



COVID-19 ԳՈՐԾԱՐԱՐ ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ՝

Կապի
Ենթակառուցվա
ծքներ

Հունիսի 29, 2020թ

covid19.ca.gov



ԱԿՆԱՐԿ

2020 թվականի մարտի 19-ին, Հանրային առողջության պահպանման նահանգային ներկայացուցիչը և Կալիֆորնիայի Հանրային առողջության դեպարտամենտի տնօրենը հրաման են արձակել, որով պահանջում է, որ Կալիֆորնիացիների մեծ մասը մնա տանը՝ բնակչության շրջանում COVID-19-ի տարածումը խաթարելու նպատակով:

COVID-19-ի ազդեցությունը Կալիֆորնիացիների առողջության վրա դեռևս լիովին հայտնի չէ: Նշված հիվանդությունը կարող է շատ թեթևից (որոշ մարդիկ ախտանիշ չունեն) վերածվել մահվան հանգեցնող ծանր հիվանդության: Որոշ խմբեր, ներառյալ 65 և ավելի բարձր տարիքի մարդիկ, և նրանք, ում մոտ առկա են բժշկական այնպիսի լուրջ խնդիրներ, ինչպիսիք են սրտի կամ թոքերի հիվանդությունը կամ շաքարախտը, հոսպիտալացման և լուրջ բարդացումների ավելի մեծ վտանգի տակ են: Հիվանդության փոխանցումն առավել հաճախակի է այն ժամանակ է, երբ մարդիկ գտնվում են վարակված անձի հետ սերտ շփման մեջ կամ վատ օդափոխվող տարածքում, նույնիսկ, եթե այդ մարդը չունի կամ դեռևս չի արտահայտել որևէ ախտանիշ:

Արդյունաբերության կամ մասնագիտական խմբերի կողմից՝ ներառյալ կրիտիկական ենթակառուցվածքների աշխատողների շրջանակը, COVID-19-ի քանակի և տեմպերի վերաբերյալ ճշգրիտ տեղեկություններ առայժմ հասանելի չեն: Մի շարք աշխատատեղերում բազմաթիվ բռնկումներ են եղել, ինչը ցույց է տալիս, որ աշխատողները COVID-19 վարակ ձեռք բերելու կամ փոխանցելու վտանգի տակ են: Այսպիսի աշխատատեղերի օրինակներից են հիվանդանոցները, երկարաժամկետ խնամքի հաստատությունները, բանտերը, սննդի արտադրությունը, պահեստները, մսի վերամշակման գործարանները և մթերային խանութները:

Քանի որ տանը մնալու որոշումները փոփոխված են, անհրաժեշտ է ձեռնարկել բոլոր հնարավոր քայլերը աշխատողների և հասարակության անվտանգության ապահովման ուղղությամբ:

Կանխարգելման հիմնական պրակտիկան ներառում է՝

- ✓ ֆիզիկական հեռավորություն առավելագույն հնարավոր չափով,
- ✓ աշխատողների (որտեղ շնչառական օրգանների պաշտպանություն չի պահանջվում) հաճախորդների/գնորդների կողմից դեմքի ծածկոցների կիրառում, և
- ✓ ձեռքերի հաճախակի լվացում և կանոնավոր մաքրում և ախտահանում,
- ✓ աշխատողների վերապատրաստում COVID-19 կանխարգելման պլանի այս և այլ տարրերի վերաբերյալ:

Բացի այդ, շատ կարևոր է աշխատավայրերում հիվանդության նոր դեպքերի հայտնաբերման ուղղությամբ համապատասխան գործընթացների իրականացումը և դրանց հաստատման դեպքում, առողջապահական մարմինների հետ համատեղ, արագ միջամտությունը՝ վարակի տարածումը դադարեցնելու համար:

ՆՊԱՏԱԿ

Այս փաստաթուղթը ուղեցույցներ է տրամադրում կապի ենթակառուցվածքի ոլորտին՝ աշխատողների համար անվտանգ, մաքուր միջավայր ապահովելու նպատակով: Կապի ենթակառուցվածքների ոլորտում շինարարական կամ մանրածախ գործառնություններով զբաղվող գործատուները պետք է հետևեն սահմանափակ ծառայություններ մատուցող մատակարարներին տրված ուղեցույցներին, որոնք հասանելի են [COVID-19 կանխարգելման և հաղթահարման գործողությունների պլանի վեբկայքում](#): Այս ուղեցույցը նախատեսված չէ չեղարկելու կամ ուժը կորցրած ճանաչելու աշխատողի օրենքով, կանոնակարգերով կամ համատեղ սահմանված որևէ իրավունք, և չի հանդիսանում սպառնիչ, քանի որ այն չի ներառում առողջության վերաբերյալ վարչաշրջանի հրամաններ, չի հանդիսանում գոյություն ունեցող անվտանգության և առողջությանն առնչվող կարգավորող պահանջների փոխարինող, ինչպես օրինակ՝ Cal/OSHA-ն:¹ Շարունակել մնալ իրազեկ Հանրային առողջության պահպանման ուղեցույցում և նահանգային/տեղական հրամաններում փոփոխությունների վերաբերյալ, քանի որ COVID-19-ի հետ կապված իրավիճակը շարունակվում է: Cal/OSHA-ն պարունակում է համալիր ուղեցույց իրենց [Cal/OSHA Ընդհանուր ուղենիշներում՝ Աշխատողներին COVID-19-ից պահպանելու վերաբերյալ վեբ կայքում](#): Բիզնեսների և գործատուների համար նախատեսված իրենց [ուղեցույցում](#), CDC-ը լրացուցիչ պահանջներ է ներկայացնում:

Դեմքի ծածկոցների օգտագործման պահանջը

Հունիսի 18-ին, CDPH-ը հրապարակեց [Դեմքի ծածկոցների օգտագործման վերաբերյալ ուղեցույց](#), որը լայնորեն պահանջում է դեմքի ծածկոցների օգտագործում ինչպես հասարակության անդամների, այնպես էլ աշխատողների համար՝ բոլոր հասարակական և աշխատանքային վայրերում, որտեղ առկա է ազդեցության բարձր ռիսկ:

Կալիֆորնիայում մարդիկ պետք է կրեն դեմքի ծածկոցներ, երբ նրանք զբաղվում են աշխատանքով, լինի դա աշխատավայրում կամ աշխատավայրից դուրս՝

- հասարակության ցանկացած անդամի հետ անձամբ շփվելիս,
- հասարակության անդամների այցելած տարածքներում աշխատելիս, անկախ նրանից՝ թե հանրությունից որևէ մեկը ներկա է այդ պահին, թե ոչ,
- ցանկացած վայրում աշխատելիս, որտեղ պատրաստվում կամ փաթեթավորվում է սնունդ վաճառքի կամ այլ անձանց բաշխելու համար,
- ընդհանուր տարածքներում աշխատելիս կամ շրջելիս, ինչպիսիք են՝ միջանցքները, աստիճանները, վերելակները և կայանատեղիները,
- ցանկացած սենյակում կամ փակ տարածքում, որտեղ ներկա են այլ մարդիկ (բացառությամբ անձի սեփական տնային տնտեսության կամ բնակության վայրի անդամների), և չեն կարող ֆիզիկապես հեռավորություն պահել,
- ցանկացած հանրային փոխադրամիջոց կամ պարատրանզիտ (հատուկ միջանկյալ) տրանսպորտային միջոց, տաքսի կամ անձնական ավտոմեքենա կամ համատեղ փոխադրման տրանսպորտային միջոց վարելիս կամ գործարկելիս, որտեղ

ուղևորները ներկա են: Ուղևորների բացակայության դեպքում, խստորեն խորհուրդ է տրվում դեմքի ծածկոցների օգտագործումը:

[Ուղեցույցում](#) կարող եք գտնել ամբողջական տեղեկատվությունը, ներառյալ բոլոր պահանջներն ու այս կանոններում արված բացառությունները: Դեմքի ծածկոցները խստորեն խրախուսվում են այլ հանգամանքներում, և գործատուները կարող են իրականացնել դեմքի ծածկոցին առնչվող լրացուցիչ պահանջներ՝ կատարելով իրենց պարտավորությունն աշխատողներին ապահով և առողջ աշխատավայր ապահովելու նպատակով: Գործատուները պարտավոր են աշխատողներին տրամադրել դեմքի ծածկոցներ կամ փոխհատուցեն աշխատողներին՝ դրանց ձեռք բերման ողջամիտ ծախսերի համար:

Գործատուները պետք է մշակեն փոխզիջման/կարգավորման քաղաքականություն ցանկացած աշխատողի համար, որը բավարարում է դեմքի ծածկոցի կրման բացառություններից մեկը: Եթե աշխատողը, ումից այլապես կպահանջվեր կրել դեմքի ծածկոց, այլ անձանց հետ հաճախակի շփման պատճառով, և, որ վերջինս, բժշկական վիճակով պայմանավորված, չի կարող կրել, ապա նրան պետք է տրամադրվի ոչ-սահմանափակով այլընտրանք, ինչպես օրինակ՝ դեմքի վահան, որի ստորին եզրին ամրացված է կտոր, եթե դա հնարավոր է, և թույլ է տալիս բժշկական վիճակը:

Այն բիզնես ընկերություններն, որոնք բաց են հանրության համար, պետք է գիտակցեն [CDPH-ի դեմքի ծածկոցների վերաբերյալ ուղեցույցում](#) առկա դեմքի ծածկոցների կրման վերաբերյալ բացառությունները և կարող են չբացառել հասարակության որևէ անդամի դեմքի ծածկոց չկրելու համար, եթե այդ անձը հետևում է [ուղեցույցին](#): Բիզնես ընկերությունները պետք է մշակեն քաղաքականություններ հաճախորդների, պատվիրատուների, այցելուների և աշխատողների շրջանում այս բացառությունների գործածման համար:



Աշխատավայրում COVID-19 վարակի կանխարգելման հատուկ պլան

- Յուրաքանչյուր վայրում ստեղծել գրավոր, աշխատավայրին բնորոշ COVID-19-ի կանխարգելման պլան, իրականացնել բոլոր աշխատանքային ոլորտների և բոլոր աշխատանքային առաջադրանքների ռիսկերի համապարփակ գնահատում, և յուրաքանչյուր հաստատությունում նշանակել անձ այս պլանն իրականացնելու համար:
- Ներառել [CDPH-ի դեմքի ծածկոցների վերաբերյալ ուղեցույցն](#) աշխատավայրին հատուկ պլանում և ընդգրկել բացառություններ գործարկելու քաղաքականություն:
- Պարզել տեղական առողջապահական վարչության կոնսուլտային տվյալներ, որտեղ գտնվում է աշխատողների կամ հաճախորդների շրջանում COVID-19-ի բռնկումների վերաբերյալ տվյալների հաղորդակցման հաստատությունը:
- Վերապատրաստել և հաղորդակցել աշխատողների և աշխատողների ներկայացուցիչների հետ պլանի վերաբերյալ, և այն հասանելի դարձնել աշխատողներին և նրանց ներկայացուցիչներին:
- Պարբերաբար գնահատել հաստատությունների համապատասխանությունը պլանին և փաստաթղթին, և շտկել հայտնաբերված թերությունները:
- Ուսումնասիրել COVID-19-ով պայմանավորված ցանկացած հիվանդություն, և որոշել, թե արդյոք աշխատանքին առնչվող գործոնները կարող էին նպաստել վարակման ռիսկին: Անհրաժեշտության դեպքում թարմացնել պլանը՝ հետագա դեպքերը կանխելու նպատակով:
- [CDPH ուղեցույցների](#) համաձայն, իրականացնել անհրաժեշտ գործընթացներն ու ընթացակարգերը, երբ աշխատավայրում տեղի է ունենում բռնկում:
- Պարզել վարակակիր աշխատողի սերտ շփման շրջանակը (վեց ոտնաչափ հեռավորությամբ 15 կամ ավելի րոպեների ընթացքում) և ձեռնարկել քայլեր մեկուսացնելու COVID-19 դրական ախտորոշումով աշխատողին(ներին) և սերտ շփման շրջանակի անձանց:
- Հետևել ստորև բերված ուղեցույցներին: Այս պահանջի չկատարումը կարող է հանգեցնել աշխատավայրում հիվանդությունների առաջացման, որոնք էլ կարող են հանգեցնել գործողությունների ժամանակավոր դադարեցման կամ սահմանափակման:



Արտակարգ իրավիճակների պլան աշխատավայրերի համար

- Հեռահաղորդակցման և ցանցային օպերատորները պետք է ունենան հստակ ճգնաժամային գործառնական ծրագրեր՝ հնարավորինս պաշտպանելով իրենց սեփական աշխատողներին և միաժամանակ ապահովելով, որ անձնակազմն ի վիճակի լինի անվտանգ եղանակով լուծել ցանցի խնդիրները, այդ թվում՝ ինքնամեկուսացված հաճախորդների տարածքում:
- Հեռահաղորդակցության ու ցանցային օպերատորները պետք է կարողանան վերացնել ցանցի անջատումները և մեղմել ցանցի վնասման հետ կապված ցանկացած հետևանք: Ստուգել ցանցի հնարավորությունները և ապահովել, որ զանգերի կենտրոնները՝ անկախ դրանց աշխարհագրական դիրքից, սպառազինված լինեն ֆիզիկական հեռավորության պայմաններում ավելացված թվով զանգեր ընդունելու համար:
- Մշակել պլան և գործընթաց՝ առաջնահերթություն տալով վտանգավոր նյութերի ազդեցության տակ գտնվող գոտիներում աշխատանքներին, այդ թվում՝ աշխատանքային պատվերներին և պահանջներին:



Թեմաներ աշխատողի վերապատրաստման համար

- Տեղեկատվություն [COVID-19-ի](#) մասին, թե ինչպես կանխել դրա տարածումը, և թե, որ ուղեցող հիվանդությունները կարող են մեծացնել անհատների մոտ վարակվելու վտանգը:
- Ինքնազննում տանը, ներառյալ մարմնի ջերմաստիճանի և/կամ ախտանիշների ստուգում՝ օգտագործելով [CDC ուղեցույցները](#):
- Աշխատանքի չգալու կարևորությունը՝
 - Եթե աշխատողն ունի COVID-19-ի ախտանիշներ, ինչպես [նկարագրված է CDC](#)-ի կողմից, օրինակ՝ ջերմություն կամ սարսուռ, հազ, հեղք կամ դժվար շնչառություն, հոգնածություն, մկանային կամ մարմնի ցավեր, գլխացավ, համի կամ հոտի կորուստ, կոկորդի ցավ, քթի փակվածություն կամ արտադրություն, սրտխառնոց, փսխում կամ լուծ, ԿԱՄ
 - Եթե աշխատողի մոտ աշխտորոշվել է COVID-19 և վերջինս դեռ դուրս չի եկել մեկուսացումից, ԿԱՄ
 - Եթե վերջին 14 օրվա ընթացքում աշխատողը շփում է ունեցել մեկի հետ, ում մոտ ախտորոշվել է COVID-19, և որը համարվում է պոտենցիալ վարակիչ (այսինքն՝ դեռ մեկուսացման մեջ է):
- Վերադառնալ աշխատանքի այն բանից հետո, երբ աշխատողը COVID-19 ախտորոշում է ստանում միայն այն դեպքում, եթե առաջին ախտանշանների

ի հայտ գալուց անցել է 10 օր, նրա ախտանիշները բարելավվել են, և աշխատողը վերջին 72 ժամվա ընթացքում չի ունեցել ջերմություն (առանց ջերմությունն իջեցնող դեղամիջոցների օգտագործման): Առանց ախտանշաններով աշխատողը, ում մոտ ախտորոշվել է COVID-19, կարող է վերադառնալ աշխատանքի միայն այն դեպքում, եթե COVID-19-ի առաջին թեստի դրական արդյունքի ամսաթվից անցել է 10 օր:

- Դիմել բժշկական օգնության, եթե նրանց ախտանիշները դառնում են ծանր, ներառյալ կայուն ցավ կամ ճնշման զգացում կրծքավանդակում, շփոթմունք կամ կապտավուն շրթունքներ կամ դեմք: Թարմացումները և հետագա մանրամասները հասանելի են [CDC կայքում](#):
- Օճառով և ջրով ձեռքի հաճախակի լվացման կարևորությունը, ներառյալ լվանալ օճառով 20 վարկյան (կամ առնվազն 60% էթանոլ (նախընտրելի) կամ 70% իզոպրոպանոլ (եթե ապրանքը պահվում առանց հսկողության երեխաների համար ոչ հասանելի տեղում) պարունակող ձեռքի ախտահանող միջոցի օգտագործումը, երբ աշխատողները չեն կարող հասնել լվացարան կամ ձեռքի լվացման վայր, ըստ [CDC ուղեցույցների](#)):
- Ֆիզիկական հեռավորության պահպանման կարևորությունը, ինչպես աշխատանքային վայրում, այնպես էլ վայրից դուրս գտնվելու ժամանակ (տե՛ս ֆիզիկական հեռավորություն բաժինը ստորև):
- Դեմքի ծածկոցների պատշաճ օգտագործում, այդ թվում՝
 - Դեմքի ծածկոցները չեն պաշտպանում կրող անձին և չեն հանդիսանում անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներ (personal protective equipment, PPE):
 - Դեմքի ծածկոցները կարող են օգնել պաշտպանել կրողին մոտ գտնվող մարդկանց, սակայն չեն փոխարինում ֆիզիկական հեռավորության և ձեռքերի հաճախակի լվացման անհրաժեշտությունը:
 - Դեմքի ծածկոցները պետք է ծածկեն քիթն ու բերանը:
 - Աշխատողները պետք է լվանան կամ ախտահանեն ձեռքերը դեմքի ծածկոցներն օգտագործելուց կամ կարգավորելուց հետո:
 - Խուսափել աչքերին, քթին և բերանին դիպչելուց:
 - Դեմքի ծածկոցները չպետք է լինեն համատեղ օգտագործման, և յուրաքանչյուր օգտագործումից հետո պետք է լվացվեն կամ հեռացվեն:
- [CDPH դեմքի ծածկոցների օգտագործման վերաբերյալ ուղեցույցում](#), պարունակվող տեղեկատվություն, որը սահմանում է հանգամանքները, որոնց դեպքում պետք է կրել դեմքի ծածկոցները, և բացառությունները, ինչպես նաև քաղաքականությունները, աշխատանքային կանոնակարգերը և գործելակերպերը, որոնք գործատուն ընդունել է՝ դեմքի ծածկոցների օգտագործումն ապահովելու նպատակով: Վերապատրաստման դասընթացը պետք է ներառի նաև գործատուի վարած քաղաքականությունը, թե ինչպես վարվել այն մարդկանց հետ, ովքեր ազատված են դեմքի ծածկոց կրելուց:

- COVID-19-ի կանխարգելման քաղաքականության մեջ պատշաճ կերպով պատրաստված ցանկացած անկախ կապալառուի, ժամանակավոր կամ պայմանագրային աշխատողներին, ինչպես նաև հաստատության կամավորներին ապահովել անհրաժեշտ պարագաներով և անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներով: Այս պարտականությունները ժամանակից շուտ քննարկել ժամանակավոր և/կամ պայմանագրային աշխատողների հետ:
- Տեղեկատվություն վճարովի արձակուրդի նպաստների վերաբերյալ, որ աշխատողը կարող է իրավունակ լինել ստանալու, ինչը ֆինանսապես ավելի կհեշտացնի վերջինիս տանը մնալը: Տե՛ս լրացուցիչ տեղեկատվություն Covid- [19-ի համար հիվանդության արձակուրդի և աշխատողների փոխհատուցման աջակցման կառավարության ծրագրերի](#) վերաբերյալ, ներառյալ՝ [Ընտանիքների համար կորոնավիրուսի առաջին արձագանքման ակտի](#) շրջանակում աշխատողների հիվանդության արձակուրդի մասով իրավունքները, և աշխատողների իրավունքները՝ աշխատողների փոխհատուցման նպաստների և աշխատանքով պայմանավորված COVID-19-ով վարկման կանխավարկածի՝ համաձայն նահանգապետի [N-62-20 գործադիր հրամանի](#), մինչ այն գտնվում է ուժի մեջ:



Անհատական հսկողության միջոցառումներ և զննում

- Ապահովել ջերմաստիճանի և/կամ ախտանիշի ստուգումներ բոլոր աշխատողների համար՝ նրանց հերթափոխի սկզբում, և բոլոր մատակարարիների, կապալառուների կամ այլ աշխատողների, որոնք մուտք են գործում հաստատություն: Որքան հնարավոր է խուսափել հպել ջերմաստիճանի/ախտանիշի ստուգման սարքը աշխատողներին:
- Եթե պահանջվում է ինքնազննում տանը, ինչը համապատասխան այլընտրանք է այն հաստատությունում ապահովելու համար, համոզվել, որ ստուգումն իրականացվել է նախքան աշխատողի տանից դուրս գալը՝ հերթափոխի համար, և որ նա հետևում է [CDC ուղեցույցներին](#), ինչպես նկարագրված է վերոնշյալ՝ «Թեմաներ աշխատողի վերապատրաստման համար» բաժնում:
- Այն աշխատողներին, ովքեր հիվանդ են կամ COVID-19-ի ախտանիշներ ունեն, խրախուսել տանը մնալ:
- Գործատուները, անհրաժեշտության դեպքում, պետք է տրամադրեն և ապահովեն աշխատողներին՝ օգտագործել բոլոր անհրաժեշտ պաշտպանիչ սարքավորումները, ներառյալ աչքերի պաշտպանություն ու ձեռնոցներ:
- Գործատուները պետք է հաշվի առնեն, թե որտեղ կարող է մեկանգամյա օգտագործման ձեռնոցների կիրառումը օգտակար լինել ի լրումն ձեռքերի հաճախակի լվացման կամ ձեռքերի ախտահանիչ միջոցի օգտագործման, այս օրինակներն այն աշխատողների համար են, ովքեր զննում են մյուսների

ախտանիշները կամ գործածում ընդհանուր օգտագործման իրեր:

- Հիմնարկություն մուտք գործող, սակայն աշխատող չհանդիսացող անձանց թիվը ղեկավարության կողմից պետք է սահմանափակվի մինչև հիմնական նշանակության դասակարգ և նրանք մուտք գործելուց առաջ պետք է անցնեն ջերմության և/կամ ախտանշանների ստուգում: Կապալառուները, մատակարարները և հաստատություն մուտք գործող բոլոր այլ անձինք պարտավոր են կրել դեմքի ծածկոցներ:
- Տրամադրել անհրաժեշտ սարքավորումներ և պայմաններ տեղում աշխատող տեխնիկական անձնակազմի այն անդամներին, ովքեր գուցե ստիպված լինեն այցելել հաճախորդներին կամ արձագանքել անջատումներին, այդ թվում՝ տրամադրելով անվտանգության բոլոր անհրաժեշտ պարագաները մեծ թվով վարակվածների ունեցող տարածքներում գործող անձնակազմի անդամներին:



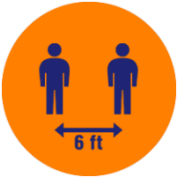
Մաքրման և ախտահանման ընթացակարգեր

- Կատարել մանրակրկիտ մաքրում այնպիսի բարձր երթևեկության վայրերում, ինչպիսիք են՝ հանգստի սենյակները, ճաշի ընդմիջման տարածքները, հանդերձարանները, ինչպես նաև մուտքի և ելքի տարածքները, այդ թվում աստիճանները, սանդուղքները, բազրիքները և վերելակի կոճակները: Հաճախակի ախտահանել սովորաբար օգտագործվող մակերեսները, այդ թվում՝ դռների բռնակները, ղեկերը, զուգարանները և ձեռքերը լվանալու հարմարությունները:
- Մաքրել դիպչելի մակերեսները հերթափոխերի կամ օգտագործողների միջև՝ կախված նրանից, թե որն է առավել հաճախակի, այդ թվում՝ աշխատանքային մակերեսները, գործիքները, բռնակները և սողնակները և վերահսկում է անշարժ և շարժական սարքավորումների ղեկավարման վահանակները, այդ թվում՝ տրանսպորտային միջոցների խցիկների բոլոր մակերեսները:
- Խուսափել հեռախոսների, գրասենյակային պարագաների, աշխատանքային այլ գործիքների կամ շարժական կապի սարքավորումների փոխանակումից՝ հնարավորության դեպքում: Հնարավորության դեպքում պետք է տրամադրվեն անհատական նշանակված սարքավորումներ (ստեղնաշարեր, հեռախոսներ, ականջակալներ, աթոռներ և այլն): Երբեք համատեղ չօգտագործել անհատական պաշտպանիչ սարքավորումները:
- Աշխատողներին հատկացնել ժամանակ իրենց հերթափոխի ընթացքում՝ մաքրում իրականացնելու համար: Մաքրման գործողությունները պետք է հանձնարարվեն աշխատանքային ժամերին, որպես աշխատողների աշխատանքային պարտականությունների մաս:
- Ապահովել բոլոր տարածքները զուգարաններով և ձեռքի լվացքի միջոցները օճառով, ջրով, թղթե սրբիչներով և ձեռքերի ախտահանող միջոցներով: Համոզվել, որ սանիտարական հաստատությունները միշտ մնում են գործող

և պահեստավորված և անհրաժեշտության դեպքում տրամադրում են լրացուցիչ օճառ, թղթե սրբիչներ և ձեռքի ախտահանիչ միջոցներ: Տրամադրել ձեռքերի ախտահանիչ միջոցներ բոլոր դաշտային աշխատողներին:

- Հնարավորության դեպքում, տեղադրել առանց հպման սարքեր, ներառյալ շարժման ցուցիչով լվացարաններ, օճառի դիսպենսերներ, ախտահանիչ միջոցների դիսպենսերներ և թղթե սրբիչի դիսպենսերներ:
- Զիմիական ախտահանիչներ ընտրելիս գործատուները պետք է օգտագործեն COVID-19-ի դեմ օգտագործման համար հաստատված և [Շրջակա միջավայրի պահպանության գործակալության \(EPA\) կողմից հաստատված](#) ցանկում ներառված արտադրատեսակներ, և հետևեն արտադրատեսակի օգտագործման ցուցումներին: Օգտագործել ախտահանիչներ, պիտակավորված՝ որպես արդյունավետ միջոց ի դեմս առաջացող վիրուսային պաթոգենների, նոսր կենցաղային սպիտակեցնող լուծույթներ (5 ճաշի գդալ մեկ գալոն ջրի համար), կամ ալկոհոլային լուծույթներ առնվազն 70% ալկոհոլի պարունակությամբ, որոնք համապատասխան են տվյալ մակերեսին: Աշխատողներին տրամադրել դասընթացներ քիմիական վտանգների, արտադրողի ցուցումների, օդափոխության պահանջների, և Cal/OSHA պահանջների վերաբերյալ՝ անվտանգ օգտագործման նպատակով: Մաքրող կամ ախտահանող միջոցներ օգտագործող աշխատողները պետք է հագնեն ձեռնոցներ և այլ պաշտպանիչ սարքավորումներ, ինչպես դա պահանջվում է արտադրանքի ցուցումներով: Հետամուտ լինել [հանրային առողջապահության Կայիֆորնիայի դեպարտամենտի կողմից առաջարկվող անշնչարգել մաքրման մեթոդներին](#) և ապահովել պատշաճ օդափոխությանը:
- Նման սարքավորումներ օգտագործող տեղում գործող տեխնիկական անձնակազմը և այլք՝ սարքավորումներն օգտագործելուց պետք է մաքրեն ու ախտահանեն սաղավարտները և դեմքի վահանները յուրաքանչյուր հերթափոխի ավարտին: Մաքրել դեմքի վահանի ներսի հատվածը, ապա դրսի կողմը, ապա լվանալ ձեռքերը:
- [Լեգիոնելլեզի](#) և ջրի հետ կապված այլ հիվանդությունների ռիսկը նվազագույնի հասցնելու համար, [քայլեր ձեռնարկել](#)՝ համոզվելու համար, որ ջրային բոլոր համակարգերը և տարատեսակները (օրինակ՝ խմելու ցայտադրյալները) անվտանգ են օգտագործման համար՝ հաստատության երկարատև դադարեցումից հետո:
- Հնարավորության դեպքում, չմաքրել հատակներն ավելով կամ այլ մեթոդներով, որոնք կարող են ցրել պաթոգենները օդի մեջ: Հնարավորության դեպքում օգտագործե՛ք HEPA զտիչով վակուում:
- Դիտարկել բարձր արդյունավետությամբ աշխատող դյուրակիր օդամաքրիչների տեղակայումը, հնարավորինս բարձր արդյունավետությամբ օդազտիչներով կառույցի արդիականացումը և այլ փոփոխությունների կատարումը, գրասենյակներում և այլ վայրերում արտաքին օդի և օդափոխության քանակը մեծացնելու համար:

- Փոխել սրճարաններում և ճաշարաններում առաջարկվող ուստեսների ցանկերը այնպես, որ շփումը հասցվի նվազագույնի, ինչպես նաև կիրառել խմիչքների, համեմունքների և ապակիների փոխանակման՝ անվտանգ տարբերակները:



Ֆիզիկական հեռավորության պահպանման ուղեցիշներ

- Իրականացնել միջոցառումներ աշխատողների միջև նվազագույնը վեց ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորության պահպանման համար: Սա կարող է ներառել ֆիզիկական միջնապատերի կամ տեսողական ցուցանակների օգտագործումը (օրինակ, հատակի գծանշանները կամ նշանները՝ աշխատողներին ցույց տալու համար, թե որտեղ պետք է նրանք կանգնած լինեն):
- Մշակել անհրաժեշտ հարցադրումներ աշխատողների և հաճախորդների համար, որոնք պետք է տրվեն դռան մոտ և ուղղված լինեն COVID-19-ի հետ կապված կասկածելի նշանների բացահայտմանը: Աշխատանքային ընթացակարգը աշխատողներին հնարավորություն կտա ճկունորեն գնահատել իրավիճակը՝ մինչև տուն/շենք մտնելը:
- Դիտարկել աշխատողներին առաջարկ անելու հարցն, ովքեր պահանջում են պարտականությունների փոփոխված տարբերակներ, որոնք նվազագույնի են հասցնում իրենց շփումները հաճախորդների և այլ աշխատողների հետ (օրինակ՝ որպես գանձապահ կամ հեռահաղորդակցման միջոցով գույքագրումը կառավարելու փոխարեն, գրասենյակային պարտականությունները):
- Թույլ տալ տեղում գործող տեխնիկական անձնակազմի և անձնակազմի մյուս անդամներին հայտարարել «անվտանգության դադար», եթե նրանք չեն ցանկանում մտնել որևէ բնակարան, այդ թվում՝ բնակարանում վարակված բնակչի ներկայության հիման վրա կամ ֆիզիկական հեռավորություն պահպանել չցանկացող կամ չկարողացող անձանց պատճառով: Աշխատողը տեղում պետք է զանգի իր վերադասին և պարզի այդ պահին անհրաժեշտ գործողությունները և պատշաճ նախազգուշական միջոցառումները:
- Նախքան հաճախորդների այցելությունները, զանգահարել նրանց գրանցումները հաստատելու համար և ստուգել, թե արդյոք նրանց շփման շրջանակներում կան վարակված մարդիկ, և նույնը կատարել նաև, երբ աշխատողները գտնվում են դռան մոտ: Խնդրել հաճախորդներին այցի ընթացքում կրել դեմքի ծածկոց և պահպանել աշխատողներից առնվազն վեց ոտնաչափ հեռավորություն:
- Սահմանափակել տեղում գործող տեխնիկական անձնակազմի և այլ անձնակազմի շփումները՝ իրականացնելով հեռակա ախտորոշման և ինքնուրույն տեղադրման կամ վերանորոգման ռազմավարություններ, օրինակ՝ աջակցություն տեսազանգերի և հրահանգներով տեսանյութերի

միջոցով՝ հնարավորության դեպքում:

- Կարգավորել հանդիպումները՝ ապահովելով ֆիզիկական հեռավորություն և փոխարենը այդ տարածքում կազմակերպել ավելի փոքր հանդիպումներ՝ ֆիզիկական հեռավորության պահպանման ուղենիշները պահպանելու նպատակով:
- Բոլոր հանդիպումներն ու հարցազրույցներն անցկացնել հեռախոսային կամ վիրտուալ հարթակներում, կամ կազմակերպել դրանք դրսում, կամ էլ այնպիսի տարածքում, որտեղ հնարավոր կլինի պահպանել առնվազն վեց ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորություն աշխատողների միջև:
- Անհրաժեշտության դեպքում օգտագործել աշխատանքային մեթոդներ՝ աշխատավայրում աշխատողների միաժամանակ գտնելու թիվը սահմանափակելու: Սա կարող է ներառել պլանավորում (օրինակ՝ հերթափոխի սկզբի/ավարտի ժամերի կարգավորում) կամ հերթափոխի ընթացքում նախատեսված տարածք անձնակազմի մուտքի փոփոխություն: Նախապատրաստել հաստատությունը՝ աշխատանքը սկսելու և անձնակազմների գործի կրկնօրինակումը սահմանափակելու համար:
- Սահմանել աշխատակիցների թվի հավելյալ սահմանափակումներ փակ տարածքներում՝ ապահովելու վեց ոտնաչափ հեռավորության պահպանումը՝ վարակի տարածումը կանխարգելելու համար:
- Կարգավորել աշխատողի ընդմիջումները, աշխատավարձի և ժամի կանոնակարգերի համաձայն՝ պահպանելու ֆիզիկական հեռավորության վերաբերյալ ընթացակարգերը:
- Փակել ընդմիջման սենյակները, օգտագործել խոչընդոտներ կամ ավելացնել սեղանների/աթոռների միջև հեռավորությունը՝ աշխատողներին առանձնացնելու և ընդմիջումների ժամանակ հավաքներից խուսափելու համար: Հնարավորության դեպքում ստեղծել բացօթյա ընդմիջման տարածքներ՝ ստվերային ծածկոցներով և նստատեղերով, որոնք ապահովում են ֆիզիկական հեռավորությունը:
- Նշանակել առանձին մուտքեր և ելքեր և նշաններ տեղադրել:
- Կարգավորել դարակաշարերը կամ սահմանափակել կողպեքների օգտագործումը՝ աշխատողների միջև հեռավորությունը մեծացնելու նպատակով:
- Համոզվել, որ տեղեկատվական և կապի տեխնոլոգիաների ռեսուրսները բավարարում են՝ հեռակա կարգով աշխատանքային պայմանների աճը սպասարկելու համար՝ գործառնական շարունակականության պլաններին համահունչ և չխախտելով անվտանգության պահանջները: Այս քայլերի համար նախատեսել սթրես թեստեր:
- Արգելված կամ վարակման գոտում տեղակայված դաշտային աշխատողների համար կազմակերպությունները պետք է նախատեսի հետևյալը.
 - Առաջարկել այլընտրանքային կացարաններ, օրինակ՝ լվացքի

մեքենայով/չորանոցով, ցնցուղով և խոհանոցով հագեցած շարժական տներ և կցասայլով մեքենաներ:

- Աշխատողների բաժանում փոքր թիմերի և այդ թիմերի առանձնացում հատկացված տրանսպորտային միջոցներով և տարբեր հենակետերի կամ տեղակայման վայրերի նշանակմամբ: Դիտարկել վարձակալելու տարբերակները, որպեսզի սահմանափակեք մեկ մեքենայում գտնվող աշխատողների թիվը:
- Եռակի առողջության ստուգումների ներմուծում՝ աշխատանքի ժամանակու պահին, հերթափոխի կեսին և աշխատանքի ավարտին ջերմության պարտադիր չափումով, ինչպես նաև առողջության վերաբերյալ հարցաթերթիկի լրացմամբ:



Լրացուցիչ նկատառումներ հեռահաղորդակցության ոլորտում

- Սպասարկման այցերի մեկնելուց առաջ անվտանգության ամենօրյա ճեպագրույցներ անցկացնել դաշտային աշխատողների հետ և մշակել ներքին տեղեկատվական կյուբեր, որոնք պարբերաբար կթարմացվեն անհատական պաշտպանիչ պարագաների օգտագործման և ռիսկերի մեղմացման այլ պահանջների վերաբերյալ կյուբերով:
- Առողջապահական հաստատություններում կամ ավելի բարձր վտանգ ներկայացնող այլ վայրերում կատարվելիք աշխատանքների դեպքում դիմել տվյալ հաստատություն՝ խնդրելով նախքան կապի անձնակազմի ժամանումը իրականացնել մաքրության աշխատանքներ և կազմակերպել ֆիզիկական հեռավորությունը պարտադիր աշխատանքային տարածքներում: Անձնակազմին պետք է տրամադրվեն նույն անհատական պաշտպանիչ սարքավորումները, ինչ հաստատությունում գտնվող ոչ կլինիկական անձնակազմին: Որևէ աշխատանքներ չպետք է կատարեն այն տարածքներում, որտեղ կա հաստատված կամ կասկածվող COVID-19-ով հիվանդ՝ բացառությամբ արտակարգ իրավիճակների:
- Հերթափոխով աշխատողները պետք է առանձնացվեն միմյանցից: Համակարգի օպերատորները պետք է բաժանվեն (ցերեկային/գիշերային կամ անհատական հերթափոխներով) առաջնային և պահուստային կառավարման կենտրոնների միջև: Աշխատանքի կազմակերպումը գիշերային և ցերեկային հերթափոխներով տարբեր տարածքներում 12-ժամյա պատուհան կապահովի զբաղվածության ցիկլերի միջև և թույլ կտա կատարել ուժեղացված մաքրման աշխատանքներ:
- Հսկիչ կենտրոնում աշխատող ողջ անձնակազմի համար հատկացնել շենքի առանձին մուտք, որը կարող է բացվել ավտոմատ կերպ կամ առանց բռնակին դիպչելու:
- Կողմնակի անձանց մուտքը վերահսկման կենտրոններ չպետք է թույլատրվի (օրինակ՝ արգելվում է նույն կազմակերպությունում աշխատող, բայց ոչ

հիմնական անձնակազմի մաս կազմող անդամների մուտքը կամ շրջայցերը):

- Մտածել ովքեր են անձնակազմի այն անդամները, եթե նրանք կան, որոնք կարող են աշխատել վերահսկման սենյակի հարակից տարածքներում:
- Որոշել վերահսկման սենյակի այն գործառույթները, որոնք կարող են իրականացվել հեռակա կարգով, ինչպես օրինակ՝ մշտադիտարկումը կամ տվյալների վերլուծությունը:
- Վերահսկման կենտրոնի օժանդակ անձնակազմին (հաղորդման պլանավորման, համապատասխանության և այլն) պետք է թույլատրվի աշխատել հեռահար տարբերակով այնքան ժամանակ, որքան անհրաժեշտ կլինի:
- Ամեն դեպքում, երբ վերահսկման կենտրոնի անձնակազմի հերթափոխն ընդունվում է այլ սենյակում, աշխատողների միջև կապի միջոցները պետք է մնան բաց, պարզ և հեշտ հասանելի:
- Աշխատողների միջև հարկավոր է ապահովել նվազագույնը վեց ոտնաչափ հեռավորություն: Աշխատատեղերը պետք է բաշխված լինեն այնպես, որ աշխատողների միջև լինի առնվազն վեց ոտնաչափ հեռավորություն: Հաշվի առնել սենյակի նախագիծը և տարածքի ֆիզիկական այլ սահմանափակումները, այդ թվում՝ հոսանքի լարերի դասավորվածությունը, ինչը կարող է սահմանափակել աշխատանքային կայանների տեղակայումը հսկիչ սենյակում:
- Առաքումներ, վերանորոգումներ և այլ գործառույթներ կատարելու համար եկած կապալառուները/վաճառողները պետք է ախտանիշների ստուգում անցնեն առողջության հարցաթերթիկի և/կամ ջերմաչափման միջոցով նախքան տարածք մուտք գործելը: Մուտքը պետք է թույլատրվի միայն անհետաձգելի գործողություններ կատարելու համար:
- Պետք է մշակվեն օպերատորներին տարածքում տեղակայելու նյութատեխնիկական պլանները, այդ թվում ապահովվեն անկողնային պարագաներ, հիգիենայի պարագաներ, ժամանցի և սննդի հարմարություններ:

Ի հոգեյի բնակչության համար անհրաժեշտ է հաշվի առնել լրացուցիչ պահանջներ: Կապի ենթակառուցվածքները ոլորտը պետք է համապատասխանեն [Cal/OSHA](https://www.cdph.ca/Programs/CID/DCDC/Pages/Imz/Pages/CalOSHA.aspx) (Աշխատանքի և առողջության պաշտպանության դաշնային գործակալություն) բոլոր չափորոշիչներին և պատրաստ լինեն հետևելու իրենց ուղեցույցին, ինչպես նաև [Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնների \(CDC\)](https://www.cdc.gov/) և [Հանրային առողջապահության Կայիֆորնիայի դեպարտամենտի \(CDPH\) ուղեցույցին](https://www.cdph.ca/Programs/CID/DCDC/Pages/Imz/Pages/CalOSHA.aspx): Բացի այդ, գործատուները պետք է պատրաստ լինեն փոփոխել իրենց գործողությունները, քանի որ այդ ուղեցույցները փոխվում են:

