

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 Cov Tswv Chaw Ua Hauj Lwm Lag Luam Tsim Khoom

Lub Xya Hli 2, 2020

Daim ntawv rau kev txheeb xyuas no yog npaj txhawm rau pab cov tswv hauj lwm txog kev tsim khoom kom lawv paub siv lawv qhov phiaj xwm kev npaj txhawm rau tiv thaiv kev sib kis los ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau hauv qhov chaw ua hauj lwm thiab yog ib daim ntawv txhawb ntxiv rau [Cov Lus Qhia rau Cov Tswv Hauj Lwm Lag Luam Tsim Khoom](#). 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 sib 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 Xeem \(California Department of Public Health, CDPH\) 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.
- Kev kuaj nws tus kheej hauv tsev, suav nrog ntsuas kub thiab/los sis kuaj pom tus mob los ntawm kev siv [cov lus qhia ntawm CDC](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm qhov tsis txhob tuaj ua hauj lwm ntawm tu tub ua hauj lwm muaj xws li: hnoos, kub tob haus, ua pas nyuaj, nos, mob ib ce raw yus tej nqaij, mob caj pas, tsi hnov ntshiab, xeev siab thiab ntuav los si raw pab los sis yog lawv los sis qee tus tau tiv tauj nrog tus neeg mob 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 xuj 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 nruv 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 hai txog kev thov so 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 neeg ua hauj lwm yuav tau txais cov txiaj ntsig nqis zog raw lis Tus Tswv Xeev [Tsab Ntawv Txib N-62-20](#) Tsab Ntawv Txibnyob rau lub sij hawm uas pib siv tau Tsab Ntawv Txib ntawd.
- Qhia rau cov neeg ua hauj lwm ywj siab los sis cov tub hauj lwm ua ntiasv tuaj ib lwm xwb txog ntawm cov cai nov thiab ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias lawm yuav tsum muaj PPE.



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 xyuas kom cov neeg ua hauj lwm siv tag nrho cov PPE ua 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 nquag ntxuav tes rau kev ua cov hauj

lwm xws li kev nqa los sis tsaws cov khoom uas nquag tuav, los sis kev ntsuam xyuas cov tsos mob.

- Kev txwv thiab ntsuam xyuas cov neeg tsis ua hauj lwm nkag rau hauv qhov chaw ua hauj lwm.



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 cov khoom siv ua kes tom qab siv tag txua lwm.
- 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.
- Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los ua kev xyaum tu ncua sij hawm lawm cov kab hauj lwm raws ib feem ntawm cov luag hauj lwm.
- Muab thiab tso cov tshuaj ntxuav tes thiab cov pluam tsau tshuaj tua kab mob rau qhov chaw uas cov neeg ua hauj lwm tuaj yeem siv lawv.
- 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.
- Muab cov sij hawm so txav kom tsis txhob sib tsoo thiab tsim kom muaj cov chaw rau kev ua kev nyiam huv kom ntau ntiv yog hais tias ua tau thiab tsim nyog txhawm rau tswj kev sib nrug deb ntawm lwm tus neeg nyob rau lub sij hawm so.
- Nruab cov khoom siv uas tsis tas siv tes tuav, yog hais tias ua tau, xws li cov dab dej uas muaj xees xawj thiab cov nyem kom xab npum tawm.
- 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](#).
- Muab thiab xyuas kom cov neeg ua hauj lwm siv cov khoom siv tiv thaiv tus kheej (PPE) rau kev thauj khoom thiab nqa cov khoom thauj.
- Yuav tsum ua kev nyiam huv rau cov kaus mom tawv thiab cov nab kaj npog ntsej muag nyob rau ncua sij thaum tag lub caij ua hauj lwm txhua zaus.
- Ntxuav tu cov tsheb thauj khoom kom huv si thiab khoom siv ua ntej thiab tom qab thauj mus qhov twg los.
- Muab lwm cov chav dej hloov chaw rau cov neeg tsav tsheb yog tias cov chav dej nkag tau yooj yim raug kaw lawm.
- 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.
- Xav txog kev hloov kho tshiab txhawm rau txhim kho huab cua pom thiab cov chaw nqus cua.

- Hloov kho cov kev muab kev pab cuam khoom noj khoom haus hauv chaw noj mov, ua raws cov lus qhia rau cov khw noj mov.



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 txhua qhov kev sib tham tim ntsej tim muag thiab kev xam phaj kom ntseeg tau tias nyob sib nrug deb.
- Siv cov txheej txheem ua hauj lwm los txwv cov neeg ua hauj lwm ntawm ib qho chaw nyob rau tib lub sij hawm.
- Qhov kem lub sij hawm tuaj uas tus neeg ua hauj lwm siv, ua raws li tus nqi zog ntawm lub sij hawm ua hauj lwm, los tswj kom tau cov cai lub cev nyob sib nrug.
- Rov tsim kho dua, txwv tsis pub, los sis kaw qhov chaw muaj neeg coob kom twj tau qhov kev nyob sib nrug deb ntawm lwm tus los sis txav mus rau thaj chaw dav . Tsim cov chaw so sab nraum zoov nrog cov daim vaub thiab kho kom cov rooj zaum uas zaum tau nyob sib nrug deb.
- Tsim kom nyias muaj nyias qhov chaw nkag thiab qhov chaw tawm.
- Nruab cov cuab yeej txhawb xa khoom, xws li cov txee rau khoom thiab cov phiaj lo xwm, kom txo kev cev khoom ntawm tes-ib leeg rau-ib leeg yog ua tau.
- Siv cov txheej txheem txuas ntxiv no tiv thaiv kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) hauv chaw hauj lwm tshwj xeeb muas yog qhov chaw muaj kev nyuaj rau nyob sib nrug txhawm rau tswj hwm: kev tuav tswj tsim vaj tse, kev tuav tswj hauj lwm, thiab cov khoom siv thiv thaiv tus kheej (PPE).

