



COV LUS QHIA UAS XAV KOM TXHUA PHAB LAGLUAM UA TAU HAIS TXOG COVID-19:

Cov Chaw Teev
Kev Ntseeg thiab
Chaw Teev Ntuj
thiab Ua Dab Ua
Qhua

Lub Xya Hlis, Tim 29, 2020

covid19.ca.gov



COV NTSIAB LUS DAV DAV

Thaum Lub Peb Hlis, Tim 19, 2020, Tus State Public Health Officer thiab tus Director of the California Department of Public Health tau tso lus tawm los hais kom California cov pejxeem feem ntau yuav tsum tau nyob twb ywm hauv tsev los mus tiv thaiv qhov kev sibkis ntawm tus kabmob COVID-19 nyob hauv cov pejxeem.

Qhov teebmeem uas tus kabmob COVID-19 yuav tsim tau rau pejxeem California txoj kev noj qab nyob zoo yeej tseem tsis tau paub meej. Qhov mob uas neeg tau hais tawm yog muaj zoo li tsis xis nyob pes tsawg (ib txhia neeg yeej twb tsis muaj sab mab dabtsi li) mus rau qhov tias muaj mob hnyav uas yuav ua tau rau tus neeg tuag. Muaj tej pawg neeg, suav nrog rau cov neeg muaj hnub nyoog 65 xyoo lossis laus dua thiab cov neeg uas muaj tej co mob loj, xws li kabmob plawv lossis kabmob ntsws lossis kabmob ntshav qab zi, yog cov neeg uas ntxim yuav raug mus pw hauv tsev khomob thiab yuav muaj cov teebmeem loj. Txoj kev sibkis feem ntau zoo li yuav yog thaum tib neeg nyob sib ze lossis nyob hauv ib lub chaw tsis muaj cua hliv uas muaj ib tus neeg muaj tus kabmob nyob rau hauv, txawm tias tus neeg ntawm yeej tsis muaj sab mob dabtsi lossis yeej tseem tsis tau muaj sab mob li.

Ntaub ntawv qhia meej txog cov neeg muaj tus kabmob thiab muaj pes tsawg tus neeg muaj tus kabmob COVID-19 ntawm tag nrho cov neeg ua haujlwm nyob rau hauv tej phab lagluam lossis tej phab haujlwm, suav nrog rau cov neeg ua haujlwm rau txhua yam uas yuav tsum tau muaj los siv (critical infrastructure workers), yeej tseem tsis tau muaj nyob rau lub sijhawm tam sim no. Nws twb muaj neeg muaj tus mob coob nyob rau ntau yam chaw ua haujlwm lawm, qhia tias cov neeg ua haujlwm yeej muaj qhov uas ntxim yuav kis tau lossis muab tus kab COVID-19 mus kis tau rau lwm tus neeg. Cov pivtxwv ntawm cov chaw haujlwm ntawm no yog muaj cov chaw teev kev ntseeg, cov tsev khomob, cov chaw rau cov neeg pab tsis taus lawv tus kheej mus nyob, cov tsev kaw neeg, chaw npaj khoom noj, cov tsev rau khoom, cov chaw hlais nqaij, thiab cov khw muag khoom noj.

Nyob rau lub sijhawm uas tau muab qhov kev txwv kom neeg nyob twb ywm hauv tsev hloov, nws tseemceeb tias cov chaw haujlwm yuav tsum ua txhua yam los ceev kom muaj kev nyabxeeb rau cov neeg ua haujlwm thiab pejxeem.

Cov kev tiv thaiv tseemceeb yog muaj:

- ✓ ua kom cov neeg nyob deb li deb ntawm lwm tus neeg,
- ✓ cov neeg ua haujlwm, cov neeg mus pab haujlwm dawb thiab cov neeg siv cov chaw muaj coob tus neeg sib sau ua ke yuav tau siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg (nyob ntawm cov chaw uas yuav tsis tas siv daim npog qhov ncauj qhov ntswg uas muaj chaw ua pa),
- ✓ nquag ntxuav tes thiab ntxuav thiab tsuag tshuaj tua kabmob rau tej chaw thiab khoom tsis tseg,
- ✓ cob qhia cov neeg ua haujlwm thiab neeg pab haujlwm dawb txog cov tswvyim ntawm no thiab lwm cov tswvyim ntawm txog kev npaj los tiv thaiv

kom tsis txhob kis tus kabmob COVID-19.

Ntxiv ntawd, nws yuav yog ib qho tseemceeb los npaj ib txoj kev los nrhiav kom paub cov neeg tshiab uas muaj tus kabmob nyob hauv cov chaw haujlwm, thiab yog thaum twg paub lawm, yuav los mus nqis tes daws qhov teebmeem ceev thiab koomtes nrog cov neeg tuav haujlwm saibxyuas pejxeem txoj kev noj qab nyob zoo los mus muab txoj kev sibkis ntawm tus kab virus ncua.

LUB HOMPHIAJ

Daim ntawv no muaj cov lus qhia uas xav kom ua tau rau cov chaw teev kev ntseeg thiab cov chaw teev ntuj thiab ua dab ua qhua (muab hu tag tib si ua “cov chaw teev kev ntseeg”) lus mus txhawb kom muaj ib lub chaw muaj kev nyabxees thiab huv siab rau cov neeg ua haujlwm, cov neeg tuaj kawm thiab xyaum haujlwm, cov neeg pab haujlwm dawb, cov kws qhia ntawv, thiab tag nrho lwm cov neeg ua haujlwm nrog rau cov neeg tuaj sib sau ua ke, cov neeg tuaj teev ntuj, cov neeg tuaj koom, tej cov neeg zoo li no (muab hu tag tib si ua “cov neeg tuaj koom” lossis “cov neeg tuaj sib sau ua ke”). Cov lus qhia uas xav kom ua tau ntawm no yuav tsis yuam kom cov chaw teev kev ntseeg rov qab muaj kev teev kev ntseeg tim ntsej tim muag. Ntxiv ntawd, peb pom zoo kom cov chaw teev kev ntseeg muaj kev teev kev ntseeg saum huabcua thiab lwm yam kev pab rau cov neeg uas ntxim tus kabmob COVID-19 yuav tsim tau teebmeem loj rau lawv suav nrog rau cov neeg muaj hnuv nyoog siab lawm thiab cov neeg uas muaj ntau tus mob.

Txawm tias cov neeg yeej ua raws nraim li txoj kev tsis txhob nyob sib ze los, thaum muaj cov neeg tsis nyob ua ib tse tuaj sib sau ua ke los mus teev kev ntseeg yeej muaj qhov tias ntxim yuav muaj kev sibkis tau tus kabmob COVID-19 virus ntau ntxiv, thiab tej zaum yuav ua rau qhov kev sibkis ntawm cov pejxeem, kev yuav tau mus pw hauv tsev khomob, thiab kev muaj neeg tuag nce siab, tshwjxees tshaj yog nyob rau ntawm cov neeg uas hnuv nyoog siab lawm thiab cov neeg uas muaj ntau tus mob. Ib qho tseemceeb, cov kev hu nkauj thiab seev suab yeej ua rau txoj kev nyob nrug deb li rau kauj ruam tiv thaiv tsis tau raws li qhov peb xav lawm.

*Yog li ntawd, cov chaw teev kev ntseeg yuav tsum tau tsis txhob pub kom muaj kev hu nkauj thiab kev seev suab lawm thiab txwv cov neeg mus koom cov kev sib sau ua ke *hauv tsev* kom tsuas muaj li 25% ntawm lub tsev lossis 100 tus neeg, saib qhov twg yog qhov tsawg tshaj. Peb tau hais rau Cov Coj Hauv Kev Saibxyuas Pejxeem Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo kom lawv muaj cov kev txwv uas tsim nyog tias yuav pub muaj neeg coob npaum li cas mus koom cov kev sib sau ua ke *nraum* zoov thaum lawv muab cov ntsiab lus qhia txog kev sibkis ntawm tus kabmob COVID-19 nyob hauv lawm lub nrog coj los xyuas tag. Qhov kev txwv tsawg kawg nkaus, txoj kev mus koom cov kev sib sau nraum zoov yuav tsum yog txwv raws li txoj kev ua kom neeg yuav tsum nyob nrug deb li ntawm rau kauj ruam ntawm lwm tus neeg uas tsis yog ib tse neeg, ntxiv rau lwm cov lus tswj nyob hauv daim ntawv no.

Peb yuav muab qhov kev txwv uas kho dua tshiab no mus rau California Department of Public Health thiab Departments of Public Health hauv lub nroog txheebxyuas los mus xav saib cov kev txwv ntawm no ho tsim tau teebmeem zoo li cas rau pejxeem txoj kev noj qab nyob zoo thiab los mus npaj lus qhia ntxiv hauv txoj kev yuav pub cov chaw teev kev ntseeg mab mam rov qab pib lawv cov dejnum dua.

LUS QHIA NTXIV: Cov lus qhia uas xav kom ua tau ntawm no tsis yog npaj los siv rau kev npaj zaub mov lossis chaw noj mov, kev xa khoom mus rau cov uas neeg yuav tsum tau siv, cov chaw zov thiab saibxyuas menyuam thaum nruab hnuab, cov dejnum hauv tsev kawm ntawv thiab kev kawm, cov kev mus pab tu neeg hauv tus neeg lub tsev, kev pab tswvyim, dejnum hauv chaw haujlwm, thiab lwm yam dejnum uas tej zaum cov chaw thiab koomhaum teev kev ntseeg yuav muaj. Cov koomhaum uas dhia cov dejnum ntawm no yuav tsum ua raws li cov lus qhia uas xav kom ua tau rau cov dejnum no nyob rau ntawm [lub vassab Qhia Kev Ua Kom Hloov Tau Mus Raws Li Tus Kabmob](#).

Cov lus qhia uas xav kom ua tau no yeej tsis npaj los thim neeg ua haujlwm cov cai, tsis hais tias yuav yog los ntawm ib tsab cai, kev tswj lossis cog lus rau ib pawg neeg ua haujlwm, thiab yeej tsis muaj txhua, vim nws yeej tsis muaj cov kev txwv hauv kev noj qab nyob zoo los ntawm lub nroog, thiab nws yeej tsis yog ib qho uas coj los hloov cov kev tswj uas yuav tsum muaj rau kev nyabxees thiab kev tswj txoj kev noj qab nyob zoo xws li Cal/OSHA cov.¹ Ua kom paub txhua yam muaj tshiab hais txog cov kev hloov ntawm cov lus qhia uas xav kom ua tau rau pejxeem txoj kev noj qab nyob zoo thiab lub xeev/lub nroog cov lus txwv, nyob rau lub sijham tseem muaj qhov teebmeem ntawm tus kabmob COVID-19 mus ntxiv. Cal/OSHA muaj cov lus qhia uas xav kom ua tau ntxiv hais txog kev nyabxees thiab kev noj qab nyob zoo nyob ntawv [California Lub Chaw Dhia Dejnum Saibxyuas Kev Nyabxees thiab Kev Noj Qab Nyob Zoo Ntawm Haujlwm \(Cal/OSHA\) Lub Vassab \(website\) Rau Cov Lus Qhia Uas Xav Kom Ua Tau Uas Yuav Tsum Tau Ua Los Mus Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Haujlwm Ntawm Tus Kabmob Coronavirus](#). CDC muaj lus qhia ntxiv rau [cov lagluam thiab chaw haujlwm](#).

Yuav Tsum Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Thaum Lub Rau Hli, Tim 18, CDPH tshaj tawm [Cov Lus Qhia Uas Xav Kom Ua Tau Hais Txog Kev Siv Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#), uas yuav tsum kom pejxeem thiab cov neeg ua haujlwm siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau ntawm txhua qhov chaw muaj rau pejxeem siv lossis chaw ua haujlwm uas nws muaj qhov ntxim yuav kis tau tus kabmob.

Cov neeg nyob hauv California yuav tsum siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yog thaum lawv ua haujlwm, txawm tias yuav yog nyob ntawm chaw haujlwm

lossis ua qhov haujlwm nyob rau lwm lub chaw, thaum:

- Muaj kev sibtham nrog ib tus neeg pejxeem tim ntsej tim muag;
- Ua haujlwm nyob rau ntawm ib qho chaw uas yuav muaj pejxeem siv, txawm tias yuav muaj ib tus neeg nyob rau ntawd lossis tsis muaj nyob rau lub sijhawm ntawd;
- Ua haujlwm nyob rau ntawm ib qho chaw npaj lossis thim khoom noj coj mus muag lossis faib rau lwm tus neeg;
- Ua haujlwm nyob ntawm lossis taug kev mus dhau ntawm cov chaw uas muaj neeg coob siv, xws li cov kev hauv cov kem tsev, cov ntaiv, cov tshuab nqa neeg nce thiab nqis tsev, thiab cov chaw nres tsheb;
- Hauv ib chaw tsev lossis ib thaj chaw muaj ruv tsev thiab phab ntsa thaiv uas muaj lwm cov neeg (tshwj tias yog cov neeg nyob hauv ib yim neeg lossis nyob hauv tib lub tsev) nyob rau hauv thaum ua tsis tau kom lawv tsis txhob nyob sib ze;
- Tsav lossis siv ib hom kev thauj mus los rau pejxeem (public transportation) lossis tsheb thauj neeg (paratransit vehicle), tsheb ntiav me (taxi), lossis tsheb thauj neeg coob lossis tsheb muaj neeg coob caij ua ke thaum muaj neeg caij. Peb los yeej tseem xav kom sov cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg txawm tias nws yog thaum tsis muaj neeg caij.

Neeg yuav mus nrhiav tau cov lus muaj txhua, suav nrog rau txhua yam uas yuav tsum muaj thiab zam tau rau cov lub tswj ntawm no, nyob rau ntawm [cov lus qhia uas xav kom ua tau](#). 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 chaw haujlwm yuav tsum muaj ib nqis lus tswjhwm kev tsis siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg rau ib tus neeg ua haujlwm twg uas muaj ib yam ntawm cov kev zam tias tsis siv ib daim ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg los tau. Yog tias ib tus neeg txawv tus ntawd yuav tsum tau siv daim ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg vim nws nquag muaj kev nrog lwm tus neeg sibtham, tiamsis siv tsis tau daim ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg vim muaj ib tus mob, lub chaw haujlwm yuav tsum muaj lwm yam khoom rau lawv siv, xws li ib daim thaiv ntsej muag uas muaj ib daim ntaub dai rau tog hauv qab kawg, yog ua tau, thiab yog tias yeej tsis ua li cas rau tus mob.

Cov lagluam uas qhib rau pejxeem mus siv yuav tsum paub txog cov kev zam tias tsis tag siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg los tau nyob hauv [CDPH Cov Lus Qhia Uas Xav Kom Neeg Ua Tau Hais Txog Kev Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj thiab Qhov Ntswg](#) thiab yuav muab ib tus pejxeem cais tsis tau rau txoj kev tsis siv

cov ntaub npog qhov ncauj thiab nqov ntswg yog tias tus neeg ntawd yeej ua raws li [cov lus qhia uas xav kom ua tau](#).Cov lagluam yuav tsum tau muaj cov nqis lus tswjhwj cov kev zam ntawm no rau cov qhua lagluam, cov neeg lawv pab, cov neeg tuaj koom, thiab cov neeg ua haujlwm.



Qhov Npaj Coj Los Siv Rau Ib Lub Chaw Haujlwm

- Muaj ib qho kev npaj los tiv thaiv sau ua ntawv, npaj los siv rau ib lub chaw haujlwm kom tsis txhob kis tus kabmob COVID-19 nyob rau ntawm txhua lub chaw, muab txhua thaj chaw haujlwm thiab txhua txoj haujlwm coj los txheebxyuas qhov tias saib ntxim yuav kis tus kabmob yoojyim npaum li cas, thiab tsa ib tus neeg nyob rau ntawm txhua lub chaw haujlwm los mus muab txoj kev npaj no coj los siv.
- Muab [CDPH Cov Lus Qhia Uas Xav Kom Ua Tau Hais Txog Kev Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj thiab Qhov Ntswg](#) coj los siv rau hauv Qhov Kev Npaj Coj Los Siv Rau Ib Lub Chaw Haujlwm thiab kom muaj ib nqis lus tswjhw m rau cov kev zam.
- Muaj cov neeg lub npe, xovtooj, thiab email rau lub chaw saibxyuas txoj kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog uas lub chaw haujlwm nyob rau hauv rau kev sib txuas lus txog kev muaj COVID-19 sibkis nyob rau ntawm cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg tuas sib sau ua ke/cov neeg tuaj siv lub chaw ntawd.
- Cob qhia thiab nrog cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg sawv cev neeg ua haujlwm sibtham hais txog qhov kev npaj thiab muab qhov kev npaj rau cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg sawv cev lawv.
- Muab cov chaw haujlwm tshawbxyuas tsis tseg saib neeg puas ua raws li qhov kev npaj thiab muab txhua yam uas pom tias ua tsis tau raws li qhov kev npaj sau tseg thiab qhia kom ua tau yog.
- Nug txhua tus neeg uas muaj tus kabmob COVID-19 thiab txiav txim tias saib txoj haujlwm puas yog ib qhov uas muaj kev cuam tshuam rau txoj kev kis tau tus kabmob. Muab txoj kev npaj kho dua tshiab raws li qhov yuav tsum tau kho los mus tiv thaiv koj tsis txhob muaj kev sibkis tau mus ntxiv.
- Muab cov kev npaj los dhia dejnum thiab cov lus tswj coj los siv yog thaum twg muaj neeg kis tau tus kabmob, kom muab siv raws li [CDPH cov lus qhia uas xav kom ua tau](#).
- Nug kom paub tias cov neeg ua haujlwm uas nyob ze (ze tshaj rau kauj ruam ntev lis 15 feeb lossis ntev tshaj ntawd) ib tus neeg ua haujlwm uas muaj tus mob yog leej twg thiab nrhiav kev lus mus muab cov neeg kuaj pom tias muaj tus kabmob COVID-19 thiab cov neeg nyob ze cov neeg ntawd cais kom lawv mus nyob lawv ib leeg.
- Ua raws li cov lus qhia uas xav kom ua tau hauv qab no. Yog ua tsis tau raws li cov lus qhia uas xav kom ua tau yuav ua rau cov chaw haujlwm uas muaj neeg kis tau tus mob raug kaw lossis qhib tsis tag.



Tswvyim Rau Kev Cob Qhia Cov Neeg Ua Haujlwm thiab Cov Neeg Pab Haujlwm Dawb

- Lus qhia txog tus kabmob [COVID-19](#), qhov tias yuav tiv thaiv kom tsis txhob kis tau li cas, thiab cov mob neeg twb muaj lawm uas yuav ua rau lawv kis tau tus kabmob virus yoojyim tshaj.
- Kev ntsuas tus kheej tom tsev, suav nrog rau qhov kub thiab/lossis cov sab mob saib raws li [CDC cov lus qhia uas xav kom ua tau](#).
- Qhov tseemceeb ntawm txoj kev tsis txhob rov qab mus ua haujlwm lossis mus koom ib yam dejnum:
 - Yog ib tus neeg ua haujlwm muaj cov sab mob ntawm tus kabmob COVID-19 zoo li [CDC tau piav qhia](#), xws li ua npaws lossis ua no, hnoos, txog siav lossis ua tau pa nyuaj, tsis muaj zog, mob tej leeg nqaij lossis ib ce, mob taub hau, cia lis tsis hnov tej khoom qab lossis tsw li lawm, mob caj pas, ntxaws ntswg lossis los ntswg, xeev siab, ntuav, lossis raws plab, LOSSIS
 - Yog tias ib neeg ua haujlwm tau raug kuaj pom tias muaj tus kabmob COVID-19 thiab tseem nyob rau lub caij muab cais kom nws nyob nws ib leeg, LOSSIS
 - Yog tias, nyob hauv 14 hnuv, ib tus neeg tau mus nyob ze ib tus neeg uas tau kuaj pom tias muaj tus kabmob COVID-19 thiab tau muab xav tias yeej tseem ntxim yuav sibkis tau (pivtxwv, tseem nyob rau lub caij uas muab cais kom nws nyob nws ib leeg).
- Yuav kom ib tus neeg uas tau raug kuaj pom tias nws muaj tus kabmob COVID-19 rov qab mus ua haujlwm tau, tus neeg yuav tsum tsis txhob muaj cov sab mob los tau ntev li ntawm 10 hnuv lawm, lawv cov sab mob twb tau ploj zuzus lawm, thiab tus neeg ua haujlwm yeej tsis ua npaws (uas yeej tsis tau siv tshuaj ua npaws) los tau ntev li 72 teev lawm. Ib tus neeg ua haujlwm tsis muaj sab mob uas tau raug kuaj pom tias muaj tus kabmob COVID-19 yuav rov qab mus ua haujlwm tau tom qab 10 hnuv ntawm hnuv uas tau kuaj pom tias nws muaj tus kabmob COVID-19.
- Mus ntsib kws khomob yog tias lawv cov sab mob ho mob hnyav ntxiv, suav nrog hnov lub hauv siab mob lossis ceev tas mus li, tsis nco tom ntej tom qab, lossis ob daim dis ncauj lossis lub ntsej muag xiaiv. Muaj lus tshaj tawm tshiab thiab lus qhia ntxiv nyob ntawm [CDC phab ntawv vassab \(webpage\)](#).
- Qhov tseemceeb ntawm txoj kev ntxuav tes siv xab npum thiab dej, suav nrog rau siv xab npum los txhuam kom ntev li 20 chib (second) (lossis siv cov tshuaj tua kabmob pleev tes uas muaj tsawg kawg los yog 60% yam

tshuaj ethanol xyaw lossis 70% yam tshuaj isopropanol xyaw yog thaum twg cov neeg ua haujlwm mus tsis tau rau ntawm ib lub dab ntxuav tais diav lossis chaw ntxuav tes, raws li [CDC cov lus qhia uas xav kom ua tau](#)).

- Qhov tseemceeb ntawm txoj kev tsis txhob nyob sib ze, thaum cov sijhawm ua haujlwm thiab tsis ua haujlwm (mus xyuas ntawm ntu ntawv Tsis Txhob Nyob Sib Ze hauv qab no)
- Kev siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg kom yog, yog muaj:
 - Cov ntaub npag qhov ncauj thiab qhov ntswg yeej tsis tiv thaiv tus neeg siv thiab yeej tsis yog ib yam khoom uas tiv thaiv tus kheej (PPE).
 - Cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg yuav pab tiv thaiv cov neeg nyob ze tus neeg siv, tiamsis yeej hloov tsis tau qhov uas tsis txhob nyob sib ze thiab nquag ntxuav tes.
 - Cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg yuav tsum npog tau lub qhov ncauj thiab qhov ntswg.
 - Cov neeg ua haujlwm yuav tsum ntxuav tes thiab siv cov tshuaj tua kabmob los pleev tes ua ntej thiab tom qab siv lossis kho cov ntaub npag qhov ncauj thiab qhov ntswg.
 - Tsis txhob kov ob lub qhov muag, qhov ntswg, thiab qhov ncauj.
 - Yuav tsum tsis txhob muab cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg uas neeg siv lawm coj mus rau lwm tus neeg siv thiab muab ntxhua lossis pom tseg tom qab txhua hnub ua haujlwm.
- Cov lus muaj nyob hauv [CDPH Cov Lus Qhia Uas Xav Kom Ua Tau Hais Txog Kev Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj thiab Qhov Ntswgs](#), uas qhia cov sijhawm yuav tsum tau siv ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg thiab cov kev zam, nrog rau cov lus tswjhw, cov lus tswj hauv chaw haujlwm, thiab cov kev coj uas lub chaw haujlwm tau muaj los ua kom neeg siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg. Qhov kev cob qhia los kuj yuav muaj lub chaw haujlwm cov lus tswjhw qhov tias lawv yuav npaj li cas rau cov neeg uas muaj kev zam tias tsis siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg los tau.
- Xyuas kom meej tias txhua tus neeg ua haujlwm suav nrog rau cov neeg ntiav tuaj ua haujlwm ib ntus, cov neeg ntiav sab nraum tuaj pab haujlwm, thiab cov neeg tuaj pab haujlwm dawb yeej tau txais kev cob qhia hais txog cov lus tswjhw kev tiv thaiv kom tsis txhob kis tau tus kabmob COVID-19 thiab muaj cov khoom siv uas yuav tsum tau npaj thiab cov khoom tiv thaiv tus kheej (PPE). Muab cov dejnum

no coj los nrog lub lagluam lossis koomhaum uas xa cov neeg uas ntiav tuaj ua haujlwm ib ntu xwb thiab/lossis cov neeg tuaj pab haujlwm dawb sibtham ua ntej.

- Cov ntaub ntawv hais txog cov nyiaj them rau cov hnuv ib tus neeg ua haujlwm so tsis mus ua haujlwm uas muaj rau cov neeg ua haujlwm tej zaum yuav muab cov nyiaj ntawd rau cov neeg ua haujlwm los mus pab kom lawv nyob twb ywm tau hauv tsev. Mus xyuas cov lus qhia ntxiv nyob ntawm [tsoomfwv cov kev pabcuam los txhawb nqa txoj kev tsis mus haujlwm vim muaj mob thiab cov nyiaj muab rau cov neeg muaj mob rau tus kabmob COVID-19](#), suav nrog rau cov cai uas cov neeg ua haujlwm muaj nyob rau hauv tsab cai [Kev Pab Cov Yim Neeg Ua Ntej Vim Teebmeem Ntawm Tus Kabmob Coronavirus](#) thiab cov cai cov neeg ua haujlwm muaj nyob hauv txoj cai tau cov nyiaj muaj mob thiab cov haujlwm cuam tshuam rau COVID-19 raws li tus Tswvxeev tsab cai [Executive Order N-62-20 thaum lub caij siv tsab no tseem tsis tau tag sijhawm.](#)



Cov Kev Tiv Thaiv thiab Kev Ntsuas Cov Tib Neeg

- Muaj kev ntsuas qhov kub thiab/lossis cov sab mob rau txhua tus neeg ua haujlwm thaum lawv yuav mus pib lawv txoj haujlwm. Xyuas kom meej tias lub tshuab ntsuas qhov kub/cov sab mob yuav tsum ua kom tus neeg ntsuas tsis txhob tau nyob ze tus neeg ua haujlwm txog qhov uas ua tau.
- Yog tias yuav tsum tau muaj kev ntsuas tus kheej tom tsev, uas nws yog ib qho siv tau los hloov qhov uas yuav tau ntsuas tom chaw haujlwm, los mus xyuas kom meej tias yeej muaj kev ntsuas ua ntej tus neeg ua haujlwm thiab/lossis cov neeg tuaj pab haujlwm dawb tawm ntawm tsev mus ua haujlwm thiab yeej ua raws li [CDC cov lus qhia uas xav kom ua tau](#), zoo li tau muab piav qhia rau ntawm ntu ntawv Tswvyim Rau Kev Cob Qhia Cov Neeg Ua Haujlwm saum no.
- Hais kom cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom uas tsis xis nyob lossis muaj cov sab mob ntawm tus kabmob COVID-19, lossis cov neeg uas yim neeg muaj neeg tsis xis nyob, kom lawv nyob twb ywm tom tsev.
- Cov chaw haujlwm yuav tsum muaj txhua yam khoom tiv thaiv thiab xyuas kom meej tias cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg tuaj pab haujlwm dawb yeej siv cov khoom ntawd, suav nrog rau cov khoom tiv thaiv qhov muag thiab cov hnab looj tes yog thaum twg yuav tsum tau siv.
- Cov chaw teev kev ntseeg tsim nyog siv cov hnab looj tes uas siv ib zaug

xwb rau ntawm cov chaw uas yuav pab tau txoj kev yuav kom nquag ntxuav tes lossis kom siv cov tshuaj tua kabmob pleev tes; cov pivtxwv yog rau cov neeg ua haujlwm uas ntsuas lwm tus neeg cov sab mob lossis siv cov khoom uas neeg nquag kov. Txhua tus neeg ua haujlwm thiab cov neeg pab haujlwm dawb yuav tsum siv hnab looj taws thaum lawv mus khaws tej khoom uas muaj tej kua ntawm neeg lub cev ntub lossis lo.

- Cov neeg ua haujlwm, cov neeg pab haujlwm dawb, tej cov neeg zoo li no, yuav tsum tsis txhob nkag mus rau hauv lub tsev ntawm lossis mus xyuas ib tus neeg uas tau kuaj pom tias muaj tus kabmob, muaj cov sab mob, lossis tau mus nyob ze ib tus neeg muaj tus kabmob COVID-19 rau lub caij tos zoo li [CDC piav qhia nyob hauv lawv coj lus qhia uas xav kom ua tau.](#)
- Cov chaw teev kev ntseeg yuav tsum muaj ntaub ntawv qhia uas tsim nyog, suav nrog rau muaj cov paib nyob rau nawm cov chaw uas zoo thiab neeg yuav pom thiab nyob hauv cov lus lees paub qhov kev teem caij mus koom, los mus hais rau cov neeg uas mus sib sau ua ke thiab mus xyuas kom lawv yuav tsum tau siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg thiab kom lawv tsis txhob nyob sib ze thiab yuav tsum tau ntxuav tes tsis tseg siv xab pum kom luv kawg los yog ntev li 20 chib (second), siv cov tshuaj tua kabmob pleev tes, thiab tsis txhob mus chwv lawv lub ntsej muag.
- Siv social media, lub vassab (website), ntawv xa hauv xovtoo (texts), email, ntawv xovxwm, tej yam zoo li, los mus hais rau cov neeg mus sib sau ua ke/cov neeg mus xyuas thiab cov ua haujlwm paub hais txog cov kev tiv thaiv uas tau npaj los tiv thaiv lawv sub lawv thiab li yuav paub txog cov lus tswjhw (suav nrog rau kev nyob twb ywm hauv tsev yog tias muaj cov sab mob lossis muaj kev ntxim zoo li yuav tsis xis nyob ntau, kev siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg, kev tsis txhob nyob sib ze, kev ntxuav tes thiab/lossis kev siv tshuaj tua kabmob, thiab kev tias yuav ua li cas thaum hnoos). ua ntej mus txog ntawm lub chaw. Cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg pab haujlwm dawb yuav tsum hais rau cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom hais txog cov kev tiv thaiv ntawm no thaum lawv muaj lus tshaj tawm nyob rau hauv qhov kev teev kev ntseeg lossis thaum muab lus txais tos cov neeg tuaj koom.
- Hais rau cov neeg tuaj sib sau ua ke thiab cov neeg tuaj koom paub ua ntej kom lawv nqa ib daim ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg thiab npaj ib co ntaub rau cov neeg uas hnov qab nqa ib daim tuaj tau siv, yog tias ua tau.
- Lub chaw teev kev ntseeg yuav tsum ntsuas qhov kub thiab/lossis cov sab mob ntawm cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom thaum lawv tuaj txog thiab hais kom lawv siv cov tshuaj tuam kabmob pleev tes.



Cov Lus Tswj Kev Ntxuav thiab Tsuag Tshuaj Tua Kabmob Rau Tej Chaw thiab Khoom Siv

- Ntxuav txhua cov chaw uas muaj neeg mus los coob, xws li cov chaw txais qhua, cov kev taug hauv lub tsev, cov kem tsev me nyob tsev nteev ntuj, chaw muaj rooj sibtham, chaw dhia dejnum, thiab cov chaw saib ntawv thiab chaw nkag thiab tawm suav nrog rau cov ntaiv, cov nqaj rau neeg tuav raws tej ntaiv, thiab cov pob tswj cov tshuab nqa neeg nqis thiab nce tsev. Tsuag tshuaj tua kabmob rau cov chaw lossis khoom neeg nquag siv suav nrog rau cov pob qhov rooj, cov chaw tawm rooj hauv chav dej, cov chaw ntxuav tes, cov sam thiaj teev ntuj thiab rooj rau neeg sawv hais lus, cov thawv lossis tais thov nyiaj, cov thaj thov ntuj, thiab rooj zaum thiab cov chaw muaj rooj zaum.
- Npaj ib txoj kev los ntxuav thiab tsuag tshuaj rau neeg cov chaw ua haujlwm xws li rooj saib ntawv thiab cov chav me uas siv txiag los thaiv thiab npaj kom muaj cov khoom yuav siv los tu. Muab sijhawm txaus rau cov neeg ua haujlwm los mus ntxuav thiab tu lub tsev lub tsev teev kev ntseeg thaum lawv ua lawv txoj haujlwm. Yuav tsum muab cov dejnum ntxuav thiab tu lub tsev teev kev ntseeg rau cov neeg ua haujlwm ua nyob rau lub sijhawm uas lawv ua haujlwm zoo li nws yog ib co dejnum hauv lawv txoj haujlwm.
- Hais kom neeg tsis txhob sib qev siv cov khoom thov ntuj thiab hauv kev thov ntuj (xws li cov phau ntawv thov ntuj, cov ntaub tiag pob tw, cov ntaub pua thov ntuj, tej yam khoom zoo li no) yog thaum twg ua tau thiab npaj cov phaib ntawv uas siv ib zaug xwb lossis cov phau ntawv siv nyob hauv cov tshuab electronic lossis hais cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom kom nyias nqa nyias li tuaj siv. Tsis txhob sib qev siv cov khoom ua haujlwm thiab khoom siv, xws li cov xovtooj, khoom siv hauv chaw dhia dejnum, cov computers, tej cov khoom zoo li no, yog thaum twg ua tau. Tsis txhob sib qev cov khoom siv PPE kiag li.
- Yog thaum twg yuav tsum tau sib qev siv, yuav tsum tau tsuag tshuaj tua kabmob uas siv tau cov cov khoom ntawd rau tom qab muaj cov kev thov ntuj lossis txhua zaus siv tag, saib qhov twg yog qhov nquag muaj dua, suav nrog rau cov nram qab no: sib qev siv cov khoom siv hauv chaw dhia dejnum (tshuab theej ntawv, tshuab fax, tshuab luam ntawv, xovtooj, cov txiag ntaus ntawv, cwj tua koob tom ntawv, tej cov khoom zoo li no) thiab cov khoom sib qev siv los thov ntuj, tej cov khoom zoo li no.
- Xyuas kom meej tias cov chaw cia khoom tu vajtse yeej qhib thiab muaj cov yuav siv txhua lub sijhawm thiab npaj xab npum, ntawv so tes, thiab tshuaj tua kabmob pleev tes ntau ntiv sub thiaj li muaj siv yog thaum yuav tau siv. Nquag u thiab tsuag tshuaj rau cov chaw ntxuav tes uas

neeg siv heev tshaj. Siv paib los hais kom neeg ntxuav tes.

- Tsuag tshuaj rau cov tshuab tuav ntawm tes hais lus (microphones) thiab cov ncej tuav, cov txee cia ntawv hu nkauj, khoom siv thiab lwm yam khoom siv saum sam thiab thiab cov rooj rau neeg sawv hais lus tom qab txhua zaus siv tag. Mus nrog cov tuam txhab ua cov khoom siv ntawd los mus txiav txim saib yuav tsuag cov tshuaj zoo li cas, tshwjxeeb tshaj cov chaw uas muas, to qhov xws li cov foam mufflers.
- Siv cov ntaub puas rooj uas muab pov tseg tau tom qab siv tag koj los rau cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom zaum, tshwjxeeb tshaj yog siv rau ntawm cov chaw zaum ua to qhov lossis lub tsev teev kev ntseeg ntawd muaj teev kev ntau zaug hauv ib hnub. Muab cov ntaub puas rooj zaum pom tseg thiab muab cov tshiab los pua tom qab siv tag txhua zaus. Npaj cov hnab uas pom tseg lossis ntxhua tau los looj cov tog hauv ncoos uas koj los siv ua chaw zaum nyob hauv pem teb thiab muab hloov/ntxhua tom qab txhua zaus siv tag.
- Txuas cov taub tso tshuaj tua kabmob, uas tsis tag siv tes nias yog thaum twg ua tau, rau ntawm cov qhov rooj nkag mus thiab lwm cov chaw xws li cov chaw rau rooj sibtham, cov chaw txais qhua, thiab cov chaw uas lub tshuab nqa neeg nce thiab nqis tsev los nres.
- Thaum yuav xaiv cov tshuaj tua kabmob, cov chaw teev kev ntseeg yuav tsum tau siv cov tshuaj tau txais kev pom zoo koj los siv tua tus kabmob COVID-19 nyob ntawm lub chaw [Tiv Thaiv Txhua Yam Ib Puag Ncig Environmental Protection Agency \(EPA\)](#) teev cov tshuaj tau txais kev pom zoo thiab ua raws nraim li cov lus qhia siv yam tshuaj ntawd. Siv cov tshuaj tua kabmob uas muaj ntawv lo tias yeej tua tau cov kabmob tshiab, cov tshuaj dawb tov dej (bleach) (5 dia tov xyaw ib nkas loos dej), lossis cov cawv cuaj caum uas muaj tsawg kawg los 70% cawv xyaws uas yeej siv tau los so tej khoom thiab chaw. Muaj kev cob qhia cov neeg ua haujlwm txog kev siv tej tshuaj tua kabmob, lub tuam txhab ua cov lus qhia siv, cov kev yuav tsum muaj cua hliv, thiab Cal/OSHA cov kev uas yuav tsum tau ua kom siv tau muaj kev nyabxeeb. Cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg pab haujlwm dawb uas siv cov tshuaj ntxhuav lossis tshuaj tua kabmob yuav tsum looj hnab tes lossis siv lwm yam khoom tiv thaiv raws li cov lus qhia yam tshuaj ntawd. Ua raws nraim li [cov kev tu kom muaj kev nyabxeeb rau cov neeg mob hawb pob uas lub chaw California Department of Public Health pom zoo kom tu thiab xyuas kom meej tias yeej muaj cua hliv txaus.](#)
- Ntxhua cov khaub ncaws thiab ntaub siv los thov ntuj tom qab txhau zaus siv tag lossis muaj ib qhov kev thov ntuj, siv cov dej uas kub li kub tau. Hais cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom kom nyias nqa nyias hnab tuaj ntim lawv cov khaub ncaws thiab khau. Cov neeg ua haujlwm, cov neeg tuaj sib sau ua ke, thiab cov neeg tuaj koom

yuav tsum looj hnab tes thaum lawv mus muab lwm tus neeg tej khaub ncaws thiab khau uas tsis huv, tej cov koom zoo li no.

- Tso tseg txoj kev uas muab cov tais lossis cov khoom thov nyiaj rau ib tus neeg cev mus dhau ib tus neeg. Siv lwm cov kev muab nyiaj pab xws li muaj cov thawv nyob rau ntawm ib qho chaw uas tsis tag yuav tsum tau siv tes qhib/kaw thiab yuav muab ntxuav thiab tsuag tau tshuaj tua kabmob rau. Siv cov kev muab nyiaj pab saum huabcua uas pub cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom los muab nyiaj pab tsis tau chww dabtsi li.
- Siv khoom los cim cov kev uas neeg mus coj los rau cov neeg tuaj siv sau ua ke/cov neeg tuaj koom los mus zaum/txhos caug sub cov thiaj li tsis mus rau ntawm ib qhov chaw uas neeg muab lawv lub taub hau mus chww hauv pem teb.
- Thaum muaj cov rooj sibtham thiab kev thov ntuj, ua kom muaj cov cua sab nraum zoov nkag los, pivtxwv, qhib cov qhov rooj/qhov rais (yog huabcua zoo) thiab qhib cov tshuab lim cua.
- Thaum twg ua tau, tsis txhob cheb lossis siv lwm cov kev tu uas yuav ua rau kabmob ya. Siv cov tshuab nqus tsev uas muaj ib daim ntxaij lim hmoov av HEPA yog thaum twg ua tau.
- Txuas cov tshuab lim cua nqa tau uas lim tau zoo, muab cov ntxaij lim cua hauv lub tsev hloov rau cov uas lim tau zoo tshaj plaws, thiab kho lwm yam los ua kom cov cua sab nraum zoov nkag tau los rau sab hauv tsev ntau thiab muaj cua hliv hauv cov chaw thov ntuj, cov chaw ua haujlwm thiab lwm cov chaw.



Lus Qhia Kom Muaj Kev Tsis Txhob Nyob Sib Ze

- Cov chaw teev kev ntseeg yuav siv lwm cov kev los thov ntuj (xws li tus xibhwb nyob rau ntawd thov ntuj hauv internet thiab/lossis kaw tseg rau neeg mus tso saib, hauv xovtooj, hauv tsheb, tej cov kev thov zoo li no) yog thaum twg ua tau.
- Muab cov rooj sibtham thiab kev thov ntuj tim ntsej tim muag coj los tham thiab thov nyob rau nraum zoo yog thaum twg ua tau.
- Xyuas kom meej tias cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom nyob nrug ze kawg los yeej yog deb li rau kauj ruam. Qhov ntawm no yuav muaj siv khoom los thaiv lossis muaj cov cim qhov muag pom los qhia (pivtxwv, hauv pem teb lossis cim cov chaw zaum lossis siv paib los qhia saib cov neeg yuav zaum thiab sawv qhov twg). Muab cov chaw zaum thiab sawv teev dua los mua ua kom cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom yeej nyob nrug deb li rau kauj ruam ntawm cov neeg uas tsis nyob ua ib tse. Npaj los mus cia

cov neeg zaum ib rooj tseg ib kab. Ib tse neeg yuav zaum tau ua ke tiamsis yuav tsum zaum nrug deb li rau kauj ruam ntawm lwm tsev neeg.

- Muaj cov neeg los mus pab xyuas kom neeg yeej nyob nrug deb hauv cov kev thov ntuj.
- Muab lub sijhawm thov ntuj txo kom tsawg sub cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom thiaj li tsis tau nyob ntev hauv lub chaw teev kev ntseeg yog thaum twg ua tau. Qhov no yuav muaj zoo li tsis txhob hais lus ntev, hais cov neeg tuaj sib sau/cov neeg tuaj koom kom lawv hnav lawv cov khaub ncaws ua ntej lawv tuaj txog ntawm lub chaw teev kev ntseeg, tej yam zoo li no.
- Muab cov chaw teev kev ntseeg kaw tsis pub neeg siv, tsis pub muaj rooj sibtham, rau cov sijhawm uas tsis yog sijhawm thov ntuj, tej yam zoo li no, yog thaum twg ua tau.
- Siv kev teem sijhawm mus koom los mus ua kom tsis txhob muaj cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom coob tuaj cov chaw teev kev ntseeg rau tib lub sijhawm. Qhov no yuav muaj kev teem sijhawm nyob computer lossis lwm yam txujci.
- Hais kom cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom los mus ntsib tib co tib neeg, tshwjxeeb tshaj yog cov kev thov ntuj uas yuav tsum tau muaj tsis tseg thiab/lossis yuav tsum kom muaj neeg coob txaus. Qhov no yuav txo tau qhov kev sibkis los ntawm qhov kev tsis muaj coob tus neeg txawv uas yuav los nyob sib ze.
- Muaj kev sib ntsib ntau ntiv (hauv ib hnuv lossis ib limpiam) sub cov neeg tuaj koom cov kev sib ntsib thiab kev thov ntuj rau tib lub sijhawm thiaj tsis muaj neeg coob. Muab cov chaw sib ntsib ntxuav thiab tu tom qab txhua zaus siv raws li piav qhia nyob hauv cov lus qhia uas xav kom ua tau ntawm no.
- Tsis txhob muaj cov kev sib sau ua ke loj uas ua rau cov neeg tuaj sib sau ke/cov neeg tuaj koom yuav tau txav chaw thiab ua rau muaj kev nyob sib ze thaum muaj cov kev sib sau, xws li cov kev sib sau mus hloog hu nkauj, cov kev sib sau ua kev zoo siab thiab kev nco txog rau cov hnuv so haujlwm lossis ib yam tseemceeb hauv lub neej.
- Cov menyuam yaus yuav tsum nrog cov neeg hauv tsev neeg nyob thiab tsis txhob mus nrog cov menyuam ntawm lwm tsev neeg sib hais kiag li thaum mus rau hauv cov chaw teev kev ntseeg. Muab cov chaw dhia ua si thiab cov kev ua si thiab cov kev pab rau cov menyuam yaus kaw yog thaum twg yuav ua tsis tau kom lawv nyob ze kawg los yeej yog nrug deb li rau kauj ruam ntawm lwm tus neeg.
- Hais cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom kom lawv yuav tsum nyob deb ntawm lwm tus neeg uas tsis yog lawv tsev neeg, tsis

txhob chww khoom, thiab kom tawm ntawm lub chaw teev kev ntseeg mus yog lawv tsis xis nyob.

- Tsis txhob muaj kev sib chww rau kev ntseeg thiab/lossis kev ua dab qhuas, xws li tuav tes, tsuas pub muaj nyob hauv tsev neeg xwb.
- Muaj cov neeg ua haujlwm los mus qhia kom cov neeg mus rau ntawm cov chaw thov ntuj thaum lawv tuaj txog los ua kom tsis txhob muaj neeg coob nyob ntawm cov chaw txais qhua lossis cov chaw neeg coob tus siv. Muaj neeg los pab cov tib neeg nrhiav chaw zaum thiab sawv uas nrug deb li rau kauj ruam ntawm lwm qhua/lwm tsev neeg. Hais cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom kom ua pab tuaj thiab ua pab rov los mus ua kom tsis txhob muaj neeg taug kev sib chab sib chaws. Txais thiab tso cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom ntawm cov thaj teev ntuj, cov rooj rau neeg sawv hais lus, cov chaw sib ntsib kom mus tau tsis txhob muaj kev nyob sib ze thiab ua kom tsis txhob muaj neeg mus kev sib chab sib chaws, txog qhov ua tau.
- Muab cov qhov rooj qhib cia lossis tuav kom tsis txhob kaw thaum muaj cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom coob nkag thiab tawm ntawm cov chaw teev kev ntseeg, yog ua tau thiab ua raws li cov lus tswj kev ruaj tseg thiab kev nyabxeeb.
- Kaw lossis txwv cov chaws uas muaj neeg coob siv, xws li cov chaw so, cov chaw ua noj, cov kev nkag thiab tawm uas ntxim yuav muaj neeg mus sib sau thiab tham lus. Siv khoom los thaiv lossis muab cov rooj/rooj zaum teeb kom nrug deb yog thaum twg muaj neeg siv cov chaw no tsis tseg.
- Tshem tawm lossis nrhiav lwm txoj kev uas tsis muaj neeg mus chww ntau rau cov chaw muaj dej xws li cov taub dej ntxuav plig, cov dab ntxuav tes, thiab cov taub ntim dej rau neeg siv/dej thov ntuj. Muab cov dej hliv tawm thiab muab cov dej tshiab los hliv rau tom qab txhuas zaus siv tag. Yog thaum twg ntxim yuav muaj dej txaws, cov neeg ua haujlwm, cov neeg tuaj sib sau ua ke, cov neeg tuaj koom, cov neeg zoo li no yuav siv tau khoom los tiv thaiv lawv cov qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj, siv cov ntaub npog qhov ncauj thiab qhov ntswg, tsom iav qhov muag, thiab/lossis cov khoom thaiv ntsej muag. Cov neeg yuav tsum muab cov khoom uas rov qab siv tau xws li cov khoom thaiv ntsej muag thiab tsom iav qhov muag tu siv tshuaj tua kabmob tom qab txhua zaus siv tag.
- Yog thaum twg yuav tsum tau ntxuav tus neeg, muab cov dejnum ntawd hloov yog thaum twg ua tau los ua kom tsis txhob muaj dej txaws thiab kom tsis txhob tau tu thiab tsis txhob tau siv tshuaj los tu cov chaw ntxuav ntawd. Hais kom neeg ntxuav tom tsev ua ntej tuaj rau ntawm ib lub chaw, yog ua tau.

- Muab cov chaw teeb cov rooj rau neeg sawv hais lus thiab khoom tso suab nrov (speaker), cov chaw dhia dejnum, cov chaw sib ntsib, cov chaw sibtham, tej yam zoo li no, coj los teeb dua kom cov neeg nyob tau nrug deb li rau kauj ruam ntawm lwm tus neeg.
- Ua kom muaj kev mus thiab los nyob ntawm cov kem tsev thiab cov kev neeg mus los, yog ua tau, thiab muab ib txoj kev ua txoj nkag thiab ib txoj ua txoj tawm hauv cov chaw sib ntsib, cov chaw dhia dejnum, cov chaw zoo li no, los mus pab ua kom neeg tsis txhob nyob sib ze thiab ua kom neeg nyob nrug deb thaum lawv taug kev ncqaj lwm tus neeg uas taug txoj kev sab tom.
- Txwv cov neeg uas caij lub tshuab nqa neeg nce thiab nqis tsev ua ke. Muaj paib qhia txog cov lus tswjhwj ntawm no.
- Siv cov kev dhia dejnum, yog thaum twg ua tau thiab yuav tsum tau ua, los mus txwv cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom kom tsis txhob muaj coob leej nyob ua ke hauv cov chaw dhia dejnum, cov chaw sib ntsib, cov chaw zoo li no. Qhov no tej zaum yuav muaj kev teem caij mus ntsib (pivtxwv, txhob muab cov caij pib/xaus teem rau ib lub sijhawm), ua kom cov ua haujlwm tuaj ua ib hnuv tseg ib hnuv, tsis txhob ua ib txij rov qab tuaj rau ntawm cov chaw teev kev ntseeg, lossis siv cov kev thov ntuj saum huabcua mus ntiv.
- Pub cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg pab haujlwm dawb uas thov kom muab lawv cov dejnum hloov los mus ua kom lawv tsis txhob muaj kev nyob ze cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom thiab lwm cov neeg ua haujlwm ntau (pivtxwv, ua cov dejnum ntawm txoj haujlwm thiab tsis yog ua tus nrhiav chaw rau neeg mus zaum lossis sawv lossis saibxyuas cov haujlwm ntaub ntawv hauv huabcua (telework)).
- Tsis txhob tso cov neeg mus so thiab noj su rau tib lub sijhawm, tsis txhob ua txhaum cov cai them nyiaj hli thiab cov sijhawm ua haujlwm, los mus ua kom tau raws li cov lus tswj kev tsis txhob nyob sib ze.
- Tso tseg cov kev tawm rooj uas tsis tsim nyog thiab hais kom muaj cov rooj sibtham sau huabcua hauv xovtooj lossis hauv internet.
- Muab cov chaw uas muaj khoom lossis ntaub ntawv rau neeg nqa xws li cov chaw tso cov phau me thiab cov txe cia ntawv kaw thiab mam li muab khoom ntawm no rau cov neeg tuaj sib sau ua ke/cov neeg tuaj koom ib tus zuzus yog thaum yuav tau muab. Muab tej khoom thiab ntaub ntawv hauv khoom electronic.
- Txwv cov neeg mus siv chav dej rau tib lub sijhawm los ua kom tsis txhob muaj kev nyob sib ze.

- Hais cov neeg ua haujlwm, cov neeg tuaj sib sau ua ke, cov neeg tuaj koom, cov neeg zoo li no, kom lawv tsis txhob tuav tes, sib puag, thiab siv cov kev sib fim zoo li no uas yuav ua rau tsis muaj kev nyob nrug deb. Hais kom neeg nco tes lossis lwm yam kev sib fim.
- Muab cov tshav nres tsheb teev dua kom tsis txhob muaj cov chaw uas cov tsheb los daig coob ua ke thiab ua kom nyob nrug deb (pivtxwv, tsuas pub neeg nres ib lub chaw nres tsheb ces tseg li lub). Yog muaj cov kev teev ntuj uas nyob hauv tsheb, xyuas kom meej tiab cov qhov rais thiab qhov rooj tsheb yeej kaw yog nres tsis tau kom nrug deb li rau kauj ruam ntawm lwm lub tsheb.
- Cov neeg uas ntxim yuav kis tau tus kabmob COVID-19 suav nrog rau cov neeg muaj hnuv nyoog siab lawm thiab cov neeg uas muaj ntau tus mob yeej muab kev txhawb nqa tsis tseg rau cov kev teev ntuj thiab lwm yam dejnum uas tsis muaj kev teev lossis ua dejnum tim ntsej tim muag.



Cov Kev Tiv Thaiv Rau Cov Chaw Teev Kev Ntseeg

- Tso tseg cov kev npaj zaub mov thiab dej haus uas neeg yuav mus nqa tau tus kheej coj los noj lossis haus. Tsis txhob muaj cov kev nqa zaub mov tuaj noj ua ke lossis cov kev noj mov thiab haus dej haus cawv zoo li no uas yuav rau muaj sibkis mob. Yog tias yuav tsum tau muaj zaub mov noj thiab dej haus, npaj cov zaub mov thiab dej haus uas muab ua ib zaug noj lossis haus, siv cov khoom ntim uas muab pom tseg tau yog thaum twg ua tau. Cov neeg ua haujlwm lossis neeg pab haujlwm dawb uas muab zaub mov rau neeg yuav tsum ntxuav tes tsis tseg thiab looj cov hnab tes uas muab pom tseg tau.
- Tso tseg txoj kev hu nkauj (xyaum, hauv kev teev ntuj, tej lub sijhawm zoo li no), seev suab, thiab lwm yam kev cai thiab kev ua uas nws yuav ua rau muaj kev sibkis los ntawm cov qhaub ncaug thaum ua pa tawm. Siv lwm txoj kev los ua cov dejnum no (xws li tso hauv internet) los ua kom cov tib neeg tuaj sib sau uas ua cov dejnum no yeej nyias nyob nyias tsev.
- Hloov cov kev cai siv rau tej co kev ntseeg uas zoo li yuav ua rau muaj kev sibkis ntawm tus kabmob COVID-19. Cov pivtxwv yog tso tseg cov kev cai sib hnua, pub tsawg tus neeg los ua tej kev cai, ua kom tsis txhob tau siv tib lub khob, muab cov ncuav tso rau ntawm lub xib tes, tsis txhob muab tso rau ntawm tus nplaim, npaj cov khoom txi ntuj qhwv ua tej pob tso rau ntawm lub rooj zaum ua ntej lub sijhawm teev ntuj, tej yam zoo li no, kom ua tau raws nraim li [CDC cov lus qhia uas xav kom ua tau.](#)



Cov Kev Tiv Thaiv Rau Ntees Tuag

- Tsis txhob pub neeg coob mus xyuas thiab muab cov sijhawm qhib rau neeg mus xyuas tso kom nyias muaj nyias sijhawm nyob rau ntawm cov ntees tuag, ntawm cov sijhawm neeg mus sawv ntawm lub hleb, tej yam zoo li no, yog ua tau. Ua raws nraim li cov kev ntxuav thiab tsuag tshuaj tua kabmob uas tau muab piav qhia nyob hauv cov lus qhia uas xav kom ua tau ntawm no. Yog thaum twg ua tau, hais rau cov neeg tuaj xyuas kom lawv nyob nrug deb ntawm lwm tus neeg, ntawm cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg pab haujlwm dawb, thiab ntawm tus neeg tuag.
- Hloov cov kev cai ntxuav thiab tu khaub ncaws rau cov neeg uas tuag tus kabmob COVID-19 hnav, kom ua tau raws nraim li cov lus qhia uas xav kom ua tau los ntawm lub chaw [CDPH](#) thiab [CDC](#). Yog tias txoj kev ntxuav lossis kev tu khaub ncaws rau hnav yeej yog ib co kev cai tseemceeb rau lawv txoj kev ntseeg, mus nrog cov neeg ua haujlwm hauv lub tsev txias thiab tsev neeg sibtham los mus ua kom tsis txhob muaj kev mus ze tus neeg ntau. Txhua tus neeg uas mus koom cov dejnum no yuav tsum looj cov hnab tes uas muab pom tseg tau thiab yog tias yuav muaj kua dabtsi txaws, cov tib neeg yuav tsum siv lwm cov khoom tiv thaiv ntxiv suav nrog rau khoom tiv thaiv qhov muag, qhov ntswg, thiab qhov ncauj, xws li daim thaiv ntsej muag.
- Mus nug thiab ua raws nraim li lub nroog cov lus qhia uas xav kom ua tau hais txog qhov tias yuav pub muaj neeg coob npaum li cas, kev tawm rooj, kev ua lub ntees rau cov neeg tuag tus kabmob COVID-19, tej yam zoo li no.
- Siv lwm txoj kev thiab hloov cov kev cai hais txog cov chaw teev kev ntseeg hais los saum no, uas muaj kev cuam tshuam rau ntees tuag.

1 Nws muaj lwm yam ntxiv uas yuav tsum tau ua rau cov neeg uas ntxim yuav kis tau tus kabmob. Cov tsev mus dhia ua si yuav tsum tau ua raws nraim li tag nrho [California Lub Chaw Dhia Dejnum Saibxyuas Kev Nyabxeeb thiab Kev Noj Qab Nyob Zoo Ntawm Haujlwm \(Cal/OSHA\)](#) kev tiv thaiv thiab kev npaj los mus ua raws li cov lus qhia uas xav kom ua tau nrog rau cov lus qhia uas xav kom ua tau los ntawm lub [Chaw Tswj thiab Tiv Thaiv Kabmob \(CDC\)](#) thiab lub chaw [California Lub Tuav Dejnun Saibxyuas Pejxeem Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo \(CDPH\)](#). Ntxiv ntawd, cov chaw haujlwm yuav tsum npaj los hloov lawv cov kev dhia dejnum yog thaum twg cov lus qhia uas xav kom ua tau ho hloov.

