

COVID-19 LUS QHIA TXOG KEV UA LAG LUAM:

Cov khw txiav plaub hau thiab Barbers

Lub Kaum Hli Ntuj Tim 20, 2020

Cov lus qhia no raug tawm qauv los daws txog ntau feem thiab cov hauj lwm uas qhib thoob plaws rau hauv lub xeev.

Txawm li cas los xij, cov kws saib xyuas kev noj qab haus huv hauv ib cheeb tsam yuav nqis tes siv ntau cov cai kom nruj tsim nyog rau tej teeb meem sib kis kab mob rau hauv ib cheeb tsam, yog li cov tswv num hauj lwm kuj yuav tsum tau tuav kom ruaj khov cov cai tswj fwm kom zoo rau thaum qhib tej chaw ua si no.

COV NTSIAB LUS

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.

Kev cuam tshuam ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau kev noj qab haus huv rau cov neeg nyob hauv California tseem tsis raug paub zoo txhij txhua li. Tau tshaj tawm txog kev tsis xis neej pib ntawm qhov mob me (qee tus neeg tsis hnov 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 xyoo 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.

Tam sim no tseem tsis tau muaj cov ntaub ntawv hais txog qhov tseeb ntawm cov neeg kis tus mob thiab feem sib kis ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau hauv cov chaw tsim khoom lag luam los sis pawg neeg ua hauj lwm, suav nrog cov neeg ua hauj lwm rau ntawm tej chaw tsim ua hauj lwm tseem ceeb. Tau muaj kev sib kis tus kab mob ntau npaug rau hauv cov chaw ua hauj lwm, qhia tau tias cov neeg ua hauj lwm yog cov muaj kev phom sij yuav tau txais los sis yuav kis tau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Piv txwv li cov chaw ua hauj lwm no muaj xam nrog rau cov tsev kho mob, cov chaw muab kev saib xyuas kho mob ncuaj sijhawm ntev, cov tsev kaw neeg, cov txhab cia khoom noj khoom haus, cov chaw zom (hlais) nqaij, cov khw noj mov, thiab cov khw muag khoom noj.

Thaum kho cov ntaub ntawv txib hais txog kev nyob twj ywm rau hauv tsev, nws tseem ceeb uas yuav tau ua raws li txhua kauj ruam thiaj li yuav ua rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov pej xeem sawv daws muaj kev nyab xeeb.

Cov kev tiv thaiv tseem ceeb muaj xws li:

- ✓ kev siv nrug txhawm kom nrug tau deb npaum li deb tau,
- ✓ siv cov ntaub npog qhov ncoj los ntawm cov neeg ua hauj lwm (qhov uas tsis tsim nyog siv lub ua pa pab rau kev tiv thaiv) thiab cov neeg tuaj yuav khoom/cov neeg uas tau txais kev pab cuam,
- ✓ nguag ntxuav tes thiab ua kev nyiam huv thiab tua kab mob tas li,
- ✓ qhia cov neeg ua hauj lwm txog cov no thiab lwm yam ntawm lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19.

Ib qho ntxiv, nws tseem ceeb uas yuav tsum muaj cov txheej txheem tsim nyog los txheeb xyuas cov mob tshiab hauv chaw ua haujlwm thiab, thaum lawv raug txheeb xyuas, yuav cuam tshuam sai thiab ua hauj lwm nrog tsoom saib xyuas kev noj qab haus huv kom nres kev kis tus kab mob.

LUB HOM PHIAJ

Cov ntaub ntawv no muab cov lus qhia rau cov khw txiav plaub hau thiab cov rooj sib tham kom txhawb kev nyab xeeb, huv rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua. Cov chaw ua plaub hau thiab cov chaw txiav plaub hau tau qhib ua hauj lwm thoob plaws txhua qib tiam sis yuav tsum uas raws li cov lus qhia no.

Cov kws tu plaub hau los sis cov kws kho plaub hau cov tswv lossis cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau lees paub tias cov neeg txo qis yuav tsum rov qab ua haujlwm dua thaum lawv npaj txhij thiab muaj peev xwm los ua cov txheej txheem tsim nyog kev nyab xeeb los muab kev nyab xeeb thiab ntawm lawv cov neeg siv khoom. Hais txog cov ntaub ntawv kho tshiab hais txog qhov theem ntawm lub zos, mus saib [Qhov phiaj xwm rau kev lag luam uas nyab xeeb dua](#). Thov nco tsoov hais tias cov chaw hauj lwm saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zej zog tuaj yeem siv tus qauv txwv nruj thiab kaw txawv. Nrhiav [koj cov ntaub ntawv hauv zej zog txog koj lub zos](#).

Cov kev taw qhia tsis yog yuav thim tawm lossis thim txoj cai ntawm cov neeg ua haujlwm, tsis hais txoj cai, kev tswj hwm lossis suav nrog thiab tsis suav, vim tias nws tsis suav nrog lub nroog txoj kev noj qab haus huv, thiab tsis yog ib yam kev hloov pauv rau ib qho kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv uas muaj feem rau txoj cai. raws li cov Cal/OSHA los sis California Pawg Thawj Coj ntawm Barbering thiab Cosmetology.¹Nyob twj ywm tam sim no ntawm kev hloov pauv rau kev noj qab haus huv cov lus qhia thiab kev txiav txim siab hauv lub xeev/hauv zej zog, raws li qhov xwm txheej COVID-19 txuas ntxiv. Cal/OSHA muaj ntau cov lus qhia zoo dua rau lawv [Cal/OSHA Cov Lus Qhia Dav Dav rau Tiv thaiv neeg ua hauj lwm los ntawm COVID-19 lub vev xaib](#). CDC muaj cov ntaub ntawv ntxiv txog lawv [cov lus qhia](#) rau cov chaw lag luam thiab cov tswv ntiav ua hauj lwm.

Yuav Tau Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Thaum Lub Rau Hli Ntuj 18, CDPH tau tsim [Cov lus qhia txog Kev Siv Cov Ntaub Npog Ntsej Muag](#), , uas yuav tsum kom cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg pej xeeb sawv daws siv cov ntaub npog ntsej muag rau ntawm txhua lub chaw uas neeg sawv daws mus los thiab rau hauv cov chaw ua hauj lwm uas muaj kev phom sij yuav kis tau tus kab mob. Tuaj yeem tshawb nrhiav cov ntaub ntawv, suav nrog txhua qauv cai thiab cov kev zam mus txog rau cov cai no rau ntawm [cov lus qhia](#).

Lub chaw [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#) yog saib raws li lwm cov ntaub ntawv kho dua tshiab rau feem kev to taub tshawb fawb tam sim no ntawm kev sib kis ntawm tus kab mob vais lav uas ua rau muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Thov kuaj xyuas ntawm lub chaw CHPH lub website yog xav paub cov ntaub ntawv kho dua tshiab.



Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb Xeeb Chaw Ua Hauj Lwm

- Tsim cov ntawv sau ua, kev ua hauj lwm 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 hauj lwm thiab txua txoj hauj lwm, thiab xaiv ib tus neeg ntawm txhua lub tsev hauj lwm los ua raws txoj phiaj xwm.
- Koom tes nrog [CDPH Lus Qhia Kev Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#) nyob rau hauv Chaw Ua Hauj Lwm Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb thiab suav nrog rau txoj cai lis hauj lwm 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 hauj lwm los sis cov Qhua.
- Cob qhia thiab sib txuas lus nrog cov neeg ua hauj lwm thiab tus sawv cev neeg ua hauj lwm nyob rau lub phiaj xwm thiab tsim kom muaj lub phiaj xwm rau cov neeg ua hauj lwm thiab lawv cov neeg sawv cev.
- Txheeb xyuas tsis tu ncua qhov chaw ua tau raws li txoj phiaj xwm thiab cov ntaub ntawv sau tseg thiab yog raug raws li tau pom.
- Tshawb nrhiav qhov tsim ua rau muaj mob COVID-19 thiab ntaus nqi tias cov feem xyuam twg cuam tshuam hauj lwm uas tuaj yeem tsim ua rau pheej hmoo kis tau kab mob. Kho txoj kev npaj raws li tsim nyog txhawm rau kom tiv thaiv txhob muaj neeg kis mob mus ntxiv.
- Cov qauv kev cai rau thaum lub chaws hauj lwm muaj kab mob sib kis, kom mus raws li [Hwm Tsav Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv \(CDPH\) cov lus qhia](#) thiab cov lus txib los sis cov lus qhia los ntawm lub chaw hauj lwm saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zej zos.
- Kev txheeb xyuas kev nyob sib ze (tsis tshaj rau fij ntev txog 15 feeb los sis ntev dua) rau ntawm ib tug neeg ua hauj lwm uas raug tus kab mob thiab siv cov kauj ruam cais cov neeg ua hauj lwm uas raug Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab cov neeg tau nyob ze nrog tus neeg no cia nyias nyob nyias ib leeg.
- Sau ntawv ceeb toom rau txhua tus neeg ua hauj lwm, thiab cov tswv num txog cov neeg ua hauj lwm uas tau cog lus ua hauj lwm ntxiv, cov uas raug nyob ze rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab hais qhia lub chaw txog kev sib kis kab mob mus rau lub tsev saib xyuas kev noj qab haus huv hauv ib cheeb tsam. Yog xav paub lwm cov ntaub ntawv ntxiv hais txog tus tswv num tej luag hauj lwm raws hauv txoj cai [AB 685](#) (Tshooj 84, Tej Cai Lij Choj ntawm 2020), hais txog [Cov Qauv Cai Yuam Siv Kom Ntau Ntxiv thiab](#)

[Tus Tswv Num Qhov Kev Hais Qhia Tawm](#) los ntawm Cal/OSHA thiab [Tus Tswv Num Cov Nge Lus Nug txog AB 685](#) tuaj ntawm CDPH.

- Ua raws li cov lus qhia hauv qab no. Yog tsis ua raws li cov lus qhia no tuaj yeem ua rau lub chaw muaj cov neeg mob no raug kaw tsis pub ua hauj lwm mus ib ntus los sis raug txwv tsis pub qhib ua hauj lwm tau tag nrho.



Cov Ncauj Lus rau Kev Cob Qhia Neeg Ua Hauj Lwm

- Cov ntaub ntawv hais txog [Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), yuav tiv thaiv nws kom txhob sib kis, thiab [cov neeg uas muaj pheej hmoo kis mob tau zoo dua](#) uas yuav ua rau mob nyhav los sis ua tau taug tau.
- Kev ntsuas tus kheej hauv tsev, suav nrog ntsuas kub thiab / lossis kuaj pom cov tsos mob siv [Cov Lus Qhia CDC](#).
- Kev tseem ceeb ntawm qhov tsis tuaj ua hauj lwm:
 - Yog ib tug neg ua hauj lwm muaj cov yeeb yam mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) raws li [tau hais tseg los ntawm CDC](#), xws li ua npaws los sis no tshee, hnoos, ua pa txog siav los sis ua pa nyuaj, sab nkees, mob leeg nqaij los sis mob ib ce, mob taub hau, tsis qab los noj mov los sis tis hnov tus ntxhiab, mob qas, tshaws ntswg los sis los kua ntswg, xeev siab, ntuav, los sis raws plab, LOS SIS
 - Yog ib tug neeg ua hauj lwm raug kuaj pom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab tseem tsis raug muab faib cais mus nyob ib leeg, LOS SIS
 - Yog, hauv lub sijhawm 14 hnuv, ib tug neeg ua hauj lwm uas tau nyob ze nrog tus neeg raug kuaj pom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab raug xam tias tseem muaj feem yuav kis tau tus kab mob (xws li tseem raug cais nyob ib leeg).
- Txhawm rau rov qab mus ua hauj lwm tom qab qhov kev tshuaj saib xyuas mob txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tsuas ua tau tom qab ua raug raws li [CDPH Cov Lus Qhia txog Kev Rov Qab mus Ua Hauj Lwm los sis mus Tim Tsev Kawm Ntawv Tau Tom Qab Tshuaj Xyuas Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#).
- Yuav tau mob siab nrhiav kev kho yog lawv cov yeeb yam mob huam mob loj tuaj, suav nrog mob tas li los sis ceev rau ntawm hauv siab, feeb tsis meej, los sis di ncauj los sis ntsej muag doog xiav. Muaj cov naub ntawv xov xwm tshiab thiab lwm cov ntaub ntawv rau ntawm [CDC lub webpage](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm kev nquag ntxuav tes nrog tshuaj xab npum thiab dej, suav nrog kev ntxuav tes nrog tshuaj xab npum kom ntev txog 20 xis nkoos (los sis siv tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes uas muaj kuab

cawv ethanol xyaw nrog tsawg kawg 60% (raws li nyiam) los sis muaj cov kuab cawv isopropanol xyaw nrog 70% (yog tsis pub cov me nyuam yaus siv tau hom tshauj no) thaum cov neeg ua hauj lwm tsis muaj peev xwm mus rau ib lub dab dej los sis lub chaw ntxuav tes tau, raws li [Chaw rau Kev Tswj Hwm thiab Tiv Thaiv Kab Mob \(CDC\) cov lus qhia](#). Tsis txhob siv cov tshuaj ntxuav tes ua muaj [methanol](#) vim nws muaj qhov tsi haum rau cov me nyuam yaus thiab cov neeg laus.

- Kev tseem ceeb ntawm kev caiv lub cev nyob kom sib nrug deb, thaum nyob rau ntawm chaw ua hauj lwm thiab thaum lub sij hawm so (saib tshooj ntawv hauv qab no hais txog Kev Caiv Lub Cev Nyob Kom Sib Nrug Deb).
- Kev siv cov ntaub ntawv npog ntsej muag kom raug zoo, muaj xws li:
 - Cov npog ntsej muag uas tsis yog khoom siv pov thaiv tus kheej (personal protective equipment, PPE).
 - Kev rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg tuaj yeem tiv thaiv tau cov neeg nyob ze, tab sis tsis hloov tau qhov tsim nyog ntawm qhov kev sib nrug thiab nquag ntxuav tes.
 - Cov ntaub npog ntsej muag yuav tsum npog tag nrho lub qhov ntswg thiab qhov ncauj.
 - 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 kev kov 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.
- Cov ntaub ntawv hais txog kev tsuas tsis huv muaj nyob hauv [CDPH Cov Lus Qhia rau Kev Siv Cov Ntaub Npog Ntsej Muag](#), uas nyob rau kis xwm txheej yuav tsum tau npog ntsej muag thiab kev zam, thiab txhua cov cai tswj hwm, cov cai ua hauj lwm, thiab cov kev coj ua ntawm cov tswv num hauj lwm uas raug coj los siv txhawm rau kom muaj kev 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.
- Ua kom cov neeg ua hauj lwm ywj siab, cov ua ib ntus, lossis cov neeg ua hauj lwm cog lus tau raug cob qhia kom zoo nyob rau COVID- 19 txoj cai tiv thaiv thiab muaj cov khoom tsim nyog thiab 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.
- Covntaub ntawv hais txog kev them cov nyiaj so rau cov neeg ua hauj lwm uas tej zaum yuav muaj cai tsim nyog los txais cov nyiaj pab txhawm rau pab ua rau kom muaj kev yooj yim rau thaum nyob tom tsev. Saib cov

ntaub ntawv qhia ntxiv ntawm [tsoom fwv qib siab cov khoos kas pab txhawb nqa kev them nyiaj rau cov neeg mob Tus Kab Mob Khaus Viv--19](#) (COVID-19), suav nrog cov neeg ua hauj lwm uas tau txais kev them nyiaj so hauj lwm vim muaj mob raws li [Cov Yim Neeg Cov Cai Rau Kev Tiv Thaiv Kab Mob Vais Lav Khaus Laus Nam](#) (Coronavirus Ua Ntej Tshaj Plaws Rau).



Cov Cai Kav (maj tab kas) thiab Kev Tshuaj Ntsuas Xub Thawj Rau Tus Neeg

- Ua kev ntsuam xyuas qhov kub txias thiab/los sis tus yam ntxwv mob rau txhua tus neeg ua hauj lwm nyob rau qhov pib ntawm lawv sij hauj lwm thiab cov neeg muag khoom, cov muaj ntawv cog lus ua hauj lwm nrog, los sis lwm cov neeg ua hauj lwm tab tom siv qhov kev teeb tsa. 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 ntxiv 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 [CDC cov 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 ntawm COVID-19 kom nyob tsev.
- Cov kws kho plaub hau los sis cov kws kho plaub hau yuav tsum muab thiab xyuas kom cov neeg ua hauj lwm siv tag nrho cov khoom siv tiv thaiv, suav nrog kev tiv thaiv qhov muag, tiv thaiv ntsej muag, thiab tiv thaiv hnab looj tes thaum tsim nyog.
- Cov neeg tu plaub hau los sis cov kws txiav plaub hau yuav tsum xav txog qhov siv hnab looj tes uas siv tau tam siv los pab ntxuav tes nquag los sis siv cov tshuaj ntxuav tes; piv txwv yog rau cov neeg ua haujlwm uas ntsuas lwm tus rau cov tsos mob los sis kov cov khoom uas tau kov tas li.
- Cov hnab looj tes pov tseg yuav tsum tau hnav rau cov kev pab cuam uas xav tau lawv (piv txwv li kev pab cuam plaub hau tshuaj). Cov hnab looj tes looj tes yuav tsum ua kom muaj kev sib xyaw nrog kev ntxuav tes tsis tu ncuu thiab tsis hloov chaw ntxuav tes.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum txiav txim siab siv tsom iav, tsom iav los sis ntsej muag thaiv ntsej muag ntxiv rau lub ntsej muag npog thaum lub sij hawm muab kev pab cuam, tshwj xeeb thaum ntsib ntsej muag.
- Hu rau cov qhua tuaj noj mov ua ntej mus ntsib lawv kom paub meej lub sij hawm teem sij hawm thiab nug seb lawv lossis ib tus neeg hauv lawv tsev puas tab tom siv daim phiaj npog COVID-19. Yog tias tus neeg muas zaub teb hauv cov lus lees rov qab teem dua. Thov cov neeg muas zaub nqa

thiab siv npog ntsej muag thaum lub sij hawm tuaj ntsib. Yog tias tsim nyog rau kev pab cuam, xav txog nug cov neeg yuav khoom tuaj rau hauv chav ua noj nrog lawv cov plaub hau cov plaub hau ntxuav tshiab hauv kev txiaj txim siab txo qis sij hawm rau lub sij hawm teem tseg. Cov neeg yuav khoom yuav tsum tsis txhob hais kom koj me nyuam yaus los sis lwm tus nrog lawv mus teem sij hawm.

- Ceeb toom rau cov neeg qhua ua ntej kom nqa ib daim ntaub npog ntsej muag tuaj, tsis li ces yuav tsis pub lawv nkag mus rau hauv tej chaw (tshwj tsis yog [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#)). Txiaj txim siab npaj cov ntaub npog ntsej muag rau cov neeg qhua uas tuaj txog tsis npaj ntaub npog ntsej muag lawm.
- Cov neeg siv khoom yuav tsum kuaj thaum lub sij hawm tuaj txog. 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. Cov neeg saib xyuas lub chaw sib tw kis las thiab lub chaw sib tw khiav muaj cai los thim cov kev tshwj tseg rau kev tuaj saib ntawm cov neeg/pawg neeg uas muaj cov neeg qhua muaj cov tsos mob thiab txhob pub nkag mus.
- 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 thaij 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

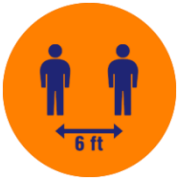
- Yog ua tau, mob siab rau kev teeb lub tshuab qus cua ua muaj ntxiaj ntim siab uas tshem mus los tau, tsim kho lub lim cua kom muaj txiaj ntsim zoo tshaj plaws rau ntawm lub chaw, thiab ua lwm yam kev hloov pauv kom muaj cov cua sab rauv los nkag los ntau ntxiv thiab nqus cov cua sab hauv txhua qhov chaw ua hauj lwm tag nrho.
- Kuaj xyuas rau ntawm [CDPH website](#) tas li rau cov ntaub ntawv kho dua tshiab thiab cov lus qhia lim cua kom txhob muaj kab mob los ntawm cov cua phem tshwm sim rau sab hauv tej tsev.
- Koom tes nrog cov neeg ua hauj lwm ua ke, cov phooj ywg tsev ntiav, cov neeg xauj tsev lub tsev thiab/los sis cov neeg ua hauj lwm thiab muab txoj kev npaj tu kom huv thaum pib thiab xaus ntawm txhua qhov ua hauj lwm thiab hauv nruab nrab ntawm cov neeg yuav khoom. Ua kev huv huv rau cov chaw muaj tsheb ntau, xws li chaw tos txais, thiab thaj chaw ntawm qhov chaw noj mov thiab thaj chaw xws li ntaiv ntaiv, ntaiv 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.
- Txhawb txoj kev siv daim npav rho nyiaj thiab cov nyiaj them tsis sib cuag. Yog tias them nyiaj tsis tau los sis daim npav siv tsis tau, cov neeg yuav tsum nqa nyiaj kom txwm them kiag xwb los sis daim nyiaj chej.
- 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. Tshem cov khoom uas tsis tseem ceeb tawm uas tsis yog khoom nyob hauv lub chav dej, piv txwv li cov tswm ciab los sis cov khoom siv ua kom zoo nkauj, thiab xyuas kom cov tshuaj ntxuav tes thiab cov phuam so tes yog ntim tas li.
- Txhawm rau txo qhov kev pheej hmoo tsis zoo ntawm [Tus kab mob Legionnaires](#) thiab lwm yam kab mob cuam tshuam nrog dej [ua cov kauj](#) los xyuas kom meej tias txhua qhov kev ua hauj lwm ntawm dej kaw thiab qhov ua tau kom muaj kev nyab xeeb los siv tau tom qab lub sij hawm qhov chaw kaw.
- 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.
- 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

qhib “sim”; pov tseg txhob siv lawm ua li no thiaj pab txo tej kev kis mob. Ntxiv cov paib rau thaj chaw no kom cov neeg qhua paub tias nws yog huv thiab tshuaj tua kab mob txhua hnub.

- Cov chaw ua hauj lwm yuav tsum tsis tu ncuab thiab nquag ntxuav, suav nrog txhua lub sij hawm teem kho cov qhua tuaj noj mov. Ua kom huv si thiab ntxuav cov chaw nres tsheb, cov khoom sib dhos, lub taub hau, cov iav ntsej muag, kev saib xyuas plaub hau thiab lwm yam khoom, thiab ntim khoom thiab muab cov nplauv tshiab lossis daim ntaub rau txhua tus neeg yuav khoom.
- Ntxuav thiab tsau tshuaj txiav los ntawm kev tshem tag nrho cov khib nyiab pom, ntxuav nrog xab npum thiab dej, thiab so los yog tshuaj tsuag nrog EPA-sau npe tshuaj tua kab mob uas ua kom pom cov kab mob, fungicidal, thiab virucidal kev ua ub no thiab tau txais kev pom zoo rau COVID-19.
- Tu kom huv thiab tua tag nrho cov cuab yeej uas tsis yog siv hluav taws xob los ntawm kev tshem tag nrho cov khib nyiab pom, ntxuav nrog xab npum thiab dej, ua kom qhuav cov cuab yeej, thiab tom qab ntawd yang tag nrho rau hauv EPA sau npe tshuaj tua kab mob. Cov cuab yeej yuav tsum tau muab tshuaj tsuag los sis tso dej thiab tawm mus sab laug thiab tso rau kom tsim kom puv rau lub sij hawm kom siv los ntawm cov khoom siv tshuaj tua kab. Cov khoom siv uas tsis huv, xws li zuag ntsis los sis txhuam, yuav tsum tau muab tshem tawm thaum lub sijhawm sib chww, muab yang, thiab muab phuam so lossis ntaub so kom huv, cov phuam ntxuav tshiab.
- Ntxuav tag nrho cov cuab yeej hluav taws xob, xws li cov nplauv tawm, los ntawm kev tshem tawm txhua qhov pom thiab khib nyiab nrog EPA-sau npe tshuaj tua kab mob los yog so uas ua kom pom cov kab mob, fungicidal, thiab virucidal kev ua hauj lwm thiab raug pom zoo rau COVID-19.
- Huv si thiab tshuaj tua kab ntawm txhua tus tes, hoses, txau cov khoom, thiab lwm yam khoom siv ua ntej thiab tom qab siv rau tus neeg siv khoom. Cov rooj zaum, taub hau, cov quav tsuaj zawv plaub hau, thiab lwm yam yuav tsum tau muab ntxuav kom huv thiab huv txhua qhov kev siv.
- Thaum tsim nyog, txiav txim siab ntxiv cov ntawv npog, ntawv, los sis phuam huv uas yooj yim pov tseg los yog ntxuav rau kev siv ntawm cov neeg siv khoom.
- Txhua tus siv ib yam khoom, xws li cov ciab uas siv tas pov tseg, paj rwb, qhwv caj dab, thiab cov neeg thov, yuav tsum siv ib zaug thiab tam sim ntawd pov tseg. Cov khoom lag luam piv txwv, suav nrog kev tsim, yuav tsum tsis txhob siv thaum lub sij hawm.
- Txhua daim ntaub pua qhias neeg, nrog rau cov phuam so, smocks, thiab rov siv dua, yuav tsum muab tso rau hauv lub thawv kaw thiab tsis siv dua kom txog thaum ntxhua khaub ncaws kom zoo los yog kev ntxhua khaub ncaws uas suav nrog kev nqus dej hauv tsawg kawg 160 degree Qhuav

ntshuas qub rau ntawm tsawg kawg 25 feeb. Muab txhua daim ntaub pua chaw huv tso rau hauv qhov chaw huv thiab npog. Xyuas kom cov neeg ua hauj lwm tuav cov ntaub pua chaw lossis cov ntshuas khaub ncaws hnab hnab looj tes.

- Yog ua tau, tsis txhob cheb tsev los sis siv lwm lub tswv yim ua kom tej kab mob ya mus raws huab cua tshwj tsis yog txhua tus neeg nyob hauv thaj chaw no muaj khoom siv PPE tsim nyog. Siv ib lub tshuab nqus puas plav uas muaj ib daim lim HEPA yog ua tau.
- 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.
- Thaum xaiv cov khes mis los tua kab mob, cov tswv hauj lwm yuav tsum siv cov khoom uas tau kev pom zoo lawm rau kev tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau [qhov Koom Haum Pov Thaiv Huab Cua Ib Puag Ncig \(EPA\)-tau pom zoo](#) rau cov npe khoom siv thiab cov lus qhia siv. Siv cov tshuaj tu ntshuas uas muaj daim ntawv lo qhia tias siv tua cov kab mob vais lav tau zoo, siv cov tshuaj xab npum uas ua kom khoom dawb uas siv hauv vaj hauv tsev (5 diav xyaws dej ib gallon), los sis siv cawv uas muaj kuab cawv tsawg kawg yog 70% uas tsim nyog siv rau ntawm tej npoo chaw. Muab kev cob qhia txog kev siv cov tshuaj khes mis, cov lus qhia los ntawm lub tsev tsim ua cov tshuaj, cov qauv cai lim cua, thiab cov qauv cai ntawm Cal/OSHA hais txog kev siv cov tshuaj kom muaj nyab xeeb qhia rau cov neeg ua hauj lwm. Cov neeg ua hauj lwm uas siv cov tshuaj tu ntshuas kom huv si thiab cov tshuaj tsuag tua kab mob yuav tsum rau hnab looj tes thiab lwm yam khoom siv pov thaiv raws li cov lus qhia txog qhov khoom tsimntawd. Ua raws li cov [kev txhuav tu kom cov hau kev](#) California Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv pom zoo thiab ua kom muaj cua nkag tau zoo.
- Cov neeg ua hauj lwm xaws plaub hau los sis cov kws kho plaub hau yuav tsum zam kom txhob sib koom tes, ntsiav tshuaj, khoos phis tawm, rooj zaum, tais, lwm cov khoom siv ua hauj lwm, txhua qhov ua tau. Txhob koom siv PPE.
- Ntxiv rau kev tu kom huv thiab tua tshuaj kab mob raws li kev cai hais saud, khw txiav plaub hau, kws txiv plaub hau, thiab lwm yam lag luam yuav tsum ua raws li [Txoj Cai Ntawm Kev Txiv Plaub Hau thiab Tshuaj Pleev Ib Ce hauv California](#).



Cov Lus Qhia Caiv Lub Cev Nyob Kom Sib Nrug Deb

- **CEEB TOOM:** kev nyob sib nrug deb ntawm lub cev nkaus xwb yuav tsis txaus rau kom tiv thaiv kev sib kis Tus Kab Mob Khau Viv-19 (COVID-19) hauv tsev.
- Ua kev ntsuas kom paub meej qhov nrug deb ntawm tsawg kawg nkaus rau (6) taw (6 feet) thiab ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua, tshwj tsis yog kev txiav plaub hau thiab lwm yam kev pab cuam 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).
- 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 neeg yuav khoom, xws li Daim iav thav(Plexiglas) los sis lwm yam kev thaiv.
- Txiav txim siab ua raws li cov neeg ua hauj lwm uas thov kom hloov lub luag hauj lwm uas txo qis kev sib chww 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).
- Teem lub sij hawm kom txo qis kev tos qhua thiab kom muaj sij hawm txaus rau kev tu kom huv thiab kev huv si kom tsim nyog thaum ntsib qhua txhua zaug. Xav txog cov neeg siv khoom tsawg dua nyob li ntawm ib hnub los sis ncua sij hawm ua hauj lwm kom muaj sij hawm ntau dua ntawm cov neeg siv khoom. Ncua kev teem caij uas kom npaj ntxhij.
- 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 siv khoom tos sab nraud los sis hauv lawv lub tsheb dua li koom ua ke hauv chaw ua si lossis chaw kho tsheb. Hauv cov chaw loj, chaw tos txais yuav tsum tsuas yog ib tus neeg yuav khoom ib lub sij hawm lossis hloov thaj chaw kom muaj cov kev sib nrug deb, nrog rau kev tshem cov rooj zaum thiab rooj zaum zooj.
- Qhov chaw twg uas tsim nyog ua, cov qhov rooj yuav tsum tau muab qhib cia yog tias cov qauv rooj ntawd tsis qhib thiab kaw tau ntawm nws tus kheej.
- Yuav tsum kom cov neeg ua hauj lwm txhob sib tuav tes, sib khawm, thiab sib hais lus ua zoo sib xws li ntawd los sis ua lwm yam cwj pwm uas yuav ua rau lub cev nyob sib ze.
- 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.

- Saib xyuas kom cov neeg ua hauj lwm caiv nyob kom sib nrug deb rau hauv tej chav so, siv tej yam thaiv cais, tso cov rooj/cov rooj zaum kom sib nrug deb txaus rau ntawm cov neeg ua hauj lwm, thiab lwm yam ntxiv. Qhov ua tau, tsim cov chaw so sab nraum zoov kom muaj ntxoov ntxoo npog thiab cais cov kev zaum uas ua kom ntseeg tau tias tswj kev nyob sib nrug deb ntawm lwm tus. Txhawb kom cov neeg ua hauj lwm los ntawm qhov chaw los sib sau ua ke rau thaum lub sijhawm so thiab saib xyuas kom lawv txhob noj thiab txhob haus dej tig ntsej muag ua ke kom nyias nyob nyias sib nrug deb li rau fij.
- Hloov kho cov neeg ua hauj lwm cov rooj sib tham los xyuas kom lub cev sib txawv. Teeb tsa cov rooj sib tham raws kev hu xov tooj los sis raws kev sib tham hauv vev xaib rau cov neeg hauj lwm yog tias ua tau.

¹ Cov kev cai ntxiv yuav tsum tau txiav txim siab rau cov neeg nyob tsis yooj yim. Cov khw txiav plaub hau thiab cov rooj txiav plaub hau yuav tsum ua raws li txhua tus [Cal/OSHA](#) cov qauv thiab tau npaj kom mus ua raws li nws cov kev coj ua thiab kev coj ntawm [Cov Chaw Tiv Thaiv thiab Tswj Xyuas Kab Mob \(CDC\)](#) thiab cov [California Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv \(CDPH\)](#) lb 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.

