

## បញ្ជីត្រួតពិនិត្យទូទៅ COVID-19 សម្រាប់សារមន្ទីរ និងវិចិត្រសាលាខាងក្រៅ

ថ្ងៃទី 2 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020

បញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះមានគោលបំណងជួយទៅដល់និយោជកនៅឯសារមន្ទីរ និងវិចិត្រសាលាខាងក្រៅ អនុវត្តផែនការរបស់ខ្លួន ដើម្បីទប់ស្កាត់ការរីករាលដាលនៃជំងឺ COVID-19 នៅកន្លែងធ្វើការ ហើយនិងបំពេញបន្ថែមទៅតាមការណែនាំសម្រាប់សារមន្ទីរ និងវិចិត្រសាលានៅខាងក្រៅ។ បញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះគឺជាសេចក្តីសង្ខេប និងមានសារៈខ្លីៗសម្រាប់ផ្នែកខ្លះនៃការណែនាំ។ ធ្វើឲ្យខ្លួនអ្នកយល់កាន់តែច្បាស់ពីការណែនាំ មុនពេលប្រើបញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះ។



### ខ្លឹមសារនៃផែនការជាក់លាក់នៅកន្លែងធ្វើការជា លាយលក្ខណ៍អក្សរ

- បុគ្គល(នានា)ដែលទទួលខុសត្រូវក្នុងការអនុវត្តផែនការ។
- ការវាយតម្លៃហានិភ័យ និងវិធានការដែលនឹងត្រូវអនុវត្តដើម្បីទប់ស្កាត់ការរីករាលដាលនៃវីរុស។
- ការប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ អនុលោមតាមការណែនាំរបស់ [CDPH](#) ។
- ការបណ្តុះបណ្តាល និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកម្មករនិយោជិត និងតំណាងកម្មករនិយោជិតដែលមានក្នុងផែនការ។
- ដំណើរការពិនិត្យមើលអនុលោមភាព និងកត់ត្រា ព្រមទាំងកែតម្រូវចំណុចខ្វះខាត។
- ដំណើរការនៃការស៊ើបអង្កេតករណីកូវីដ សូមផ្តល់ដំណឹងដល់មន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋាន និងកំណត់អត្តសញ្ញាណ ក៏ដូចជា ដាក់ឲ្យដាច់ដោយឡែកពីទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធនៅកន្លែងធ្វើការ និងបុគ្គលិកដែលបានឆ្លង។
- ពិធីសារសម្រាប់ពេលដែលកន្លែងធ្វើការមានការផ្ទុះឡើងនៃមេរោគនេះស្របតាម [ការណែនាំរបស់ CDPH](#)។



### ប្រធានបទសម្រាប់បណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិក និងអ្នកស្ម័គ្រ ចិត្ត

- ព័ត៌មានស្តីពីជំងឺ [COVID-19](#) ទប់ស្កាត់ការរីករាលដាល និងជាពិសេសអ្នកដែលងាយរងគ្រោះ។
- ការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដូចជាសីតុណ្ហភាព និង/ឬ ការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាដោយប្រើ [ការណែនាំរបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការមិនមកធ្វើការ ប្រសិនបើកម្មករមានការក្អក គ្រុនក្តៅ ពិបាកដកដង្ហើម ញាក់ ឈឺសាច់ដុំ ឈឺក្បាល ឈឺបំពង់ក បាត់បង់រសជាតិឬក្លិនថ្មី គឺងងឹតមុខ ឬហៀររស់បោរ ចង្កោរ ឬក្អក ឬរាករូសញឹកញាប់ ឬប្រសិនបើពួកគេ ឬនរណាម្នាក់ដែលពួកគេបានទាក់ទងជាមួយត្រូវបានគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យថាមានជំងឺ COVID-19។
- បន្ទាប់ពីការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យនៃ COVID-19 បុគ្គលិកអាចត្រលប់មកធ្វើការវិញបន្ទាប់ពីរយៈពេល 10 ថ្ងៃ ចាប់តាំងពីការចាប់ផ្តើមបង្ហាញរោគសញ្ញា និង 72 ម៉ោងដោយគ្មានគ្រុនក្តៅ។
- នៅពេលត្រូវស្វែងរកការព្យាបាល។
- សារៈសំខាន់នៃការលាងដៃ។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាចម្ងាយពីគ្នា ទាំងនៅក្នុងម៉ោងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ។
- ការប្រើប្រាស់បានត្រឹមត្រូវនៃម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ រួមទាំងព័ត៌មាននៅក្នុង [ការណែនាំរបស់ CDPH](#)។

- ❑ ព័ត៌មានស្តីពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការឈប់សម្រាកដោយមានប្រាក់ឈ្នួល រួមមាន [ច្បាប់នៃការឆ្លើយតបទៅនឹងមេរោគកូវីដដោយយកគ្រួសារជាចម្បង](#) និងអត្ថប្រយោជន៍សំណងរបស់បុគ្គលិកក្រោម បទបញ្ជាប្រតិបត្តិលេខ [N-62-20](#) របស់អភិបាលរដ្ឋ ខណៈពេលដែលបទបញ្ជានោះចូលជាធរមាន។
- ❑ បណ្តុះបណ្តាលអ្នកម៉ៅការឯករាជ្យ កម្មការធ្វើការបណ្តោះអាសន្ន ឬជាប់កិច្ចសន្យា និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្តនៅក្នុងគោលការណ៍ទាំងនេះ និងធានាថាពួកគេមានឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) ដែលចាំបាច់។



## វិធានការគ្រប់គ្រង និងត្រួតពិនិត្យបុគ្គល

- ❑ ការពិនិត្យរោគសញ្ញា និង/ឬការពិនិត្យសីតុណ្ហភាព។
- ❑ លើកទឹកចិត្តកម្មការនិយោជិក អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត និងអ្នកចូលមកលេង ដែលឈឺ ឬបង្ហាញរោគសញ្ញានៃជំងឺកូវីដ-19 ឲ្យស្នាក់នៅផ្ទះ។
- ❑ លើកទឹកចិត្តឲ្យមានការលាងដៃញឹកញាប់ និងការប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃ។
- ❑ ផ្តល់ និងធានាថាកម្មការប្រើឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) ដែលចាំបាច់ទាំងអស់។
- ❑ ផ្តល់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាន ដល់កម្មការជាការបន្ថែមលើការលាងដៃញឹកញាប់សម្រាប់កិច្ចការ ដូចជាការកាន់របស់របរដែលប៉ះពាល់ញឹកញាប់ ឬធ្វើការពិនិត្យរោគសញ្ញា។
- ❑ ដាក់ស្លាកសញ្ញាដើម្បីប្រាស្រ័យទាក់ទងទៅអតិថិជនថា ពួកគេត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ អនុវត្តការរក្សាគម្លាតរាងកាយ លាងដៃជាមួយសាប៊ូឲ្យបានញឹកញាប់ ប្រើទឹកអនាម័យលាងដៃ និងមិនយកដៃប៉ះលើផ្ទៃមុខរបស់ពួកគេ។
- ❑ គ្រើនរំលឹកភ្ញៀវឲ្យយកម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ និងធានាថា ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខអាចមានសម្រាប់ប្រើ និងផ្តល់ឲ្យទៅអតិថិជនដែលចូលមក ដោយគ្មានម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។



## ពិធីការសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- ❑ អនុវត្តការសម្អាតនៅតំបន់ដែលមានចរាចរណ៍កុះករ និងកន្លែងប្រើប្រាស់ប្រចាំថ្ងៃ ឲ្យបានហ្មត់ចត់។
- ❑ សម្អាតដោយប្រើទឹកសម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃដែលត្រូវបានប៉ះពាល់ញឹកញាប់។
- ❑ សម្អាតផ្ទៃខាងក្រៅ ដែលធ្វើពីផ្លាស្ទិក ឬលោហៈ ប៉ុន្តែមិនត្រូវសម្អាតកន្លែងរត់លេង ឈើ ឬផ្លូវដើរឡើយ។
- ❑ សម្អាត និងធ្វើអនាម័យឧបករណ៍រួម ចន្លោះពេលនៃការប្រើប្រាស់នីមួយៗ។
- ❑ កម្ចាត់មេរោគលើឧបករណ៍ដែលហុចទៅក្នុងរាងកាយកម្មការនិយោជិក និងអតិថិជន ដូចជា បិចផែនទីដែលប្រើឡើងវិញបាន ។ល។
- ❑ ផ្តល់ផែនទីដែលអាចចោលបាន សៀវភៅណែនាំ ។ល។ និងធ្វើឲ្យសម្ភារៈទាំងនេះអាចមើលបានលើឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិករបស់ភ្ញៀវ។
- ❑ ប្រើប្រាស់តែកាសអូឌីយ៉ូ ប្រសិនបើឧបករណ៍ទាំងនោះត្រូវបានកម្ចាត់មេរោគបានត្រឹមត្រូវ បន្ទាប់ពីការប្រើនីមួយៗ។
- ❑ បំពាក់ឧបករណ៍នៅច្រកចូលកន្លែងធ្វើការជាមួយផលិតផលអនាម័យត្រឹមត្រូវ រួមទាំងទឹកអនាម័យលាងដៃ និងក្រដាសអនាម័យសម្រាប់ជូក និងធានាឲ្យរបស់ទាំងនោះមានសម្រាប់ប្រើ។
- ❑ ធានាថា កន្លែងអនាម័យបន្តមានប្រតិបត្តិការ និងមានស្តុកគ្រប់ពេល។
- ❑ ផ្តល់ទឹកអនាម័យលាងដៃដល់ភ្ញៀវនៅកន្លែងដែលមានចរាចរណ៍កុះករ ដូចជាច្រកចូល ជាដើម។
- ❑ ប្រើផលិតផលដែលបានអនុម័តសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹង COVID-19 ស្តីពី [ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន \(EPA\)-បញ្ជី](#) ដែលបានអនុញ្ញាត និងបណ្តុះបណ្តាលកម្មការពីគ្រោះថ្នាក់គីមី ការណែនាំផលិតផល គម្រោងការខ្យល់ និងគម្រោងការ Cal/OSHA។ អនុវត្ត [វិធីសាស្ត្រសម្អាតជំងឺរាងកាយសុវត្ថិភាពរបស់](#) CDPH។
- ❑ ផ្តល់ពេលដល់កម្មការនិយោជិកដើម្បីអនុវត្តការអនុវត្តអនាម័យ អំឡុងពេលនៃវេនធ្វើការ និងពិចារណាលើការផ្តល់ក្រុមហ៊ុនសំអាតភាគីទីបី។
- ❑ ដំឡើងឧបករណ៍មិនប្រើដៃ ប្រសិនបើអាច។



# សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- អនុវត្តវិធានការដើម្បីរក្សាគម្លាតរាងកាយរបស់កម្មករនិយោជិតយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត ដោយប្រើវិធានការដូចជា ការបែងចែកបន្ទប់ ឬសញ្ញាដែលមើលឃើញ (ឧទាហរណ៍ការកំណត់ជាន់ ស្តុកពាណិជ្ជកម្ម ឬសញ្ញាដើម្បីចង្អុលបង្ហាញពីកន្លែងដែលកម្មករនិយោជិត និងអតិថិជន/ភ្ញៀវគួរឈរ)។
- កំណត់ផ្លូវដាច់ដោយឡែកសម្រាប់ការចូល និងចេញទៅកន្លែងតាំងពិពណ៌ វិចិត្រសាលនៅខាងក្រៅ និងកន្លែងធ្វើការនៅខាងក្នុង ដើម្បីជួយរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងបង្កើតផ្លូវដើរ និងផ្លូវឆ្លងកាត់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឲ្យកម្មករនិយោជិត និងភ្ញៀវដើរកាត់គ្នា។
- ចាត់តាំងបុគ្គលិកឲ្យនាំភ្ញៀវចេញពីតំបន់ដែលមានចរាចរណ៍កុះករ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការជំនុំគ្នា។
- កំណត់ចំនួនមនុស្សចូលជាអតិបរមា ដើម្បីធានាការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- ពិចារណាការប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធកកសំបុត្រជាមុនដើម្បីងាយរៀបចំការចូលទស្សនារបស់ភ្ញៀវ។
- កំណត់ក្រុមភ្ញៀវទស្សនាជាក្រុម ដែលមានមនុស្សប្រាំមួយនាក់ ឬតិចជាងនេះ និងមិនត្រូវច្របាច់បញ្ចូលភ្ញៀវដែលមកពីគ្រួសារផ្សេងទៅក្នុងក្រុមតែមួយឡើយ។
- រៀបចំកន្លែងអង្គុយឡើងវិញ ឬយកវាចេញ ដើម្បីរក្សាគម្លាតរាងកាយរវាងអ្នកប្រើប្រាស់ម្នាក់ៗ។
- បិទកន្លែងតាំងពិពណ៌អន្តរកម្ម ដែលជាកន្លែងតម្រូវឲ្យមានគម្លាតរាងកាយ។
- ប្រើប្រាស់ការអនុវត្តការងារឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកំណត់ចំនួនកម្មករនិយោជិតនៅលើកន្លែងធ្វើការក្នុងពេលតែមួយ។
- រៀបចំកន្លែងក្នុងការិយាល័យ កន្លែងធ្វើការ បញ្ជូនចុះឈ្មោះចេញ ។ល។ ដើម្បីឲ្យមានគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតរវាងបុគ្គលិកម្នាក់ៗ។
- ការកំណត់ម៉ោងសម្រាកបណ្តាក់គ្នា ដោយអនុលោមតាមបទប្បញ្ញត្តិស្តីពីប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងធ្វើការ ប្រសិនបើចាំបាច់។
- កំណត់រចនាសម្ព័ន្ធឡើងវិញ ដាក់កំហិត ឬបិទបន្ទប់សម្រាករួម និងផ្តល់ជម្រើសទីកន្លែងដែលអាចអនុវត្តគម្លាតរាងកាយបាន។
- ចៀសវាងការប្រើថយន្តរួមគ្នា នៅពេលធ្វើដំណើរតាមដងផ្លូវ។
- កំណត់ចំនួនមនុស្សដែលឡើងជិះឈ្នើរយន្ត និងលើកទឹកចិត្តឲ្យមានការពាក់ម៉ាស់ ឬបាំងមុខ។
- លុបបំបាត់ការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ចំពោះការប្រគល់ទំនិញ។
- រៀបចំចំណាយនយន្តឡើងវិញ ដើម្បីកាត់បន្ថយទីកន្លែងកកកុញគ្នា និងធានាឲ្យមានការញែកគម្លាតឲ្យបានត្រឹមត្រូវ និងកាត់បន្ថយការទំនាក់ទំនងនៅកន្លែងបង់ប្រាក់។

