

# ការណែនាំអំពីជំងឺ កូវីដ -19 សម្រាប់ឧស្សាហកម្ម៖ មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តលក្ខណៈគ្រួសារ

ថ្ងៃទី 20 ខែតុលា ឆ្នាំ 2020

ការណែនាំនេះត្រូវបានរចនាឡើងដើម្បីដោះស្រាយផ្នែក  
និងសកម្មភាពដែលបើកនៅទូទាំងរដ្ឋ។ ប៉ុន្តែ  
មន្ត្រីសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋានអាចអនុវត្តច្បាប់តឹងរ៉ឹង  
បន្ថែមទៀតស្របតាមលក្ខខណ្ឌជំងឺរាតត្បាតក្នុងតំបន់,  
ដូច្នេះ  
និយោជកគួរតែបញ្ជាក់ពីគោលនយោបាយបើកមូលដ្ឋា  
នដែលពាក់ព័ន្ធផងដែរ។

# ទិដ្ឋភាពទូទៅ

កាលពីថ្ងៃទី 19 ខែមីនា ឆ្នាំ 2020 កន្លងទៅ មន្ត្រីសុខាភិបាលសាធារណៈប្រចាំរដ្ឋ និងនាយកក្រសួងសុខាភិបាលសាធារណៈនៃរដ្ឋ California បានចេញបទបញ្ជាមួយតម្រូវឱ្យប្រជាជនរដ្ឋ California ភាគច្រើនសម្រាកនៅផ្ទះ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺ កូវីដ-19 ក្នុងចំណោមប្រជាជន។

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

ខណៈនេះ នៅមិនទាន់មានព័ត៌មានច្បាស់ការស្តីអំពីចំនួន និងអត្រានៃជំងឺកូវីដ-19 តាមក្រុមអាជីព ឬឧស្សាហកម្ម រួមទាំងក្នុងចំណោមកម្មករនិយោជិតហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធសំខាន់ៗនៅឡើយនោះទេ។ កន្លងមកនេះមានការផ្ទុះឡើងច្រើនលើកនៃជំងឺតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការនានាដែលបង្ហាញឱ្យឃើញថា កម្មករនិយោជិតកំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬការចម្លងជំងឺកូវីដ-19។ ឧទាហរណ៍នៃកន្លែងធ្វើការទាំងនេះ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ កន្លែងផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរយៈពេលវែង ពន្ធនាគារ ផលិតកម្មម្ហូបអាហារ ឃ្លាំងទំនិញ រោងចក្រកែច្នៃសាច់ ភោជនីយដ្ឋាន និងហាងលក់គ្រឿងទេសផ្សេងៗ។

ដោយសារមានការកែប្រែលើបទបញ្ជាសម្រាកនៅផ្ទះ វាជាការចាំបាច់ណាស់ដែលត្រូវចាត់វាលំដាប់ការដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពជូនកម្មករ និងសាធារណជន។

ការអនុវត្តលើការបង្ការសំខាន់ៗរួមមាន៖

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

លើសពីនេះ ជាការចាំបាច់ខ្លាំងដែលត្រូវត្រៀមជាស្រេចនូវដំណើរការសមស្រប ដើម្បីកំណត់រកករណីជំងឺថ្មីៗតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការ និងដើម្បីធ្វើអន្តរាគមន៍ទាន់ពេលវេលា នៅពេលរកឃើញករណីជំងឺទាំងនោះ និងដើម្បីសហការជាមួយអាជ្ញាធរសុខាភិបាលសាធារណៈ ក្នុងការរារាំងការឆ្លងរាលដាលនៃមេរោគ។

# គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់ជាអោយដំណើរការប្រតិបត្តិការនៃមជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តក្រសួងដើម្បីជួយឱ្យមានបរិយាកាសស្អាត និងមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បុគ្គលិក និងអតិថិជនខាងក្រៅ។ ឧទាហរណ៍នៃសកម្មភាពដែលអាចអនុញ្ញាតតាមចំណាត់ថ្នាក់នីមួយៗមានដូចខាងក្រោម។ ទោះជាយ៉ាងណា សកម្មភាពទាំងនេះមិនពេញលេញទេ ហើយប្រតិបត្តិការត្រូវមើលគេហទំព័រ [គោលការណ៍ណែនាំផ្នែកឧស្សាហកម្មដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យ](#) សម្រាប់សកម្មភាពបន្ថែមដែលមិនមានដាក់បញ្ចូលនៅក្នុងការណែនាំនេះ។ អាជីវកម្មត្រូវកំណត់អត្តសញ្ញាណ និងត្រួតពិនិត្យកម្រិតហានិភ័យក្នុងខោនធីសម្រាប់ខោនធីដែលមានអាជីវកម្មកំពុងធ្វើប្រតិបត្តិការ ហើយធ្វើការកែតម្រូវដែលចាំបាច់លើប្រតិបត្តិការរបស់ពួកគេ។

- **ពាណិជ្ជកម្ម - ការរីករាលដាល - ចំណាត់ថ្នាក់ទី 1:**  
ការប្រតិបត្តិការខាងក្រៅអគារត្រូវបានអនុញ្ញាត ហើយត្រូវតែអនុវត្តតាមការកែសម្រួលនានាតាមការណែនាំនេះ។ សកម្មភាពនៅខាងក្រៅអាចរួមមាន៖ សួនកុមារខាងក្រៅ ទីលានកីឡាជិះក្តារស្ត្រី កន្លែងជិះស្បែកជើងស្ត្រីនិងជិះស្ត្រីលើទឹកកកដែលមានសមត្ថភាព 25% កន្លែងបាញ់កាំភ្លើងឡាស៊ែរ កន្លែងបាញ់កាំភ្លើងខ្យល់ តារាងវាយបេសបាល កន្លែងប្រណាំងឡាន kart កន្លែងវាយកូនហ្គោលខ្នាតតូច ។ល។
- **ពាណិជ្ជកម្ម - ខាងបំផុត - ចំណាត់ថ្នាក់ទី 2:**  
ការប្រតិបត្តិការខាងក្រៅអគារត្រូវបានអនុញ្ញាត ហើយត្រូវតែអនុវត្តតាមការកែសម្រួលនានាតាមការណែនាំនេះ។ កន្លែងនៅដាច់ដោយឡែក កន្លែងកំសាន្តខាងក្រៅត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យដំណើរការ។
  - កន្លែងកំសាន្តបែបដាច់ដោយឡែកត្រូវបានកំណត់ជាកន្លែងកំសាន្តនៃការជិះ (ដូចជាការជិះសេះវិលជុំវិញ ការជិះកន្ត្រកវិល ឬជិះរថភ្លើង) ដែលដំណើរការដោយឯករាជ្យ ហើយមានទីតាំងនៅកន្លែងផ្សេង និងដាច់ដោយឡែកពីកន្លែងកម្សាន្តដទៃទៀត។
  - កន្លែងពិព័រណ៍ សួនកំសាន្ត ឬកន្លែងស្រដៀងគ្នាដែលផ្តល់នូវការកំសាន្តច្រើនបែប មិនត្រូវបានអនុញ្ញាតទេដោយស្ថិតនៅក្រោមការណែនាំនេះទេ។
- **ពាណិជ្ជកម្ម - មធ្យម - ចំណាត់ថ្នាក់ទី 3:**  
ប្រតិបត្តិការពាក់ព័ន្ធសកម្មភាពខាងក្នុងផ្ទះត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើតែ 25% ហើយត្រូវតែអនុវត្តតាមការកែសម្រួលនានានៅក្នុងការណែនាំនេះ។ សកម្មភាពធ្វើនៅក្នុងផ្ទះរួមមាន៖ ការជិះឡានអគ្គិសនី bumper តារាងវាយបេសបាល ការបោះប៊ូលីង ហ្គេមតុកេត ការជិះកូនឡានកំសាន្តកុមារ ការមើលបែបសប្បនិម្មិត (VR) ។ល។
- **ពាណិជ្ជកម្ម - តិចតួចបំផុត - ចំណាត់ថ្នាក់ទី 4:** ស  
ប្រតិបត្តិការខាងក្នុងផ្ទះត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើ 50% ហើយត្រូវតែអនុវត្តតាមការកែសម្រួលនានានៅក្នុងការណែនាំនេះ។ សកម្មភាពដែលមានការលាយចម្រុះគ្នា និងទីធ្លាជិតគ្នាមានដូចជា៖ ហ្គេមទូ ទ្រូងលោតកំសាន្ត កាំភ្លើងបាញ់ឡាស៊ែរក្នុងផ្ទះ ជិះស្បែកជើងស្ត្រីនិងស្ត្រីលើទឹកកក សួនជិះក្តារស្ត្រីក្នុងផ្ទះ សួនកុមារក្នុងផ្ទះ ។ល។

សម្រាប់ព័ត៌មានថ្មីបំផុតស្តីពីលំដាប់នៃចំណាត់ថ្នាក់ខោនធី សូមចូលទៅ [ប្លង់មេសម្រាប់សេដ្ឋកិច្ចដែលមានសុវត្ថិភាព](#)។ សូមកត់សម្គាល់ថាមន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋានអាចមានលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យរឹតបន្តឹងជាងនឹងការបិទឧស្សាហកម្ម។ ស្វែងរក [ព័ត៌មានមូលដ្ឋានក្នុងខោនធីរបស់អ្នក](#)។

**កំណត់ចំណាំ៖** មណ្ឌលកំសាន្តលក្ខណៈក្រសួងអាចមានទិដ្ឋភាពនៃប្រតិបត្តិការ និងការផ្តល់សេវាកម្មមួយចំនួនដែលមាននៅក្នុងគោលការណ៍ណែនាំផ្សេងទៀតនៅលើគេហទំព័រ [គោលការណ៍ណែនាំផ្នែកឧស្សាហកម្មដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យ](#)។ ប្រតិបត្តិការត្រូវតែពិនិត្យ និងប្រកាន់ខ្ជាប់នូវការកែប្រែនៅក្នុងការណែនាំនេះ។ ប្រតិបត្តិការនេះរួមមាន៖

- សួនកំសាន្ត (ការនាំសួនកំសាន្តខ្នាតធំ និងសួនកំសាន្តចម្រុះ)
- ភោជនីយដ្ឋាន សេវាកម្មម្ហូបអាហារ ការទទួលទានអាហារ និងការអនុគ្រោះ (ការណែនាំសម្រាប់ភោជនីយដ្ឋាន)
- បារ (ការណែនាំសម្រាប់បារ រោងចក្រធ្វើប៊ីវែរ និងហាងចម្រាញ់ស្រា)
- ហាងលក់អំណោយ និងប្រតិបត្តិការលក់រាយ (ការណែនាំសម្រាប់ការលក់រាយ)
- ពិព័រណ៍អន្តរកម្ម (ការណែនាំសម្រាប់សួនសត្វនិងសារមន្ទីរ)
- សេវាកម្មសម្អាត ឬសេវាកម្មថែទាំ (ការណែនាំសម្រាប់សេវាកម្មមានកំណត់)
- កន្លែងកំសាន្តខាងក្រៅ (សូមមើល [ការណែនាំសម្រាប់ការកំសាន្តខាងក្រៅរបស់ CDPH](#))

មណ្ឌលកំសាន្តលក្ខណៈគ្រួសារត្រូវបញ្ឈប់ការសំដែង ដូចជាការលេងសៀក ផ្សាយផ្ទាល់ការសម្តែងរបស់សត្វជាដើម ។ល។ **លុះត្រាតែ** ការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងពិធីការនៃអនាម័យត្រូវបានអនុវត្តឡើង។ ទីកន្លែងសម្រាប់ធ្វើសន្និបាត បន្ទប់ប្រជុំសម្រាប់ជួល កន្លែងផ្សេងទៀតសម្រាប់ពិធីលក្ខណៈឯកជនដូចជាពិធីបំណង ខួបកំណើតជាដើម គួរតែបន្តបិទកន្លែងទាំងនោះទុករហូត ទាល់តែសកម្មភាពទាំងនេះត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យដំណើរការឡើងវិញដោយមានការកែប្រែ ឬដំណើរការពេញលេញតាមរបៀបបទបញ្ជា និងការណែនាំឲ្យបើកឡើងវិញជាក់លាក់។

ការណែនាំនេះមិនមានគោលបំណងដកហូត ឬលុបចោលសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកនោះទេ ទាំងការព្រមព្រៀងលក្ខន្តិកៈ បទប្បញ្ញត្តិ ឬការចរចាអនុសញ្ញារួម ហើយការណែនាំនេះក៏មិនមានលក្ខណៈស៊ីជម្រៅដែរ ព្រោះវាមិនមានរាប់បញ្ចូលបទបញ្ជាសុខភាពក្នុងប្រទេស និងមិនមែនជាការជំនួសឲ្យរាល់បទប្បញ្ញត្តិដែលទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាព និងសុខភាពដែលមានស្រាប់ ដូចជា Cal / OSHA នោះដែរ។<sup>1</sup> សូមតាមដានការផ្លាស់ប្តូរបទបញ្ញត្តិលើការណែនាំអំពីសុខភាពសាធារណៈនិងបទបញ្ជារបស់រដ្ឋ/មូលដ្ឋាន ដោយសារតែស្ថានភាពជំងឺកូវីដ-19 នៅតែបន្តកើតមាន។ Cal/OSHA មានការណែនាំទូលំទូលាយបន្ថែមទៀតលើ [គោលការណ៍ណែនាំទូទៅរបស់ Cal/OSHA ស្តីពីការការពារកម្មករពីគេហទំព័រ កូវីដ-19](#) ។ CDC មានតម្រូវការបន្ថែមនៅក្នុង [ការណែនាំសម្រាប់អាជីវកម្មនិងនិយោជក](#)។

## បម្រើបម្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខដែលតម្រូវ

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

ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែង ចំពោះច្បាប់ទាំងនេះអាចរកបាននៅក្នុង [ការណែនាំ](#)។

[ការណែនាំអំពីការពាក់ម៉ាស់របស់ CDPH](#) គឺស្ថិតនៅក្រោមការធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពបន្ថែម ដោយផ្អែកលើការយល់ដឹងបែបវិទ្យាសាស្ត្របច្ចុប្បន្ននៃការចម្លងវីរុសដែលបណ្តាលឲ្យមានជំងឺកូវីដ-19។ សូមពិនិត្យមើលគេហទំព័ររបស់ CDPH សម្រាប់ការកែសម្រួល។



## ផែនការជាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ

- ចងក្រងផែនការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរជាក់លាក់មួយ ទប់ស្កាត់ជំងឺ កូវីដ-19 នៅគ្រប់បឋមនីយដ្ឋាន អនុវត្តការវាយតម្លៃលម្អិតលើហានិភ័យនៃគ្រប់ជំនាញ និងកិច្ចការ រួចចាត់តាំងអ្នកមើលការម្នាក់គ្រងបឋមនីយដ្ឋាននីមួយៗដើម្បីអនុវត្តផែនការ។
- ដាក់បញ្ចូលនូវ ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរបាំងមុខរបស់ CDPH ទៅក្នុងផែនការជាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ និងបញ្ចូលគោលការណ៍មួយសម្រាប់គ្រប់គ្រងលើការលើកលែង។
- កំណត់ព័ត៌មានទំនាក់ទំនង មន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ដែលកន្លែងនោះមានទីតាំងស្ថិតនៅ ដើម្បីផ្សព្វផ្សាយ ព័ត៌មានអំពីការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺ កូវីដ-19 ក្នុងចំណោមបុគ្គលិក។
- បណ្តុះបណ្តាល និងផ្តល់ដំណឹងដល់កម្មករ និងតំណាងកម្មករ អំពីផែនការ ហើយផ្តល់ភាពងាយស្រួលជូនកម្មករ និងតំណាងរបស់ពួកគេ ក្នុងការស្វែងរកព័ត៌មានផែនការ។
- វាយតម្លៃសម្ភាររូបវន្តឲ្យបានទៀតទាត់ដើម្បីធានាអនុលោមភាពតាមផែនការ និងឯកសារ និងកែតម្រូវភាពខ្វះចន្លោះដែលបានរកឃើញ។
- អង្កេតតាមដានគ្រប់ជំងឺ កូវីដ-19 ទាំងអស់ រួចកំណត់ថា តើកត្តាពាក់ព័ន្ធនឹងការងារណាមួយ ដែលអាចជាផ្នែកបង្កហានិភ័យនៃការឆ្លងរោគ។ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពផែនការតាមការចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឲ្យមានករណីបន្ថែម។
- អនុវត្តដំណើរការ និងពិធីការចាំបាច់នានា នៅពេលមានការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ អនុលោមតាម សេចក្តីណែនាំរបស់ CDPH និងបទបញ្ជា ឬការណែនាំពីមន្ទីរសុខាភិបាលមូលដ្ឋាន។
- កំណត់រកអ្វីដែលកម្មករមានឆ្លងមេរោគប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ (ក្នុងរយៈពេលមួយប្រាំមួយជំហាន ចន្លោះពេល 15 នាទី ឡើងទៅ) រួចចាត់វិធានការដាក់កម្មករដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺ កូវីដ-19 វិជ្ជមានម្នាក់នោះ (ឬច្រើន) ឲ្យនៅដាក់ដោយឡែក ពីអ្វីដែលបានប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនោះ។
- ជូនដំណឹងដល់និយោជិកទាំងអស់ជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ និងនិយោជកនៃនិយោជិក កិច្ចសន្យាបន្ត, ដែលប្រហែលជាត្រូវបានប៉ះពាល់ជំងឺកូវីដ-19 និង រាយការណ៍ពីការផ្ទុះ នៃការឆ្លងនៅកន្លែងធ្វើការទៅមន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋាន។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមស្តីពីទំនួលខុសត្រូវរបស់និយោជកក្រោម AB 685 (ជំពូក 84, លក្ខន្តិកៈឆ្នាំ 2020) យោងទៅលើ ការពង្រឹងការអនុវត្ត និងតម្រូវការរបាយការណ៍ និយោជិក ពី Cal/OSHA និង សំនួររបស់និយោជកអំពី AB 685 ពី CDPH។
- ត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់តាមសេចក្តីណែនាំខាងក្រោម។ ការខកខានមិនបានគោរពតាមសេចក្តីនេះអាចបង្កឲ្យមានកើតជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឲ្យមានការបិទ ឬដាក់កម្រិតលើប្រតិបត្តិការផ្សេងៗ ជាបណ្តោះអាសន្ន។



## ប្រធានបទផ្សេងៗសម្រាប់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករ

- ព័ត៌មានស្តីពីជំងឺកូវីដ-19 វិធីបង្ការការរាតត្បាតចម្លង, ហើយដែលមាន [ហានិភ័យខ្ពស់](#)នៃជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ ឬការស្លាប់សម្រាប់មនុស្ស។
- ការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ រួមទាំងការសង្កេតសីតុណ្ហភាព និង/ឬការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាដោយប្រើ [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការមិនធ្វើការនៅការិយាល័យ
  - ប្រសិនបើបុគ្គលិកមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ដូច [ដែលបានពណ៌នាដោយ CDC](#) ដូចជា គ្រុនក្តៅ ឬគ្រុនញាក់ ក្អក ថប់ដង្ហើម ឬពិបាកដកដង្ហើម អស់កម្លាំង ឈឺសាច់ដុំ ឬឈឺខ្នង ឈឺក្បាល បាត់បង់រសជាតិ ឬក្លិនក្នុងពេលថ្មីៗ ឈឺក គឺជាច្រមុះ ឬហឿនដោះចងចងក្អក ក្អក ឬរាករូស ឬ
  - ប្រសិនបើកម្មករត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយមិនទាន់បញ្ចប់ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅឡើយ ឬ
  - ប្រសិនបើ នៅក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ កម្មករបានប៉ះពាល់នឹងនរណាម្នាក់ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយត្រូវបានចាត់ទុកថាអាចនឹងចម្លងរោគ (ឧ. កំពុងស្ថិតក្រោមការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក)។
- ដើម្បីត្រឡប់មកធ្វើការវិញ បន្ទាប់ពីកម្មករនិយោជិតទទួលបានការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺកូវីដ-19 បន្ទាប់ពីបំពេញតាម[គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDPH ស្តីពីការវិលត្រឡប់ទៅធ្វើការ ឬទៅរៀនវិញ ក្រោយពីការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺកូវីដ-19](#)។
- ដើម្បីសុំយោបល់ពីពេទ្យ ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ រួមមានការឈឺចាប់រ៉ាំរ៉ៃ ឬណែនាំឱ្យ រង្វេងស្មារតី ឬ មុខ ឬបបូរមាត់ឡើងស្វាយ។ បច្ចុប្បន្នភាព និងសេចក្តីលម្អិតផ្សេងៗអាចរកបាននៅលើ[គេហទំព័ររបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃសម្អាតដៃដោយទឹក និងសាប៊ូបានញឹកញាប់ រួមមានការដុសលាងនឹងសាប៊ូរយៈពេល 20 វិនាទី (ឬដោយប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានសារធាតុអេតាណុល គិតចំផុត 60% (ល្អបំផុត) ឬអាល់កុលអ៊ីសូប្រូប៉ាណុល គិតចំផុត 70% (ប្រសិនបើផលិតផលនោះមិនអាចទុកក្បែរដៃកុមារដែលមិនមានអ្នកមើល) នៅពេលកម្មករមិនអាចដើរទៅកាន់ឡាប៊ូ ឬកន្លែងលាងដៃ ដូចមាននៅក្នុង [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDC](#)។ ហាមប្រើទឹកអនាម័យជាមួយ[មេតាណុល](#) ពីព្រោះវាពុលខ្លាំង ទាំងសម្រាប់កុមារ និងមនុស្សពេញវ័យ។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ (សូមអានផ្នែក គម្លាតរាងកាយ ខាងក្រោម)។
- ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបានត្រឹមត្រូវ រួមមាន៖
  - របាំងមុខមិនមែនជាឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នោះទេ។
  - របាំងមុខមិនជំនួសភាពចាំបាច់សម្រាប់ការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងការលាងដៃញឹកញាប់ទេ។
  - ត្រូវគ្របម៉ាស់ ឬរបាំងមុខពេញពីលើច្រមុះ និងមាត់។
  - កម្មករត្រូវលាង ឬដូតទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ នៅមុនពេល និងក្រោយពេលពាក់ ឬគ្របម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។



- ជៀសវាងការប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ហើយនិងមាត់។
- មិនត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខតែមួយរួមគ្នា ហើយត្រូវបោកសម្អាត ឬបោះចោលក្រោយប្រើម្តងរួច។
- ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងឯកសារណែនាំ [របស់ CDPH សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់](#) ដែលកំណត់កាលៈទេសៈ ដែលម៉ាស់ចាំបាច់ត្រូវពាក់ និងការលើកលែងក៏ដូចជាគោលការណ៍ ច្បាប់ការងារ និងការអនុវត្តជាក់ស្តែងដែលនិយោជិតបានអនុវត្ត ដើម្បីធានាការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏ត្រូវបញ្ចូលផងដែរនូវគោលការណ៍របស់និយោជកលើរបៀបគ្រប់គ្រងអ្នកដែលទទួលបានលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។
- ធានាថាអ្នកផ្តល់សេវា អ្នកធ្វើការបណ្តុះបណ្តាលអាសន្ន ឬអ្នកជាប់កិច្ចសន្យានៅកន្លែងនោះក៏ត្រូវបានបណ្តុះបណ្តាលឲ្យបានត្រឹមត្រូវនៅក្នុងគោលនយោបាយការពារមេរោគកូវីដ-19 និងមានការផ្គត់ផ្គង់ចាំបាច់ និង PPE។ ពិភាក្សាការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះ ជាមុន ជាមួយអង្គភាពដែលមានកម្មករបណ្តុះបណ្តាល និងឬជាប់កិច្ចសន្យា។
- ព័ត៌មានលើការឈប់សម្រាកដោយមានប្រាក់បៀវត្ស របស់កម្មករនិយោជិតអាចមានសិទ្ធិទទួលបានដែលអាចទទួលបានភាពងាយស្រួលផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុក្នុងអំឡុងពេលស្នាក់នៅផ្ទះ។ មើលព័ត៌មានបន្ថែមស្តីពីកម្មវិធី [រដ្ឋាភិបាល គាំទ្រការឈប់សម្រាកលើនិងសំណងកម្មករនិយោជិតសម្រាប់ជំងឺកូវីដ-19](#) រួមមានសិទ្ធិឈប់សម្រាកលើរបស់កម្មករនិយោជិតក្រោមច្បាប់ [ក្រុមគ្រួសារដំបូង ការឆ្លើយតបចំពោះមេរោគកូវីដ-19](#)។



## ការធ្វើតេស្ត និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គល

- ផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញា និងឬវាស់កំដៅសម្រាប់កម្មករគ្រប់រូបនៅមុនម៉ោងចូលធ្វើការ និងអ្នកលក់ អ្នកទទួលការប្រឹក្សាករផ្សេងទៀតដែលចូលមកក្នុងគ្រឹះស្ថាន។ ធានាថាអ្នកផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញា ឬវាស់កំដៅជៀសវាងការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនឹងកម្មករ ក្នុងគម្លាតដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ប្រសិនបើតម្រូវឲ្យមានការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលជាជម្រើសសមស្របក្នុងការផ្តល់វានៅតាមទីតាំង ដោយធានាថាការពិនិត្យត្រូវបានអនុវត្តមុនពេលកម្មករចាកចេញពីផ្ទះសម្រាប់វេនធ្វើការរបស់ ពួកគេ ហើយគោរពតាម [CDC គោលការណ៍ណែនាំ](#) ដូចដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុង ប្រធានបទវគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករនិយោជិតខាងលើ។
- លើកទឹកចិត្តដល់បុគ្គលិក និងភ្ញៀវដែលឈឺ ឬកំពុងបង្ហាញរោគសញ្ញានៃជំងឺកូវីដ-19 ឲ្យស្នាក់នៅផ្ទះ។
- និយោជកត្រូវផ្តល់ជូន និងធានាថាកម្មករប្រើប្រាស់គ្រប់ឧបករណ៍ការពារដែលបានតម្រូវ រួមមានវ៉ែនតាការពារភ្នែក និងស្រោមដៃ នៅកន្លែងដែលចាំបាច់។
- និយោជកត្រូវពិចារណាថាកន្លែងណាដែលអាចប្រើស្រោមដៃប្រភេទបោះចោលបាន ដើម្បីបន្ថែមបង្កប់លើការលាងសម្អាតដៃ ឬការប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃញឹកញាប់ ឧទាហរណ៍៖ សម្រាប់កម្មករដែលធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញាឲ្យអ្នកដទៃ ឬគ្រប់គ្រងវត្ថុផ្សេងៗដែលគេប៉ះពាល់ជាទូទៅ។ កម្មករគួរពាក់ស្រោមដៃនៅពេលកាន់វត្ថុដែលប្រឡាក់ដោយសារធាតុរាវនៃរាងកាយ។

- កម្មករនិយោជិតត្រូវតែរក្សាកម្លាំងប្រាំមួយហ្វីតពីអតិថិជន ឬមិត្តរួមការងារ (ឧ. ដាក់ និងធានាសុវត្ថិភាពរបស់ភ្ញៀវជាមួយនឹងឧបករណ៍សុវត្ថិភាព) ត្រូវពាក់របាំងការពារបន្ទាប់បន្សំ (ឧ. របាំងមុខ ឬវ៉ែនតាសុវត្ថិភាព) បន្ថែមពីលើម៉ាស់។ កម្មករនិយោជិតទាំងអស់គួរតែកាត់បន្ថយពេលវេលានៅជិតភ្ញៀវក្នុងកម្លាំងប្រាំមួយហ្វីតពីភ្ញៀវ។
- ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់គឺជាការចាំបាច់នៅគ្រប់ទីកន្លែងទាំងក្នុងអគារ និងខាងក្រៅ។ អតិថិជនដែលមិនគោរពតាមការណែនាំ គួរតែត្រូវបាននាំចេញពីកន្លែងនោះជាបន្ទាន់។ អនុញ្ញាតឱ្យចូលប្រើសម្រាប់ភ្ញៀវដែលត្រូវបានលើកលែងពីការពាក់ម៉ាស់ដូចមានចែងក្នុង [ការណែនាំអំពីការពាក់ម៉ាស់របស់ CDPH](#)។
- និយោជកត្រូវចាត់វិធានការសមស្រប រួមមានសេចក្តីប្រកាសជាសាធារណៈ ការដាក់ស្លាកសញ្ញានៅក្នុងទីតាំងយុទ្ធសាស្ត្រ និងងាយមើលឃើញ និងនៅកន្លែងបញ្ជាក់ការកក់ទុក ដើម្បីរំលឹកដល់សាធារណជនថា ពួកគេត្រូវការប្រើប្រាស់ម៉ាស់នៅពេលមិនមានការទទួលទាន និងអនុវត្តការរក្សាកម្លាំងមិនប៉ះពាល់ផ្ទៃមុខរបស់ខ្លួន ហើយគួរលាងដៃជាមួយសាប៊ូឱ្យបានញឹកញាប់ យ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 20 វិនាទី និងប្រើទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ។
- សូមរំលឹកដល់ភ្ញៀវជាមុនឱ្យយកម៉ាស់តាម បើមិនដូច្នោះទេពួកគេមិនគួរត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យចូលក្នុងបរិវេណ (ដរាបណាមានការលើកលែងដូចមានចែងក្នុង[ការណែនាំអំពីការពាក់ម៉ាស់របស់ CDPH](#))។ ពិចារណាក្នុងការផ្តល់ម៉ាស់ឱ្យភ្ញៀវដែលមកមិនមានម៉ាស់តាមខ្លួន។
- អតិថិជន និងភ្ញៀវគួរតែធ្វើការពិនិត្យកំដៅខ្លួន និង/ឬរោគសញ្ញានៅពេលមកដល់ឱ្យពួកគេប្រើទឹកអាស៊ីតកុលលាងដៃ និងពាក់ម៉ាស់មុខនៅពេលមិនបរិភោគ ឬផឹក។ និយោជកមានសិទ្ធិលុបចោលការកក់សម្រាប់បុគ្គល/ក្រុមភ្ញៀវដែលមានចេញរោគសញ្ញា និងមិនអនុញ្ញាតឱ្យចូល។
- បង្ហាញពីវិធានដែលអាចមើលឃើញបានច្បាស់ដល់អតិថិជន និងបុគ្គលិកនៅច្រកចូលដែលជាលក្ខខណ្ឌសម្រាប់ការចូល។ វិធាននេះអាចរាប់បញ្ចូលនូវការណែនាំឱ្យពាក់ម៉ាស់គ្រប់ពេល ទាំងក្នុង និងក្រៅលើកលែងតែពេលទទួលទាន និងប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ ការរក្សាកម្លាំងរាងកាយពីអតិថិជនដទៃទៀត ជៀសវាងការប៉ះពាល់លើផ្ទៃនានាដែលមិនចាំបាច់ ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងមន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ និងការផ្លាស់ប្តូរនានាលើសេវាកម្ម។ វិធានគួរតែមានជាលក្ខណៈខ្លីជីវិត តាមដែលអាចធ្វើទៅបានដោយមានជាប្រភពគណនេយ្យ។





## របៀបការធ្វើអោយមានខ្យល់ចេញចូល សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- បើអាចធ្វើទៅបាន, ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតបន្ទប់ខ្យល់ដែលមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់, ធ្វើឲ្យប្រសើរឡើងនូវកម្រងខ្យល់របស់អគារឲ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន, និងធ្វើការកែតម្រូវផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ខាងក្រៅ និងខ្យល់នៅក្នុងការិយាល័យ និងបរិវេណខាងក្នុងកន្លែងផ្សេងទៀត។
- នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបានអនុញ្ញាតឲ្យមានយ៉ាងហោចណាស់ 30 នាទីរវាងគ្រួសារផ្សេងៗគ្នានៅបរិវេណខាងក្នុងដើម្បីឲ្យមានខ្យល់ចេញចូលបានត្រឹមត្រូវ។ នេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការកក់ទុកសម្រាប់សកម្មភាពកំសាន្តនានាប្រសិនបើអាច។
- ពិនិត្យមើល [គេហទំព័រ CDPH](#) ជាទៀងទាត់សម្រាប់ព័ត៌មានថ្មីៗស្តីពីគុណភាពខ្យល់ និងការណែនាំខ្យល់ចេញចូលសម្រាប់ជំងឺដោយសារខ្យល់នៅក្នុងបរិវេណអគារ។
- អនុវត្តការសម្អាតឲ្យបានហ្មត់ចត់នៅតំបន់ដែលមានចរាចរណ៍មាញឹកខ្ពស់ ដូចជាកន្លែងរង់ចាំរបស់អតិថិជន និងកន្លែងទទួលភ្ញៀវ បន្ទប់សម្រាករបស់បុគ្គលិក ។ល។ រួមទាំងកន្លែងចេញចូល មានដូចជា ជណ្តើរដែរ និងជណ្តើរយន្តប្រអប់ ជាដើម។ សម្លាប់មេរោគឲ្យបានញឹកញាប់ចំពោះផ្ទៃដែលត្រូវបានប៉ះពាល់ញឹកញាប់ដូចជា បញ្ជី ម៉ាស៊ីនកាត់ឥណទាន ផ្ទាំងអេក្រង់ប៉ះ ប៊ូតុង ប្រដាប់កាន់បិទបើកទ្វារ កន្លែងច្រកដៃបង្អួច ឧបករណ៍លាងសម្អាតដៃ ហ្គេមដាក់កាក់ ទូម៉ាស៊ីនលក់ភេសជ្ជៈដើម។ល។
- សម្លាប់មេរោគលើវត្ថុសម្រាប់ជួល ឬប្រើប្រាស់រួមគ្នាមុនពេលដាក់ឲ្យប្រើ និងនៅពេលសងគ្រឡប់បន្ទាប់ពីការប្រើប្រាស់របស់អតិថិជនវិញរួមមាន គ្រាប់បាល់ប៊ូលីង គ្រាប់កូនគោល ដងវាយកូនគោល ឧបករណ៍សរសេរ ដំបងវាយកូនបាល់ ស្បែកជើង មួកសុវត្ថិភាព។ល។ បិទកន្លែងជ្រើសរើសឧបករណ៍ដោយស្វ័យប្រវត្តិសម្រាប់ហ្គេម ឬសកម្មភាពដូចជា បាល់ប៊ូលីងនៅលើផ្ទៃដែលអាចប្រើបាន ហើយផ្តល់ឧបករណ៍ទាំងនេះដល់អតិថិជនម្នាក់ៗដាច់ពីគ្នា។
- ផ្តល់ឧបករណ៍ដាក់ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃទៅដល់គ្រប់កន្លែងដែលមានសកម្មភាពដូចជាកន្លែងទទួលភ្ញៀវ និងកន្លែងផ្តល់សេវាកម្ម សម្រាប់ឲ្យអតិថិជន និងបុគ្គលិកប្រើប្រាស់។ ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃគួរតែមានជាស្រេចសម្រាប់អតិថិជនប្រើប្រាស់នៅពេលដែលឧបករណ៍ប្រើប្រាស់សម្រាប់សកម្មភាពកីឡាប៉ះពាល់នឹងផ្ទៃដែលប្រើរួមគ្នា (ឧទា. បាល់កូនគោល ទឹកកូនគោល បាល់ប៊ូលីង និងគ្រឿងម៉ាស៊ីនដឹកភ្ញៀវត្រឡប់មកវិញជាដើម) ។ លើកទឹកចិត្តភ្ញៀវលាងដៃ និង/ឬប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃឲ្យបានញឹកញាប់ពេលប្រើឧបករណ៍ និងរបស់របរនានា។ រំលឹកសមាជិកសាធារណៈជន (ដោយប្រើសញ្ញា និង/ឬរូបលិកដោយផ្ទាល់មាត់) កុំឲ្យប៉ះភ្នែក ច្រមុះ និងមាត់របស់ពួកគេ។ ពិចារណាផ្តល់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាននៅតាមតំបន់ដែលមានសកម្មភាពនីមួយៗ ដើម្បីឲ្យសមាជិកសាធារណៈជនប្រើប្រាស់។ ផ្តល់ជូននូវមធ្យោបាយសម្រាប់ការបោះចោលនៅតាមទីតាំងនីមួយៗដែលមានផ្តល់ជូនស្រោមដៃ។
- ផ្តល់ជូនរបស់ប្រើប្រាស់ដែលអាចបោះចោលបាន ឬសម្រាប់ប្រើតែមួយដងតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ របស់ប្រើប្រាស់ទាំងនេះអាចមានដូចជា កាតពិណ្ឌ ខ្នើដៃ ។ល។ ប្រសិនបើមិនអាចផ្តល់ជូនរបស់ជំនួសដែលអាចបោះចោលបានទេ ត្រូវសម្លាប់មេរោគរបស់ប្រើប្រាស់ទាំងនោះឲ្យបានត្រឹមត្រូវមុន និងក្រោយពេលអតិថិជនប្រើប្រាស់រួច។

- លាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគតំបន់ដែលមានសកម្មភាពអតិថិជនបន្ទាប់ពីការប្រើប្រាស់រួចឲ្យបានហ្មត់ចត់។ ការសម្អាតនេះអាចមានដូចជា ការសម្លាប់មេរោគលើតុកៅអី កៅអីសុវត្ថិភាពកុមារ បន្ទប់តូចៗ ផ្ទាំងអេក្រង់ប៉ះ ប៊ូតុង ដៃបញ្ជាប្រើ ជាដើម។ អនុញ្ញាតឲ្យមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ការសម្លាប់មេរោគឲ្យត្រឹមត្រូវតាមការណែនាំរបស់ផលិតផល។  
ថ្នាំសម្លាប់មេរោគដែលទទួលស្គាល់ដោយទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថានត្រូវការពេលវេលានៅលើមាតិកាអប្បបរមា (ព័ត៌មានវិនាទី ដល់ពិរេហ៍វិនាទី) ដើម្បីមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងវីរុសកូរ៉ូណាបស់មនុស្ស។
- លាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃនានាដែលប្រើរួមគ្នាជាប្រចាំដោយកប្បកិលិកនៅចន្លោះវេនធ្វើការនីមួយៗ ឬរវាងអ្នកប្រើប្រាស់ ជាមួយផ្ទៃមួយណាដែលប៉ះពាល់ញឹកញាប់ជាង រួមមានជាអាទិ៍ ផ្នែកឆ្នែងការងារ នាឡិកា ម៉ាស៊ីនចតចម្លង កូនសោ ឧបករណ៍សម្អាត ម៉ាស៊ីនហ្វេមដើម។ល។ ជៀសវាងការចែករំលែកឧបករណ៍ដូចជា ទូរស័ព្ទ ថេប្លេត គ្រឿងម៉ាស៊ីន និងឧបករណ៍ក្នុងការិយាល័យ តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ មិនត្រូវប្រើ PPE រួមគ្នាជាដាច់ខាត។
- ផ្តល់ ពេលវេលាឲ្យកម្មករនិយោជិតបានរៀនលាងសម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។  
ត្រូវដាក់កិច្ចការជូតសម្អាតជាផ្នែកមួយនៃកូនាទីរបស់កម្មករនិយោជិតអំឡុងម៉ោងធ្វើការ។  
ទិញផលិតផលជម្រើសផ្សេងៗសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនសម្អាតរបស់ភាគីទីបីដើម្បីជួយបំពេញតម្រូវការសម្អាតដែលកើនឡើង តាមការចាំបាច់។
- ភ្ជាប់ផលិតផលអនាម័យនានាទៅនឹងឧបករណ៍ តុការិយាល័យ និងបញ្ជូរជំនួយ រួមមានទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ និងសំឡីជូតសម្លាប់មេរោគ និងផ្តល់ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃផ្ទាល់ខ្លួនដល់បុគ្គលិកទាំងអស់ដែលជួយសម្រួលដល់អតិថិជនដោយផ្ទាល់។
- ធានាថាបឋមនិយោជន៍អនាម័យបើកដំណើរការ និងនៅមាន ស្តុកគ្រប់ពេលវេលា ហើយផ្តល់បន្ថែមនូវសាប៊ូ ក្រដាសជូត និងទឹកអនាម័យសម្អាតដៃពេលចាំបាច់។
- ផ្តល់ធនធានដើម្បីលើកកម្ពស់អនាម័យខ្លួនរបស់បុគ្គលិក។  
ការផ្តល់ជូននេះនឹងមានដូចជា ក្រដាសជូតមាត់ ធុងសំរាមបើកដោយមិនប្រើដៃ សាប៊ូលាងដៃ ពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ការលាងដៃ ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានជាតិអាល់កុល សំឡីជូតសម្លាប់មេរោគ និងកន្លែងប្រើបោះចោល។
- ពេលជ្រើសរើសសារធាតុគីមីសម្លាប់មេរោគ, ត្រូវប្រើផលិតផលដែលអនុញ្ញាតឲ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺកូវីដ-19 នៅក្នុង [បញ្ជីអនុញ្ញាតឲ្យប្រើប្រាស់របស់ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន \(EPA\)](#) និងធ្វើតាមការណែនាំការប្រើប្រាស់ផលិតផល។  
ប្រើសារធាតុសម្លាប់មេរោគដែលមានស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្កជំងឺ (emerging viral pathogens) ឬហ្វេម្យូខាត់រាវសម្អាតផ្ទះ (diluted household bleach solutions) (លាយ 5 ស្លាបព្រាបាយក្នុងចំណុះទឹកមួយហ្គាឡុង)  
ឬទឹកអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលតិចបំផុត 70% លុបនិងសម្អាតលើផ្ទៃ។  
ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់កម្មករនិយោជិតស្តីអំពីគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការប្រើប្រាស់សារធាតុគីមី គោលដៅអ្នកផលិត តម្រូវការខ្យល់ចេញចូល និងលក្ខខណ្ឌការងាររបស់ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព។ កម្មករនិយោជិតដែលប្រើប្រាស់ទឹកសម្អាត ឬសារធាតុសម្លាប់មេរោគត្រូវពាក់ស្រោមដៃ និងឧបករណ៍ការពារផ្សេងទៀតតាមការតម្រូវដោយការណែនាំប្រើផលិតផល។  
អនុវត្តតាម [វិធីសាស្ត្រសម្អាតដើម្បីឲ្យមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកជំងឺ](#) ដែលណែនាំដោយមន្ទីរសុខភាពសាធារណៈរបស់រដ្ឋ California និងដើម្បីធានាឲ្យមានខ្យល់ចេញចូលបានត្រឹមត្រូវ។

- ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យជាអប្បបរមានៃ [ជំងឺ Legionnaires](#) និងជំងឺផ្សេងទៀតពាក់ព័ន្ធនឹងទឹក [ស្របចាត់វិធានការ](#) ដើម្បីធានាថារាល់ប្រព័ន្ធទឹក និងវត្ថុនិរន្តរ៍ទាំងអស់ (ឧ. ទឹកបាញ់សម្រាប់បរិភោគ ទឹកបាញ់លម្អ) មានសុវត្ថិភាពក្រោយមានការអូសបន្លាយការបិទ បបនីយដ្ឋាន។
- លែកម្រូវ  
ប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធទឹកដើម្បីផ្តល់ពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីឲ្យមានការសម្អាតដោយប្រព័ន្ធទឹកបានទៀងទាត់។
- ដំឡើង និងលើកទឹកចិត្តឲ្យប្រើកាតឥណទាន និងឧបករណ៍ដែលមិនត្រូវការប្រើដៃ បើអាចធ្វើទៅបាន មានដូចជា អំពូលសិនស៊ីបាបចលនា ប្រព័ន្ធទូទាត់ប្រាក់ដោយមិនបាច់ប៉ះម៉ាស៊ីន ម៉ាស៊ីនផ្តល់សាប៊ូ និងក្រដាសអនាម័យស្វ័យប្រវត្តិ និងប្រព័ន្ធកំណត់ពេលវេលា។
- បើអាចធ្វើទៅបាន, កុំសម្អាតកំរាលឥដ្ឋដោយបោសសម្អាត ឬវិធីផ្សេងទៀតដែលអាចបំបែកធាតុបង្កជំងឺចូលទៅក្នុងខ្យល់បាន លុះត្រាតែមនុស្សទាំងអស់នៅតំបន់នោះមានឈុត PPE សមស្រប។ ប្រើម៉ាស៊ីនបូមចូលដែលមានតម្រង HEPA នៅគ្រប់ទីកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន។



## សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- **ការព្រមាន៖** ការរក្សាគម្លាតតែម្នាក់ឯងគឺមិនគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីការពារការឆ្លងនៃជំងឺកូវីដ-19 ទេ។
- កំណត់ក្រុមអតិថិជនទៅជាក្រុមគ្រួសារមួយ។  
មនុស្សដែលមកពីគ្រួសារតែមួយមិនចាំបាច់នៅដាច់ពីគ្នាប្រាំមួយហ្វីតទេ។
- មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តជាលក្ខណៈគ្រួសារដែលផ្តល់នូវម្ហូបអាហារ និងភេសជ្ជៈគួរតែលើកទឹកចិត្តឲ្យអតិថិជនបញ្ជាទិញតាមអ៊ិនធឺណិត ឬតាមទូរស័ព្ទតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន និងរៀបចំរបស់របរឲ្យបានរួចជាស្រេចដើម្បីអាចមកយកនៅតាមបញ្ជីបាន។  
ប្រើសញ្ញាដែលអាចមើលឃើញដើម្បីធានាថាអតិថិជនរក្សាគម្លាតរាងកាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតក្នុងពេលតម្រង់ជួរ។  
ដំឡើងរនាំងការពារដែលមិនអាចឆ្លងកាត់បាននៅបញ្ជីផ្តល់ម្ហូបអាហារ ប្រសិនបើអាច។
- ប្រសិនបើការរក្សាគម្លាតមិនអាចធ្វើទៅបានទេ ត្រូវដំឡើងរនាំងខណ្ឌ ឬផ្ទាំងខណ្ឌដែលមិនអាចឆ្លងកាត់បានចន្លោះរវាងកន្លែងលេងប្លេម កន្លែងអង្គុយ និងប្រភេទកន្លែងមានសកម្មភាពផ្សេងៗទៀតដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់គ្នារវាងអតិថិជន។ ប្រសិនបើមិនអាចធ្វើទៅបាន សូមបញ្ឈប់ការប្រើប្រាស់តំបន់សកម្មភាពទាំងនេះ (ដោយប្រើសញ្ញាដែលអាចមើលឃើញ ការដកវត្ថុចេញ ។ល។) ។
- និយោជកគួរតែពិចារណាថាតើសកម្មភាពមួយអាចនឹងតម្រូវឲ្យអតិថិជនត្រូវការកន្លែងទំនេរបន្ថែមឬទេ ហើយធ្វើការកែតម្រូវដើម្បីធានាឲ្យបាននូវការរក្សាគម្លាតគ្រប់គ្រាន់។
- ប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធចេញសំបុត្រកកតាមពេល និងទំនើប រួមទាំងប្រើកន្លែងអង្គុយដែលកំណត់ជាស្រេច ឬកន្លែងលេងកម្សាន្ត ដែលអាចធ្វើទៅបាន ធ្វើរៀបចំការចូលលេងរបស់អតិថិជន និងជួយរក្សាឲ្យបាននូវគម្លាតរាងកាយ។  
ស្នើសុំឲ្យភ្ញៀវរង់ចាំនៅក្នុងឃានជំនិះរបស់ខ្លួនរហូតដល់ពេលដែលពួកគេបានកក់ទុក ហើយចូលខាងក្នុង និងចេញទៅវិញជាក្រុមតែមួយ ដើម្បីកាត់បន្ថយការដើរកាត់គ្នារវាងភ្ញៀវ និងបុគ្គលិក។

- ចាត់បុគ្គលិកឱ្យគ្រប់គ្រងការផ្លាស់ទីរបស់អតិថិជននៅពេលសកម្មភាពអាចធ្វើឱ្យពួកគេស្ថិតនៅកន្លែងប្រាំមួយហ្វីតពីគ្នាពីគ្នាដូចជាការទប់ស្កាត់ការបម្រួលផ្លូវនៅកន្លែងរួមចង្អៀត ការកំណត់ក្រុមមិនឱ្យចូលមកច្រើនពេក ។ល។
- អនុវត្តវិធានការណ៍នានាដើម្បីធានាឱ្យបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតរវាងអតិថិជន ដូចជានៅពេលអតិថិជនកំពុងរង់ចាំក្នុងជួរ។  
នេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់ទីតាំងគម្លាតឬសញ្ញាមើលឃើញ (ឧទាហរណ៍សញ្ញាសំគាល់លើកម្រាល ឬសញ្ញាដើម្បីចង្អុលបង្ហាញកន្លែងដែលកម្មករនិយោជិត និងអតិថិជន/ភ្ញៀវគួរឈរ) ។
- ដំឡើងរនាំងដែលមិនឆ្លងកាត់បាននៅកន្លែងដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយបានដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់រវាងបុគ្គលិក និងអតិថិជន។
- កម្មករនិយោជិតទាំងអស់គួរតែកាត់បន្ថយពេលវេលានៅជិតភ្ញៀវក្នុងគម្លាតប្រាំមួយហ្វីតភ្ញៀវ។
- កំណត់ផ្លូវដាច់ដោយឡែកសម្រាប់ការចូល និងចេញទៅក្នុងទីតាំង កន្លែងលេងកម្សាន្ត កន្លែងអង្គុយ កន្លែងធ្វើការជាដើម បើអាចធ្វើបាន ដើម្បីជួយរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងកាត់បន្ថយចំនួននៃការដើរឆ្លងកាត់គ្នារបស់អតិថិជន។ បង្កើតផ្លូវដើរក្នុងសាល និងផ្លូវដើរមួយទិសសម្រាប់ការដើរដោយឡែកជើង ប្រសិនបើអាចដើម្បីកុំឱ្យកម្មករនិយោជិត និងភ្ញៀវដើរឆ្លងកាត់គ្នា។
- ពិចារណាផ្តល់ជូនកម្មករនិយោជិតដែលស្នើសុំជម្រើសភាគពូកែដែលបានកែប្រែដែលកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់របស់ពួកគេជាមួយអតិថិជន និងបុគ្គលិកផ្សេងទៀត (ឧ. ការគ្រប់គ្រងសារពើភ័ណ្ឌជាដាច់ខាតធ្វើការជាអ្នកគិតលុយ ឬគ្រប់គ្រងតម្រូវការរដ្ឋបាលតាមរយៈការធ្វើការពិចម្ងាយ)។
- ភ្ញៀវមិនត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រមូលផ្តុំគ្នានៅតាមកន្លែងដែលមានចរាចរណ៍មហាញ្ញកខ្លាំង ដូចជាបន្ទប់ទឹក ផ្លូវដើរក្នុងអាគារ តំបន់បារ កន្លែងរង់ចាំ និងកន្លែងដកលុយ ។ល។
- កំណត់រចនាសម្ព័ន្ធកន្លែងធ្វើការឡើងវិញ ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបានដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យមានចម្ងាយប្រាំមួយហ្វីតពីគ្នារវាងកម្មករនិយោជិត។  
រៀបចំការប្រជុំតូចៗជាងមុននៅតាមកន្លែងនានា ដើម្បីរក្សាគោលការណ៍គម្លាតរាងកាយ និងពិចារណារៀបចំការប្រជុំនៅខាងក្រៅ ឬតាមរយៈវេទិកាតាមអ៊ីនធឺណិត ឬទូរស័ព្ទ។
- ធានាថាកម្មករនិយោជិតអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយនៅក្នុងបន្ទប់សម្រាកដោយប្រើរនាំងបង្កើនចម្ងាយរវាងគូ/កៅអី ដើម្បីបែងចែកកម្មករនិយោជិត។ ល។  
បើអាចធ្វើទៅបាន បង្កើតកន្លែងសម្រាកខាងក្រៅអគារ ដោយមានដំបូល និងការរៀបចំកន្លែងអង្គុយដែលធានាឱ្យបាននូវគម្លាតរាងកាយ។  
លើកទឹកចិត្តមិនឱ្យកម្មករនិយោជិតធ្វើការជួបជុំគ្នាក្នុងពេលសម្រាក និងធានាថាពួកគេមិនបរិភោគ ឬផឹកដោយគ្មានរបាំងមុខនៅចម្ងាយប្រាំមួយហ្វីតនោះទេ។
- ដាក់ដែនកំណត់បន្ថែមទៅលើចំនួនបុគ្គលិកនៅក្នុងទីតាំងបិទជិត ដូចជាបន្ទប់ផ្គត់ផ្គង់ និងទីតាំងបញ្ជា ដើម្បីធានាការនៅដាច់ពីគ្នាយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតដើម្បីកាត់បន្ថយការចម្លងវីរុស។
- ការកំណត់ម៉ោងសម្រាករបស់បុគ្គលិកនិយោជិតបណ្តាក់គ្នាស្របតាមបទប្បញ្ញត្តិប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងពេលដើម្បីរក្សាពិធីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- រៀបចំចំណតយានយន្តឡើងវិញដើម្បីកាត់បន្ថយចំណុចប្រមូលផ្តុំ និងធានាឱ្យបាននូវការនៅដាច់ពីគ្នាឱ្យបានត្រឹមត្រូវ (ឧទា. គ្រប់កន្លែងផ្សេងទៀតការបង់ប្រាក់ដោយមិនប៉ះម៉ាស៊ីន។ល។ )

1 តម្រូវការបន្ថែមត្រូវតែយកមកពិចារណាសម្រាប់ប្រជាជនងាយរងគ្រោះ: និយោជិតត្រូវតែគោរពតាមស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#) ទាំងអស់ហើយត្រៀមខ្លួនដើម្បីគោរពតាមការណែនាំរបស់ Cal/OSHA ក៏ដូចជាការណែនាំរបស់ [មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺ \(CDC\)](#) រួមទាំង មន្ទីរសុខាភិបាលសាធារណៈនៃរដ្ឋ [California \(CDPH\)](#) ផងដែរ។ បន្ថែមទៀតនិយោជកត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីកែប្រែប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួននៅពេលគោលការណ៍ណែនាំមានការផ្លាស់ប្តូរ។

