

Daim Ntawv Teev Npe Txhua Yam (Thuaj Pais) Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau Kev Lag Luam Vaj Tse

Lub Xya Hli 2, 2020

Daim ntawv rau kev txheeb xyuas no yog npaj txhawm rau pab cov kev ua khas xiv naum twv txiaj yuam pov kom lawv paub siv lawv qhov phiaj xwm kev npaj txhawm rau tiv thaiv kev sib kis los ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau hauv qhov chaw ua hauj lwm thiab yog ib daim ntawv txhawb ntxiv txog rau [Cov Lus Qhia txog rau Kev Lag Luam Vaj Tse](#). Qhov kev ntsuam xyuas nov tsua yog ib qhov kev xam me me ntawm qees yam ntawm cov lus nthuav qhia xwb, yuav tsum nkag siab tus kheej ua ntej siv qhov kev ntsuam xyuas nov.



Cov Ntsiab Lus ntawm Phiaj Xwm Kev Npaj Xab Phaib Ntawm Lub Chaw Ua Hauj Lwm Uas Sau Ua Ntaub Ntawv Tseg

- ☐ Tus (cov) neeg ua raug saib xyuas kev ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm.
- ☐ Kev txheeb xyuas qhov kev pheej hmoo thiab kev ntsuas uas yuav coj los tiv thaiv kev sib tus kab mob.
- ☐ Kev siv daim ntaub npog ntej muag raws [kev qhia los ntawm CDPH](#).
- ☐ Qhia thiab tham nrog tus neeg ua nw ua hauj lwm thiab tus sawv cev tu ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm teev cia.
- ☐ Cov teeb txheem rau kev ntsuam xyuas kev ua hauj lwm thiab cov ntaub ntawv thiab kev daw qhov ua tsi tau zoo.
- ☐ Ib qho kev txheej txheem tshawb nrhiav ko lab nis kab mob COVID, ceeb toom rau lub thawj fab saib xyuas hauj lwm kev noj qab haus huv hauv zej zos paub, txheeb xyuas thiab faib cais cov kev tiv tauj nyob sib ze ntawm qhov chaw ua hauj lwm uas nyob sib ze rau ntawm cov neeg ua hauj lwm uas kis tau kab mob.
- ☐ Cov qauv ua txheej txheem siv rau thaum qhov chaw ua hauj lwm ntawd muaj kev sib kis kab mob, raws li [Xeev California Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm txog Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeev \(California Department of Public Health, CDPH\) Cov Lus Qhia](#).
- ☐ Hloov kho txoj phiaj xwm tshiab raws li qhov xav tau los tiv thaiv cov teeb meem txuas ntxiv.



Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- ❑ Cov ntaub ntawv ntawm [Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), tiv thaiv kev kis tus kab mob, thiab leej twg muaj kev phom sij tshwj xeeb.
- ❑ Kev kuaj nws tus kheej hauv tsev, suav nrog ntsuas kub thiab/los sis kuaj pom tus mob los ntawm kev siv [cov lus qhia ntawm CDC](#).
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm qhov tsis txhob tuaj ua hauj lwm ntawm tu tub ua hauj lwm muaj xws li: hnoos, kub tob haus, ua pas nyuaj, nos, mob ib ce raw yus tej nqaij, mob caj pas, tsi hnov ntxhiab, xeev siab thiab ntuav los si raw pab los sis yog lawv los sis qee tus tau tiv tauj nrog tus neeg mob Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- ❑ Yog xav mua ua hauj lwm tom qab muaj kev ntsuam xyuas Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tom qab 10 hnub suav txij hnub muaj tus tsos mob thiab zoo los tau 72 xuaj moo tsi muaj kub tob haus lawm.
- ❑ Thaum koj mu ntsib kws khob mob.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev ntxuav tes.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev nyob sib nruq deb, tsi hai sij hawm nyob hauv chaw hauj lwm los sis sab nraum zoov.
- ❑ Yuav tsum tau siv ntaub npog ntsej muag yam tsim nyog thiab nrog rau [cov lus qhia ntawm CDPH](#).
- ❑ Cov ntaub ntawv hais txog cov txiaj ntsig hnub so hauj lwm uas them nyiaj, xam nrog rau [Txoj Cai Muab Kev Saib Xyuas Rau Cov Tsev Neeg Uas Raug Tus Kab Mob Khaus Lauv Nam Vais Lav Xub Thawj \(Families First Coronavirus Response Act\)](#) thiab cov txiaj ntsig ntawm cov neeg ua hauj lwm qhov nqi zog raws li Tus Thawj Hau Tswj Kav Xeev [Tsab Ntawv Txib \(Governor's Executive Order\) N-62-20](#) nyob rau lub sij hawm uas pib siv tau Tsab Ntawv Txib ntawd.
- ❑ Cob qhia txhua cov neeg cog lus ua hauj lwm nrog uas tsis nce rau leej twg, cov neeg ua hauj lwm xuaj qhaus (ib ntus) los sis raws li tsab ntawv cog lus, thiab cov neeg ua hauj lwm pab dawb kom paub txog cov cai no thiab ua kom paub tseeb hais tias lawv muaj cov Khoom Siv Pov Thaiv Tus Kheej (Personal Protective Equipment, PPE) uas tsim nyog.



Yuav Tau Tswj Saib Xyuas thiab Ntsuam Xyuas Txhua Tus Neeg

- ❑ Kev tsawb xyuas tus tsos mob thiab/los sis ntsuam xyuas nw qhov kev kub tob haus.
- ❑ Txhawb siab rau cov neeg ua hauj lwm tus tsis xis neej los sis muaj hom tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) kom nyob hauv tsev.
- ❑ Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.
- ❑ Muab thiab ua kom paub tseeb hais tias cov neeg ua hauj lwm siv cov ntaub npog ntseg muag thiab cov Khoom Siv Pov Thaiv Tus Kheej (Personal Protective Equipment, PPE) uas tsim nyog.
- ❑ Muab cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg rau cov neeg ua hauj lwm ua ib qho khoom siv pab ntxiv txog rau kev ntxuav tes ua ntu zus los ntawm kev ua cov hauj

lwm xws li kev nqa (tsaws) cov khoom uas nquag tuav (chvv) tas li los sis kev ua kev kuaj mob txog tus tsos mob.

- Daim paib sau npe thiab sib txuas lus hauv cov ntawv tshaj tawm tias cov neeg siv yuav tsum siv ntaub npaug cauj, lub cev nyob nrug deb, nquag ntxuav lawv txhais tes nrog xab npum, siv tshuaj ntxuav tes, thiab tsis txhob kov lawv lub ntsej muag thaum saib cov khoom hauv ib tus neeg twg.
- Nco ntsoov cov neeg thov kom lawv yuav tsum siv daim npog ncauj thiab muab rau txhua tus uas tuaj txog tsis muaj ib daim npog ncauj.



Cov Qauv Nqis Tes Tu Ntxuav thiab Tua Kab Mob rau Cov Chaw Hauj Lwm

- Tus qhov cov kev muaj kev ncig mus los coob kom huv si.
- Nquag ntxuav kab mob uas siv tas.
- Ntxuav thiab tuaj tsuaj rau txhua cov khoom siv thiab cov khoom siv qiv siv tom qab siv txhua zaus.
- Tua kab mob rau cov khoom siv uas muab siv ntawm cov tus neeg hauj lwm mus rau cov nneg tuaj yuav khoom, xws li daim phiaj xov xwm thiab cov yuam sij tom qab siv.
- Teev kom muaj tej khoom siv thiab cov rooj hauv lub chaw hauj lwm uas muaj cov tshuaj ntxuav tua kab mob kom tsim nyog, xws li cov tshuaj ntxuav tes thiab cov npuam so tua kab mob thiab muab cov tshuaj ntxuav tes rau txhua tus neeg hauj lwm.
- Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm tau siv cov kev xyaum ua kev tu ntxuav kom huv si nyob rau lawv cov caij ua hauj lwm.
- Ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias cov cuab yeej pab kev noj qab haus huv tseem siv tau thiab muaj siv txuas lub sij hawm.
- Nruab cov khoom siv uas tsis tas siv tes tuav.
- Xav kom cov neeg hauj lwm los ntxuav thiab tua kab mob rau cov chaw ua hauj lwm ntiasg tug tuab ntws thiab muab cov khoom tu ntxuav uas tsim nyog rau.
- Ncua cov xuaj moos yog tsim nyog yuav ua rau kev tu kom huv.
- Siv lub tshuab nqus uas muaj lub taub lim HEPA tu ntxuav cov plag tsev kom huv si los sis lwm cov hauv kev uas tsis ua rau cov pathogens tawg ya rau saum huav sau cua.
- Xav txog kev hloov kho tshiab txhawm rau txhim kho huab cua pom thiab cov chaw nqus cua.
- Siv cov khoom siv ua tau txai kev tso cai rau tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau ntawm [Fab Hauj Lwm Tiv Thaiv Zej Tsoom Ib Puag Ncig \(EPA\)-pom zoo](#) teeb cov teeb txheem thiab qhia rau cov tub hauj lwm txog qhov kev phom sij los ntawm cov tshuaj khe mis thiab qhia cov kev tsim cov lus qhia fab kev nqus cuas thiab cov lus qhia ntawm Cal/OSHA. Ua raws CDPH [Txoj hauv kev tu tus kab mob hawb pob](#).



Cov Qauv Nqis Tes Tu Ntxuav thiab Tua Kab Mob ntawm Cov Peev Txheej Vaj Tse Uas Muaj Neeg Tuaj Rau

- Ntxuav kom zoo thiab tua kab mob uas siv tas ua ntej thiab tom qab ua yeeb yam. Siv lub tshuab nqus uas muaj lub taub lim HEPA tu ntxuav cov plag tsev kom huv si los sis lwm cov hauv kev uas tsis ua rau cov pathogens tawg ya rau saum huav sau cua.
- Thaum ua yeeb yam, qhia kom hlw pas sab nraud uas zoo.
- Qhia cov neeg ua hauj lwm so khoom thiab ntxuav cov khoom uas kov los ntawm cov neeg siv khoom tom qab siv tag lawm.
- Muab lub sij hawm thiab nyiaj rau cov neeg ua hauj lwm kom ntxuav tej chaw hauj lwm ua ntej thiab tom qab zeeg hauj lwm.
- Tsim kom muaj cov khoom siv rau kev ua kev nyiam huv thiab tshuaj tsuag tua kab mob siv rau kev ntxuav tes rau ntawm cov chaw ua hauj lwm thiab tej chaw txhua qhov.
- Txhua tus neeg nkag mus rau hauv cov peev txheej vaj tsev, yuav tsum tau ntxuav tes nrog xab npum thiab dej los sis siv tshuaj ntxuav tes tam sim thaum nkag thiab ua ntej ncig xyuas los sis kuaj cov cuab yeej.
- Kho los sis hloov cov yeeb yamj kom muab sij hawm txaus rau kev tu kom huv thiab tsau tshuaj.



Cov Qauv Cai Ncua kev sib nrug rau Cov Chaw Hauj Lwm

- 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.
- Siv tu teeb txheem faib cov neeg ua hauj lwm kom sib nrug yam tsawg 6 kauj raum los txua txoj teeb txheem xws li kev ntsia los ntawm lub cev los si lub qhov muag (xws li, kev cim hauv lub plag tsev, kos los sis rau tu cim kom cov neeg ua hauj lwm paub tias yuav sawv rau qhov twg).
- Tsis pub ntau tus neeg ua hauj lwm ntawm tsev hauj lwm ntawm tib lub sib hawm.
- Kho cov chaw ua hauj lwm dua tshiabthiab lwm yam, thiab siv cov chaw sib tham thiab cov chaw rooj sib tham los ua hauj lwm kom cov neeg ua hauj lwm tuaj yeem nyob sib nrug deb li rau kauj ruam.
- Teev cov sij hawm so rau cov neeg ua hauj lwm, ua kom haum raws li cov cai nqi zog thiab cov sij hawm ua hauj lwm, raws tsab cai tuav tswj kev nyob sib nrug.
- Teeb kev cais cov kev mus rau kev nkag thiab tawm mus rau hauv chaw ua hauj lwm, thiab tsim txoj kev loj thiab cov kev tawm mus.
- Kaw los sis txwv cov chaw uas niaj hnub nyob tas li uas ntxim li cov neeg sawv daws yuav nyiam sib sau los nyob ke thiab sib tham.
- Rov teeb dua tshiab, txwv los si kaw cov chaw pws thiab teeb cov chaw txoj kev xaiv ua tsi pub so kom muaj kev sib nrug yog tias ua tau.

- ❑ Kaw cov chaw pab cuam tus kheej xws li chaw ua kas fes, muab dej haus thiab khoom txom ncauj. Muab ib lub taub dej rau ib tug neeg yog tias tsis muaj lwm qhov chaw tsim nyog los ntim rho cov dej haus.
- ❑ Muab cov paib taw qhia rau ntawm qhov chaw nkag thiab chaw tos kom nco tau cov neeg ntawm lub cev sib nrug deb, tu cev kom huv, thiab ntsej muag npog siv txhua lub sij hawm.
- ❑ Tso tseg cov kev taug kev deb uas tsis tseem ceeb thiab txhawb kom ua cov rooj sib tham los ntawm xov tooj thiab internet.
- ❑ Tsis sib koom caij tib lub tsheb thiab nyias mus nyias rau ntawm tus neeg cov hauj lwm.
- ❑ 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 cov hauj lwm xw li xaum sau ntawv, daim ntawv, thiab yuam sij chwv lwm tus neeg.
- ❑ Ua lam luam vaj tsev uas siv internet yog ua tau.
- ❑ Tshem ntawm tus neeg tib toj xa khoom rau cov chaw ua hauj lwm.



Cov Lus Qhia Txog Kev Nyob Kom Sib Nrug Deb Ntawm Lub Cev rau Cov Vaj Tsev Uas Pom Muaj Nyob Rau Ntawd

- ❑ Siv lub lab npovteem sij hawm los sis tus txheej txheem kev nkag siv hauv tshuab hluav taws xob los tswj qhov coob ntawm cov neeg hauv tsev los sis peev txheej vaj tse.
- ❑ Qhia cov tsev nrog cov neeg nyob hauv tsis txhob tswm sim yog tias ua tau.
- ❑ Siv cov kev ncig ua si zoo li yog tiasg ntawm vaj tsev yog ua tau.
- ❑ Qhib cov qhov rooj kom txo qis cov neeg siv kov cov chaw.
- ❑ Ceeb toom cov neeg qhua kom tswj ncua kev sib nrug thaum lub sij muaj neeg tuaj rau thiab kom tsis txhob kov cov tes tuav, pob nyem, cov pob rub tawm, thiab lwm yam.
- ❑ Tu cov chaw kom huv uas tau chwv ua ntej thiab xaus rau tus neeg ntiasg tus.
- ❑ Tag nrho tej ntaub ntawv thiab tej khoom tshaj qhia kev lag luam yuav raug xa los hauv koos pij tawj txhawm rau kom txhob muaj kev siv tej nplooj ntawv.