

COVID-19 LUS QHIA TXOG KEV UA LAG LUAM:

Cov tsev so, Chaw nyob, thiab Chaw Xauj Nyob Lub Sib Hawm Tsawg

Lub Xya Hlis, Tim 29, 2020

Txhua cov lus qhia tsuas yog yuav tau siv nrog lub cheeb tsam nroog uas tus neeg ua hauj lwj saib xyuas kev noj qab haus huv tau pom zoo ua raws li lawv kev tshuaj xyuas ntawm cov ntaub ntawv kab mob sib kis uas muaj cov neeg kis mob li 100,000 tus neeg, feem pua cov ntsuas pom muaj kab mob, thiab tsoom fwv hauv zej zog npaj los mus txhawb kev saib xyuas noj qab haus huv, cov neej pej xeeb muaj feem kis mob, tiv toj txheeb xyuas thiab ntsuas mob.

NTHUAV QHIA

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 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 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 hnuv 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 sij hawm 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 nrug deb kom ntau li ntau tau,
- ✓ siv cov ntaub npog ntsej muag los ntawm cov neeg ua hauj lwm (thaum lub sij hawm tsis txim nyog yuav cov khoom tiv thaiv kev ua pa) thiab cov qhua,
- ✓ 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 tswj saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv los ua kom txo tau kev kis tus kab mob.

LUB HOM PHIAJ

Cov ntaub ntawv no muab cov lus qhia rau lub tsev so, chaw nyob, thiab kev ua lag luam chaw xauj nyob rau lub sij hawm tsawg los pab txhawb nqa ib qhov kev nyab xeeb hauv chaw ua hauj lwm rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua.

LUS CIM: Lub tsev so, chaw nyob, thiab chaw xauj nyob lub sij hawm tsawg nrog rau cov chaw uas muaj chawv sib tham loj, chav npaj rau mov noj cia, los sis cov chaw sib tham loj yuav tsum raug kaw cov chaw no kom txog thaum txhua yam kev lag luam raug tso cai tsim kho dua los sis ua hauj lwm tsua mus ntxiv. Cov tswj hwm chaw xauj, cov tswv chaw xauj sib koom ua ke, thiab lwm cov tswv tsev xauj thiab cov neeg xauj **yuav tsum xauj chav uas tsis muaj neeg nyob xwb thiab tsis tuaj yeem xauj chav los sis chaw uas tseem muaj neeg nyob ua ntej thaum tsis tau txais lwm yam kev ceeb toom.** Ib chav nyob los sis chav xauj uas yog xauj thaum lub sij hawm tus tswv tsis nyob rau hauv lawm tiag tseem muaj nyob tiag los sis sib cais tawm lawm sab nraud kev nkag mus thiab kev tawm uas tsis tas yuav siv lwm yam yooj yim los sib koom ua ke, thiab lwm yam uas tsis raug tiv thaiv, yuav tsum txiav txim siab rau ib yam uas tsis muaj kev tiv thaiv. Thaum tso cai rov qhib dua qhov kev hloov kho los sis kev ua hauj lwm puv, cov tswv yuav tsum xa mus txog kev qhia rau kev ua lag luam xws li nws dhau los muaj nyob rau ntawm [COVID-19 Resilience Roadmap lub vev xaib](#). Cov lus qhia tsuas ntxiv muaj feem xyuam rau kev ua hauj lwm hauv tsev so thiab chaw nyob, suav nrog chav noj mov-hauv tsev noj mov, chaw haus dej haus cawv, chaw qoj ib ce, chaw ua si lom zem hauv tsev neeg, khw ua plaub hau, thiab lag luam muag khoom, muaj nyob hauv [Resilience Roadmap lub vev xaib qhia txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#).

Cov kev qhia no tsis yog yuav xob tswm rhos tawm los sis rov rhos tawm dua l raws li cov cai ntawm ib tus neeg ua hauj lwm, kom raug raw txoj cai, raug txoj cai los sis kev sib tham cog lus ua ke, thiab yog tsis muaj txaus, raws li nws tsis yog los ntawm inc lude cov ntawv xaj txog kev noj qab haus huv hauv nroog, thiab nws tsis yog ib qhov kev xaj rau cov kev nyab xeev thiab kev noj qab haus huv uas muaj nyob rau ntawm cov cai xws li yuav tau hu rau/OSHA.¹ Saib kev hloov pauv txog cov lus qhia txog kev noj qab haus huv ntawm pej xeem thiab daim ntawv xaj hauv tsoom fwv / hauv zos, thaum lub sij hawm xwm txheej uas tseem tab tom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Cal/OSHA muaj kev taw qhia txog sab kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv ntau ntxiv rau ntawm lawv [Cal/OSHA Cov Lus Taw Qhia ntawm Cov Cai Uas Yuav Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Hauj Lwm los ntawm phab vev xaib qhia txog Tus Kab Mob Khaus Laus Nam Vais Lav](#). Coc Chaw Tiv Thaiv Kab Mob (CDC) muaj cov lus taw qhia ntxiv rau [cov kev lag luam thiab cov chaw ntiav neeg ua hauj lwm](#).

Yuav Tau 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 nphav 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 nrug 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 tiav 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](#). Peb yeej xav kom neeg siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau lwm lub sijhawm lossis lwm qhov chaw, thiab cov tuam txhab ntiav neeg ua haujlwm yuav hais tau kom neeg siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg ntxiv los mus ua kom tau raws li lawv tes dejnum los npaj ib lub chaw haujlwm uas muaj kev nyabxeeb thiab noj qab nyob zoo rau cov neeg ua haujlwm. Cov tuam txhab ntiav neeg ua haujlwm yuav tsum tau npaj kom muaj ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg rau cov neeg ua haujlwm siv lossis ntxiv nyiaj rov qab rau cov neeg ua haujlwm uas lawv rho lawv li nyiaj mus yuav cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg 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 li 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 ntxwv 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 ntxwv 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.



Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb Xeeb Chaw Ua Hauj Lwm

- Sau kom muaj ua ntaub ntawv, lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19 tshwj xeeb rau ntawm chaw ua hauj lwm nyob rau ntawm txhua lub tsev hauj lwm, ua kev ntsuam xyuas qhov pheej hmoo ntawm chaw ua hauj lwm rau txhua qhov chaw ua hauj lwm thiab txhua txoj hauj lwm, thiab tus neeg uas teeb los tuav txoj hauj lwm ntawm lub tsev ua hauj lwm los ua lub phiaj xwm.
- Koom tes nrog [CDPH Lus Qhia Kev Npog Ntseg Muag](#) 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 hauv cheeb tsam uas yog qhov chaw nyob hauv cheeb tsam txhawm rau kev sib txuas 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.
- Nquag ntsuam xyuas lub chaw ua hauj lwm 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 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. Hloov kho lub phiaj xwm raws qhov xav tau los pov thaiv kom txhob muaj ntau xwm txheej ntxiv.
- Ua kev lis hauj lwm raws qhov tsim nyog thiab cov txheej txheem thaum lub chaw ua hauj lwm muaj qhov kis kab mob, raws li nrog rau [CDPH cov lus qhia](#).
- Txheeb txog qhov nyob sib ze (sib nrug li ntawm rau feet ntev li 15 feeb los sis ntev dua) ntawm tus neeg ua hauj lwm uas kis tau mob lawm thiab ua cov kauj ruam los cais tus neeg ua hauj lwm uas ntsuam xyuas pom muaj COVID-19 lawm thiab cov tau nyob sib ze nrog mus nyob ib leeg.
- Coj raws li cov lus qhia hauv qab no. Tsis ua raws yuav tsim ua rau lub chaw ua hauj lwm muaj mob nkeeg uas tsim ua rau lub chaw ua hauj lwm raug kaw ib ntus los sis muaj ciam txwv.



Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- Ntaub ntawv nyob rau [COVID-19](#), txoj hauv kev los pov thaiv kom txhob kis mus, thiab qhov twg yog lub hauv paus tsim ua rau muaj cov yam ntxwv mob uas ua rau tib neeg yuav kis tau tus kab mob.
- Kev ntsuam xyuas tus kheej hauv tsev, suav nrog rau qhov kub txias/los sis ntsuam xyuas cov kev siv raws [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 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 COVID-19 thiab tau muab xam tias ntxim kis tau kab mob lawm (piv txwv tseem nyob rau qhov chaw cais nyob ib leeg).
- Rov qab mus ua hauj lwm tom qab tus neeg mob tau txais kev ntaus nqi txog COVID-19 yog tias 10 hnuv twb dhau mus lawm txij hnuv pom muaj cov tsos mob zaum xub thawj, lawv cov tsos mob zoo lawm, thiab tus neeg ua hauj lwm tsis ua npaws lawm (yam tsis tas siv tshuaj los txo qhov ua npaws) nyob rau 72 teev. Yog tias 10 hnuv dhau mus lawm uas tus neeg ua hauj lwm raug ntaus nqi pom muaj COVID-19 tsis muaj yam ntxwv mob txij hnuv pib sim pom muaj COVID-19 los ces rov mus hauj lwm tau.
- Los nrhiav kev ua zoo 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 xiav. Muaj ntaub ntawv thiab ntaub ntawv hloov kho tshiab nyob ntawm [CDC lub vas sab](#).
- Kev nquag ntxuav tes tas li nrog xab npum thiab dej yog qhov tseem ceeb, suav nrog rau kev muab xab npum txhuam li ntawm 20 feeb (los sis kev siv tshuaj pleev tua kab mob ntawm tes uas muaj cawv tov nrog yam tsawg kawg 60% (raws qhov nyiaj siv) los sis 70% cawv tov nrog (yog tias cov me nyuam uas tsis tau kev saib xyuas mus kov tsis tau qhov khoom) thaum cov neeg ua hauj lwm tsis tuaj yeem mus rau ntawm lub tais ntxuav tes los sis qhov chaw ntxuav tes, raws li [CDC cov lus qhia](#)).
- Kev lub cev nyob sib nrug yog qhov tseem ceeb, tag nrho lub sij hawm

nyob ntawm txoj hauj lwj thiab tsis nyob ntawm txoj hauj lwj (saib nqes lus qhia Kev Nyob Sib Nruj 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 nruj thiab kev nquag ntxuav tes tas li.
 - Kev npog ntsej muag yuav tsum npog kom tau qhov ncauj qhov ntswg.
 - Cov neeg ua hauj lwj 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 lwj.
- 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 lwj, thiab cov cai uas tus tswv hauj lwj tau hloov kho los ua kom ntseeg tias siv cov ntaub npog ntsej muag. Muab kev qhia xyau suav nrog rau tus tswv hauj lwj 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 ntseeg tias cov tuam txhab muaj ntawv cog lus ua hauj lwj ywj pheej, cov neeg ua hauj lwj ib ncua sij hawm, los sis cov neeg ua hauj lwj uas muaj ntawv cog lus nyob rau ntawm lub chaw ua hauj lwj 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 lwj ua ntej lub sij hawm uas cov koom haum xa cov neeg ua hauj lwj ib ncua thiab/los sis cov neeg ua hauj lwj muaj ntawv cog lus tuaj.
- Ntaub ntawv qhia txog cov txiaj ntsig hnub so uas them nyiaj rau tus neeg ua hauj lwj yuav muaj cai rau los txais uas ua kom tau txais nyiaj yooj yim zog rau kev nyob hauv tsev. Saib cov Ntaub ntawv qhia ntxiv ntawm [tsom fwcov hauj lwj pab cuam kev pab txhawj nqa cov neeg mob so hauj lwj thiab cov nyiaj txhawb dej siab rau cov neeg ua hauj lwj ntawm tus Kab Mob Khaus Viv-19](#), suav nrog cov neeg ua hauj lwj txoj cai mob so hauj lwj nyob rau hauv [Cov Yim Neeg Cov Lus Teb Ua NtejTxog Tus Kab Mob Khaus Laus Nam Vais Lav](#) thiab tus tswv Coj [Daim Ntawv Xaj N-51-20](#), thiab cov neeg ua hauj lwj txoj cai rau cov neeg ua hauj lwj kom tau txais cov nyiaj raug mob thiab xav tias kev ua hauj lwj-cuam tshuam txog ntawm tus Kab Mob Khaus Viv-19 raws li Tus Tswv

Xeev [Daim Ntawv Xaj N-62-20 thaum qhov kev Txiav tim ntawd pib siv tau.](#)



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, qhov uas 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 ntawm sij hauj lwm mus tsev 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 tus uas muaj mob los sis muaj cov yam ntxwv mob ntawm COVID-19 lawm kom nyob tsev.
- Cov tswv hauj lwm yuav tsum muab thiab ua kom ntseeg tias cov neeg ua hauj lwm yuav tsum siv txhua cuab yeej pov thaiv tus kheej, suav nrog rau tsom iav thaiv qhov muag thiab cov hnab looj tes nyob qhov chaw 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.
- Kev tu vaj tsev yuav tsum ua hauv lub chav thaum cov qhua tsis nyob lawm xwb. Cov neeg tu tsev yuav tsum tau txais lus qhia los ua kom txhob nyob ze nrog cov qhua thaum tab tom tu tsev. Cov neeg tu vaj tsev yuav tsum raug qhia kom muaj cov kev hloov pauv huab cua ua hauj lwm thiab/los sis qhib cov qhov rai thaum twg los tau tsuav qhib tau txhawm rau kom huab cua muaj kev hloov pauv.
- Cov tswv hauj lwm tsim nyog yuav tau txhawb nqa kom ntxuav tes, nrog xab npum thiab dej, thiab/los sis siv tshuaj tua kab mob ntawm txhais tes kom zoo rau cov neeg ua hauj lwm tom qab tau cuam tshuam nrog cov qhua, cov chav tu tsev thiab thaum qhib lub thawv xa ntawv los sis ua hauj lwm nrog tej chaw uas kov tas li. Cov kws tsav tsheb thauj neeg, cov neeg pab nqa hnab, thiab cov neeg tu tsev tsim nyog ntxuav lawv ob txhais tes tas li ncua sij hawm hloov sij hauj lwm thiab/los sis siv tshuaj ntxuav tes kom zoo.

- Yog tias ua tau, kev xa cov thawv ntim khoom yuav tsum tau ua kom tiav thaum cov qhua tsis nyob hauv lawv cov chav.
- Tsev tos qhua, chaw pw, thiab kev xauj tsev nyob ib ntus yuav tsum tau ua txhua yam kom ntseeg siab tau tias cov qhua paub meej txog txoj cai thiab cov txheej txheem tshiab ntawm thaj chaw ua ntej lawv yuav tuaj txog. Cov kev cai thiab cov txheej txheem uas pom zoo suav nrog tus tswj hwm lub tsev tos qhua los sis chaw pw muaj cai thim kev tshwj tseg ntawm ob tog nrog rau cov tuaj so uas muaj tsos muaj tus kab mob thiab muaj cov txheej txheem tshuaj xyuas tshiab, kev nyob xib nrug deb ntawm lub cev tus kheej, thiab lub sij hawm kev ntxuav tu kom huv thiab kev ntxuav tua kab mob ntawm hoob chaw nyob, cuab yeej khoom siv, thiab cov thaj chaw koom siv zoo li chaw sau npe-nkag so/chaw sau npe.
- Cov qhua thiab cov neeg tuaj saib tsim nyog ntsuam xyuas qhov kub txias thiab/los sis ntsuam xyuas thaum tuaj txog thiab hais kom siv tshuaj tua kab mob ntawm tes thiab rau lub npog ntsej muag. Tsim nyog muag cov ntaub npog ntsej muag rau cov qhua tus uas tuaj txog uas tsis muaj siv, yog tias pom. Yuav tau muaj paib qhia kom zoo los qhia rau daim ntaub npog ntsej muag kom yog thiab xyaum ua kev nyob sib nrug kom tab tom thaum siv tej vaj tsev.
- Ceeb toom rau cov qhua yuav tuaj so ua ntej kom lawv nqa ntaub npog ntsej muag thiab ua rau kom txhua tus neeg tuaj txog lawv muaj txhua leej, yog tias ua tau.



Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tuab Kab Mob

- Tu ntxuav kom huv si ntawm cov thaj chaw ua muaj neeg nyob coob xws li tsev tos qhua cov chaw so ua si, cov rooj sau npe-nkag so, rooj zaum tswb, cov chav so thiab cov chaw noj su, cov chaw hloov pauv, cov chaw thau khoom, cov chav ua noj, thiab cov chaw ntawm kev nkag thiab kev tawm suav nrog cov kev ntaiv, cov ntaiv, tes tuav, thiab cov tswj tus liv fais fab.
- Ntxuav tshuaj tua kab mob rau cov chaw uas siv tas li txhua hnub thiab yav tsaus ntuj, suav nrog tus tes tuav qhov rooj, cov tshuab muag khoom tsis siv neeg thiab cov tshuab ua dej khov, cov taws/tua teeb, cov xov tooj, cov tswj thiab daim qhov rooj ntawm lub tshuab ntxhua khaub ncaws thiab tshuab ziaib khaub ncaws, cov laub thawb hnab ntim khoom, cov tes kaw/qhib qhov rooj, cov chaw tawm rooj, thiab cov chaw ntxuav tes. Tua kab mob rau cov plag tsev uas tab tom tu kom huv txhua hnub. Tu tej khoom uas tsis hu ua ntej yuav tua kab mob.
- 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.

- Tsim kho cov chaw nyob hauj lwm, cov rooj ua hauj lwm, thiab pab tu cov txe rau khoom nrog rau ntxuav tu cov khoom kom huv si, suav nrog cov tshuaj ntxuav tes thiab cov tshuaj ntxuav xij so, thiab muab cov tshuaj ntxuav tes rau txhua tus neeg ua hauj lwm kom siv pab cov qhua.
- Ua kom ntseeg siab tias cov tsev rau khoom tua kom huv ua tau hauj lwm tas li thiab muaj khoom siv txhua lub sij hawm thiab muab xab npum, phum so dej, thiab tshuaj tua kab mob ntawm txhais tes ntxiv raws qhov xav tau.
- Thaum xaiv cov kuab kes mis los tua kab mob, cov tswv hauj lwm yuav tsum siv cov khoom uas pom zoo rau kev siv tiv thaiv kab mob COVID-19 nyob rau ntawm [Lub Chaw Hauj Lwm Tiv Thaiv Ib Puag Ncig \(Environmental Protection Agency, EPA\)-txoj kev teev](#) uas tau tso cai thiab ua raws cov lus qhia ntawm yam khoom ntawd. 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 qhia pab rau cov neeg ua hauj lwm txog kev siv tshuaj khes mis phom sij, cov lus lub chaw tsim qhia, yuav tau muaj kev lim huab cua kom zoo, thiab ua raws Cal/OSHA cov cai siv kom nyab xeeb. Cov neeg ua hauj lwm tab tom siv cov tshuaj tu kom huv los sis cov tshuaj tua kab mob tsim nyog rau hnab looj tes thiab lwm cov cuab yeej pov thaiv tus kheej raws li cov lus qhia siv ntawm qhov khoom siv. Ua raws li cov [kev ntxuav tu kom huv si rau muaj kev nyab xeeb duacov hau kev](#) California Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeem thiab xyuas kom muaj qhov cua tawm mus los tsim nyog.
- 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.
- Txo qhov pheej hmoo [kab mob Legionnaires](#) thiab lwm cov kab mob uas cuam tshuam nrog dej, [ua ntau kauj ruam](#) los ua kom ntseeg tias txhua cov kev ua hauj lwm txog dej thiab cov saib pom (xws li kais dej haus, dej txhuav zoo nkauj) nyab xeeb siv tom qab ua txheej txheem nres kho lub chaw ua hauj lwm.
- Zam kev sib qiv xov tooj, cov thes lej, koos pis tawj nqa ntawm tes, cov koos pis tawj txawb rooj, cov cwj mem, cov khoom siv hauv chaw ua hauj lwm los sis cov chaw ua hauj lwm raws qhov ua tau. Tsis txhob sib qiv PPE. Txhua cov cuab yeej thiab khoom siv uas siv sib koom yuav tsum tau muab ntxuav kom hu thiab muab ntxuav tua kab mob ua ntej, txhua lub sij hawm thiab tom yuav hloov rau lwm tus siv los sis txhua lub sij hawm hloov cov cuab yeej mus rau tus neeg ua hauj lwm tshiab. Qhov no suav nrog cov xov tooj, cov xov tooj cua, cov tshuab koos pis tawj thiab lwm cov

cuab yeej siv sib tham, cov cuab yeej siv them nqi, cov khoom siv hauv chav ua zaub mov, cov cuab yeej ua vaj tsev, cov pob nias kev nyab xeeb, cov plhaub ntim ntawv, cov thawv rau khoom tu tsev thiab cov cuab yeej tu vaj tsev, cov yum sij, cov moo tuav sij hawm, thiab txhua yam khoom uas yuav kov ncag nraim rau.

- Tsis txhob siv cov khoom uas sib qiv siv thiab cov khoom ua dej qab qib haus hauv chaw ua hauj lwm lub chaw ua noj haus (suav nrog rau kev sib koom lub chaw ua kas fes haus). Kaw cov tshuab ua dej khov uas siv neeg ua hauj lwm los sis siv cov tshuab uas siv tes.
- Ntsuam xyuas kev txhim kho lub tshuab ua huab cua kom ua tau huab cua zoo es nqa tau, txhim kho lub tsev lim cua kom ua hauj lwm tau zoo npaum li zoo tau, thiab hloov kho lwm qhov txhawm rau qhov ua kom tau txais cov huab cua sab nraud thiab kev hloov pauv huab cua hauv cov chaw ua hauj lwm thiab lwm qhov chaw.



Ua Txheej Txheem Ua Kom Huv thiab Tua Kab Mob rau Tsev Tos Qhua Cov Chaw Ua Hauj Lwm

- Txhua qhov rov qab siv tau, xws li cov ntawv xov xwm, cov ntawv qhia zaub mov, cov lus nthuav dav chaw ncig hauv lub zos, cov ntawv tam nyiaj (coupon), thiab lwm yam ntxiv, yuav tsum raug tshem tawm ntawm cov chav qhua. Ntaub ntawv tseem ceeb tsim nyog muab los siv ib zaug xwb pov tseg thiab/los sis tshaj tawm raws es lev taus niv.
- Cov khoom hauv chav ua noj, nrog rau cov lauj kaub, cov yias, thiab cov tais diav, yuav tsum tau ntxuav lub sij hawm txhua tus qhua nyob. Txhua lub tais yuav tsum tau ntxuav, suav nrog cov nyob hauv lub tsee thiab lwm qhov uas tau muab tso rau hauv lwm cov chav. Muab xab npum ntxuav tais diav thiab daim ntxuav tais diav tshiab uas tsis siv kom txaus rau txhua tus qhua thaum tuaj txog. Ntsuam xyuas qhov hloov cov tais diav hloov pauv ib zaug txhua zaus thaun noj hmo tag, yog tias ua tau.
- Ua tib zoo tu ntxuav tag nrho cov khoom siv fais fab thiab cov chaw ua noj hauv chaw noj mov, suav nrog tub yees tsee, lub qhov cub ncu, cov ua kas fes haus, cov ci qhaub cij, cov tub rau khoom noj, thiab lwm thaj chaw.
- Cov ntaub pua txaj tsis huv tsim nyog muab tshem tawm thiab muab thauj tawm ntawm tus qhua chav uas yog siv cov nab zawm ncauj thiab siv ib zaug pov tseg. Kev tshem tawm thiab kev tu kom huv ntawm cov phuum so dej thiab cov ntaub pua txaj thaum tus qhua xaus tsis siv lawm suav nrog rau cov khoom, yam tsis quav ntsej txog seb nws puas tau siv los sis tsis siv. Cov khoom no tsim nyog muab ntim hnab rau hauv

tus qhua chav tsis pub lwm tus mus kov thaum muab thauj tawm. Txhua daim ntaub pua txaj thiab khaub chaws ntxhua tsim nyog siv cua kub kom siab thiab ua kev tu kom huv raws nraim li [CDC cov lus qhia](#).

- Ntsuam xyuas kev txhob mus nyob hauv cov chav tsis muaj neeg ntev li 24 mus rau 72 teev tom qab tus qhua tau tawm mus, yog tias ua tau.
- Nyob rau xwm txheej uas nkag siab tias muaj xwm txheej COVID-19, tus qhua chav tsim nyog yuav raug muab tshem tawm tsis pub siv lawm thiab yuav tau muab cais tawm. Tus qhua chav tsis tsim nyog muab los siv kom txog thaum qhov xwm txheej raug lees los sis tu huv lawm. Qhov kev tshwm sim ntawm tus muaj kab mob, lub chav yuav tsum tsuas yog rov qab los muab kev pab cuam tom qab uas tiav cov txheej txheem ntxuav tua kab mob raws li [CDC cov lus taw qhia](#).
- Nruab lub taub cov tshuaj ntxuav tes, kom chwv tsawg tshaj plaws yog tias ua tau, ntawm txoj kev nkag cov qhua thiab cov neeg ua hauj lwm thiab cov chaw sib nug tiv toj xws li cov hauv kev nkag, cov chaw tos txais, tsev tos qhua cov chaw so ua si, cov kev nkag hauv tsev noj mov, cov chaw sab laj thiab cov chaw sib tham, cov chaw nce liv, cov pas dej da, cov chaw khw txiav thiab chaw tawm dag zog.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- Ua kev ntsuam xyuas los ua kom ntseeg tias lub cev nyob sib nrug yam tsawg kawg li ntawm rau feet ntawm cov neeg ua hauj lwm, cov qhua thiab zej tsoom neeg. Qhov no tuaj yeem suav nrog tej feem ntawm lub cev los sis kev ua hauj lwm (piv txwv kev tu daim plag tsev los sis kev teeb cov paib qhia los qhia tias cov neeg ua hauj lwm nyob qhov twg thiab/los sis cov qhua tsim nyog sawv qhov twg). Txhua qhov chaw uas cov qhua los sis cov neeg ua hauj lwm tsim nyog yuav tau ua cim qhia kom meej rau kev nyob kom sib nrug uas tab tom. Qhov no suav nrog kev sau npe nkag, kev sau npe tawm, cov chaw tos nce lub liv, cov chaw haus kas fes thiab cov chaw ua noj haus, thiab tsev tav xij thiab cov tsheb sib koom caij.
- Cov txheej txheem kev nyob sib nrug tsim nyog raug siv nyob rau tus neeg ua hauj lwm cov chaw so, cov chaw hnav khaub ncaws, cov chav kawm hauj lwm, cov chaw ua hauj lwm uas sib koom ua, neeg ua hauj lwm lub qhov rais muab kev pab (los ntawm lub qhov rais sib qhia) thiab lwm cov chaw ua yuav tau ua zoo saib txhawm rau kom cov neeg ua hauj lwm tau nyob kom sib nrug zoo.
- Cov rooj sib tham pib sij hauj lwm yuav tau ua hauv koos pis tawj los sis hauv xov tooj los sis nyob rau cov chaw uas kam rau lub cev nyob sib nrug ntawm cov neeg ua hauj lwm. Cov chav hauj lwm loj dua yuav tsum kem lub sij hawm tuaj txog kom txo tau qhov sib txiv coob nyob tom qab ntawm txoj kev mus rau hauv lub tsev thiab cov chaw nce liv.
- 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.
- Ua zoo xav muab kev pom zoo rau tus neeg ua hauj lwm uas thov hloov kho cov luag hauj lwm los txo qhov nyob ze nrog cov qhua thiab lwm cov neeg ua hauj lwm (piv txwv, kev tswj cov khoom muaj nyob hauv chaw cia dhau li ntawm kev saib xyuas qhua los sis kev ua hauj lwm kav tswj yuav tsum ua hauv koos pis tawj los sis xov tooj).
- 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.
- Rov kho dua tshiab ntawm cov chaw ua hauj lwm, cov chaw zaum ua hauj lwm, cov chaw zaum ua si, cov chaw ntawm lub rooj sau npe-nkag so, cov chaw ua lag luam, cov chaw thov kev pab cuam, thiab lwm qhov chaw kom paub meej thaj cov chaw ua hauj lwm thiab cov chaw tos qhua kom sib nrug deb tsawg kawg rau sab taw.
- Txhob txhawb kom neeg ua hauj lwm sib txwv nyob rau ntawm cov chaw muaj neeg mus los coob xws li cov chav dej thiab cov kev taug thiab

muab kem kom cov neeg mus taw mus tau ib sab kev xwb, yog tias ua tau, los txo kom tib neeg mus ib tus zuj zus.

- Txwv cov neeg ntawm cov neeg yuav caij hauv lub liv caij nce nqis. Siv cov paib tawm los qhia txog cov kev cai no.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tau zam kev tuav tes thiab kev hais nyob zoo sib thooj li no uas yuav ua tsis tau qhov nyob kom sib nrug.
- Zam kev sib txuas lus tim ntsej tim muag thaum xa khoom mus rau hauv lub chaw ua hauj lwm. Zam kev kov lwm cov cwj mem thiab cov txiag sau ntawv.



Cov Lus Qhia Txog Kev Nyob Sib Nrug Ntxiv rau Tsev Tos Qhua Kev Ua Hauj Lwm

- Cov qhua tuaj so yuav tsum nkag los ntawm lub qhov rooj uas qhib, yog tias ua tau thiab ua raws li cov kev cai tiv thaiv kev ruaj ntseg, los sis yog koj ua koj tus kheej los sis cov lus qhia ua los ntawm tus neeg ua hauj lwm uas nquag ntxuav tes tas li thiab/los sis siv cov tshuaj ntxuav tes kom huv.
- Cov txheej txheem thaum ncuaj sij hawm uas muaj neeg siv heev, suav nrog rau lub chaw txais tos qhua thiab kev hais kom qhua nyob sab nraud kom tswj tau lub cev qhov nyob sib nrug yam tsawg kawg yog rau feet ntawm cov neeg.
- Cov neeg ua hauj lwm tsim nyog qhib cov qhov rooj tsheb los sis tsheb tav xij.
- Tus qhua chav, chaw ntxhua khaub ncaws thiab kev ziaib kom qhuav, yuav tsum muaj qhov siv yooj yim uas yog tuaj nqa yam ua tsis tau nphav ntau thiab muaj txheej txheem xa kom zoo.
- Kev ua hauj lwm hauv tsev tos qhua thiab chaw pw nrog rau cov kev ntaus golf yuav tsum pub ib tus neeg kis las toj ib lub tawb nqa khoom xwb, tshwj tsis yog rau tib tsev neeg thiab cov neeg nyob ua ke, thiab ntxiv kev sib nrug ntawm lub sij hawm, thiab yuav tsum tsuas qhib ib zaug kev ntaus golf yog thaum raug tso cai rov qhib. Cov lus qhia ntxiv rau cov chaw ua si sab nraud muaj nyob rau ntawm [Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\) Resilience Roadmap lub vev xaib.](#)



Kev Txiaiv Ttxim Siab Ntxiv ntawm Kev Xauj Nyob Sij Hawm Tsis Ntev

- Cov tswj hwm chaw xauj, cov tswv chaw xauj sib koom ua ke, thiab lwm cov tswv tsev xauj thiab cov neeg xauj **yuav tsum xauj chav uas tsis muaj neeg nyob xwb thiab tsis tuaj yeem xauj chav los sis chaw uas tseem muaj neeg nyob ua ntej thaum tsis tau txais lwm yam kev ceeb toom.** Ib chav nyob los sis chav xauj uas yog xauj thaum lub sij hawm tus tswv tsis nyob rau hauv lawm tiag tseem muaj nyob tiag los sis sib cais tawm lawm sab nraud kev nkag mus thiab kev tawm uas tsis tas yuav siv lwm yam yooj yim los sib koom ua ke, thiab lwm yam uas tsis raug tiv thaiv, yuav tsum txiaiv txim siab rau ib yam uas tsis muaj kev tiv thaiv. Nws yog qhov uas nyuaj heev uas yuav los tswj kev tu ntxuav kom huv thiab ntxuav tu tua kab mob raws li txoj cai yog thaum cov neeg nyob hauv tsev, cov neeg xauj tsev, thiab cov qhua tuaj ntawm cov tsev neeg sib txawv koom cov khoom siv xws li cov khoom siv hauv chav ua noj, chaw ntxhua khaub ncaws, lwm yam ntxiv. Lub tsev nyob sib koom, koom ib ntus kuj ua rau muaj kev phom sij nrog tus neeg sib txawv kom tiv thaiv kev kis mob nthuav dav ntawm tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- Cov tswj hwm vaj tse, cov tswv sib koom, thiab lwm cov tswv tsev thiab cov tswv yuav tsum qhia txog ntawm tus kheej los sis kev xib nrug ntawm kev sau npe-nkag so thiab sau npe tawm tsev so, yog ua tau. Txiaiv txim siab txhim kho qhov chaw xauv uas tseem ceeb los sis yog lub ntsuas phoo xauv uas muaj cov pob lej nyem, thiab muab kev taw qhia rau cov neeg xauj kom lawv tus kheej yuav tsum nkag mus tau.
- Yog tias ua tau, siv tus qhauv sau npe-nkag so thiab sau npe tawm tsev so kom raws cov sij hawm, thiab zam kom tsis txhob tuaj txog ntxov dua los sis tawm qeeb dua txhawm tsis pub rau kom cuam tshuam cov txheej txheem kev ntxuav tu kom huv lub sij hawm cov qhuav nyob.
- Daim paib tsim nyog yuav tsum tau tshaj tawm kom pom tseeb nyob ntawm txoj kev nkag thiab lwm qhov chaw tseem ceeb ntawm cov cuab yeej siv cov npog lub ntsej muag thiab cov kev coj ntawm tus kheej tam sim no uas coj tsis raug mus rau txhua cheeb tsam.
- Ua raws li cov txheej txheem kom tsim nyog txhawm rau ntxuav tu kom huv thiab ntxuav tua kab mob lub chav xauj txhua zaus tom qab txhua tus qhua nyob. Qhov no suav nrog kev so thiab kev ntxuav tu kom huv thiab kev ntsuav tua kab mob rau txhua qhov chaw uas chwv siab, suav nrog cov las tav txaj, cov rooj, cov lub nyem tso TV, taub hau txaj, cov tsee rau khoom, cov khoom siv hauv chav ua noj, tub yees cov tes tuav, lub pob ntswj qhov cub fais, daim iav tsom, thiab lwm cov khoom ntxiv.
- Tshem txhua cov khoom seem rov qab, cov khib nyiab, thiab cov khib nyiab txhua yam ntawm lub hoob xauj. Tuav kho txhua lub thoob khib

nyiab, txhawm rau qhov ua kom yooj yim dua ntawm kev pov tseg cov ntaub so ntswg thiab khib nyiab lwm yam. Muab txhua yam cov khoom noj uas tus qhua tau tseg rau hauv lub tub yees, qhov chaw txias, thiab tub rau mov noj pov tseg kom tag.

- Txhua daim ntaub yuav tsum tau muab tshem tawm thiab muab ntxhua txhua lub sij hawm thaum tus qhua nyob txhua zaus, suav nrog cov khoom uas zoo li tseem tsis tau siv. Thaum tu lub txaj, phuam da dej, los sis lwm yam khoom ntxhua hauv lub hoob xauj, rau cov hnab looj tes tag ces pov tseg yog thaum kov cov khoom uas tsis tau ntxhua thiab muab pov tseg tom qab siv tas txhua zaus. Muab xab npum ntxuav tes los sis siv tshuaj ntxuav tes tam sim ntawd tom qab hle hnab looj tes tawm. Tsis txhob khaws cov ntaub pua chaw seem los sis hauv lub hoob xauj. Muab cov yam khoom no nkaus xwb thaum muaj kev thov.
- Tsis txhob co cov khoom uas tsis tau ntxhua. Qhov no yuav ua kom tsawg li tsawg tau ntawm qhov nthuav dav kev kis tus kab mob los ntawm huab cua. Cov tshuab ntxhua khaub ncaws yuav tsum ua raws li cov khw tsim khoom ntawd cov lus qhia. Cov tshuab ntxhua khaub ncaws siv qhov chawm tsim cov dej sov kom tsim nyog tshaj plaws rau cov khoom thiab cov khoom qhuav kom zoo tshaj plaws. Tu ntxuav kom huv thiab tshuag tshuaj tua kab mob rau cov pob tawb ntim khoom raws li txoj kev taw qhia saum toj rau cov npoo. Yog tias ua tau, xav txog qhov muab ib daim ntaub pua chaw uas pov tseg tau thiab muab mus pov tseg txhua zaus tom qab siv los sis tuaj yeem coj mus ntxhua tom qab siv tag txhua zaus.
- Ua kom huv si rau tag nrho tej npoo raws li ntaub ntawv qhia los ntawm tus tsim tawm, raws li tsim nyog. Tshem tej av uas ntsia pom thiab tej qhov lo av thiab ua kom huv los ntawm kev siv tsuaj ua kev nyiam huv rau qhov khoom. Yog tias ua tau, siv tshuab ntxhua tej khoom raws li ntaub ntawv qhia los ntawm tus tsim.
- Cov khoom hauv chav ua noj, nrog rau cov lauj kaub, cov yias, thiab cov tais diav, yuav tsum tau ntxuav lub sij hawm txhua tus qhua nyob. Txhua lub tais yuav tsum tau ntxuav, suav nrog cov nyob hauv lub txee thiab lwm qhov uas tau muab tso rau hauv lwm cov chav. Muab xab npum ntxuav tais diav thiab daim ntxuav tais diav tshiab uas tsis siv kom txaus rau txhua tus qhua thaum tuaj txog. Ntsuam xyuas qhov hloov cov tais diav hloov pauv ib zaug txhua zaus thaun noj hmo tag, yog tias ua tau.
- Tom qab txhua tus qhua nyob, tu tag nrho tej khoom siv thiab tej chaw thiab chav ua noj kom huv zoo, xam muaj, tej txee hauv thawv txias, qhov cub, cuab yeej ua kas fes, cuab yeej ci mov ci, chav cia khoom noj, thiab lwm qhov chaw.
- 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.

- Tej tsev tawm rooj, chaw da dej, dab da dej, dab ntxuav tes, tub rau khaub ncaws, thiab yuav tau tsuag tshuaj tua kab mob rau tej txee los ntawm kev siv tsuaj ua kev nyiam huv rau tej npoo uas tau txais kev pom zoo rau siv tawm tsam KAB MOB COVID-19 los ntawm EPA. Tej iav thiab txhua yam iav yuav tau so rov nqis hav. Chav tsev dej yuav tsum tau raug nqus pa av thiab los sis so.
- Ua kom tej chaw xauj nyob muaj xab npum ntxuav tes, ntawv so tes, ntawv siv tawm rooj, tshuaj tsuag tua kab mob los sis so, thiab tshuaj ntxuav tes ntiv.
- Yog hais tias siv ib lub tuam txhab sab nrauv los sis cov neeg uas txawj ua kev nyiam huv, qhia rau lawv txog tej uas xav tau thiab tej qauv kev npaj rau kev ua kev nyiam huv thiab tsuag tshuaj tua kab mob, thiab muab kom tau tias lawv raug taug qab ntsoov los ntawm lub tuam txhab ua kev cog lus.
- Txuas lus nrog cov qhua txog tej qauv ua kev nyiam huv thiab kev nyab xeeb uas tau nqis tes ua lawm, tag nrho ua ntej neeg so thiab lub sij hawm uas so, los ntawm phau me nyuam ntawv qhia txog cov ntsiab lus uas teev tseg thiab txheej xwm teej tug. Ua kom nteeg siab tau tias cov qhua nkag siab tag nrho cov xwm txheej nkag los thiab tawm mus thiab tag nrho txhua yam vaj tse uas ua tshiab los sis tej cai tswj uas xav tau (piv txwv li, tej kev hloov pauv rau tej kev pab cuam hauv tej chaw so).
- Kev thov kev pab cuam yuav tau xav nrog kev nyab xeeb ntawm tus muab kev pab cuam li kev kho vaj tse thiab cov qhua. Txhawm rau ceev kev nphav raug, txav kev kho vaj tse uas tsis tseem ceeb mus rau lwm hnub nyob rau lub sij hawm uas nyob rau tsev xauj thiab tsuas tswj cov teeb meem uas maj rawm nkaus xwb xws li tau txais kev tso cai los ntawm kev cai lij choj uas siv tau nrog raws li ua tau.
- Xyuas kom ntseeg siab tau tias txhua cov HVAC/lim cua raug hloov raws li tus tsim tawm cov ntaub ntawv qhia. Xav seb puas yuav hloov cov lim cua kom sai zog yog hais tias tsim nyog. Siv cov lim cua uas lim tau cua zoo thiab tau txais txiaj ntsig zoo. Tsis txhob chwv cov npoo ntawm cov lim cua uas siv lawm thiab muab tshem tawm thiab muab pov tseg yam chwv tsawg kawg kiag los ntawm kev siv hnab looj tes.
- Xav txog kev cia chav xauj nrug li 24 mus txog rau 72 xuab moos tom qab ib tug qhua tawm mus lawm, yog hais tias ua tau.
- Lub tsev xauj twg muaj lub hom phiaj rau coob leej tuaj koom ua ke xws li rooj ncauj lug loj los sis rooj sib tham, tsim nyog yuav tau txhob qhib kom txog rau thaum tuaj yeem rov qhib kev ua haujlwm tau dua tso.



Kev Txiaiv Txim Siab Ntxiv rau Tej Pas Dej Da Ua Si thiab Tej Chaw Sib Tw Ua Luam Dej

- Tsev so, kev nkag so, thiab kev xauj siv cha daj dej ncuva luv thiab tej chaw da dej ua si yuav tsum tau ua ntau kauj ruam ntxiv txhawm rau kom tso siab tau tias tej chaw ntawv raug ua kev nyiam huv zoo thiab raug tsuag tshuaj tua kab mob rau qhua siv, raws li [CDC cov ntaub ntawv taw qhia](#).
- Tsev so los sis cov neeg ua hauj lwm tsev so uas muaj pas dej ua si ua muaj tej chaw ua zawv zawg dej, chaw caij hauv dej, los sis lwm yam chaw dej rub neeg lub siab nyiam yuav tsum tau kaw tej chaw ntawv kom txog rau thaum tuaj yeem rov qhib tau rau ua hauj lwm dua. Cov pas dej da ua si kiag tseem qhib tau.
- Thov cim tseg tias chav zuaj ib ce, chav ncu, thiab thawv dej kub tseem raug kaw kom txog rau thaum rov qhib tau kev ua hauj lwm dua.
- Cov chaw da dej ua si uas nyob sab hauv tsev, yuav tsum tau rau ntaub npog qhov ncauj thaum uas tawm hauv pas dej los sis hauv chaw da dej lawm, tshwj tsis yog tias raug zam los ntawm kev taw qhia CDPH. Cov ntaub npog qhov ncauj tuaj yeem ua nyuab rau kev ua pa tawm thaum nws ntub lawm. Yuav tau muab cov ntaub npog qhov ncauj tso rau ib qho thaum tsis siv lawm kom lwm tus tsis txhob yuam kev tuav tau.
- Cov pas dej da ua si uas nyob sab nraum zoov, yuav tsum tau rau ntaub npog qhov ncauj thaum tsis nyob hauv dej lawm thaum uas tsis tuaj yeem nyob sib nrug deb li 6 foot tau, tshwj tsis yog tias raug zam los ntawm cov ntaub ntawv taw qhia CDPH.
- Nyob nrug deb kev tsuag tshuaj (1-10 feem ntawm ib lab tsis muaj tshuaj chorine los sis 3-8 ppm bromine) thiab pH (7.2-8).
- Sab laj nrog lub tuam txhab los sis tub txawj ntse (engineer) uas tawm qauv qhov chaw sib tw ua luam dej txhawm rau txiaiv txim siab qhov twg [ntawm hom tshuaj tsuag tua kab mob List N uas tau txais kev pom zoo los ntawm EPA](#) yog hom zoo tshaj rau qhov chaw sib tw ua luam dej. Xyuas kom tso siab tau tias [muaj kev nyab xeeb thiab yog rau kev siv](#) thiab khaws cia tej tshuaj tsuag kab mob, xam muaj kev khaws cia kom nrug deb ntawm me nyuam.
- Teeb tsa ib qho kab ke khaws es kom tej rooj tog thiab tej khoom (piv txwv li tog zaum ib) uas yuav tau ua kom huv thiab tsuag tshuaj raug khaws cia rau ib qho tsis pub xyaw nrog tej rooj tog uas twb ua huv thiab tsuag tshuaj tua kab mob tag lawm. Sau ntawv rau tej thawv uas rau cov khoom siv uas tseem tsis tau ua kom huv thiab tsis tau tsuag tshuaj tua kab mob thiab cov thawv uas ua rau cov khoom uas ua kom huv thiab tsuag tshuaj tua kab mob tag lawm.
- Pas khuam phuam da dej thiab khaub ncaws raws li tus tsim tawm li ntaub

ntawv qhia. Siv cov dej sov tshaj plaws raws li tsim nyog thiab ziaib tej khoom kom qhuav qhuav. Yaws tej phuam da dej los ntawm kev rau hnab looj tes uas siv ib zaug pov tseg thiab zam kom chww tsawg tshaj plaws, piv txwv li tsis txhob nchos daim phuam.

- Txhawb kom neeg txhob siv khoom ua ke, tshwj xeeb mas yog tej khoom uas ua kom huv nyuab thiab tsuag tshuaj tua kab mob nyuab los sis cov khoom uas yuav los chww rau lub ntsej muag (piv yxwv li tsom qhov muag, tsom qhov ntswg, thiab khoom coj ua pa).
- Xyuas kom ntseeg siab tau tias lub chaw muaj tej khoom siv txaus rau qhua, xws li tej daim rauj hmab ua luam dej, kav rauj hmab ua luam dej, thiab lwm yam khoom ua kom ntab, txhawm rau kom muaj kev sib faib siv tsawg tshaj plaws raws li qhov ua tau. Ua cov khoom kom huv thiab tsuag tshuaj tua kab mob tom qab siv tag txhua zaus.
- Hos cov chaw sib tw ua luam dej uas nyob rau sab hauv tsev ces, ua kom muaj cua nkag tau sab nraum zoo los kom ntau li ntau tau los ntawm kev qhib qhov rais thiab qhov rooj, siv kiv cua, los sis lwm txoj hau kev. Txawm li cas los xij, tsis txhob qhib qhov rais thiab qhov rooj yog hais tias kev qhib li ntawv ua rau muaj kev pheej hmoo rau kev nyab xeeb rau tej neeg ua hauj lwm, tej qhua, los sis cov neeg ua luam dej.
- Hloov txav tej chaw nyob chaw zaum uas ncig ntawm lub pas dej kom ua rau sawv thiab zaum sib nrug deb tau daws li qhov yuav tsum tau nrug. Qhov no kuj yuav xam muaj kev tshem tej tog zaum ib los sis lo ntaub rau kom tsis txhob zaum.
- Muab cais ua kab los sis taw qhia ua kab (piv txwv li tej kab cais hauv dej los sis rooj zaum ib thiab rooj txawb saum tej lawj, tej plag tsev, los sis tej kev taug) thiab tej ntawv los ntawm tej kom tseeg siab tau tias cov neeg ua hauj lwm, cov qhua, thiab cov neeg ua luam dej nyob sib nrug li rau feet ntawm lwm tus, tag nrho hauv dej thiab saum nruab nquab.
- Nyob rau qhov ua tau, nruab cov laj kab uas dej xau tsis tau xws li Plexinglas rau ntawm qhov chaw uas cov neeg ua hauj lwm thiab cov txhawb nqa yuav tsum tau muaj kev sib cuam tshuam thiab nyob kom sib nrug nyuab.
- Xav txog kev txwv tsis pub siv pas dej los sis nqis tes ua lwm yam los mus txhawb yam tsawg kawg kias sib nrug li rau feet. Qhov no xam muaj cov kab txwv uas thoob plaws rau cov pas dej sib tw ua luam dej thiab txoj kab txog ib nrab rau ib yig zuj zus siv.
- Ua kom tso siab tau tias cov tub coj xwm muab neeg poob dej tus uas saib ntsoov tsam neeg poob dej puas leej raug kom tsis soj ntsuam kev ntxuav tes, siv ntaub npog ntseg muag, los sis kev sib zam kom sib nrug. Txib txoj hauj lwm kev soj ntsuam no rau lwm tws neeg ua hauj lwm.
- Cov chaw sib tw ua luam dej tsim nyog yuav tau zam tej dej num uas ua

pab ua pawg thiab tsim nyog yuav tau paub txog cov cai uas xav tau los rau kev sau los ua ke txhawm rau txiav txim siab seb puas tuaj yeem nres cov chav xyuam sib tw ua luam dej, chav kawm kev ua luam dej, kev xyaum ua luam dej pab pawg, pab pawg ua luam dej tiav, los sis koob tsheej ua luam dej.

- CDC txoj [Cai Kev Noj Qab Nyob Zoo Ntawm kev Sib Tw Ua Luam Dej \(Model Aquatic Health Code\)](#) muaj cov kev qhia tawm kom ua raws ntxiv txhawm rau pov thaiv kev mob nkeeg thiab kev raug mob nyob rau ntawm tej pas dej da ua si rau sawv daws.

¹ Cov hau kev tseev kom ua ntxiv yuav tsum tau xav txog rau cov neeg uas txaus siab hlo ua. Lub tsev so, kev so, thiab cov tsev xauj uas lag luam yuav tsum tau ua kom tau raws li tag nrho [Cal/OSHA](#) cov qauv thiab npaj tseg raws li nws cov kev taw qhia los kuj ib yam li kev taw qhia los ntawm [Cov Chaw Ua Hauj Lwm Kev Tuav Tswj thiab Kev Pov Thaiv Kab Mob \(CDC\)](#) thiab [Rooj Tsav Xwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Nyob Zoo Rau Sawv Daws 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.

