



COVID-19 LUS QHIA TXOG KEV UA LAG LUAM:

Cov Khw Muag Khoom

Lub Xya Hlis, Tim 29, 2020

covid19.ca.gov



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 nyooog 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,
- ✓ cov neeg ua hauj lwm thiab cov tub lag luam/cov qhua siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg (ntawm qhov chaw uas tsis tas siv kev pov thaiv kev ua pa),
- ✓ 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

Daim ntawv no muab lus qhia rau cov khw muag khoom kom txhawb pab kev nyab xeeb, cov chaw ib puag ncig kom rau cov neeg hauj lwm. Qhov lus qhia tsis muaj lub siab los tshem los sis muab ib tug neeg hauj lwm twg txoj kev muaj cai, tsis hais ua raws txoj cai lij choj raws txoj cai tswj hwm los sis kev sib cov yom ua pab pawg, thiab tsis yog tag txhua yam, raws li nws tsis suav nrog cov lus txib txog kev noj qab haus huv hauv lub nroog, tsis tas li ntawd nws kuj tsis yog ib qho kev hloov pauv rau qhov kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv uas cuam tshuam rau cov cai tseev kom ua uas yeej muaj los lawm xws li cov ntawm Cal/OSHA.¹ Hloov raws nraim li cov kev hloov tshiab tam sim no ntawm cov lus qhia kev noj qab haus huv thiab cov lus txib ntawm lub xeev/lub zej zog, raws li qhov teeb meem ntawm kab mob COVID-19 muaj mus tom ntej. Cal/OSHA muaj ntau cov lus qhia kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv nyob rau hauv lawv [Phau Ntawv Qhia Cal/OSHA nyob rau ntawmnplooj vev Cov Kev Tseev Kom Ua los Tiv Thaiv Cov Neeg Hauj Lwm ntawm Tus Kab Mob Coronavirus](#). CDC tseem muaj lus qhia ntixiv [rau cov tswv lag luam thiab cov tswv hauj lwm](#) thiab rau [cov khw muag khoom](#).

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 sij hawm 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;
- Nyob rau hauv tej lub chaw los sis qhov chaw uas muaj lwm tus neeg nyob ib ncig (tsis xam nrog cov neeg hauv tsev neeg los sis cov neeg zej zog nyob ib ncig hauv) uas tuaj thaum tsis tuaj yeem ua kom lub cev nyob sib nrug 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](#). Yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau lwm xwm txheej, thiab cov tswv hauj lwm tuaj tsim tau lwm cov cai npog qhov ncauj qhov ntswg ntxiv kom muaj kev nyab xeeb rau cov neeg ua hauj lwm thiab qhov chaw ua hauj lwm muaj kev noj qab haus huv. 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 ib 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 chaw lag luam yuav tsum tau txhim kho cov cai rau kev tuav tswj cov kev zam no rau cov tsev cuab, cov neeg tuaj yuav khoom, cov qhua, thiab cov neeg hauj lwm



Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb Xeeb Chaw Ua Hauj Lwm

- Teeb tsa sau ua ntaub ntawv, ntsuam xyuas lub chaw ua hauj lwm tshwj xeeb rau lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19 nyob rau txhua qhov chaw, ua kev ntsuam xyuas qhov pheej hmoo kom txhij txhua ntawm txhua cov hauj lwm thiab cov luag hauj lwm, thiab teeb ib tus neeg nyob rau ntawm qhov chaw teeb tsa los lis hauj lwm 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 txog ntaub ntawv rau kev sib txuas lus rau chaw hauj lwm ntsig txog kev noj qab haus huv hauv zos qhov chaw uas ua hauj lwm rau kev sib txuas lus txog ntawm kab mob COVID-19 kev sib kis ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab 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.
- Teeb tsa ua kev ntsuam xyuas tas li rau lub hom phiaj ua kom tau raws thiab ua ntaub ntawv thiab txheeb txog qhov tseem ua tsis tau zoo.
- 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 cov txheej txheem tseem ceeb thiab cov txheej txheem thaum lub chaw ua hauj lwm muaj qhov kev sib kis kab mob, saib raws li [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 kev ntsuas txog qhov kub txias thiab/los sis kev ntsuam xyuas tus yam ntxwv mob uas yog kev siv [CDC cov lus qhia](#).
- 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](#).
- 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 ntshiab 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.
- 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 lwm thiab tsis nyob ntawm txoj hauj lwm (saib nqe lus qhia Kev Nyob Sib Nrug 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 nrug thiab kev nquag ntxuav tes tas li.
 - Kev npog ntsej muag yuav tsum npog kom tau qhov ncauj qhov ntswg.
 - 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.
- 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 lwm, thiab cov cai uas tus tswv hauj lwm tau hloov kho los ua kom ntseeg tias 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 ntseeg tias cov tuam txhab muaj ntawv cog lus ua hauj lwm ywj pheej, cov neeg ua hauj lwm ib ncua sij hawm, los sis cov neeg ua hauj lwm uas muaj ntawv cog lus nyob rau ntawm lub chaw ua hauj lwm 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 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.
- Ntaub ntawv qhia txog cov txiaj ntsig hnuv so uas them nyiaj rau tus neeg ua hauj lwm yuav muaj cai rau los txais uas ua kom tau txais nyiaj yooj yim zog rau kev los nyob hauv tsev. Saib ntaub ntawv paub ntxiv tau ntawm [cov phiaj xwm ntawm tsoom fwvuas txhawb pab txog cov hnuv so rau kev mob nkeeg thiab cov nyiaj pab rau neeg hauj lwm ntawm kab mob COVID-19](#), xws li cov neeg hauj lwm cov kev muaj cai raws [Tsab Cai Kev Tawm Tsam Kab Mob Corona Thawj Zeeg ntawm Cov](#)

[Tsev Neeg](#) thiab cov neeg hauj lwm cov kev muaj cai rau nyiaj txiaj ntsig pab kho mob ntawm neeg hauj lwm thiab nqe kev teev xam tseg ntawm txoj hauj lwm-cuam tshuam rau ntawm kab mob COVID-19 raws li Tus Thawj Tswv Xeev [Tsab Lus Txib N-62-20 nyob rau thaum uas Tsab Lus Txib sij tau.](#)



Yuav Tau Tswj Saib Xyuas thiab Ntsuam Xyuas Txhua 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 tseev kom muaj kev kuaj-tus kheej tom tsev, uas muab tau txoj hauv kev xaiv uas tsim nyog rau nws ntawm lub chaw hauj lwm, yam tsum paub tau meej tias tus neeg hauj lwm ntawd tau kuaj tus kheej lawm ua ntej tawm tom tsev tuaj rau lawv sij hauj lwm thiab tau ua raws [cov qaav cai ntawm CDC](#), raws li qhov uas tau piav qhia nyob hauv tsooj Cov Ncauj Lus rau Kev Xyaum ntawm Neeg Hauj Lwm 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 tsum iav thaiv qhov muag thiab cov hnab looj tes nyob qhov chaw tsim nyog. Qhov no suav nrog kev tiv thaiv rau tus neeg khaws nyiaj, cov neeg thau nyiaj, thiab lwm tus neeg hauj lwm nrog kev sib chww mus los rau cov neeg tuaj yuav khoom.
- 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.
- Cov neeg hauj lwm kuj tseem yuav tsum tau muab thiab siv cov khoom tiv thaiv thaum thau tawm thiab khaws cov khoom thauj. Cov neeg hauj lwm yuav tsum tshuaj xyuas cov khoom xa tuaj thiab tua kab mob ntsuam xyuas ua ntej khaws cov khoom cia hauv cov chaw cia khoom thiab cov hauj lwm thaum muaj cov tsos ntia tau tias tsis zoo.

- Cov neeg muag khoom yuav tsum ua raws cov kev ntsuas tsim nyog, suav nrog kev lo paib rau hauv cov chaw yam muaj tswm yim thiab cov chaw pom tau zoo, txhawm rau kom ceeb toom rau zej tsoom tias lawv yuav tsum siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab tswj ncua kev sib nru.



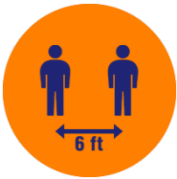
Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tuab Kab Mob

- Ua tib zoo tu ntxuav kom huv rau hauv cov chaw nyiam mus los ntawm cov chaw ua hauj lwm, xws li chav so, chav noj su thiab thaj chaw nkag thiab tawm xws li cov pas tuav ntawm txoj kev taug, chaw nce ntiav, cov tshuab ntaiv nqa, cov ntaiv nce, thiab cov tswj lub ntaiv hluav taws xob. Nquag tua kab mob rau tej phab ntsa, xws li cov laub yuav khoom, cov pob tawb, pob tw tsheb, cov hlua ntaiv qub nqa khoom, cov chaw sau npe (xws li chaw kuaj neeg tawm), chaw kuaj, chaw sau npe hauv xov tooj, cov cuab yeej siv tes tuav, cov txee, cov tes tuav ntawm qhov rooj, cov tub, daim pob ntaus LEJ ATM, cov pob txhawb pab cov neeg tuaj yuav khoom, cov chaw ntxuav tes, thiab lwm yam.
- Tu ntxuav thiab tua tshuaj rau cov khoom siv ua ke, xws li yog tab sis tsis tag rau, cov laub nqa khoom, tus ntaiv, cov laub thauj khoom, cov moos qhia sij hawm, cov chaw them nyiaj, thiab cov npij sau ntawv ntawm txhua qhov uas siv.
- Tus ntxuav cov npoo uas tuav txog rau nyob rau thaum yuav hloov sij hawm lawm los sis hloov cov neeg siv, uas yog qhov nquag ua, xws li yog tab sis tsis tag rau cov npoo chaw ua hauj lwm, thiab cov cuab yeej siv tswj ruaj chaw thiab tshem tau.
- Nruab txoj nkag thiab tawm ntawm cov neeg tuaj yuav khoom, cov chaw xyuas kev tawm, cov chav hloov khaub ncaws ntawm cov neeg tuaj yuav khoom yam uas siv cov tshuaj tua kab mob uas tsim nyog, xws li cov tshuaj ntxuav tes thiab cov phuam so tua kab mob, thiab muab cov tshuaj ntxuav tes rau txhua tus neeg hauj lwm nyob tom ntej (piv txwv li, cov neeg khaws nyiaj).
- 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, phuam so dej, thiab tshuaj tua kab mob ntawm txhais tes ntxiv raws qhov xav tau.
- Txhawm rau txo qhov kev phom sij ntawm [kab mob Legionnaires](#) thiab lwm yam kab mob uas cuam tshuam nrog dej, [siv cov kauj ruam](#) los ua kom paub meej tias txhua cov ciav thiab kais dej (piv txwv li, cov kais dej haus, cov chaw txaus dej zoo nkauj) tias muaj kev

nyab xeeb los siv tom qab lub chaw hauj lwm kaw cia ncu nteev.

- Muab cov khoom los txhawb rau cov neeg ua hauj lwm kom ua kev nyiam huv tus kheej. Qhov no yuav suav nrog cov ntaub so ntswg, tsis chww cov thoob khib nyiab, tshuaj ntxuav tes, lub sij hawm txaus rau kev ntxuav tes, haus cawv ntxuav tes, ntxuav cov tshuaj ntxuav tes, thiab phuam pov tseg.
- 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 tawm tsam COVID-19 nyob rau qhov [Koom Haum Pov Thaiv Huab Cua Ib Puag Ncig \(EPA\)-tau pom zoo rau](#) 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 txhum. 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. Coj raws li [cov hauv kev siv kom nyab xeeb](#) tau muab kev pom zoo los ntawm California Chaw Hauj Lwm ntsig txog Pej Xeem Kev Noj Qab Haus Huv (California Department of Public Health) thiab ua kom ntseeg tias muaj kev lim cua kom zoo.
- Kho los sis hloov kho cov teev sij hawm ua hauj lwm hauv khw kom muab sij hawm txaus rau kev kev tu ntxuav kom thoob, tsis tu ncu thiab los khaws cov khoom ntim cia. Cais cov kev khaws khoom tawm kom cov neeg nyob qib qub yog hauv cov kem yuav khoom ntawd sib txawv.
- Muab sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los ua kev tu kom huv ncu sij hawm lawv sij hauj lwm. Cov hauj lwm kev tu ntxuav yuav tsum tau muab teev rau hauv cov teev sij hawm ua hauj lwm yam li yog ib feem ntawm tus neeg hauj lwm txoj hauj lwm. Nrhiav cov kev xaiv rau lwm feem neeg xws li cov tuam txhab tu ntxuav los pab tu nthuav kom tau raws qhov xav tau, raws li tsim nyog yuav tsum tau ua.
- Nruab cov cuab yeej uas tsis muaj tes tuav, yog tias ua tau, xws li cov teeb tsa tuav tswj kom ua hauj lwm, cov tshuab them nyiaj uas tsis siv tes mus chww, cov xab npum nws tawm nws los thiab cov ntaub so uas ntim hauv cov taub, thiab cov ntshuab npav sij hawm.
- Txhawb txoj kev siv daim npav debit los sis credit los ntawm cov neeg tuaj yuav khoom, piv txwv li, los ntawm kev kos npe.
- Xav txog kev nruab lub cua uas nqa mus los tau uas muaj zog ua kev nyiam huv tau zoo, kho vaj tse tej khoom lim cua kom siv tau txog

qhov tau txais txiaj ntsig siab tshaj plaws li ua tau, thiab ua kev hloov kho kom ntxiv qhov ntau rau cov cua sab nrauv los thiab lam cua hauv tej chaw ua hauj lwm tawm mus thiab lwm qhov chaw.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- Cov khw muag khoom yuav tsum tsim txoj kab cim rau lub txhee qhov rais muag khoom los sis nyob rau sab nraum zoov kom pom tseeb uas tswj ncua kev sib nrug yam siv qhov kev ntsia kom nyob sib nrug los sis lwm cov kev ntsuas, thiab tau yuav khoom tau nyob ntawd los sis muaj kev xa tau mus tom tsev.
- Ntsuas tas li kom pom tias muaj kev nyob sib nrug deb yam tsawg kawg rau kauj ruam ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg yuav khoom. 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).
- Siv cov kev ntsuas rau ntawm cov chaw kauj neeg tawm kom txo qis kev sib cwv ntawm cov neeg khaws nyiaj thiab cov neeg tuaj yuav khoom, xws li cov laj kab thaiv Plexiglas.
- Txiaiv txim siab muab cov neeg hauj lwm uas thov cov hauj lwm hloov kho uas yuav txo lawv txoj kev sib cuag nrog cov neeg yuav khoom thiab lwm tus neeg hauj lwm (piv txwv, tswj cov khoom lag luam tsis yog ua hauj lwm ntawm lub rooj sib tham los sis tswj cov kev xav tau los ntawm kev sib tham).
- Hloov kho cov rooj sib tham tim ntej tim muag, yog tias tsim nyog, ua kom tswj tau ncua kev sib nrug thiab siv cov rooj sib tham ib leej kom tsawg dua qub rau ntawm cov chaw hauj lwm los tuav cov qauv cai ncua kev sib nrug.
- Teev cov kev txwv ncua ciam qhov coob ntawm cov neeg hauj lwm hauv cov chaw nyob sib ze txhawm rau kom paub meej tias nyob sib nrug tau yam tsawg kawg yog rau fij txhawm rau kom txwv tau kev kis kab mob.
- 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.
- 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.
- Kaw cov chaw haus cawv hauv khw muag khoom, cov chaw luj muag

khoom, thiab tsum tsis txhob khaws qauv ntawm cov khoom.

- Rau siab los tswj cov teev lub sij hawm yuav khoom rau cov pej xeeb muaj kev phom sij, xws li cov laus thiab cov muaj mob, kom zoo tshaj nyob rau lub sij hawm tom qab ua tiav kev tu nthuav.
- Nce cov kev xaiv thauj khoom thiab nqa khoom rau cov neeg tuaj yuav khoom txhawm rau pab txo qis cov sib chww mus los hauv khw thiab tswj ncua kev sib nrug, xws li kev xaj khoom hauv online thiab kev txais khoom ntawm lub txhee qhov rais muag khoom.
- Muab txoj kev nkag uas tawm qauv los tib txoj, meej tseeb thiab cais txoj kev tawm cia tshwj xeeb txhawm rau pab tswj ncua kev sib nrug raws li qhov ua tau.
- Kho cov cai kev nyob ua ke coob uas siab tshaj plaws raws li qhov loj me ntawm qhov chaw hauj lwm txhawm rau txwv cov neeg coob nyob hauv lub khw ntawm tib lub sij hawm, siv tsis tshaj li ntawm 50% ntawm cov cai kev nyob ua ke coob uas siab tshaj plaws.
- Npaj los pab teev ua kab rau cov neeg tuaj yuav khoom nyob sab nraud thaum tseem tswj ncua kev sib nrug, xws li kev siv kev ntsia kom nyob sib nrug.
- Txhawb cov neeg hauj lwm kom siv ncua kev sib nrug nyob rau thaum nqa khoom thiab xa khoom los ntawm kev sib tham nrog tus neeg yuav khoom los ntawm lub qhov rais neeg tuaj yuav raws lub qhov rais neeg caij tsheb, thauj khoom ncaj qha rau hauv tus neeg yuav khoom lub hnab yam tsis txhob sib chww, los sis tseg cov khoom rau ntawm lawv lub qhov rooj.
- Teev qee cov chaw nqa khoom- los sis xa khoom-tsuas txhawm rau txo kev ib chww mus los ntawm tus neeg hauj lwm/tus neeg tuaj yuav khoom, yog nyob rau qhov ua tau.
- Nruab cov cuab yeej txhawb pab-nthuav xwm, xws li cov thab rau ntawv xwm thiab cov phiaj lo xwm, kom txo kev cev ntawm tes-ib leeg rau-ib leeg yog ua tau. Txhua qhov ua tau, siv cov cim tsis sib haum rau cov khoom xa tuaj.
- Nthuav cov teev sij hawm xa khoom ntawm qhov rais hauv lub khw yam ncaj qha txhawm rau nthuav cov kev xa khoom thiab tiv thaiv kev sib hla mus Iso.

1Lwm cov cai yuav tau ua ntxiv los ua zoo xav txog qhov sib nrug ntawm cov neeg coob. Lub khw muag khoom yuav tsum ua raws txhua cov qauv cai [Cal/OSHA](#) thiab npaj los txhawm nws cov lus qhia kom zoo li qhov ua tau ntawm cov lus qhia los ntawm [Cov Chaw Tswj thiab Tiav Thaiv Kab Mob \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) thiab [Feem Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv \(California Department of Public Health, CDPH\)](#). Tsis tas li ntawv xwb, cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum npaj txhij txhawm rau hais daws lawv cov kev ua hauj lwm raws li kev hloov pauv cov lus qhia no.

