib nrug thiab kev nquag ntxuav tes tas li.
  - Kev npog ntsej muag yuav tsum npog kom tau qhov ncauj qhov ntswg.
  - Cov neeg ua hauj lwm tsim nyog ntxuav tes los sis pleev tshuaj tua kab mob rau txhais tes ua ntej thiab tom qab kev siv los sis kev txav daim ntaub npog ntsej muag.
  - Zam txhob kov ob lub qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj.
  - Txhob sib qiv siv cov ntaub npog ntsej muag thiab yuav tau muab ntxhua los sis txhob siv lawm tom qab sij hauj lwm.



- Ntaub ntawv muaj nyob hauv [CDPH Lus Qhia rau Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#), uas muaj lus txib rau cov xwm txheej uas cov ntaub npog yuav tsum tau rau thiab cov kev zam, raws li ntau txoj cai, cov cai ua hauj lwm, thiab cov cai uas tus tswv hauj lwm tau hloov kho los ua kom ntseeg tias siv cov ntaub npog ntsej muag. Muab kev qhia xyaum suav nrog rau tus tswv hauj lwm cov cai nyob rau txoj hauv kev tib neeg tus uas raug zam ntawm kev rau daim ntaub npog ntsej muag yuav tau ua.
- Yog xav paub txog tej yam uas qhia tias tus neeg qaug tshav ntuj thiab kev tiv thaiv, thov ua raws li [Cov Tswvyim Uas Cal/OSHA Yuav Tsum Kom Ua](#).
- Xyuas kom meej tias cov tuam txhab muaj ntawv cog lus ua hauj lwm ywj pheej, cov neeg ua hauj lwm ib ncua sij hawm, los sis cov neeg ua hauj lwm uas muaj ntawv cog lus nyob rau ntawm lub chaw ua hauj lwm yog yuav tau txais kev qhia kom zoo txog cov cai pov thaiv COVID-19 thiab muaj cov khoom siv kom zoo txaus thiab cov PPE. Sib tham txog cov luag hauj lwm ua ntej lub sij hawm uas cov koom haum xa cov neeg ua hauj lwm ib ncua thiab/los sis cov neeg ua hauj lwm muaj ntawv cog lus tuaj.
- Ntaub ntawv qhia txog cov nyiaj cov neeg ua haujlwm yuav tau txais thaum lawv tsis mus ua haujlwm uas yuav pab ua kom lawv nyob tau twb ywm hauv tsev. Mus xyuas cov ntaub ntawv qhia ntixiv nyob ntawm tsoomfwv [cov kev pabcuam los pab cov neeg tsis mus ua haujlwm vim muaj mob thiab cov nyiaj them rau cov neeg raug mob tom chaw haujlwm rau tus kabmob COVID-19](#), suav nrog rau cov cai uas cov neeg ua haujlwm muaj raws li tsab cai [Families First Coronavirus Response Act](#).



## Yuav Tau Tswj Saib Xyuas thiab Ntsuam Xyuas Txhua Tus Neeg

- Yuav tsum tau ntsuas kev kub thiab/los sis kuaj cov tsos mob ntawm txhua tus neeg ua hauj lwm thaum lawv pib ua hauj lwm thiab txhua tus neeg muag khoom los sis cov neeg cog lus ua hauj lwm nkag rau hauv qhov chaw ua hauj lwm. Ua kom ntseeg tias lub ntsuas qhov kub txias/ntsuas tus yam ntxwv mob txhob nyob ze dhau rau tus neeg ua hauj lwm los ua kom nrug tab tom.
- Yog tias yus yuav tau ua yus kev ntsuam xyuas tom tsev, kuj yog ib txoj hauv kev phim ntixiv los ua kom tau raws kev teeb tsa, ua kom ntseeg tias tau muaj kev ntsuam xyuas ua ntej tus neeg ua hauj lwm yuav tawm tom tsev tuaj ua hauj lwm thiab ua raws li [CDCcov lus qhia](#), raws li tau piav nyob rau Cov Ncauj Lus rau Tus Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum li nqe saum toj no.
- Txhawb nqa cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua tus uas muaj mob los sis pom muaj cov tsos mob tus kab mob Khaus Viv-19 (COVID-19) kom nyob tsev.

- Cov tswv hauj lwm yuav tsum muab thiab paub meej tias cov neeg ua hauj lwm siv tag nrho txhua cov khoom cuab yeej pov thaiv uas tsim nyog xws li daim iav tsom qhov muag, hnab looj tes, thiab daim thaiv ntsej muag nyob rau thaj chaw uas tsim nyog.
- Cov tswv hauj lwm tsim nyog ua zoo xav siv cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg uas yuav pab tau zoo rau kev ntxuav tes tas li los sis kev siv tshuaj pleev tua kab mob ntawm tes; piv txwv cov neeg ua hauj lwm tus uas ntsuam xyuas lwm tus cov tsos mob los sis saib xyuas tej chaw uas kov tas li. Cov neeg hauj lwm yuav tsum rau cov hnab looj tes thaum tuav cov khoom uas tau paug tej kua dej ntawm neeg lub cev.
- Yuav tsum rau cov hnab looj tes uas siv tag es muab pov tseg tau thaum uas ua hauj lwm uas tseev kom rau hnab looj tes. Cov hnab looj tes yuav tsum ua kom muaj kev sib xyaw nrog kev ntxuav tes tsis tu ncua thiab tsis hloov chaw ntxuav tes.
- Hu rau cov qhua ua ntej mus ntsib lawv kom paub meej lub sij hawm teem sij hawm thiab nug seb lawv los sis ib tus neeg hauv lawv tsev neeg puas muaj tsos mob tus kab mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Yog hais tias tus neeg yus yuav mus ntsib ntawv teb lus lees tias muaj thiab no ces rov teem sij hawm dua tshiab. Tuaj yeem muaj kev sib txuas lus xws li kev hu xov tooj, app, email, los sis xa text tuaj qhia rau cov qhua tias nws tsuas tuaj ntawm qhov chaw raws li nws kev teem caij nkaus xwb yog hais tias nws tsis muaj ib qho kev pheej hmo yuav kis mob rau lwm tus neeg los sis cov neeg ua hauj lwm. Txhawm rau kom nqis tes ua cov txheej txheem kuaj ua ntej thiab paub meej tias muaj kev nyob sib nrug deb, ces txiav txim siab tso cia kev siab teem caij.
- Qhia rau cov qhua tias tswv tsis pub lawv cov phooj ywg los sis tsev neeg raug tso cai tuaj nrog, tsuas kam cia leej niam leej txiv los sis tus neeg saib xyuas tus menyuam uas tsis puv hnub nyoog xwb.
- Thaum tuaj txog ces cov neeg yuav khoom yuav tsum raug ntsuas temperature thiab/lossis kuaj mob. Npaj kom thim los sis rov teem sij hawm rau cov neeg siv khoom uas qhia tias lawv muaj cov cim ntawm kev muaj mob.
- Muab ib cov txheej txheem lus qhia rau cov qhua txog ntawm qhov tseem ceeb ua ntej yuav tuaj. Cov txheej txheem yuav tsum muaj cov lus qhia txog kev siv daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, siv tshuaj ntxuav tes, tswj kev sib nrug deb ntawm cov qhua, thiab lawv yuav tsum sib txuas lus hloov pauv kev pab cuam. Cov txheej txheem yuav tsum tau tshaj tawm nyob rau hauv cov chaw pom meej, suav nrog ntawm cov qhov rooj nkag, suav nrog cov duab thaj duab, thiab ua kom muaj digitally (piv txwv li los ntawm email).



## Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tsis Kis Kab Mob

- Yuav tsum kom cov neeg koom ua hauj lwm, cov neeg xauj tsev, tus tswv khw xauj, thiab/los sis cov neeg ua hauj lwm sib koom tes thiab npaj tias thaj chaw twg yuav cia tu kom huv si thiab tua kab mob thaum pib txog ntua thaum xaus ib zeeg hauj lwm thiab nruab nrab ntawm cov qhua. ntxuav so kom huv si cov chaw muaj neeg ntau, xws li chaw tos txais, thiab thaj chaw kev nkag thiab kev tawm suav txog tej ntaiv, thiab tes tuav.
- Feem ntau ntxuav cov chaw siv dav siv suav nrog daim npav rho nyiaj, cov txee, cov chaw tos txais, cov leeg ntawm qhov rooj, cov hloov teeb, xov tooj, chav dej thiab cov chaw ntxuav tes.
- Ntaus nqi xyuas txog txheej txheem kev huv thiab kev txhawb nqa noj qab nyob zoo thiab txheej txheem tu kev nyiam huv thiab sau tshiab rau qhov uas tsim nyog. Siv theem qib raws li tsev kho mob, [Environmental Protection Agency \(EPA\)-tsuaj uas tau kev tso cai lawm](#) los tu kev nyiam huv thiab tua kab mob tawm ntawm ib qho chaw twg uas tus neeg siv kev pab cuam tau chww nrog xws li lub rooj, tog hauv ncoo teem ntsej muag (face cradles), tog zaum, tog hauv ncoo ntev, lub pob qhib qhov rooj, rooj, tog thiab lwm lwm yam. Ua raws li tsev tsim tshuaj tej lus qhia ntsig txog cov sij hawm uas siv tua tau kab mob. Siv cov tshuaj tua kab mob uas muaj ntawv sau lo rau siv tawm tsam cov kab mob tawm tshiab kom tau zoo, tshuaj ntxuav tsev (5 diav tshuaj yej rau ib gallon dej), los sis muaj cawv tov nrog li ntawm 70% uas phim rau qhov khoom yuav txhuam. Muab kev qhuab qhia txog kev phom sij ntawm tshuaj khesmis, muab phau ntawv qhia kev siv, qhov tseev kom ua thaum nqus cua tawm, thiab cov lus tseev kom ua kom muaj kev nyab xeeb ntawm Cal/OSHA rau cov neeg ua hauj lwm. Cov neeg hauj lwm uas siv cov khoom tu ntxuav los sis cov tshuaj tua kab mob yuav tsum rau cov hnab looj tes thiab lwm cov cuab yeej tiv thaiv tus kheej raws li tseev kom ua los ntawm yam khoom ntawd. Ua raws li [hau kev ua hauj lwm tu kev nyiam huv kom nyab xeeb dua qub rau tus mob ua pa nyuaj](#) uas qhia los ntawm Rooj Tsav Xwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Nyob Zoo Zej Tsoom Hauv California thiab ua kom paub meej tias muaj kev nqus cua yog lawm.
- Vim tias muaj ib co qho nyob raws npoo xws li cov tog zaum uas tsis tuaj yeem tua kab mob tau yooj yim, ces txiav txim siab muab ntaub yas los looj lossis siv ntaub pua uas pov tseg tau thaib tu kev nyiam huv lossis muab daim ntaub pua ntawd pov tseg tom qab hloov neeg yuav khoom.
- Tag nrho txhua cov tshuaj siv ntawm chaw ua haujlwm thiab chav kho mob yuav tsum raug tua kab mob kom yog yog ua ntej hloov neeg yuav khoom.

- Tej khoom siv uas tsis muaj qhov, xws li tus ciaj tais los sis rab txiab, ces tu kom huv si uas siv dej kub, kua xab-npum txhuam rau tshem tej ub no tawm. Ntsuav thiab ziab kom qhuav thiaj yog. Raws qab los ntawm kev muab lub cuab yeej tsau rau hauv ib yam tshuaj tua kab mob hom ua kua uas tso npe rau hauv EPA uas raug ntaus cim ua bactericide, fungicide, thiab virucide nyob rau cov sijhawm tua tau kab mob raws li qhov uas qhov chaw tsim tshuaj cov lus qhia tau hais tseg. Cov khoom yuav tsum raug muab tshem tawm nyob rau thaum kawg ntawm cov sijhawm tua tau kab mob, muab yaug, thiab muab ua kom qhuav nrog ib txoj phuam ntawv uas huv si.
- Ntawm cov cuab yeej hluav taws xob xws li cov teeb LED nthuav dav, cov chaw ncu phuam kub, thiab tej cuab yeej kev ua zoo nkauj, tu qhov cuab yeej nrog tshuaj tsuag los sis so tej khoom paug uas ntsia pom. Raws qab nraim nrog ib lub taub tsuag tshuaj tua kab mob uas tso npe rau hauv EPA los sis so tawm nyob rau cov sijhawm tua tau kab mob raws li qhov uas qhov chaw tsim tshuaj cov lus qhia tau hais cim tseg. Siv kev ceev faj thaum uas siv lub taub tsuag tshuaj thiab nco ntsoov hais tias koj qhov cuab yeej raug rho hluav taws xob tawm lawm thiab tsis txhob tsuag rau lub tshuab. Ntawm khoom siv hluav taws xob xws li chaw sau ntawv, tej ntxaij siv tes nias, phiaj ntaus ntawv, tej cuab yeej tswj ncua deb, thiab tej tshuab ATM, tshem tej yam tsuas uas ntsia pom yog tias muaj. Ua raws tej lus qhia ntawm qhov chaw tsim khoom rau txhua yam khoom siv ua kev tu huv si thiab kev tua kab mob. Xav txog kev siv tej hau khwb uas so tau rau tej khoom siv hluav taws xob. Yog tias tsis muaj lus coj qhia ntawm qhov chaw tsim khoom, ces kom xav txog kev siv tej khoom so los sis tej taub tsuag tsuag tshuaj uas muaj cawv nrog uas muaj kuab cawv yam tsawg yog 60% los mus tua kab mob ntawm tej ntxaij taum tes. Ua kom tej npoo qhuav txhua nrho txhawm rau zam tau qhov kev teev ua pas ua mias ntawm tej khoom ua kua.
- Txhawm rau ua kom muaj kev pheej hmoo tsawg tshaj plaws ntawm [Legionnaires tus kab mob](#) thiab lwm yam kab mob uas cuam tshuam nrog dej, [siv cov kauj ruam](#) kom ntseeg tau hais tias txhua hom kab ke ntawm dej (piv txwv, dej txhuav siv haus) muaj kev nyab xeeb thaum siv tom qab tom qab uas muaj kev kaw chaw ua hauj lwm ncua ntev.
- Tej chaw pw uas siv ntaub pua, yog tias tus qhua tsis nkag mus rau hauv qab ntaub los, kuj tseem yuav tau muab tej ntaub pua chaw tshem tawm thiab muab lub txaj los sis lub rooj tua kab mob tib si. Tej rooj kho mob yuav tsum muab npog uas siv ib daim ntawv npog rooj kho mob huv si, ib daim phuam huv, los sis ib daim ntaub huv huv tom qab uas siv tag txhua zaus.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum siv tej hnab looj tes uas pov tseg tau thaum tshem tej ntaub pua chaw, tej phuam, thiab lwm yam ntaub pua uas siv tag, xam muaj pag thiab tej ntaub pua ntawm neeg thov kev pab rau txhua zaum kev kho mob. Txhob nchos tej khaub ncaws cia ntxhua uas paug tsuas. Tso tej ntaub pua rau hauv lub chaw rau uas tso raws kab,

muaj hau kaw uas nyob sab nrauv ntawm qhov chaw kho mob, yog tias ua tau, txhawm rau ua kom muaj qhov mus tau tsawg kawg kiag ntawm kev tso kab mob rau saum huab cua. Tej ntaub pua uas tsuas yuav tsum txhob muab los siv dua lawm txog ntua thaum uas muaj kev pab cuam ntxhua khaub ncaws raws kev lag luam tiasv log los sis raws tus txheej txheem kev ntxhua khaub ncaws uas xam muaj kev muab tsau rau hauv cov dej uas muaj qhov kub yam tsawg yog 160 oos xam Fahrenheit kom ntev yam tsawg yog 25 feeb. Muab txhua daim ntaub pua chaw huv tso rau hauv qhov chaw huv thiab npog.

- Qhov chaw ntxim muaj, txhob txhuam cov plag tsev los sis ua lwm yam hauv kev uas yuav ua rau cov kab mob ri mus rau saum huab cua. Siv lub nqus cua uas muaj lub lim HEPA nyob rau qhov chaw uas ua tau.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum xav txog kev hloov lawv cov khaub ncaws tom qab txhua tus neeg yuav khoom los sis hnav tej khaub looj ib ce uas huv si, ntxhua tau los sis pov tseg tau, yog tias muaj.
- Xav txog tej khoom tshem tawm (piv txwv, muab tej tog hauv ncoo, tej rooj zaum uas siv ntaub pua, tej ntaub tiasg chaw zaum pov tseg) uas muaj tej npoo uas tsis tuaj yeem tu tau huv si. Ceev kom muaj ib lub rooj zaum uas muaj npoo tawv, tsis khoob los sis muaj ib lub pob tawb uas muaj npoo tawv los sis ua roj hmab loj loj rau cov neeg thov kev pab rau lawv cov khaub ncaws.
- Tej khoom zooj, xam nrog tej ntawv xov xwm, tej ntawv nyeem, kas fes, dej, tej chaw pab tus kheej (tshwj tias tuav tsis tau), thiab lwm yam khoom rau cov neeg yuav khoom, yuav tsum muab tshem tawm ntawm tej chaw txais tos txhawm rau pab txo nqis tej chaw tuav thiab tej kev kev sib nphav. Tsis pub muaj khoom noj los sis khoom haus nyob rau ntawm tej chaw los sis hauv cov chaw kho mob.
- Ua kom huv huv ib qho chaw twg cov khoom lag luam, suav txhua cov chaw nkaum thiab cov teeb meem. Tshem tawm thiab muab cov khoom lag luam qhib “sim”; pov tseg thiab tsum tsis ua txoj hauj lwm no los pab txo kom muaj paug. Ntxiv cov paib rau thaj chaw no kom cov neeg qhua paub tias nws yog huv thiab tshuaj tua kab mob txhua hnuv.
- Txhawb txoj kev siv daim npav rho nyiaj thiab cov nyiaj them tsis sib cuag. Yog tias them tsis tau hluav taws xob los sis daim npav yuav tsis tau, cov neeg yuav khoom yuav tsum tuaj nrog kev xa nyiaj los sis rho nyiaj ncav qha.
- Xav txog kev txhim kho rau cov kais dej tsis muaj xab npus, tshuaj ntxuav tes thiab cov phuam so tes, thiab ntxiv cov kov tsis so, siv lub tshuab tshuaj ntxuav tes. Nco ntsoov txhab tej chaw rau xab npum ntxuav tes thiab ntawv so tes yam xwm yeem.
- Ua kom tau cov chaw txais tos thiab chaw ua hauj lwm nrog cov khoom ntxuav kom huv, nrog rau cov tshuaj ntxuav tes kom huv thiab cov ntaub so huv.

- Muab sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los ua kev tu kom huv ncua sij hawm lawv sij hauj lwm. Cob cov hauj lwm tu kom huv tsim nyog yuav tau cob ncua sij hawm ua hauj lwm tam li yog ib feem ntawm tus neeg ua hauj lwm cov luag hauj lwm.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tau zam kev sib koom xov tooj, tej ntawv sau, tej koos pis tawj, rooj ua hauj lwm, cwj mem, thiab lwm yam khoom siv ua hauj lwm, thaum ua tau. Tsis txhob koom siv PPE.
- Tsum kev siv cov khoom noj thiab dej haus ua ke nyob hauv chav so (suav nrog cov koom ua kas fes haus).
- Qhib cov qhov rais nyob hauv chav pab tib neeg, yog tias qhib tau thiab qhib qhov rais yeej yog ib yam uas yuav tsis tsim teebmeem dabtsi rau txoj kev ruaj tseg. Yog ua tau, txuas cov tshuab lim cua, muab cov ntxaij lim cua nyob hauv lub tsev ua haujlwm hloov mus rau cov ntxaij uas zoo tshaj plaws, thiab kho lwm yam khoom hauv lub tsev ua haujlwm los ua kom muaj cov cua sab nraum zoov nkag tau los thiab kom muaj cua hliv nyob rau hauv txhua thaj chaw ua haujlwm.
- Ntxiv rau cov kev npaj los tu thiab tsuag tshuaj tua kabmob, cov lagluam yuav tsum tau ua raws li [California Pawg Txwjlaus Cov Cai Rau Kev Txiaj Plaub Haus thiab Kev Tu Ib Ce \(California Board of Barbering and Cosmetology\)](#). Tej zaum lub zejzoz, lub nroog tseem yuav muaj lus txwv tej yam uas cov lagluam yuav ua tau thiab.



## Lus Qhia Kom Ua Hauv Kev Nyob Nrug Deb

- **LUS CEEBTOOM:** Kev nyob nrug deb xwb yeej tseem tsis tau zoo txaus los mus tiv thaiv txoj kev sib kis ntawm tus kabmob COVID-19 nyob rau sab hauv tsev.
- Nqis tes siv cov cai tswj kom ntseeg tau hais tias muaj kev sib nrug ntawm lub cev yam tsawg yog rau fij (feet) li ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg yuav khoom, tshwj lub sij hawm muab tej kev pab cuam uas yuav tau nyob sib ze. Qhov no suav nrog kev siv cov khoom los kem los sis kev ntsia kom nyob sib nrug (piv txwv li, kev cim hauv plag los sis cov paib qhia los qhia qhov chaw cov neeg hauj lwm sawv rau).
- Tswj kom tau yam tsawg 6 feet ntawm kev sib nrug lub cev li ntawm txhua qhov chaw ua haujlwm, thiab/lossis siv tej laj kab thaiv uas tsis xau tau li ntawm tej chaw ua haujlwm txhawm rau pov thaiv cov neeg yuav khoom thiab cov neeg ua haujlwm.
- Muaj kev teem caij uas nyias muaj nyias sij hawm txhawm rau txo nqis kev nyob sib ti ntawm kev txais tos thiab ua kom muaj sij hawm txaus rau kev tu huv si thiab kev tua kab mob ua ntej lwm tus neeg yuav khoom yuav mus ntsib. Xav txog kev muab kev pab cuam rau cov neeg kom tsawg leej



dua qub nyob rau txhua hnuv los sis txuas cov xuab moos ua hauj lwm mus ntxiv kom muaj sij hawm ntau ntxiv thaum hloov neeg siv kev pab cuam mus ntsib thiab ncua sij hawm teem caij nkag mus.

- Yog tias ua tau, siv lub tshuab kos ncua deb kom ntseeg tau tias cov neeg ua hauj lwm raug ceeb toom thaum cov qhua tuaj txog. Hais kom cov neeg yuav khoom nyob sab nrauv tos lossis nyob hauv lawv tej tsheb tos zoo dua qhov sib txiv nyob hauv tej chaw txais tos. Tej chaw txais tos yuav tsum muaj ib tug neeg yuav khoom nyob rau ib lub sij hawm nkaus xwb lossis qhov chaw yuav tsum raug muab hloov kho kom txhawb tau kev sib nrug ntawm lub cev kom txaus, xam muaj kev tshem tej rooj zaum tawm lossis muab tso kom nyob sib nrug.
- Rau cov kev dhia dejnum nyob sab nraum zoov, tsim kom muaj ib lub chaw txais qhua uas cov neeg yuav nyob tau nrug deb thaum lawv mus tso npe qhia tias lawv tuaj txog lawm. Siv lwm txoj kev, xws li siv cov txiag Plexiglas lossis lwm yam khoom thiav, los thaiv nyob ntawm lub rooj txais qhua lossis lwm qhov chaw uas neeg yuav nyob nrug deb tsis tau los mus ua kom tsis txhob muaj kev sib nphav nyob rau ntawm cov neeg ua haujlwm thiab cov qhua.
- Rau cov kev dhia dejnum nyob sab nraum zoov, tsim kom muaj cov chaw so nyob sab nraum zoov uas muaj ntaub ntis tshav ntuj, muaj chaw zaum, muaj chaw los ua kom neeg nyob tau nrug deb, yog tias ua tau.
- Ua kev ntsuas ntawm cov rooj zaum txais tos los sis lwm qhov chaw uas tsis tuaj yeem saib xyuas lub cev kom nrug deb ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua, xws li Daim iav thav(Plexiglas) los sis lwm yam kev thaiv.
- Txiaiv txim siab ua raws li cov neeg ua hauj lwm uas thov kom hloov lub luag hauj lwm uas txo qis kev sib chawv nrog cov neeg yuav khoom thiab lwm tus neeg ua hauj lwm (xws li tuav tswj kev ua hauj lwm hla kev siv xov tooj ua hauj lwm).
- Tseev kom cov neeg ua hauj lwm zam qhov kev sib tuav tes, kev tsoo nrig, kev sib puag, los sis lwm yam kev sib tos txais uas rhuav tshem kev sib nrug ntawm lub cev.
- Txhawb cov neeg ua hauj lwm los ntawm kev sib sau ua ke hauv thaj chaw muaj tsheb ntau, xws li chav dej, txoj kev hauv tsev, los sis chaw nres tsheb daim npav credit.
- Kaw lub chav so, siv qhov los kem, los sis ua kom cov rooj/cov tog nyob sib nrug los cais cov neeg ua hauj lwm thiab ua kom txhob nyob sib ti lub sij hawm so. Thaum ua tau, tsim cov chaw so nyob sab nraum zoov uas muaj qhov khwb roos thiab muaj chaw zaum kom lub cev tau nyob sib nrug.
- Hloov kho cov neeg ua hauj lwm cov rooj sib tham los xyuas kom lub cev sib txawv. Teeb npaj cov rooj sib tham raws hauv xov tooj los sis raws kev sib tham hauv vev xaib rau cov neeg hauj lwm yog tias ua tau.



## **Lwm Cov Tswvyim Uas Tsim Nyog Muab Coj Los Xav Saib Puas Yuav Muab Siv Rau Cov Lagluam Tu Ib Ce thiab Tu Tej Tawv Nqaij (Esthetic and Skin Care Services)**

- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum ntoo lub npog ntsej muag txhawm rau kev pov thaiv qhov muag (uas khwb ntsej muag tas nrho) thaum uas lawv tab tom kho mob rau cov neeg siv kev pab cuam nyob rau cheeb tsam ntsej muag los sis ntawm caj dab uas ua rau tus neeg thov kev pab tsis tuaj yeem ntoo tau lub npog ntsej muag.
- Yuav tsum rau cov hnab looj tes uas pov tseg tau nyob rau txhua lub sij hawm uas muab kev pab cuam ua kom zoo nkauj thiab nyob rau lub sij hawm tu kom huv thiab kev tua kab mob ntawm txhua yam cuab yeej thiab tej npoo tom qab uas pab txhua tus neeg thov kev pab tag.
- Ua ntej yuav tawm hauv chav pab lossis tu cov tib neeg, hle thiab muab cov hnab looj tes pom tseg, siv cov tshuaj tua kabmob los pleev tes lossis siv xab npum thiab dej los ntxuav tes, thiab siv tej khoom ua npaj tseg los thaiv, xws li cov ntawv so tes lossis ntaub tua kabmob, coj los qhib thiab kaw lub qhov rooj ntawm chav pab lossis tu cov tib neeg thaum koj tawm mus.
- Tej khoom siv ib zaug pov tseg yuav tsum muab siv thiab pov tseg tam sim ntawd tom qab uas siv tag rau hauv lub thoob rau khoom pov tseg. Lub thoob rau khoom pov tseg yuav tsum muaj hau kaw thiab yuav tsum muab tso nrog lub hnab ntim khoom pov tseg.



## **Lwm Cov Tswvyim Uas Tsim Nyog Muab Cov Los Xav Hais Txog Cov Tu Ib Ce Uas Siv Tshuab Hluav Taws Xob (Electrology Services)**

- Cov chaw uas muaj kev siv tshuab hluav taws xob los rho plaub (electrology) yuav tsum tsis txhob qhib mus pab tib neeg nyob sab nraum zoov vim hais tias cov kev pab no yog ib co uas yuav tau ua ub no rau lub cev lossis tej tawv nqaij uas yuav tsum tau muaj ib lub chaw huv siab los mus ua kom muaj kev nyabxeeb.
- Cov kws siv cuab yeej hluav taws xob yuav tsum siv tej hnab looj tes uas pov tseg tau nyob rau txhua lub sij hawm kho mob ntawm tus neeg thov kev pab. Cov kws siv cuab yeej hluav taws xob yuav tsum ntoo lub khwb ntsej muag txhawm rau kev tiv thaiv qhov muag (uas khwb ntsej muag tas nrho) thaum uas lawv tab tom kho mob rau cov neeg thov kev pab nyob

rau cheeb tsam ntsej muag lossis ntawm caj dab uas ua rau tus neeg thov kev pab tsis tuaj yeem ntoo tau lub npog ntsej muag.

- Cov neeg siv kev pab cuam uas muaj kev kho mob lwm yam yuav tsum tau looj ntaub npog ntsej muag txhua sij hawm thaum kho mob, yog tias looj tau raws li [tsab Lus Coj Qhia Kev Npog Ntsej Muag ntawm CDPH](#).
- Cov hau kaw ciaj, pas dov, thiab chaw tuav koob yuav tsum muab ntxhuav thiab muab tu huv si thaum hloov neeg thov kev pab. Qhov nov tuaj yeem xam muaj kev siv taub mis los sis kev tso tej khoom ntawd rau hauv ib lub hnab kaw ncauj thiab muab tu huv si nyob rau hauv ib lub chaw ncu kub qhuav. Yuav tsum txhob qhib lub hnab kom txog rov muaj kev qhia saib hyuas tub lag luam.
- Yog ua tau, siv lub ntsuam xyuas ua siv ib zaug pov tseg kiag xwb ua tsi ta muaj kev tsum hyuas los sis lub muaj haus khwb, nw yuav ua rau tsi muaj kev chwv ntau. Yog tias tsi siv lub ntsuam xyuas ua siv ib zaug pov tseg, los sis muaj haus khwb ntawm lub ncauj los sis lub haus ua muab qhib tawm ntawm rab koob/lub tshuam xyuas yuav tsum muaj kev ntxuav kom huv thiab tuas kab mob tom qab cov tub lag luam tej twb tug.
- Rab koob ua siv rau kev txhaj tshuaj hluav taw xob yuav tsum siv ib tib zaug pov tseg, kev, muaj kev ntsuam xyuas, rov muab ntim thiab yuav tsum muaj kev tua kab mob thiab muab rhuav tshem cov khoom ua tau txais kev pom zoo tam si taum siv hauj lwm tag. Cov twj cuab yuav tsum tau raug rhuav tsem raw lus lej thab npias khoom xiam los ntawm kev kho mob.
- Qhov kev kub ua tswm sim los ntawm cov hluav taw xob ntawm rab koob txhaj tshuaj hluav taw xob yuav tsi txau rau kev tua kab mob ntawm nw.
- Lub suas kev nyiam huv Ultrasonic, lub txhawv, thiab tag nro cov containers, nrog rau cov ua lawv tuaj yeem txhem tau tawm yuav tsum muaj kev ntxuav thiab tuas kab mob ntawm txua tu tub lag luam rau qhov kev qhia los ntawm tus tsim tawm.



## Lwm Cov Tswvyim Uas Tsim Nyog Muab Coj Los Xav Hais Txog Kev Tu Rau Tes Rau Taw

- Cov tib neeg yuav tsum tau ntxuav lawv ob txhais tes ua ntej yuav cia ib tus neeg los tu lawv tej rau tes.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum rau ntaub npog ntseg muag txuas lub sij hawm, los sis yuav tsum tau siv lub ntaub npog ntsej muag muaj qhov pab ua pas yog tias tsim nyog. Yuav tsum siv daim ntaub npog ntej muaj muaj chaw pab ua pas ntawm qhov chaw tsi muaj huab cuas txaus kom txawm rau tiv thaiv kev txai cov kab mob ua tsawg tshaj qhov teev cia ua muaj kev pom zoo los ntawm nqes lus 8 [tshooj 5155](#). Yog thaum koj tau txai cov

tshuaj txaum khe mis, tsua muaj lub pab ua pas elastomerics ua muaj qhov lim cov tshuaj txaum khe mis ua raug raug nrog rau lub lim kom tsim nyog rau kev siv.

- Yuav tsum rau cov hnab looj tes siv ib lwm pom tseg txua lub sij hawm thaum muaj kev pab cuam thiab thaum muaj kev ntxuav tu kom huv thiab tua cov kab mob ntawm cov cuab yeej thiab cev nqaij daim tawv tom qab ntawm txua tu tub lag luam. Thaum muaj kev ntxuav kom huv tag lawm yuav tsum hles lub hnab looj tes thiab muab pov tseg thiab siv cov ntsuaj ntxusv tes ntxuav kom tsim nyog los sis ntxuav tes los ntawm xaj npum thiab dej.
- Cov kev tu ko taw thiab rau taw uas tu nyob sab nraum zoov tsuas pub tu nyob hauv cov dab/tais dej uas nqa tau xwb thiab yuav tsum siv cov tshuaj tua kabmob uas muaj npe nyob rau EPA tias yog tshuaj tua kabmob ua kua uas muaj ntawv qhia tias yog tshuaj tua kab bacteria (bactericide), kab mob khib kaj (fungicide) thiab kab virus (virucide) coj lus ntxuav cov dab/tais dej. Mus xyuas lub tuam txhab ua yam tshuaj ntawd cov lus qhia tias yuav siv ntau npaum li cas los sib tov. Qhov kev siv tshuaj tua kabmob los ntxuav cov dab/tais dej yuav tsum yog siv nyob sab hauv tsev ntawm lub chaw tu rau tes rau taw thiab tsis pub kom coj mus ntxuav nyob sab nraum zoov.
- Lub tais ntxuav taw yuav tsum raug tua kab mob los ntawm cov tshuaj tua kab mob ua tau rau npe los ntawm EPA ua muaj cov lus sau qhia tia yogh om ua tuas kab mob sib kis thiab tua cov kab mob (fungicide and virucide) Thiab saib txog qhov lus qhia ntawm tus tsim txog qhov iab daws ntawv. Txog ntawm kev tsau sab kos tawm ua muaj dej ntws mu los, cov raj cuas los sis lub dab tsaus kos tawm ua tsi muaj raj cua, yuav tsum muaj cov tshuaj tua kab mob mus mus los los lis ntawm 10 na this. Txog ntawm lub dab txuav kos taws thiab lub dab ua tsi muaj dej ntws, yuav tsum tsau cov tshuaj tua kab mob rau lub dab yam tsawg kawg lis ntawm 10 na this. Yuav tsum ntxuav lub dab tsaus kos tawm thiab cov rau tes rau taws kom huv thiab raug vib this tom qab ntawm txua tu tub lag luam txawm tia yuav siv cov hab looj tes siv ib zaug pov tseg.
- Lub khws ua rau tes rau taw yuav tsum siv cov cuab yeej ua siv ib lwm pov tseg xwb yog tias ua tau. Txua yam cuab yeej ua tsi yog siv es pom tseg yuav tsum tau raug tua kab mob kom huv sis nyob rau lub caij siv rau cov neeg raw lis txoj hauv kev ntawm cov coj ntawm Barbering thiab cov cuab yeej ua kev zoo nkauj ntawm California.
- Cov cuab yeej ua siv ib lwm pov tseg muaj tag nros xws lis, cov ntawv txuam raus taws, daim qauv rau kev xyaum, thiab rab txiab, sab khau tej ua siv pov tseg, tus faib ntiv taws, thiab cov cuab yeej ua siv ib zaug pov tseg thiab yuav tsum muab cov tseg tom thoob khib nyiab thaum siv tag.
- Txawm rau kom txhob tau chww ntau qhov, yuav tsum muab cov tshuaj tha rau tes rau taws taw. Yog tias tsi muaj lub nab cos ntias pom cov tshuaj tha rau tes rau taws yuav tsum tau siv lub tawm xim, thiab yuav tsum tau

txuav thiab tua kab mob tom qab siv rau txuas tu tub lag luam. Yog tias tseem tsi tau tshem lub nab cos nthuav qhia cov tsuaj thas rau tes rau taw ntawv tawm yuav tsum muaj kev ntxuav thiab tua kab mob ua ntej yuav rov coj los siv duas.

- Sim xav seb muaj ua tau yog tias muaj kev tsi daim iav yas los thaiv tus neeg ua hauj lwm thiab tu tub lag luam kom muaj qhov chaw dav fos rau sab hauv qab rau kev tso test so taws rau kev thas rau tes rau taws.
- Tsua tso cai rau tib tug kws pleev rau tes rau taws ua hauj lwm ntawm lub khws thiab tsi pom zoo rau cov neeg qhua ua ntau yam ua kes xws lis pleev rau tes thiab rau taws ua kes.
- Yog muaj kev tso kiv cuas, xws lis tso lub kiv cua rau hauv av los sis teeb rau phab tshas yuav tsum ua raws kab kev xws lis yuav tsum tsis txhob tshuab cua ntawm ib tug mus rau ib tug. Yog tias hos tsis muaj kev siv kiv cua tus tswv khws yuav tsum xav txog qhov kev phom sij ntawm qhov kev sov ua yuav tswm sim thiab yuav tsum ua raws kab kev kom txhob muaj tej kev phom sij ntawd.
- Lub khws ua rau tes rau taw yuav tsum mob siab rau kev txim kho kom qhov chaw tawm cua khiav zoo ntawm txua lub rooj ua rau tes rau taws.



## **Lwm Cov Tswvyim Uas Tsim Nyog Muab Coj Los Xav Hais Txog Cov Kws Tsim Khoom Ub No Rau Lub Cev (Body Art Professionals), Cov Chaw Kos Duab Rau Tej Tawv Nqaij (Tattoo Polars), Cov Chaw Tho Qhov Daim Khoom Rau Ntawm Lub Cev (Piercing Shops)**

- Kev kos duab rau tej tawv nqaij (tattooing), thiab kev tho qhov daim khoom rau ntawm lub cev yuav tsum tsis txhob qhib mus pab tib neeg nyob sab nraum zoov vim hais tias cov kev pab no yog ib co uas yuav tau ua ub no rau lub cev lossis tej tawv nqaij uas yuav tsum tau muaj ib lub chaw huv siab los mus ua kom muaj kev nyabxeeb.
- Yuav tsum siv hnab looj tes ib lwm pov tseg tas lis thaum muaj kev nkauj xim los sis thos lub cev thiab thaum ua muaj kev txuav thiab tua kab mob cov cuab yeej thiab cev nqaij daim ntawm tom qab txua zaus ntawm cov tub lag luam.
- Tu neeg ua hauj lwm yuav tsum mob siab ntxuav lawv txhais tes nrog tshuaj xab npum thiab dej los sis txhuaj ntxuav tes tam si ua ntej rau los sis hle lub hnab looj tes.

- txwv tsi pub muaj kev nkauj xim los sis thos nyob rau ntawm lub qhov ncauj/qhov ntswg.
- Yuav tsum tso lub rooj zaum kom sib nrug lis ntawm rau feet ntawm txhuas tu qhua qhov chaw zaum. Cov chaw lag luam yuav tsum mob siab txog rau qhov kev ua yuav thaiv los sis nriav yam dab tsi los thaiv ua tsim nyog.
- Tus neeg ua hauj lwm yuav tsum ua ib leeg los sis thos in tug zuj zus xwb.



## **Yam yuav tsum tau mob siab ntxiv ntawm cov khws zuaj (Ua tsi yog tsim los saib hyuas kev noj qab haus huv)**

- Cov tib neeg yuav tsum tau ntxuav lawv ob txhais tes ua ntej yuav cia ib tus neeg los pab lawv.
- Yuav tau mob siab rau kev hloov pauv lub sij hawm kev saib xyuas txawm rau kev txhawb nqas kev nyiam huv thiab kev tua kab mob mob ua tsim nyog yuav ua. Ua yuav muaj xws lis kev siv cov ntaub npog ntej muag ua siv ib lwm pov tseg thiab/los sis cov ntaub tiv thaiv cov rooj, hauv ncoos thiab lwm yam txeeg teg ua muaj peev xwm nthuav tau xws lis daim plaub hauv ncoos ua tuaj yeem hle tau thiab hloov tau txua zaum tom qab ntawm muaj kev zuaj ib tug dhau ib tug. Qhov kev nyuaj ua tsi tuaj yeem hloov pauv tau yuav tsum muaj kev ntxuav thiab tua kab mob rau cov kab kev (protocols).
- Yuav tau ntua hyuas kev yuav zuaj ntsej muag los sis yuav muaj kev tso sab tes rau saum ntsej muag. Yog muaj qhov kev pab cuam nov yuav tsum rau lub hnab looj te ua tsi muaj tshuaj txawm rau saib hyuas qhov chaw ntawv. Yuav tsum tsi txob muaj kev zuaj ntej muag yog tia yuav muaj kev npog ntej muag rau tub lag luam.
- Siv tes los mus zuaj rau qhov thaum kawg ntawm kev pab cuam.
- Cov tub hauj lwm yuav tsum ntxuav tes tam si tom qab zuaj tag.





## Lwm Cov Tswvyim Uas Tsim Nyog Muab Coj Los Xav Thaum Yuav Muab Cov Dejnum Coj Mus Ua Nyob Sab Nraum Zoov

- Kev cab thiab kev siv cov xov hluav taws xob yog ib yam uas yuav tsim tau teebmeem, suav nrog rau kev muaj hluav taws kub hnyiab thiab kev raug hluav taws xob hlawv. Xyuas kom meej tias cov kev dhia dejnum nyob sab nraum zoov yeej ua tau raws li Cal/OSHA thiab lwm cov cai uas yuav tsum kom ua. Mus xyuas ntawm [Cal/OSHA Cov Lus Qhia Hais Txog Kev Nyabxees Hauv Kev Siv Hluav Taws Xob](#) yog xav paub ntxiv.
- Xyuas kom meej tias neeg yuav tsis dawm cov xov hluav taws xob lossis lwm yam khoom siv uas muaj nyob rau ntawm cov chaw pab tib neeg nyob sab nraum zoov.
- Siv ntaub roos tshav lossis lwm yam khoom tiv thaiv tawv nqaij thaum tsis muaj ntxoov ntxoo.
- Muab lub chaw dhia dejnum sab nraum kaw, txav deb ntawm cov xov hluav taws xob thiab khoom siv, thiab khiav mus rau sab hauv tsev yog thaum twg muaj xob laim nyob ze li 6 mais ntawm koj lub chaw ua haujlwm sab nraum zoov (mus xyuas FEMA “[txoj cai 30/30 \(30/30 rule\)](#)”).

---

<sup>1</sup> Cov kev cai ntxiv yuav tsum tau txiav txim siab rau cov neeg nyob tsis yooj yim. Tus muab kev pab cuam tswj xeeb rau ib tug twg yuav tsum ua raw lis tag nros nov [Cal/OSHA](#) Cov qauv thiab npaj kom txij raw lis cov lus qhia nrog rau kev qhia los ntawm [Centers for Lub Chaws Tiv Thaiv thiab Saib Xyuas Kab Mob \(CDC\)](#) thiab ntawm [Chaws Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm California \(CDPH\)](#). Ib qho ntxiv, cov tswv hauj lwm yuav tau npaj los ceeb toom txog lawv kev ua hauj lwm raws qhov cov cai ntawv kev hloov pauv.

