



ការណែនាំអំពីជំងឺ កូវីដ-19 សម្រាប់ឧស្សាហកម្ម ម្តុំ

សារមន្តីរ វិចិត្រសាល សនសត្វ និងអាងចិញ្ចឹមត្រី

ថ្ងៃទី 29 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020

សេចក្តីណែនាំទាំងអស់គ្នាត្រូវបានអនុវត្តតែ
ជាមួយនឹងការយល់ព្រមពីមន្ត្រីសុខាភិបាលខោ
នធិបន្ទាប់ពីការពិនិត្យឡើងវិញនូវទិន្នន័យជំងឺ
រាតត្បាតក្នុងតំបន់
រួមមានករណីឆ្លងក្នុងចំនួនមនុស្ស 100,000
នាក់ អត្រានៃការធ្វើតេស្តវិជ្ជមាន និងការ
ត្រៀមរៀបចំតាមមូលដ្ឋាន
ដើម្បីគាំទ្រដល់ការកើនឡើងនៃសេវាថែទាំសុខ
ភាព ប្រជាជនដែលងាយរងគ្រោះ
ការតាមដានរកម្នាក់ៗពាក់ព័ន្ធ និងការធ្វើតេស្ត។



ទិដ្ឋភាពទូទៅ

កាលពីថ្ងៃទី 19 ខែមីនា ឆ្នាំ 2020 កន្លងទៅ មន្ត្រីសុខភាពសាធារណៈប្រចាំរដ្ឋ និងនាយកក្រសួងសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ California បានចេញបទបញ្ជាមួយតម្រូវឱ្យប្រជាជនរដ្ឋ California ភាគច្រើនសម្រាកនៅផ្ទះ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19 ក្នុងចំណោមប្រជាជន។

គេនៅមិនទាន់ដឹងច្បាស់អំពីផលប៉ះពាល់នៃជំងឺ កូវីដ-19 ទៅលើសុខភាពប្រជាជនរដ្ឋ California ថាមានណាទេ។ ជំងឺដែលបានរាយការណ៍មកមានតាំងពីកម្រិតស្រាល (អ្នកខ្លះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីសោះ) រហូតដល់កម្រិតជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលអាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់។ ក្រុមមនុស្សមួយចំនួន រួមទាំងមនុស្សវ័យចំណាស់អាយុ 65 ឆ្នាំឡើងទៅ និងអ្នកដែលមានស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាជំងឺបេះដូង ឬសួត ឬជំងឺទឹកនោមផ្អែមជាដើម កំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺហត់ដង្ហក់ធ្ងន់ធ្ងរ និងតម្រូវឱ្យចូលសម្រាកព្យាបាលក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ ការចម្លងទំនងជានឹងកើតមាននៅពេលមនុស្សប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ឬស្ថិតនៅតំបន់ដែលមិនមានខ្យល់ចេញចូលល្អ ជាមួយនឹងអ្នកដែលបានឆ្លងវីរុស បើទោះជាអ្នកនោះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វី ឬពុំទាន់លេចចេញរោគសញ្ញាក៏ដោយ។

ខណៈនេះ នៅមិនទាន់មានព័ត៌មានច្បាស់ការណ៍ស្តីអំពីចំនួន និងអត្រានៃជំងឺកូវីដ-19 តាមក្រុមអាជីព ឬឧស្សាហកម្ម រួមទាំងក្នុងចំណោមកម្មករហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធសំខាន់ៗ នៅឡើយនោះទេ។

កន្លងមកនេះមានការផ្ទុះឡើងច្រើនលើកនៃជំងឺតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការនានាដែលបង្ហាញឱ្យឃើញថា កម្មករកំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬការចម្លងជំងឺ កូវីដ-19 ។

ឧទាហរណ៍នៃកន្លែងធ្វើការទាំងនេះ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ កន្លែងផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរយៈពេលវែង ពន្ធនាគារ ផលិតកម្មម្ហូបអាហារ ឃ្លាំងទំនិញ រោងចក្រកែច្នៃសាច់ និងហាងលក់គ្រឿងទេសផ្សេងៗ។

ដោយសារមានការកែប្រែលើបទបញ្ជាសម្រាកនៅផ្ទះ វាជាការចាំបាច់ណាស់ដែលត្រូវចាត់វិធានការដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពជូនកម្មករ និងសាធារណជន។

ការអនុវត្តលើការបង្ការសំខាន់ៗរួមមាន៖

- ✓ ការរក្សាគម្លាតរាងកាយក្នុងកម្រិតអតិបរមា តាមអាចធ្វើបាន
- ✓ ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់គ្របមុខដោយបុគ្គលិក (ដែលជាកន្លែងមិនចាំបាច់ការការពារផ្លូវដង្ហើម) និងភ្លៀវ / អតិថិជន
- ✓ លាងសម្អាតដៃឱ្យបានញឹកញាប់ និងធ្វើការជូតសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ
- ✓ បណ្តុះបណ្តាលកម្មករអំពីការអនុវត្តបង្ការទាំងនេះ និងផ្នែកផ្សេងទៀតនៃផែនការបង្ការជំងឺកូវីដ-19។

លើសពីនេះ ជាការចាំបាច់ខ្លាំងដែលត្រូវត្រៀមជាស្រេចនូវដំណើរការសមស្រប ដើម្បីកំណត់រកករណីជំងឺថ្មីតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការ និងដើម្បីធ្វើអន្តរាគមន៍ទាន់ពេលវេលា នៅពេលរកឃើញករណីជំងឺទាំងនោះ និងដើម្បីសហការជាមួយអាជ្ញាធរសុខភាពសាធារណៈ ក្នុងការរារាំងការឆ្លងរាលដាលនៃមេរោគ។

គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់នូវការណែនាំសម្រាប់សារមន្ទីរ វិចិត្រសាល សួនច្បាររុក្ខជាតិ សួនសត្វ អាងចិញ្ចឹមត្រី និងកន្លែងប្រហាក់ប្រហែលផ្សេងទៀត (សំដៅដល់ “សារមន្ទីរ” រួមគ្នា) ដើម្បីកាត់បន្ថយ បរិស្ថានស្អាត និងសុវត្ថិភាពសម្រាប់បុគ្គលិក។

កំណត់ចំណាំ៖ ការណែនាំនេះមិនត្រូវបានបម្រុងទុកសម្រាប់ការសួនកម្សាន្ត ឬសួនទឹកទេ។ សារមន្ទីរដែលមានកន្លែងសន្និបាត បន្ទប់ប្រជុំជួល កន្លែងផ្សេងទៀតសម្រាប់កម្មវិធីឯកជន។ ល។ គួរតែទុកកន្លែងទាំងនោះរហូតដល់មានការប្រជុំធំៗ តាមរយៈការបញ្ជា និងការណែនាំជាក់លាក់ណាមួយ។ សារមន្ទីរដែលមានសកម្មភាពកម្សាន្តជាលក្ខណៈគ្រួសារ (រួមទាំងរោងកូន) ភោជនីយដ្ឋាន (រាប់បញ្ចូលទាំងសម្បទាន កាហ្វេជាដើម) ហាងលក់រាយ មន្ទីរពិសោធន៍ស្រាវជ្រាវវិទ្យាសាស្ត្រជីវិត។ ល។ [របៀបសាយផែនទីបង្ហាញផ្លូវនៃភាពជន់ជិះ កូវីដ-19](#) ។ បញ្ឈប់ការបង្ហាញដូចជា ការបង្ហាញសត្វផ្ទាល់ លុះត្រាតែរក្សាកម្លាំងរាងសត្វគ្នាឯង និងអនាម័យដែលអាចធានាបាន។ រាល់ព្រឹត្តិការណ៍ ឬការជួបជុំធំៗ ដូចជាការប្រគល់ត្រី ឬពិធីជប់លៀងឯកជន / ព្រឹត្តិការណ៍នានាត្រូវតែលុបចោល ឬពន្យារពេល។

ការណែនាំនេះមិនមានចេតនានឹងលុបចោល ឬទុកជាជំនាញនៃសិទ្ធិណាមួយរបស់កម្មករ ទាំងបានកំណត់ដោយច្បាប់ លិខិតបទដ្ឋានគតិយុត្ត ឬមានការចរចាអនុសញ្ញារួមនោះទេ ហើយក៏មិនគ្របដណ្តប់ទាំងអស់ដែរ ដោយសារមិនបញ្ចូលនូវបទបញ្ជាសុខភាពរបស់ខោនធី ក៏មិនមែនជាសេចក្តីជំនួសណាមួយឲ្យលក្ខខណ្ឌតម្រូវលិខិតបទដ្ឋានគតិយុត្តជាធរមានទាក់ទងនឹងសុខភាព សុវត្ថិភាព ដូចជា Cal/OSHA នោះផងដែរ។¹ សូមតាមដានអំពីការប្រែប្រួលនៃការណែនាំសុខភាពសាធារណៈ និងបទបញ្ជានានាតាមមូលដ្ឋាន ឬរដ្ឋ ខណៈដែលស្ថានភាពជំងឺ កូវីដ-19 កំពុងបន្តកើតមាន។ Cal/OSHA មានការណែនាំទូលំទូលាយបន្ថែមទៀតលើ [គោលការណ៍ណែនាំទូទៅរបស់ Cal/OSHA ស្តីពីការការពារកម្មករពីគេហទំព័រ កូវីដ-19](#) ។ CDC មានតម្រូវការបន្ថែមនៅក្នុង [ការណែនាំសម្រាប់អាជីវកម្មនិងនិយោជក](#)។

ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខដែលតម្រូវ

នៅថ្ងៃទី 18 ខែមិថុនា កន្លងទៅនេះ CDPH បានចេញ [ការណែនាំអំពីការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខ](#) ដែលតម្រូវឱ្យមានការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឬរូបថតមុខសម្រាប់សមាជិកនៃសាធារណជន និងកម្មករ នៅគ្រប់ទីតាំងបម្រើការងារ និងសាធារណៈដែលមានការប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់។

ប្រជាជនរដ្ឋ California ត្រូវពាក់របាំងការពារមុខ នៅពេលពួកគេកំពុងទំនាក់ទំនងការងារ មិនថានៅកន្លែងធ្វើការ ឬកំពុងធ្វើការក្រៅការិយាល័យនោះទេ នៅពេល៖

- ធ្វើអន្តរកម្មដោយផ្ទាល់ជាមួយសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជន
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានសមាជិកសាធារណជនចេញចូល មិនថាសាធារណជនម្នាក់ណាកំពុងមានវត្តមាននៅពេលនោះ នោះទេ
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានរៀបចំ ឬចេញបង្គោលអាហារសម្រាប់លក់ ឬចែកចាយទៅអ្នកដទៃ
- កំពុងធ្វើការនៅក្នុង ឬកំពុងដើរឆ្លងកាត់កន្លែងសាធារណៈ ដូចជាច្រកសាលា ជណ្តើរ ជណ្តើរយោង និងលានចំណត
- នៅក្នុងបន្ទប់ ឬតំបន់បិទជិតណាមួយដែលមានអ្នកដទៃ (លើកលែងសមាជិកគ្រួសារផ្ទាល់ ឬលំនៅដ្ឋានរបស់បុគ្គលនោះ) ចេញចូលនៅពេលដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយបាន
- កំពុងបើកបរ ឬបញ្ជាបរយានយន្តដឹកអ្នកដំណើរសាធារណៈ ឬសេវាដឹកអ្នកដំណើរពិសេស (paratransit vehicle) តាក់ស៊ី ឬ រថយន្តឯកជន ឬយានយន្តធ្វើដំណើររួម ដែលមានវត្តមានអ្នកដំណើរច្រើននាក់។ ត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរូបថតមុខ ពេលគ្មានវត្តមានអ្នកដំណើរផ្សេងទៀត។

ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែង ចំពោះច្បាប់ទាំងនេះអាចរកបាននៅក្នុង [ការណែនាំ](#)។ មានការលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើម៉ាស់ ឬរូបថតមុខក្នុងកាលៈទេសៈផ្សេងទៀត ហើយនិយោជកអាចអនុវត្តលក្ខខណ្ឌតម្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខបន្ថែមក្នុងការបំពេញភារកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និង សុខភាព។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខជូនកម្មករ ឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរូបថតមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

និយោជកត្រូវបង្កើតគោលការណ៍ស្នាក់អាស្រ័យសម្រាប់បុគ្គលិកកម្មករទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខខណ្ឌ ត្រូវនឹងការ លើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ និងរូបថតមុខ។ ប្រសិនបើកម្មករម្នាក់ណាដែលតម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់ និងរូបថតមុខដោយសារត្រូវបំពេញភារកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និង សុខភាព។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខជូនកម្មករ ឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរូបថតមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

និយោជកត្រូវបង្កើតគោលការណ៍ស្នាក់អាស្រ័យសម្រាប់បុគ្គលិកកម្មករទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខខណ្ឌ ត្រូវនឹងការ លើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ និងរូបថតមុខ។ ប្រសិនបើកម្មករម្នាក់ណាដែលតម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់ និងរូបថតមុខដោយសារត្រូវបំពេញភារកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និង សុខភាព។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខជូនកម្មករ ឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរូបថតមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

ស្ថាប័នអាជីវកម្មដែលបើកបម្រើសាធារណជន ត្រូវជ្រាបអំពីការលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ និងរូបថតមុខដែលមានក្នុង [ការណែនាំអំពីម៉ាស់ និងរូបថតមុខរបស់ CDPH](#) ហើយអាចនឹងរាប់បញ្ចូលទាំងសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជនសម្រាប់ការមិនពាក់ម៉ាស់ និងរូបថតមុខ ប្រសិនបើអ្នកនោះមានលក្ខខណ្ឌត្រូវតាម [ការណែនាំ](#)។ អាជីវកម្មនឹងត្រូវការបង្កើតគោលការណ៍សម្រាប់ដោះស្រាយការលើកលែងទាំងនេះក្នុងចំណោមអតិថិជន ភ្ញៀវ អ្នកទស្សនា និងបុគ្គលិក។



ផែនការដាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ

- បង្កើតផែនការបង្ការជំងឺ កូវីដ- 19 គ្រប់កន្លែងធ្វើការ គ្រប់ទីតាំងអនុវត្តការវាយតម្លៃហានិភ័យគ្រប់ផ្នែកការងារ ភារកិច្ចការងារ និងចាត់តាំងមនុស្សម្នាក់នៅទីតាំងនីមួយៗដើម្បីអនុវត្តផែនការ។
- ដាក់បញ្ចូលនូវ [ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរបាំងមុខរបស់ CDPH](#) ទៅក្នុងផែនការដាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ និងបញ្ចូលគោលការណ៍មួយសម្រាប់គ្រប់គ្រងលើការលើកលែង។
- កំណត់អត្តសញ្ញាណព័ត៌មានទំនាក់ទំនងសម្រាប់មន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ដែលប្រតិបត្តិការសម្រាប់ទំនាក់ទំនងព័ត៌មានអំពីការរីករាលដាលនៃជំងឺកូវីដ- 19 ក្នុងចំណោមបុគ្គលិក។
- បណ្តុះបណ្តាល និងផ្តល់ដំណឹងដល់កម្មករ និងតំណាងកម្មករ អំពីផែនការ ហើយផ្តល់ភាពងាយស្រួលជូនកម្មករ និងតំណាងរបស់ពួកគេ ក្នុងការស្វែងរកព័ត៌មានផែនការ។
- វាយតម្លៃទីតាំងឲ្យបានទៀងទាត់ដើម្បីអនុវត្តតាមផែនការ ឯកសារ និងកែតម្រូវចំណុចកង្វះខាត។
- អង្កេតតាមដានគ្រប់ជំងឺ កូវីដ-19 ទាំងអស់ រួចកំណត់ថា តើកត្តាពាក់ព័ន្ធនឹងការងារណាមួយ ដែលអាចជាផ្នែកបង្កហានិភ័យនៃការឆ្លងរោគ។ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពផែនការតាមការចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឲ្យមានករណីបន្ថែម។
- អនុវត្តដំណើរការ និងពិធីការចាំបាច់នានា នៅពេលមានការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ យោងតាម [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDPH](#)។
- កំណត់រកអ្វីដែលកម្មករមានឆ្លងមេរោគប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ (ក្នុងរយៈពេលមួយប្រាំមួយជំហាន ចន្លោះពេល 15 នាទី ឡើងទៅ) រួចចាត់វិធានការដាក់កម្មករដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺ កូវីដ-19 វិជ្ជមានម្នាក់នោះ (ឬច្រើន) ឲ្យនៅដាក់ដោយឡែក ពីអ្វីដែលបានប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនោះ។
- ប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគោលការណ៍ណែនាំខាងក្រោម៖
ការខកខានមិនបានគោរពតាមសេចក្តីនេះអាចបង្កឲ្យមានកើតជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឲ្យមានការបិទ ឬដាក់កម្រិតលើប្រតិបត្តិការផ្សេងៗ ជាបណ្តោះអាសន្ន។



ប្រធានបទសម្រាប់បណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិក និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្ត

- ព័ត៌មានអំពី [ជំងឺ កូវីដ-19](#) វិធីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាល និងដែលស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយអាចធ្វើឲ្យបុគ្គលម្នាក់ៗងាយនឹងឆ្លងរោគ។ គ្រឹះស្ថានដែលរក្សាទុកសត្វគ្រួសារតែផ្តល់ព័ត៌មានអំពីវិធីការពារការរីករាលដាលនៃជំងឺ កូវីដ- 19 រវាងមនុស្ស និងសត្វព្រោះវាអាចកើតឡើង។
- ការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះរួមទាំងការត្រួតពិនិត្យសីតុណ្ហភាព និង/ឬការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាដោយប្រើ [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC](#) ។

- សារៈសំខាន់នៃការមិនមកធ្វើការប្រសិនបើ៖
 - ប្រសិនបើបុគ្គលិកមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ដូច [ដែលបានពណ៌នាដោយ CDC](#) ដូចជា គ្រុនក្តៅ ឬគ្រុនញាក់ ក្អក ថប់ដង្ហើម ឬពិបាកដកដង្ហើម អស់កម្លាំង ឈឺសាច់ដុំ ឬឈឺខ្នង ឈឺក្បាល បាត់បង់រសជាតិ ឬក្លិនក្នុងពេលថ្មីៗ ឈឺក គឺងច្រមុះ ឬហឿនសំឡេង ចងចងក្អក ក្អក ឬរាករូស ឬ
 - ប្រសិនបើកម្មករត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយមិនទាន់បញ្ចប់ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅឡើយ ឬ
 - ប្រសិនបើកន្លែងហួសរយៈពេល 14 ថ្ងៃមក បុគ្គលិកម្នាក់មានទំនាក់ទំនងជាមួយនរណាម្នាក់ ដែលត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យថាមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយត្រូវបានគេចាត់ទុកថាអាចឆ្លងបាន (ឧទាហរណ៍ នៅតែស្ថិតក្នុងការរស់ដាច់ពីគេ)។
- ដើម្បីអាចត្រលប់ចូលធ្វើការវិញបាន ក្រោយកម្មករបានទទួលការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺ កូវីដ-19 លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10ថ្ងៃ គិតចាប់ពីលេចចេញរោគសញ្ញាដំបូង រោគសញ្ញារបស់ពួកគេមានសភាពល្អប្រសើរ ហើយកម្មករមិនមានគ្រុនក្តៅ (ដោយមិនមានការប្រើថ្នាំបញ្ចុះកំដៅ) ក្នុងរយៈពេល 72 ម៉ោងចុងក្រោយ។ បុគ្គលិកដែលគ្មានរោគសញ្ញាដែលត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យថាមាន ជំងឺ កូវីដ- 19 អាចរំលែកចេញទៅធ្វើការបានលុះត្រាតែ 10 ថ្ងៃបានកន្លងផុតទៅ ចាប់តាំងពីកាលបរិច្ឆេទនៃការធ្វើតេស្តរកឃើញថាមានជំងឺកូវីដ-19វិជ្ជមានលើកទី1 ។
- ដើម្បីសុំយោបល់ពីពេទ្យ ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ រួមមានការឈឺចាប់រ៉ាំរ៉ៃ ឬណែនន្ទ្រង រង្វេងស្មារតី ឬ មុខ ឬបបូរមាត់ឡើងស្វាយ។ បច្ចុប្បន្នភាព និងសេចក្តីលម្អិតផ្សេងៗអាចរកបាននៅលើ[គេហទំព័ររបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃសម្អាតដៃដោយទឹក និងសាប៊ូបានញឹកញាប់ រួមមានការដុសលាងនឹងសាប៊ូរយៈពេល 20 វិនាទី (ឬដោយប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានសារធាតុអេតាណុល គិតចំផុត 60% (ល្អបំផុត) ឬអាល់កុលអ៊ីសូប្រូប៉ាណុល isopropanol គិតចំផុត 70% (ប្រសិនបើផលិតផលនោះមិនអាចទុកឱ្យនៅក្នុងកម្រងដែលមិនមានអ្នកមើល) នៅពេលកម្មករមិនអាចដើរទៅកាន់ឡាប៊ូ ឬកន្លែងលាងដៃ ដូចមាននៅក្នុង [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ (សូមអានផ្នែក គម្លាតរាងកាយ ខាងក្រោម)។
- ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបានត្រឹមត្រូវ រួមមាន៖
 - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខមិនអាចការពារអ្នកប្រើប្រាស់បានទេ ហើយក៏មិនមែនជាឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នោះដែរ។
 - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខអាចជួយការពារអ្នកនៅក្បែរខ្លួនរបស់អ្នកពាក់ ប៉ុន្តែមិនជំនួសឱ្យការចាំបាច់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងការលាងសម្អាតដៃញឹកញាប់នោះទេ។
 - ត្រូវគ្របម៉ាស់ ឬរបាំងមុខពេញពីលើច្រមុះ និងមាត់។
 - កម្មករត្រូវលាង ឬដូតទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ នៅមុនពេល និងក្រោយពេលពាក់ ឬកម្រងម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។
 - ជៀសវាងការប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ហើយនិងមាត់។

- មិនត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខតែមួយរួមគ្នា ហើយត្រូវបោកសម្អាត ឬបោះចោលក្រោយប្រើម្តងរួច។
- ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងឯកសារណែនាំ [របស់ CDPH សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់](#) ដែលកំណត់កាលៈទេសៈ ដែលម៉ាស់ចាំបាច់ត្រូវពាក់ និងការលើកលែងក៏ដូចជាគោលការណ៍ ច្បាប់ការងារ និងការអនុវត្តជាក់ស្តែងដែលនិយោជិតបានអនុវត្ត ដើម្បីធានាការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏ត្រូវបញ្ចូលផងដែរនូវគោលការណ៍របស់និយោជកលើរបៀបគ្រប់គ្រងអ្នកដែលទទួលបានលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។
- ធានាថាអ្នកម៉ៅការ អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត និងបុគ្គលិកគ្រប់ប្រភេទទាំងអស់នៅឯកន្លែងនេះក៏ទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលត្រឹមត្រូវតាមគោលនយោបាយបង្ការជំងឺ COVID-19 និងមានការផ្គត់ផ្គង់សម្ភារចាំបាច់ និង PPE ។ ពិភាក្សាការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះ ជាមុន ជាមួយអង្គភាពដែលមានកម្មករបណ្តែត និងឬជាប់កិច្ចសន្យា។
- ព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការឈប់សម្រាកមានប្រាក់ឈ្នួល ដែលកម្មករអាចមានសិទ្ធិទទួល ដែលធ្វើឲ្យមានភាពងាយស្រួលខាងហិរញ្ញវត្ថុក្នុងការសម្រាកនៅផ្ទះ។ មើលព័ត៌មានបន្ថែមស្តីពីកម្មវិធី [រដ្ឋាភិបាល គាំទ្រការឈប់សម្រាកឈឺ និងសំណងបុគ្គលិកសម្រាប់ជំងឺកូវីដ-19](#) រួមទាំងសិទ្ធិឈប់សម្រាកឈឺរបស់បុគ្គលិកនៅក្រោម [ក្រុមគ្រួសារដំបូង ការឆ្លើយតបរបស់វិស័យកុរុណា](#) និងសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកចំពោះអត្ថប្រយោជន៍សំណងរបស់បុគ្គលិក និងការសន្មតនៃការងារ - ភាពពាក់ព័ន្ធនៃជំងឺកូវីដ-19 អនុលោមតាមបទបញ្ជារបស់អភិបាល [បទបញ្ជាប្រតិបត្តិN-62-20](#) ខណៈដែលបទបញ្ជានោះចូលជាធរមាន។



ការធ្វើតេស្ត និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គល

- ផ្តល់សិក្ខាភាពនិង / ឬការពិនិត្យរោគសញ្ញាសម្រាប់បុគ្គលិកទាំងអស់ (រាប់បញ្ចូលទាំងអ្នកចុះកម្មសិក្សា អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត។ ល។) នៅពេលចាប់ផ្តើមវេនរបស់ពួកគេ។ ធានាថាអ្នកផ្តល់ការធ្វើតេស្តរោគសញ្ញា ឬវាស់កំដៅជៀសវាងការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនឹងកម្មករ ក្នុងគម្លាតដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ប្រសិនបើតម្រូវឱ្យធ្វើការពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលជាជម្រើសសមស្រប ជំនួសឲ្យការផ្តល់ការពិនិត្យនៅឯគ្រឹះស្ថាន ត្រូវធានាថាការពិនិត្យនេះត្រូវបានធ្វើឡើងមុនពេលកម្មករចេញពីផ្ទះមកធ្វើការតាមវេនរបស់ពួកគេ ហើយអនុវត្តតាម [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC](#) ដូចដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុងផ្នែកប្រធានបទសម្រាប់ការបណ្តុះបណ្តាលកម្មករខាងលើ។
- លើកទឹកចិត្តកម្មករនិយោជិតអ្នកស្ម័គ្រចិត្ត និងអ្នកទស្សនាដែលឈឺឬបង្ហាញរោគសញ្ញានៃជំងឺកូវីដ-19 ស្នាក់នៅផ្ទះ។
- និយោជកត្រូវផ្តល់ និងធានាថាបុគ្គលិក និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្តប្រើឧបករណ៍ការពារចាំបាច់ទាំងអស់ រួមទាំងការការពារភ្នែក និងស្រោមដៃនៅពេលចាំបាច់។
- និយោជកត្រូវពិចារណាថាកន្លែងណាដែលអាចប្រើស្រោមដៃប្រភេទបោះចោលបាន ដើម្បីបន្ថែមបង្កប់លើការលាងសម្អាតដៃ ឬការប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃញឹកញាប់

ឧទាហរណ៍៖ សម្រាប់កម្មករដែលធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញាឱ្យអ្នកដទៃ ឬគ្រប់គ្រងវត្ថុផ្សេងៗដែលគេប៉ះពាល់ជាទូទៅ។
កម្មករគួរពាក់ស្រោមដៃនៅពេលកាន់វត្ថុដែលប្រឡាក់ដោយសារធាតុរាវនៃរាងកាយ។

- សារមន្ទីរត្រូវតែមានវិធានការសមហេតុផលរួមទាំងការដាក់ស្លាកសញ្ញានៅច្រកចូលក្នុងទីតាំងយុទ្ធសាស្ត្រ និងមើលឃើញខ្ពស់ និងនៅក្នុងការបញ្ជាក់ដើម្បីកក់ទុកជាមុនដើម្បីរំលឹកដល់សាធារណជនថា ពួកគេត្រូវប្រើការបិទបាំងមុខ និងអនុវត្តការរក្សាគម្លាតឆ្ងាយពីគ្នា ហើយពួកគេគួរតែលាងដៃជាមួយសាប៊ូឱ្យបានញឹកញាប់យ៉ាងហោចណាស់ 20 វិនាទី ប្រើទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ ហើយកុំប៉ះមុខ។
- រំលឹក ភ្ញៀវជាមុនដើម្បីឱ្យភ្ញៀវយកម៉ាស់មុខមកតាមខ្លួន ហើយត្រៀមម៉ាស់មុខទុកជូនអ្នកដែលមកដល់ដោយមិនមានម៉ាស់ជាប់ខ្លួនប្រសិនបើអាច។
- ភ្ញៀវ និងអ្នកទស្សនាគួរតែមានសិក្ខាសាលាសីលធម៌ / ឬរោគសញ្ញាដែលត្រូវបានពិនិត្យនៅពេលមកដល់បានស្នើសុំឱ្យប្រើទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ និងពាក់ម៉ាស់។ ម៉ាស់គួរតែត្រូវបានផ្តល់ជូនដល់ភ្ញៀវដែលមកដល់មិនមានម៉ាស់។
- បង្ហាញសំណុំនៃច្បាប់ដែលអាចមើលឃើញយ៉ាងច្បាស់សម្រាប់ភ្ញៀវនៅច្រកចូលដែលជាលក្ខខណ្ឌនៃការចូល។
ច្បាប់នេះអាចរាប់បញ្ចូលការណែនាំក្នុងការប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ ពាក់ម៉ាស់ក្នុងពេលទស្សនា រក្សាចម្ងាយរាងកាយពីបុគ្គលិក និងភ្ញៀវ / ក្រុមផ្សេងទៀតជៀសវាងការប៉ះពាល់ផ្ទៃមុខ ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងចាំបាច់សម្រាប់ផ្នែកសុខភាពក្នុងតំបន់ និងការផ្លាស់ប្តូរសេវាកម្ម។ នៅពេលណាដែលអាចធ្វើទៅបាន ច្បាប់គួរតែមានជាលក្ខណៈខ្លីជីវិត និងរួមបញ្ចូលរូបតំណាង។



ពិធីការសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- ជាញឹកញាប់ត្រូវតែស្អាត និងកម្អាតមេរោគលើផ្ទៃដែលប៉ះជាញឹកញាប់ដូចជា កន្លែងកាន់បើកទ្វារ របងការពារ ផ្ទាំងប្រកាស ផ្លាកពិព័រណ៍ កុងតាក់ ដៃទ្វារ។ ល។ សហការីគួរតែកំណត់ និងសម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃដែលកុមារងាយនឹងប៉ះដូចជា ផ្នែកនៃបង្អួច និងបង្គោលរបងដែលនៅជិតដី។
- លើកទឹកចិត្តដល់ការប្រើប្រាស់កាតកណ្តាទាន និងប្រព័ន្ធទូទាត់ដោយមិនចាំបាច់ប៉ះម៉ាស៊ីនគិតប្រាក់។
- អនុវត្តការសម្អាតឱ្យបានហ្មត់ចត់នូវផ្ទៃកខាងក្រៅ និងក្នុងផ្ទះណាដែលបុគ្គលិកឬសាធារណជនទំនងជាប្រើប្រាស់ ឬកាន់កាប់។ វាគួរតែរួមបញ្ចូលតំបន់ចរាចរណ៍ខ្លាំង និងកន្លែងធ្វើការរួមគ្នា (ការិយាល័យ បន្ទប់ប្រជុំ បន្ទប់សម្រាក។ ល។) និងច្រកចេញចូលដែលមាន (បង្គាន់ដៃ, ជណ្តើរ, កុងតាក់ជណ្តើរយន្ត។ ល។)
- ចៀសវាងការចែករំលែកទូរស័ព្ទ ថេប្លេត អាយក្រូម ឧបករណ៍ ការងារផ្សេងទៀតឬឧបករណ៍ការិយាល័យនៅកន្លែង ដែលអាចធ្វើទៅបាន។ មិនត្រូវប្រើ PPE រួមគ្នាជាដាច់ខាត។
- នៅពេលដែលរបស់របរទាំងនេះត្រូវចែករំលែក ជាមួយម៉ាស៊ីនសម្អាតដែលសមស្របសម្រាប់ផ្ទៃខាងលើរាងការផ្លាស់ប្តូរ វិការប្រើប្រាស់ណាមួយកាន់តែញឹកញាប់រួមទាំងឧបករណ៍ដូចខាងក្រោម៖

ឧបករណ៍ការិយាល័យដែលបានចែករំលែកដូចជាម៉ាស៊ីនថតចំលងម៉ាស៊ីនទូរសារ ម៉ាស៊ីនព្រីន ទូរស័ព្ទ ក្តារចុច អេឌីអ៊ីម ប្រដាប់ក៏ប កន្លែងទទួលភ្ញៀវ ការប្រើកន្លែងការងាររួមគ្នា ប្រើឧបករណ៍អុឌីយ៉ូ និងវីដេអូ (ម៉ែត្រូហ្គូនមីត្រូហ្គូន ទូរទស្សន៍បង្ហាញរូប ល។) អាយកូមតុនិងកៅអី ម៉ាស៊ីនដាក់កាក ម៉ាស៊ីនថតរូប និងម៉ាស៊ីនលក់ស្វ័យប្រវត្តិ។ ល។

- ណែនាំបុគ្គលិកឱ្យដូតសំអាត និងកម្ទាត់មេរោគឧបករណ៍ ដែលបុគ្គលិក និងភ្ញៀវបានប្រើរួមគ្នា ដូចជា បិច ផែនទី ជាដើម។ ល។
- ផ្តល់ផែនទីដែលអាចចោលបាន មិនប្រើផែនទីរួម ប្រើខិតប័ណ្ណឬ សៀវភៅណែនាំ។ ល។ ទៅភ្ញៀវដែលមាន លក្ខណៈខ្លីជីថល ដើម្បីឱ្យភ្ញៀវអាចមើលលើឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិកផ្ទាល់ខ្លួន ប្រសិនបើអាច។ ប្រសិនបើបែបបររបៀបមួយមុខមិនអាចត្រូវបានផ្តល់ឱ្យ អ្នកអាចផ្តល់វត្ថុដែលអាចប្រើឡើងវិញបាន មុន និងក្រោយពេលប្រើរបស់អតិថិជន។
- ដើម្បីឱ្យភ្ញៀវត្រូវគ្នាទៅនឹងភាគពូកិច្ចរបស់មជ្ឈមណ្ឌលចំពោះជនពិការសូមបញ្ចប់ការប្រើប្រាស់កាសអុឌីយ៉ូ រួមគ្នាជាដើម នឹងឧបករណ៍ផ្សេងទៀតដែលផ្តល់ឱ្យភ្ញៀវ **លើកលែងតែ** វាអាចត្រូវបានសម្លាប់មេរោគបានយ៉ាងត្រឹមត្រូវ។ ពិគ្រោះជាមួយរោងចក្រផលិតសម្ភារបរិក្ខារដើម្បីកំណត់វិធានការនៃការសម្លាប់មេរោគឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ជាពិសេសសម្រាប់ផ្ទៃដែលមានសភាពទន់ និងមានរន្ធ ដូចជាកាសឃ្លុប។
- បំពាក់ឧបករណ៍នៅស្ថានីយកន្លែងធ្វើការជាមួយផលិតផលអនាម័យត្រឹមត្រូវរួមទាំងទឹកអនាម័យលលាងដៃ និងឧបករណ៍ដូតអនាម័យ។
- ធានាថាសម្ភារអនាម័យសម្រាប់បុគ្គលិក និងភ្ញៀវ រក្សាបានប្រតិបត្តិការនិងស្តុកទុកគ្រប់ពេល និងផ្តល់សាប៊ូ ក្រដាស និងទឹកអនាម័យលលាងដៃនៅពេលចាំបាច់។ ផ្តល់នូវទឹកអនាម័យលលាងសម្អាតដៃ និងឡាប៊ូលាងដៃសម្រាប់ភ្ញៀវទេសចរដែលអាចធ្វើទៅបាននៅតំបន់ដែលមានចរាចរណ៍ខ្លាំងដូចជា ច្រកចូល។
- គួរដំឡើង និងលើកទឹកចិត្តការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ដែលមិនប្រើដៃ បើអាចធ្វើបាន រួមទាំងនាឡិកាមិនចុច ភ្លើងចាប់សញ្ញាចលនា និងឧបករណ៍ចាក់សាប៊ូ និងឧបករណ៍ហូតក្រដាសដោយស្វ័យប្រវត្តិ។
- នៅពេលជ្រើសរើសការលាងសំអាតជាតិគីមី និយោជិកគួរតែប្រើផលិតផលដែលត្រូវបានអនុម័តឱ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺ កូវីដ-19 នៅលើ [ការការពារបរិស្ថាន ទីភ្នាក់ងារ \(EPA\)-បានអនុម័ត](#) រាយហើយធ្វើតាមការណែនាំផលិតផល។ ប្រើសារធាតុសម្លាប់មេរោគដែលមានស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្កជំងឺ (emerging viral pathogens) ល្បាយម្សៅខាត់រាវសម្អាតផ្ទះ (diluted household bleach solutions) (លាយ 5ស្លាបព្រាបាយក្នុងចំណុះទឹកមួយហ្គាឡុង) ឬទឹកអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលតិចបំផុត 70% លុបនឹងសម្អាតលើផ្ទៃ។ ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់កម្មករស្តីអំពីគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការប្រើប្រាស់សារធាតុគីមី គោលដៅអ្នកផលិត តម្រូវការខ្យល់ចេញចូល និងលក្ខខណ្ឌតម្រូវរបស់ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព។ កម្មករដែលប្រើប្រាស់ទឹកសម្អាត ឬសារធាតុសម្លាប់មេរោគត្រូវពាក់ស្រោមដៃ និងឧបករណ៍ការពារផ្សេងទៀតតាមការណែនាំប្រើផលិតផល។ អនុវត្តតាមវិធី [ការសម្អាតជំងឺហ៊ីតដែលមានសុវត្ថិភាព វិធីសាស្ត្រ](#) ដែលបានណែនាំដោយក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ហើយធានាថា ខ្យល់ល្អ។
- ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃជំងឺរលាកសួតធ្ងន់ធ្ងរនៃ [ជំងឺ Legionnaires](#) និងជំងឺផ្សេងទៀតដែលទាក់ទងនឹងទឹក [ចាក់វិធានការ](#) ដើម្បីធានាថាប្រព័ន្ធទឹក

និងបរិក្ខាននានាមានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់បន្ទាប់ពីការបិទរយៈពេលយូរ។

- នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន សូមកុំសម្អាតកំរាលឥដ្ឋដោយការបោសវាស ឬវិធីផ្សេងទៀតដែលអាចធ្វើឲ្យប៉ែកខ្មែកមេរោគបង្កជំងឺចូលពាសពេញក្នុងខ្យល់។ ប្រើម៉ាស៊ីនបូមចូលដែលមានតម្រង HEPA នៅគ្រប់ទីកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតខ្យល់ដែលមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ ធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវតម្រងខ្យល់របស់អគារឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុត និងធ្វើការកែច្នៃផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ចូលពីខាងក្រៅ និងខ្យល់នៅក្នុងតំបន់ធ្វើការទាំងអស់។
- លែងកទុកពេលឲ្យកម្មករបានរៀនលាងសម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។ ការងារសម្អាតគួរតែកំណត់ក្នុងម៉ោងធ្វើការដែលជាផ្នែកមួយនៃភារកិច្ចការងាររបស់កម្មករ។
- ប្តូរម៉ោង បើចាំបាច់ដើម្បីធានាឲ្យបាននូវការសម្អាតកន្លែងធ្វើការឲ្យបានទៀងទាត់ និងហ្មត់ចត់។
ទិញផលិតផលជម្រើសផ្សេងៗសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនសម្អាតរបស់ភាគីទីបីដើម្បីជួយបំពេញតម្រូវការសម្អាតដែលកើនឡើងតាមការចាំបាច់។



សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- អនុវត្តវិធានការណ៍នានាដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ យ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតរវាងបុគ្គលិក និងភ្ញៀវ និងរវាងមនុស្សដែលកំពុងរង់ចាំ។ អាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់ភាគរូបណាមួយដូចជា របាំងកញ្ចក់ ឬរបសញ្ញា (ឧទាហរណ៍ ផ្លាកសញ្ញាជាន់ ឬសញ្ញាសម្គាល់ដើម្បីចង្អុលបង្ហាញកន្លែងដែលបុគ្គលិក និងភ្ញៀវគួរតែឈរ) ។
- ចាត់ចែងរៀបចំផ្លូវចេញចូលដាច់ដោយឡែកកាត់តាមកន្លែងតាំងពីព័រណ៍ វិចិត្រសាល កន្លែងចូលទស្សនា និងកន្លែងធ្វើការ ដើម្បីជួយរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់គ្នាដោយចៃដន្យ បើសិនជាអាចធ្វើបាន។ រៀបចំបង្កើតផ្លូវដើរ ផ្លូវឆ្លងកាត់ ច្រកសាលឯកទិស ។ល។ សម្រាប់អ្នកធ្វើចម្រើន បើអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីកាត់បន្ថយការដើរខ្វាត់ខ្វែងនៅក្នុងកន្លែងតាំងពីព័រណ៍ និងកន្លែងធ្វើការ។
- ត្រូវដាក់តាំងស្លាកសញ្ញានៅតាមច្រកចេញចូល កន្លែងរង់ចាំ និងកន្លែងទស្សនា និងឲ្យបានពាសពេញកន្លែងតាំងពីព័រណ៍ ដើម្បីរំលឹកដល់អ្នកទស្សនាពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ការប្រើម៉ាស់ពាក់គ្របមុខ និងធ្វើអនាម័យដៃឲ្យបានត្រឹមត្រូវ នៅគ្រប់កាលៈទេសៈ។
- ណែនាំមិនឲ្យបុគ្គលិក និងភ្ញៀវជួបជុំគ្នានៅកន្លែងដែលមានមនុស្សដើរចេញចូលច្រើនដូចជាបន្ទប់ទឹក និងច្រកសាល។
ចាត់ចែងឲ្យបុគ្គលិកណែនាំភ្ញៀវដែលនៅទីកន្លែងដែលមានមនុស្សដើរចេញចូលច្រើន និងតូចចង្អៀតទាំងក្នុង និងក្រៅអគារ ដើម្បីបញ្ជ្រាញការប្រមូលផ្តុំ។
- លែងប្រើវិធាននៃចំនួនអ្នកចូលទស្សនាអតិបរមា ដើម្បីកំណត់ចំនួនមនុស្សចូលទៅក្នុងសារមន្ទីរតាមដែលអាចធ្វើបាន ដើម្បីកាត់បន្ថយការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។

- ត្រូវពិចារណាអនុវត្តប្រព័ន្ធកក់សំបុត្រតាមម៉ោង និង/ឬកក់សំបុត្រទុកមុន ដើម្បីកំណត់ពេលវេលាឱ្យបានត្រឹមត្រូវ និងជួយរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- រៀបចំកន្លែងទស្សនាឡើងវិញសម្រាប់ការសម្តែងផ្ទាល់ ការសម្តែងរបស់សត្វ ។ល។ ដូច្នេះទើបអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ដែលមកជាគ្រួសារ ត្រូវពិចារណាអនុវត្តរៀបចំកន្លែងអង្គុយទុកមុន ដើម្បីធ្វើជាឧទាហរណ៍បង្ហាញ និងឱ្យបុគ្គលិកបង្ហាញកន្លែងអង្គុយដល់ភ្ញៀវដែលមកជាគ្រួសារ
- កំណត់ចំនួនភ្ញៀវដែលមកជាក្រុម ចូលក្នុងអគារទៅតាមគ្រួសារ ភ្ញៀវដែលមកពីគ្រួសារតែមួយមិនចាំបាច់រក្សាគម្លាតរាងកាយទេ។
- បំបែកក្រុមអ្នកចូលទស្សនាដែលលាយឡំក្រុមភ្ញៀវមកជាគ្រួសារ និងក្រុមជាបុគ្គលដែលមកពីគ្រួសារខុសគ្នានៅក្នុងក្រុមដើរទស្សនាតែមួយ។ មគ្គុទ្ទេសក៍ទេសចរត្រូវតែរក្សាគម្លាតយ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីតពីភ្ញៀវ។
- រៀបចំកន្លែងអង្គុយទស្សនា តុ កៅអី បង់អង្គុយ។ល។ និង/ឬក៏ដកកន្លែងអង្គុយខ្លះចេញ ដើម្បីឱ្យមានគម្លាតរាងកាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតពីអ្នកអង្គុយម្នាក់ៗ។ ដាក់ស្លាកសញ្ញានៅលើកន្លែងអង្គុយរួមគ្នា ឬកន្លែងអង្គុយដែលមិនអាចដកចេញបាន (បង់អង្គុយ ។ល។) ដើម្បីរំលឹកភ្ញៀវពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយពីអ្នកក្រៅក្រុម។
- ត្រូវពិចារណាដកចេញ បិទ ដាក់ដាច់ដោយឡែកពីគ្នា ឬគ្រប់គ្រងវត្ថុតាំងបង្ហាញប៉ះពាល់នានាដូចជាកញ្ចក់ប៉ះ បង្ហាត់ដៃចាប់កាន់ គ្រឿងចុច ទូរស័ព្ទ និងឧបករណ៍ស្លាប់ផ្សេងទៀត របស់របរកាន់កាប់ផ្ទៃ ទ្វាររុញ ។ល។ ត្រូវពិចារណាផ្តល់ប៊ិច និងក្រដាសដែលប្រើហើយបោះចោលបាន និងចាត់តាំងបុគ្គលិកដើម្បីត្រួតពិនិត្យ និងសម្អាតមេរោគលើផ្ទៃដែលប្រើរួចម្តងៗ ។ល។ ត្រូវមានទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ និង/ឬសម្អាតមេរោគលើកន្លែងលាងដៃ និងស្នើឱ្យភ្ញៀវទាំងអស់លាងដៃមុន និងក្រោយពេលប៉ះពាល់វត្ថុតាំងបង្ហាញ។ ត្រូវពិចារណាឱ្យបានល្អិតល្អន់លើការបិទកន្លែងតាំងពិព័រណ៍នានានៅពេលដែលអាចធ្វើបាន ជាពិសេសនៅពេលកុមារដែលមើលទៅអាចនឹងប៉ះពាល់ ឬប្រើប្រាស់វត្ថុតាំងបង្ហាញដោយមិនបានលាងដៃ ឬសម្អាតមេរោគត្រឹមត្រូវ
- ត្រូវបិទកន្លែងក្មេងលេងនៅក្នុងអគារ ទីធ្លាកម្សាន្ត សំណង់គ្រោងគោងឡើង ។ល។ ស្របទៅតាម [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ \(CDC\)](#)
- ត្រូវពិចារណាផ្តល់ជូនបុគ្គលិក មគ្គុទ្ទេសក៍ បុគ្គលិកហាត់ការ និង អ្នកស្ម័គ្រចិត្តនានាដែលស្នើសុំកែសម្រួលកាតព្វកិច្ចការងារ ដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយភ្ញៀវ និងបុគ្គលិកដទៃទៀត (ឧទាហរណ៍៖ ប្តូរពីការ គិតលុយផ្ទាល់ទៅជាការរៀបចំបញ្ជីសារពើភ័ណ្ឌ ឬរៀបចំតាមតម្រូវការរដ្ឋបាលតាមប្រព័ន្ធកុំព្យូទ័រ)។
- ត្រូវចាត់ចែងការងារ នៅពេលចាំបាច់ និងអាចទៅរួច ដើម្បីកំណត់ចំនួនបុគ្គលិកនៅកន្លែងធ្វើការនីមួយៗ អាចរួចមានការរៀបចំកាលវិភាគ (ឧទា.រៀបចំម៉ោងចេញ និងចូលធ្វើការមិនឱ្យជាន់គ្នា) ដាក់ថ្លៃឆ្នាំងសម្រាប់ការធ្វើការនៅកន្លែង ត្រឡប់ទៅកន្លែងធ្វើការជាដំណាក់កាល ឬបន្តប្រើប្រព័ន្ធកុំព្យូទ័រទំហំសិនជាអាច
- រៀបចំកន្លែងការិយាល័យ កន្លែងធ្វើការ បញ្ជូនចុះឈ្មោះចេញ ។ល។ ដើម្បីឱ្យមានគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតរវាងបុគ្គលិកម្នាក់ៗនៅកន្លែងធ្វើការ។
- រៀបចំឡើងវិញ វិភាគ ឬបិទបន្ទប់សម្រាក ហើយរៀបចំកន្លែងសម្រាកផ្សេងដែលមានការរក្សាគម្លាតរាងកាយបើអាចទៅរួច។

កំណត់ចំនួនមនុស្សដែលជិះជណ្តើរយន្តម្តងៗ។

- ការកំណត់ម៉ោងសម្រាកបណ្តាក់គ្នា ស្របតាមបទប្បញ្ញត្តិប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងពេលដើម្បីរក្សាពិធីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- លុបបំបាត់ការប៉ះពាល់ផ្ទាល់ចំពោះការប្រគល់ទំនិញទៅកន្លែងធ្វើការ។
- បើអាចធ្វើបាន សូមដំឡើងសម្ភារជំនួយសម្រាប់ការបញ្ជូនអាហារ ដូចជាធ្នើរ និងក្តារព្រីត្តិប័ត្រដើម្បីកាត់បន្ថយការចាប់ដៃគ្នាពីម្នាក់ទៅម្នាក់។
- រៀបចំកន្លែងចតយានយន្តជាថ្មីដើម្បីកំណត់ចំណុចដែលប្រមូលផ្តុំ និងធ្វើប្រាកដថាមានកន្លែងដាក់ដាច់ដោយឡែកគ្នាបានត្រឹមត្រូវ (ឧទា.នៅគ្រប់ផ្លូវ ឬកន្លែងចត ការបង់ប្រាក់ដោយមិនប៉ះម៉ាស៊ីនគិតប្រាក់។ល។)
- ចៀសវាងប្រើប្រាស់ឃានយន្ត ពេលធ្វើដំណើរក្នុងបរិវេណអាកាសធ្វើការ បើអាចទៅរួច សារមន្ទីរ វិចិត្រសាល សួនច្បារ សួនសត្វ ជលវិប្បដ្ឋាន ។ល។ គួរកំណត់សេវាកម្មដឹកទៅមក ពេលដែលអាចធ្វើបាន និងស្របទៅតាមកាតព្វកិច្ចចំពោះជនពិការ និយោជកត្រូវអនុវត្តតាមគោលការណ៍ណែនាំនេះ បន្ថែមទៅលើគោលការណ៍ណែនាំស្តីពីការដឹកជញ្ជូនដែលពាក់ព័ន្ធដូចដែលអាចរកឃើញ នៅលើ [គេហទំព័របង្ហាញផ្លូវនៃភាពជួរស្បើយពីជំងឺ កូវីដ-19](#) ។

រាល់ខណ្ឌតម្រូវបន្ថែមត្រូវបានចាត់ទុកថាមានគ្រោះថ្នាក់ដល់ប្រជាជន។

និយោជកត្រូវតែគោរពតាមស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#) ទាំងអស់ហើយត្រៀមខ្លួនដើម្បីគោរពតាមការណែនាំរបស់ Cal/OSHA ក៏ដូចជាការណែនាំរបស់ [មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺ \(CDC\)](#) រួមទាំង

មន្ទីរសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ [California \(CDPH\)](#) ផងដែរ។

បន្ថែមទៀតនិយោជកត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីកែប្រែប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួននៅពេលគោលការណ៍ណែនាំមានការផ្លាស់ប្តូរ។

