

Daim Ntawv Teev Npe Txhua Yam (Thuaj Pais) Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19)

rau Cov Tswv Hauj Lwm Siv Hluav Taws Xob thiab Dej Siv

Lub Xya Hli 2, 2020

Daim ntawv rau kev txheeb xyuas no yog npaj txhawm rau pab cov neeg ntiasv neeg ua hauj lwm txog kev siv hluav taws xob thiab dej siv los lis hauj lwm koj thiab tiv thaiv kev sib kis los ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau hauv qhov chaw ua hauj lwm thiab yog ib daim ntawv txhawb ntxiv txog rau [Cov Lus Qhia rau Cov Neeg Ntiasv Neeg Ua Hauj Lwm Txog Kev Siv Hluav Taws Xob thiab Dej Siv](#). Qhov kev ntsuam xyuas nov tsua yog ib qhov kev xam me me ntawm qees yam ntawm cov lus nthuav qhia xwb, yuav tsum nkag siab tus kheej ua ntej siv qhov kev ntsuam xyuas nov.



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

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

- ❑ Muab kev koom tes ceev faj txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) ua kev npaj thaum muaj xwm txheej ceev rau thaum hluav taws xob tuag, muaj hluav taws kub thiab lwm yam (daim daim ntawv qhia mee).



Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- ❑ Cov ntaub ntawv ntawm [Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), tiv thaiv kev kis tus kab mob, thiab leej twg muaj kev phom sij tshwj xeeb.
- ❑ Kev kuaj nws tus kheej hauv tsev, suav nrog ntsuas kub thiab/los sis kuaj pom tus mob los ntawm kev siv [cov lus qhia ntawm CDC](#).
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm qhov tsis txhob tuaj ua hauj lwm ntawm tu tub ua hauj lwm muaj xws li: hnoos, kub tob haus, ua pas nyuaj, nos, mob ib ce raw yus tej nqaij, mob caj pas, tsi hnov ntshiab, xeev siab thiab ntuv los si raw pab los sis yog lawv los sis qee tus tau tiv tauj nrog tus neeg mob Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- ❑ Yog xav mua ua hauj lwm tom qab muaj kev ntsuam xyuas Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tom qab 10 hnub suav txij hnub muaj tus tsos mob thiab zoo los tau 72 xuaj moo tsi muaj kub tob haus lawm.
- ❑ Thaum koj mu ntsib kws khob mob.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev ntxuav tes.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev nyob sib nrug deb, tsi hai sij hawm nyob hauv chaw hauj lwm los sis sab nraum zoov.
- ❑ Yuav tsum tau siv ntaub npog ntsej muag yam tsim nyog thiab nrog rau [cov lus qhia ntawm CDPH](#).
- ❑ Cov ntaub ntawv hai txog kev thov so nrog rau [tsab cai kev tiv thaiv coronavirus hauv yim nee](#) thiab tus neeg ua hauj lwm yuav tau txais cov txiaj ntsig nqis zog raw lis cov tsab lub txib ntawm tus tswv cuab hauv lub nroog [raw tsab cai N-62-20](#) tom qab tsab cai nov raug yuam siv.
- ❑ Qhia rau cov neeg ua hauj lwm ywj siab los sis cov tub hauj lwm ua ntiasv tuaj ib lwm xwb txog ntawm cov cai nov thiab ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias lawm yuav tsum muaj PPE.



Cov Teeb Txheem Tiv Thaiv Thiab Sib Faib Tej Tus Neeg

- ❑ Kev tsawb xyuas tus tsos mob thiab/los sis ntsuam xyuas nw qhov kev kub tob haus.
- ❑ Txhawb siab rau cov neeg ua hauj lwm tus tsis xis neej los sis muaj hom tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) kom nyob hauv tsev.
- ❑ Muab thiab xyuas kom cov neeg ua hauj lwm siv tag nrho cov PPE ua tsim nyog.
- ❑ Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.
- ❑ Muab cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg rau cov neeg ua hauj lwm ua ib qho khoom siv pab ntiv txog rau kev ntxuav tes ua ntu zus los ntawm kev ua cov hauj lwm xws li kev nqa (tsaws) cov khoom uas nguag tuav (chwy) tas li los sis kev ua kev kuaj mob txog tus tsos mob.

- ❑ Muab chaw nyob thiab khoom siv raws qhov xav tau rau cov neeg ua hauj lwm uas yuv lis li tej hauj lwm tab kaum no.
- ❑ Tab tom qhia txog kev nyab xeeb raws li niaj hnub ua, ua ntej cov neeg ua hauj lwm yuav yuav mus txais xov tooj.



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

- ❑ Tu qhov chaw uas muaj neeg ncig mus los coob kom huv si.
- ❑ Nquag ntxuav kab mob uas siv tas.
- ❑ Ntxuav thiab tuaj tsuaj rau cov khoom siv ua kes tom qab siv tag txua lwm.
- ❑ Tu ntxuav cov chaw (npoo los sis ntug) uas nyiam tuav tau tas li ntawm cov sij hawm ua hauj lwm los sis ntawm cov neeg siv, thaum twg los tau tab sis yuav tsum nquag tu tas li.
- ❑ Ua kom ntseeg siab tias cov tsev rau khoom tu kom huv ua tau hauj lwm tas li thiab muaj khoom siv txhua lub sij hawm thiab muab xab npum, phuam so dej, thiab tshuaj tua kab mob ntawm txhais tes ntxiv.
- ❑ Ua kom paub tseeb hais tias tag nrho cov lab npaov dej thiab cov chaw ua hauj lwm muaj kev nyab xeeb rau kev siv tom qab kev muab lub chaw ua hauj lwm kaw cia tau ntev lawm.
- ❑ Siv cov khoom siv ua tau txai kev tso cai rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau ntawm [Fab Hauj Lwm Tiv Thaiv Zej Tsoom Ib Puag Ncig \(EPA\)-pom zoo](#) teeb cov teeb txheem thiab qhia rau cov tub hauj lwm txog qhov kev phom sij los ntawm cov tshuaj khe mis thiab qhia cov kev tsim cov lus qhia fab kev nqus cuas thiab cov lus qhia ntawm Cal/OSHA. Ua raws CDPH [Txoj hauv kev tu tus kab mob hawb pob](#).
- ❑ Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm tau siv cov kev xyaum ua kev tu ntxuav kom huv si nyob rau lawv cov caij ua hauj lwm.
- ❑ Ua kev nyiam huv rau cov khoom siv pov thaiv tus kheej ncua sij thaum tag lub caij ua hauj lwm txhua zaus. Muab tshuaj ntxuav tes tua kab mob rau tag nrho cov neeg ua hauj lwm ntawm chaw.
- ❑ Siv lub tshuab nqus uas muaj lub taub lim HEPA tu ntxuav cov plag tsev kom huv si los sis lwm cov hauv kev uas tsis ua rau cov pathogens tawg ya rau saum huav sau cua.
- ❑ Xav txog kev hloov kho tshiab txhawm rau txhim kho huab cua pom thiab cov chaw nqus cua.
- ❑ Hloov kho kev noj mov ntawm chaw ua hauj lwm, suav nrog rau kev npaj khoom noj thiab tshuab qhwv khoom noj.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- ❑ Siv tu teeb txheem faib cov neeg ua hauj lwm kom sib nrug yam tsawg rau fij (feet) los txua txoj teeb txheem xws li: kev ntsia los ntawm lub cev los si lub qhov muag (xws li, kev cim hauv lub plag tsev, kos los sis rau tu cim kom cov neeg ua hauj lwm paub tias yuav sawv rau qhov twg).

- Tsim kho kev lis hauj lwm rau cov neeg ua hauj lwm los siv qhov txheeb txog cov kev hnyav siab txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) ncua sij hawm cov neeg siv hu tuaj.
- Tiv tauj rau cov neeg qhua ua ntej lawv yuav tuaj saib txhawm rau ua kom paub tseeb txog cov kev teem caij sib ntsib thiab kuaj xyuas seb puas muaj cov neeg kis tau kab mob nyob rau ntawm cov chaw ntawd.
- Tso cai rau cov neeg ua hauj lwm ntawm chaw hu tau xov tooj rau "feem saib xyuas kev nyab xeeb" thaum lawv tsis txaus siab nkag mus rau hauv ib lub tsev twg los sis lwm lub tuam tsev.
- Tso ciam txwv kev raug tau kab mob rau cov kws txawj ua hauj lwm fab tev niv ntawm chaw thiab cov neeg ua hauj lwm los ntawm kev siv cov kev kuaj xyuas mob ncua kev deb thiab tus kheej nruab/kho cov qauv ntaus tswv yim yog hais tias ua tau.
- Hloov txav cov rooj sib tham tim ntsej tim muag kom haum, yog hais tias tsim nyog, txhawm rau ua kom paub tseeb tias txuag tau kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev.
- Ua cov rooj sib tham thiab cov kev xam phaj hauv xov tooj los sis hauv oos lais.
- Txo tsis pub muaj cov neeg ua hauj lwm nyob coob rau ntawm chaw ua hauj lwm nyob rau ib lub sij hawm.
- Yog muaj cov kws tshav tsheb cia nyias tsav nyias ib lub. Tsis li ces, cia kom lub chaw caij muaj huab cua hloov tau zoo thiab tsis txhob cob dua lwm cov neeg tsav tsheb thiab los sis cov tuaj tshiab.
- Qhov kem lub sij hawm tuaj uas tus neeg ua hauj lwm siv, ua raws li tus nqi zog ntawm lub sij hawm ua hauj lwm, los tswj kom tau cov cai lub cev nyob sib nrug. Kaw los sis muaj ciam txwv kev mus siv tau lub chav so, siv cov los kem los sis muab cov rooj/cov tog zaum cais tawm. Saib raws qhov ua tau, tsim cov chaw so sab nraum zoov kom muaj ntsoov ntsoo npog thiab cais cov kev zaum uas ua kom ntseeg tau tias tswj kev nyob sib nrug deb ntawm lwm tus.
- Lo paib rau cov chaw nkag thiab cov chaw tawm cais tawm nyias nyob nyias.
- Rov kho dua cov thawv rau khoom los sis muaj ciam los sis nyias siv nyias ib lub sij hawm.
- Cov neeg ua hauj lwm ntawm chaw uas ua hauj lwm nyob rau hauv ib qho chaw uas raug txwv los sis chaw ntim ub no, cov koom haum yuav tsum tau ua zoo xav txog:
 - Kev muab cov chaw pw raws li kev xaiv, xws li cov vaj tsev txawb thiab cov chaw RVs uas muaj lub tshuab ntxuav/lub tshuab ua kom qhuav, cov chav da dej, thiab cov chav noj mov.
 - Muab cov neeg ua hauj lwm faib ua ntau pab pawg me uas kom txhob los sib sau ua ke.
 - Ua kev tshuaj xyuas txog kev noj qab nyab xeeb uas yuav tsum muaj kev ntsuas txog qhov kub thiab no hauv nrog cev/los sis tus tsos mob kom txog peb zaug thaum tuaj txog, thaum txog nrab sij hawm ua hauj lwm, thiab thaum yuav tawm mus ua hauj lwm, yuav tsum tau ua kev tshuam ntsuam xyuas txog kev noj qab haus huv.

Cov Kev Txiaiv Txim Siab Ntau Ntxiv txog rau Kev Pov Thaiv Cov Chaw Tswj Xyuas

- Txheeb xyuas cov neeg ua hauj lwm tseem ceeb kom lawv tsim kom muaj cov kev ntaus tswv yim uas siv tau rau kev pab txo lawv txoj kev pheej hmoo txog ntawm kev sib kis kab mob kom muaj tsawg. Tsim kom muaj ib qho phiaj xwm kev npaj yog hais tias lawv xav kom muab lawv tshem tawm ntawm qhov chaw ua hauj lwm ntawd.
- Cais cov neeg ua hauj lwm kom txhob npav raug qhov tsis huv.
- Muaj ciam txwv cov qhua nyob sab nrauv.
- Ua zoo xav txog, yog hais tias muaj, seb tus neeg ua hauj lwm twg uas thiaj li muaj peev xwm ua tau lawv cov hauj lwm nyob rau hauv cov chaw uas nyob sib txuas nkaus rau ntawm chaw tswj xyuas uas twb muaj lawm.
- Yog hais tias cov neeg ua hauj lwm ntawm lub chaw tswj xyuas tsis yog ua hauj lwm nyob rau hauv ib chaw, yuav tsum txuag ncuu sij nrug ntawm kev sib txuas lus.
- Cov chaw ua hauj lwm yuav tsum tso cai rau kom cov neeg ua hauj lwm nyob sib nrug deb yam tsawg li rau fij (feet). Muaj peev xwm siv tau cov khoom thaiv rau nruab nrab ntawm cov neeg ua hauj lwm txhawm rau kom muaj kev pov thaiv ntau ntxiv yog hais tias tsis muaj peev xwm txuag tau kev nyob kom sib nrug deb lis rau feet.
- Yuav tsum tau ua kev kuaj ntsuas mob rau cov neeg cog lus ua hauj lwm nrog/cov neeg muag khoom uas yog siv ib daim teev nqe lus nug txog kev noj qab haus huv thiab ua kev kuaj xyuas txog qhov kub txias. Yuav tsum muaj ciaj ciam txwv kev nkag cuag tau rau cov dej num (hauj lwm los sis kiv cab kas) tseem ceeb nkaus xwb.
- Ua zoo xav txog cov tes hauj lwm ntawm chaw tswj xyuas uas muaj peev xwm ua tau hauj nyob rau ncuu kev deb, xws li kev ntsuam xyuas los sis cov kev tshuaj ntsuam txog cov ntaub ntawv.
- Cov neeg ua hauj lwm pab txhawb nqa ntawm lub chaw tswj xyuas yuav tsum tau txais kev tso cai ua tau hauj lwm nyob rau ncuu kev deb raws li qhov muaj peev xwm tso cai rau ua tau.
- Yuav tsum tsim kom muaj cov phiaj xwm kev npaj txog cov kev xa khoom ub no rau cov neeg ua hauj lwm hauv lub tsev ua hauj lwm ntawm chaw, xam nrog rau ntaub pua txaj, cov chaw rau kev ua kev nyiam huv, chaw ua kev lom zem, thiab cov chaw muab kev pab ntsig txog khoom noj.

