

COV LUS QHIA SIV RAU TUS KAB MOB KHAUS VIV-19 (COVID-19) RAU HAUV CHAW TSIM KHOOM LAG LUAM:

Cov Koom Txoos Kis Las rau
ntawm Cov Chaw Sib Tw Sab
Nraum Tshav Puam thiab Kev
Sib Tw Khiav

Lub Kaum Hli Ntuj Tim 20, 2020

Cov lus qhia no raug tawm qauv los daws txog ntau
feem thiab cov hauj lwm uas qhib thoob plaws rau
hauv lub xeev. Txawm li cas los xij, cov kws saib xyuas
kev noj qab haus huv hauv ib cheeb tsam yuav nqis
tes siv ntau cov cai kom nruj tsim nyog rau tej teeb
meem sib kis kab mob rau hauv ib cheeb tsam, yog li
cov tswv num hauj lwm kuj yuav tsum tau tuav kom
ruaj khov cov cai tswj fwm kom zoo rau thaum qhib tej
chaw ua si no.

COV NTSIAB LUS

Nyob rau Lub Peb Hlis Ntuj Tim 19, 2020, lub Xeev Tus Thawj Coj Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Tus Thawj Kav Xwm ntawm California Chav Hauj Lwm Ntsig Txog Zej Tsoom Kev Noj Qab Haus Huv (California Department of Public Health) tau muaj lus txib yuav kom cov neeg California nyob twj ywm hauv tsev los txo qhov sib kis ntawm COVID-19 ntawm qhov chaw muaj neeg coob.

Kev cuam tshuam ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau kev noj qab haus huv rau cov neeg nyob hauv California tseem tsis raug paub zoo txhij txhua li. Tau tshaj tawm txog kev tsis xis neej pib ntawm qhov mob me (qee tus neeg tsis hnov muaj tsos mob li) mus rau qhov mob loj uas tsim ua rau tuag taus. Muaj ntau pawg neeg tshwj xeeb, suav nrog rau cov neeg muaj hnuv nyoog 65 xyos los sis laus dua thiab tus uas muaj yam ntxwv mob hnyav, xws li mob plawv los sis mob ntsws los sis mob ntshav qab zib, yog cov muaj kev pheej hmoo siab zog ntawm kev pw tsev kho mob thiab muaj ntau yam mob hnyav. Kev sib kis no feem ntau lawm yog thaum tib neeg nyob sib ze los sis nyob rau qhov chaw uas huab cua tsis hloov zoo nrog tus neeg kis kab mob lawm, tab txawm tus neeg ntawd tsis muaj cov tsos mob los sis cov tsos mob tsis tau tshwm sim los xij.

Tam sim no tseem tsis tau muaj cov ntaub ntawv hais txog qhov tseeb ntawm cov neeg kis tus mob thiab feem sib kis ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau hauv cov chaw tsim khoom lag luam los sis pawg neeg ua hauj lwm, suav nrog cov neeg ua hauj lwm rau ntawm tej chaw tsim ua hauj lwm tseem ceeb. Tau muaj kev sib kis tus kab mob ntau npaug rau hauv cov chaw ua hauj lwm, qhia tau tias cov neeg ua hauj lwm yog cov muaj kev phom sij yuav tau txais los sis yuav kis tau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Piv txwv li cov chaw ua hauj lwm no muaj xam nrog rau cov tsev kho mob, cov chaw muab kev saib xyuas kho mob ncua sij hawm ntev, cov tsev kaw neeg, cov txhab cia khoom noj khoom haus, cov chaw zom (hlais) nqaij, thiab cov khw muag khoom noj.

Thaum kho cov ntaub ntawv txib hais txog kev nyob twj ywm rau hauv tsev, nws tseem ceeb uas yuav tau ua raws li txhua kauj ruam thiaj li yuav ua rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov pej xeeb sawv daws muaj kev nyab xeeb.

Cov kev tiv thaiv tseem ceeb muaj xws li:

- ✓ ua kom lub cev nyob sib nrug deb kom ntau li ntau tau,
- ✓ siv cov ntaub npog ntsej muag los ntawm cov neeg ua hauj lwm (thaum lub sij hawm tsis txim nyog yuav cov khoom tiv thaiv kev ua pa) thiab cov qhua,
- ✓ nquag ntxuav tes thiab tua kab mob thiab tu txhais tes kom huv,
- ✓ kev cob qhia cov neeg ua hauj lwm txog tej khoom siv no thiab lwm txoj kev npaj tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).

Ntxiv rau qhov no, nws yuav tsum txheej txheem tsim nyog tseem ceeb los txheeb xyuas cov neeg kis tus kab mob tshiab rau hauv cov chaw ua hauj lwm, thia thaum lawv raug txheeb xyuas, txhawm rau kom muab kev saib xyuas sai thiab ua hauj lwm nrog cov muaj cai saib xyuas kev noj qab haus huv rau pej xeeb sawv daws los tiv thaiv kev sib kis ntawm tus kab mob vais lav no.

LUB HOM PHIAJ

Cov kis las sib tw yuav rov qab cob qhia thiab sib tw yam tsis muaj neeg saib, raug pom zoo los ntawm feem saib xyuas kev noj qab hauv huv rau pej xeem hauv ib cheeb tsam. Cov ntaub ntawv no hais txog cov lus qhia rau cov chaw sib tw ua kis las sab nraum tshav puam thiab kev sib tw khiav rau thaum ua tiag, cov koom txoos sib tw kis las pab txhawb kom muaj kev nyab xeeb, tu ib puag ncig kom huv si rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg qhua tuaj saib. Cov lag luam yuav tsum txheeb xyuas thiab soj qab xyuas Theem Muaj Pheej Hmoo Tsis Zoo Hauv Lub Zos rau lub zos cov lag luam ua tab tom khiav thiab yuav tsum txiav txim siab rau lawv tej kev khiav lag luam:

- **Kob Paj Yeeb Ntshav Doog - Sib kis dav - Theem 1:** Tsis tso cai rau cov neeg tuaj saib thaum sib tw tiag.
- **Kob liab-pom muaj tseeb - Theem 2:** Tsis tso cai rau cov neeg tuaj saib thaum sib tw tiag.
- **Kob txiv kab ntxwv - nruab nrab - Theem 3:** Kev sib tw rau sab nraum tshav puam tsuas tso cai rau ntawm tej chaw ruaj khov thiab tej chaw hloov pauv tsis tau (saib daim ntawv sau tseg rau hauv qab txog kev tso cai sib tw kis las rau ntawm cov chaw nyob sab nraum tshav puam), txhawm rau kom ua raws li cov cai hloov kho nram qab no:
 - Yuav tsum txwv tsis pub ntim puv seem cia li 20% thiab tsuas pub yuav thiv kem ua ntej xwb. Txwv tsis pub muag thiv kem rau cov neeg qhua tuaj saib uas yuav tau taug kev deb dua 120 mais.
 - Kev muag thiv kem yuav tsum suav nrog tus nqi nres tsheb rau txhua pawg neeg nrog tib si.
 - Tsis tso cai rau lub chaw muag thiv khem los sis hu xov tooj tuaj yuav thiv kem rau hnuv yuav sib tw thiab li muaj sij hawm txaus rau kev npaj kom caiv lub cev nyob sib nruag deb tau rau hauv lub chaw sib tw.
 - Tso cai rau noj mov thiab haus dej rau ntawm chaw zaum nkaus xwb. Tej chaw tshwj tseg yuav tsum raug kaw thiab txhua yam khoom noj thiab dej haus yuav tsum raug xa ncaj qha tuaj rau cov neeg qhua rau ntawm lawv lub chaw zaum.
 - Cov neeg saib xyuas yuav tsum ua raws li cov cai hloov kho nyob rau hauv cov lus qhia no.
- **Kob daj - tsawg - Theem 4:** Kev sib tw rau sab nraum tshav puam tsuas tso cai rau ntawm tej chaw ruaj khov thiab tej chaw hloov pauv tsis tau (saib daim ntawv sau tseg rau hauv qab txog kev tso cai sib tw kis las rau ntawm cov chaw nyob sab nraum tshav puam), txhawm rau kom ua raws li cov cai hloov kho nram qab no:
 - Yuav tsum txwv tsis pub ntim puv seem cia li 25% thiab tsuas pub yuav thiv kem ua ntej xwb. Txwv tsis pub muag thiv kem rau cov neeg qhua tuaj saib uas yuav tau taug kev deb dua 120 mais.
 - Kev muag thiv kem yuav tsum suav nrog tus nqi nres tsheb rau txhua pawg neeg nrog tib si.

- Tsis tso cai rau lub chaw muag thiv khem los sis hu xov tooj tuaj yuav thiv kem rau hnuv yuav sib tw thiab li muaj sij hawm txaus rau kev npaj kom caiv lub cev nyob sib nruv deb tau rau hauv lub chaw sib tw.
- Tso cai rau noj mov thiab haus dej rau ntawm chaw zaum nkaus xwb. Tej chaw tshwj tseg yuav tsum raug kaw thiab txhua yam khoom noj thiab dej haus yuav tsum raug xa ncaj qha tuaj rau cov neeg qhua rau ntawm lawv lub chaw zaum.
- Cov neeg saib xyuas yuav tsum ua raws li cov cai hloov kho nyob rau hauv cov lus qhia no.

Cov Chaw Sab Nraum Tshav Puam Uas Tso Cai Cia Sib Tw Kis Las Tau: Rau lub hom phiaj ntawm cov lus qhia no, ib lub chaw sab nraum tshav puam uas tso cai cia sib tw kis las tau uas pub cov neeg tuaj saib tau yuav tsum:

- Yog ib lub chaw ruaj khov thiab hloov tsis tau, npaj rau ntawm lub chaw sib tw uas kheej kheej, raug tawm qauv los rau cov neeg tuaj saib/cov neeg tuaj tshuaj xyuas.
- Lub chaw no yuav tsum txhob npog txhob muaj ru tsev vov los sis tsawg kawg yuav tsum qhib li 50%, txhais tau tias tsis muaj phab ntsa, tej qhov rooj, tej qhov rai, tej faib cais, los sis lwm yam thaiv cais uas thaiv tej cua mus los, txawm tias yuav qhib los sis kaw lawm los xij. Yuav tsum muaj cua lim mus los txaus thiab muaj cua nkag los thiab tawm mus tau zoo yam tsis tas siv tshuab tsim cua pab li.
- Lub chaw no yuav tsum raug tawm qauv los kom cov neeg saib xyuas tuaj yeem tswj tau qhov mus los, kev nkag mus, thiab kev tawm mus ntawm txhua cov neeg tuaj saib tau yooj yim, thiab sib faib cais cov kws kis las thiab cov neeg ua hauv lwm los ntawm cov neeg tuaj saib.
- Yuav tsum yog ib lub chaw ruaj khov los sis tau tso tej yam thaiv cais kom muaj chaw dav seem 25 ko taw rau ntawm cov neeg saib/cov neeg tshuaj xyuas thiab thaj chaw nruab nrab (lub chaw sib tw kis las).
- Cov rooj zaum ntawm cov neeg saib yuav tsum txav mus los tsis tau, thiab tuaj yeem paub tau tag nrho cov neeg tuaj saib seb zaum rau feem twg, kab twg, thiab lub rooj zaum twg.

Hais txog cov ntaub ntawv kho tshiab hais txog qhov theem ntawm lub zos, mus saib [Qhov phiaj xwm rau kev lag luam uas nyab xeeb dua](#). Thov nco tsoov hais tias cov zos tuaj yeem yuav tau siv qhov txheej ua nruj thiab txawv. Nrhiav [koj cov ntaub ntawv hauv zej zog txog koj lub zos](#).

NCO TSEG: Cov lus qhia no tsuas siv rau cov kis las sib tw nkaus xwb thiab tsis siv rau tej kis las ua si, cov kis las xyaum ua, cov kis ib nrab sib tw ib nrab xyaum ua, los sis cov kis las sib tw hauv tsev kawm qeb siab. Cov chaw no raug tso cai los ua kev sib tw tau tsuas yog lawv ua mus raws li lwm cov lus qhia nyob hauv cov ntaub ntawv no nkaus xwb. Yuav txo tej kev muaj pheej hmoo tsis zoo ntawm kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), cov kws kis las, cov kws qhia, cov kws kuaj mob, cov kws tshaj xov

xwm thiab lwm cov neeg nyob rau ntawm cov chaw sib tw kis las los sis ntawm cov koom txoos yuav tsum saib raws li cov qauv cai siv tiv thaiv rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) uas raug pom zoo los ntawm feem tswj xyuas dag zog, uas tej zaum yuav raug kho ntxiv los ntawm cov kws saib xyuas kev noj qab haus huv rau pej xeeem hauv ib cheeb tsam. Cov kws pab txhawb rau sab tom qab thiab feem tswj xyuas yuav tsum ua raws li [cov lus qhia rau cov chaw ua hauj lwm](#). Cov chaw sib tw kis las muaj ntau feem ua hauj lwm thiab muab kev pab cuam uas muaj ua ntej cov lus qhia no thiab muaj nyob rau hauv [Cov Lus Qhia Rau Hauv Chaw Tsim Khoom Lag Luam txhawm rau Txo Kev Phom Sij](#)

website, muaj xws li:

- Khw noj mov thiab tej chaw tshwj tseg (Cov lus qhia rau khw noj mov)
- Cov chaw haus dej haus cawv (Cov lus qhia rau Cov chaw haus dej haus cawv, Cov chaw tsim ua dej cawv, thiab Cov chaw lim cawv)
- Cov chaw muag khoom plig thiab cov chaw muag khoom me (Cov lus qhia rau cov chaw muag khoom me)
- Cov tsev tos qhua thiab tsev nyob (Cov lus qhia rau Cov tsev tos qhua, Tsev nyob, thiab Kev Xauj Tsev Nyob Rau Ib Ntus)
- Tsev Kawm Qib Siab, Cov Kis Las Uas Tsis Yog Sib Tw Tau Nyiaj, thiab Cov Kis Las Xyaum Ua (cov lus qhia rau Feem Kawm Qib Siab)
- Cov kis las rau cov neeg hluas (cov lus qhia rau Cov Kis Las Rau Cov Neeg Hluas)
- Tej chaw ua si sab nraum tshav puam (cov lus qhia rau Tej chaw mus pw tim tshav puam, Tej Chaw Ua Si RV, thiab Lub Chaw Ua Si Sab Nraum Tshav Puam)
- Cov tsheb ciav hlau, cov tsheb npav, thiab lwm yam tsheb mus los (cov lus qhia rau Cov Tuam Txhab Thauj Neeg Pej Xeeem thiab Thauj Neeg Caij Mus Los, Cov Tsheb Npaj Khiav Raws Kev, thiab Tsheb Ciav Hlau)
 - Txwv tsis pub caij ntaus rau cov tsheb npav khiav mus los yog thaum ua tau thiab yuav tsum ua msu raws li qhov yuav tsum tau coj rau cov tib neeg uas xiam oob qhab.
- Kev saib xyuas thiab txoj hauj lwm saib xyuas kaw neeg (saib cov lus qhia Raug Txwv Pab Cuam)

Cov lus qhia no siv los thim los sis ua pauj rau ib txoj cai ntawm tus neeg ua hauj lwm, los sis txoj cai lij choj, txoj cai siv los sis kev sib koom tes tuaj ib tog, thiab tsis yog yuav raug siv nruj txhij txhua, vim nws tsis muaj nyob rau hauv lub chaw saib xyuas kev noj qab haus huv hauv lub zos cov ntaub ntawv txib, los sis tsis yog ib qho kev hloov rau cov qauv cai qub siv tiv thaiv rau kev noj qab haus huv thiab kev nyab xeeb xws li cov cai ntawm Cal/OSHA. ¹Soj qab xyuas cov kev hloov tshiab tam sim no rau cov lus qhia kev noj qab haus huv ntawm pej xeeem thiab lub xeev/lub zej zos cov lus txib, raws li tej teeb meem muaj mus ntxiv ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Cal/OSHA muaj cov lus qhia ntau yam nyob rau ntawm lawv [Cal/OSHA Cov Lus Qhia txog Kev Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Hauj Lwm los ntawm COVID-19 webpage](#). CDC muaj lwm cov [cov kev txiav txim ntxiv rau cov koom txoos thiab kev sib sau ua ke](#).

Yuav Tau Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Thaum Lub Rau Hli Ntuj 18, CDPH tau tsim [Cov lus qhia txog Kev Siv Cov Ntaub Npog Ntsej Muag](#), , uas yuav tsum kom cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg pej xeeb sawv daws siv cov ntaub npog ntsej muag rau ntawm txhua lub chaw uas neeg sawv daws mus los thiab rau hauv cov chaw ua hauj lwm uas muaj kev phom sij yuav kis tau tus kab mob. Tuaj yeem tshawb nrhiav cov ntaub ntawv, suav nrog txhua qauv cai thiab cov kev zam mus txog rau cov cai no rau ntawm [cov lus qhia](#).

Lub chaw [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#) yog saib raws li lwm cov ntaub ntawv kho dua tshiab rau feem kev to taub tshawb fawb tam sim no ntawm kev sib kis ntawm tus kab mob vais lav uas ua rau muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Thov kuaj xyuas ntawm lub chaw CDPH lub website yog xav paub cov ntaub ntawv kho dua tshiab.



Txoj Kev Npaj Ua Tshwj Xeeb Rau Ntawm Lub Chaw Ua Hauj Lwm

- Sau kom muaj ua ntaub ntawv, lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19 tshwj xeeb rau ntawm chaw ua hauj lwm nyob rau ntawm txhua lub tsev hauj lwm, ua kev ntsuam xyuas qhov pheej hmoo ntawm chaw ua hauj lwm rau txhua qhov chaw ua hauj lwm thiab txhua txoj hauj lwm, thiab tus neeg uas teeb los tuav txoj hauj lwm ntawm lub tsev ua hauj lwm los ua lub phiaj xwm.
- Koom tes nrog [CDPH Lus Qhia Kev Npog Ntsej Muag](#) nyob rau hauv Chaw Ua Hauj Lwm Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb thiab suav nrog rau txoj cai lis hauj lwm rau cov raug zam.
- Txheeb xyuas cov ntaub ntawv tiv tauj ntawm lub chaw saib xyuas kev noj qab haus huv hauv cheeb tsam uas yog qhov chaw nyob hauv cheeb tsam txhawm rau kev sib txuas lus hais txog kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) ntawm cov neeg ua hauj lwm los sis cov qhua.
- Cob qhia thiab sib txuas lus nrog cov neeg ua hauj lwm thiab tus sawv cev neeg ua hauj lwm nyob rau lub phiaj xwm thiab tsim kom muaj lub phiaj xwm rau cov neeg ua hauj lwm thiab lawv cov neeg sawv cev.
- Nquag ntsuam xyuas lub chaw ua hauj lwm kom ua tau raws lub phiaj xwm thiab tej ntaub ntawv thiab txheeb txog yam ua tsis tau zoo kom raug.

- Tshuaj ntsuam txhua tus neeg mob los ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab txiav txim seb puas txhua feem ntawm kev ua hauj lwm puas muaj kev phom sij ua rau sib kis tus kab mob tau. Kho txoj kev npaj raws li tsim nyog txhawm rau kom tiv thaiv txhob muaj neeg kis mob mus ntxiv.
- Cov qauv kev cai rau thaum lub chaws hauj lwm muaj kab mob sib kis, kom mus raws li [Hwm Tsav Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv \(CDPH\) cov lus qhia](#) thiab cov lus txib thiab cov lus qhia los ntawm lub tuam tsev saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zej zos.
- Kev txheeb xyuas kev nyob sib ze (tsis tshaj rau fij ntev txog 15 feeb los sis ntev dua) rau ntawm ib tug neeg ua hauj lwm uas raug tus kab mob thiab siv cov kauj ruam cais cov neeg ua hauj lwm uas raug Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab cov neeg tau nyob ze nrog tus neeg no cia nyias nyob nyias ib leeg.
- Sau ntawv ceeb toom rau txhua tus neeg ua hauj lwm, thiab cov tswv num txog cov neeg ua hauj lwm uas tau cog lus ua hauj lwm ntxiv, cov uas raug nyob ze rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab hais qhia lub chaw txog kev sib kis kab mob mus rau lub tsev saib xyuas kev noj qab haus huv hauv ib cheeb tsam. Yog xav paub lwm cov ntaub ntawv ntxiv hais txog tus tswv num tej luag hauj lwm raws hauv txoj cai [AB 685](#) (Tshooj 84, Tej Cai Lij Choj ntawm 2020), hais txog [Cov Qauv Cai Yuam Siv Kom Ntau Ntxiv thiab Tus Tswv Num Qhov Kev Hais Qhia Tawm](#) los ntawm Cal/OSHA thiab [Tus Tswv Num Cov Nqe Lus Nug txog AB 685](#) tuaj ntawm CDPH.
- **Rau cov chaw ua rau sab nraum tshav puam:** Npaj ib txoj kev tiv thaiv kom siv tau zoo rau kev noj qab haus huv nrog rau cov txheej txheem sau ua ob hom lus xws li Lus As Kiv thiab hom lus uas cov neeg feem coob ntawm cov neeg ua hauj lwm nkag siab. Txoj kev npaj no yuav tsum muaj rau cov neeg ua hauj lwm rau ntawm lub chaw ua hauj lwm. Saib [Cal/OSHA nplooj ntawv hais txog kev tiv thaiv kab mob los ntawm kev kub](#) yog xav paub tej ntaub ntawv no, suav nrog FAQs, qhov webinar, thiab qhov kev npaj ua piv txwv. Txoj kev npaj tiv thaiv kab mob los ntawm kev kub yuav tsum muaj xws li:
 - Kev nkag mus los tau rau ntawm lub chaw hau dej uas txav tau
 - Kev nkag mus rau qhov chaw muaj duab ntxoov ntxoo
 - Muab lub sij hawm rau so kom txias
 - Cov txheej txheej txheem saib xyuas kis xwm txheej ceev rau tej kis muaj mob los ntawm kev kub
 - Cov txheej txheem saib xyuas qhov kub siab rau thaum qhov kub tshaj 95 dis nkis lawm
 - Kev soj qab xyuas cov neeg ua hauj lwm uas swm rau thaum lub cov cua kub

- Kev cob qhia txog kev tiv thaiv kab mob los ntawm kev kub thiab cov tsos mob
- Ua raws li cov lus qhia hauv qab no. Yog tsis ua raws li cov lus qhia no tuaj yeem ua rau lub chaw muaj cov neeg mob no raug kaw tsis pub ua hauj lwm mus ib ntus los sis raug txwv tsis pub qhib ua hauj lwm tau tag nrho.



Cov Ncauj Lus rau Kev Cob Qhia Neeg Ua Hauj Lwm

- Yuav txo tej kev muaj pheej hmoo tsis zoo ntawm kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), cov kws kis las, cov kws qhia, cov kws kuaj mob, cov kws tshaj xov xwm thiab lwm cov neeg nyob rau ntawm cov chaw sib tw kis las los sis ntawm cov koom txoos kuj yuav tsum saib raws li cov qauv cai siv tiv thaiv rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) uas raug pom zoo los ntawm feem tswj xyuas dag zog, uas tej zaum yuav raug kho ntxiv los ntawm cov kws saib xyuas kev noj qab haus huv rau pej xeeb hauv ib cheeb tsam. Cov kws pab txhawb rau sab tom qab thiab feem tswj xyuas yuav tsum ua raws li [cov lus qhia rau cov chaw ua hauj lwm](#).
- Cov ntaub ntawv hais txog [Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), yuav tiv thaiv nws kom txhob sib kis, thiab [cov neeg uas muaj pheej hmoo kis mob tau zoo dua](#) uas yuav ua rau mob nyhav los sis ua tau taug tau.
- Kev kuaj ntsuas tus kheej rau tom tsev, suav nrog kev ntsuas qhov kub ntawm lub cev thiab/los sis kev ntsuas cov yeeb yam mob raws li kev siv [CDC cov lus qhia](#).
- Kev tseem ceeb ntawm qhov tsis tuaj ua hauj lwm:
 - Yog ib tug neg ua hauj lwm muaj cov yeeb yam mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) raws li [tau hais tseg los ntawm CDC](#), xws li ua npaws los sis no tshee, hnoos, ua pa txog siav los sis ua pa nyuaj, sab nkees, mob leeg nqaij los sis mob ib ce, mob taub hau, tsis qab los noj mov los sis tis hnov tus ntxhiab, mob qas, tshaws ntswg los sis los kua ntswg, xeev siab, ntuav, los sis raws plab, LOS SIS
 - Yog ib tug neeg ua hauj lwm raug kuaj pom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab tseem tsis raug muab faib cais mus nyob ib leeg, LOS SIS
 - Yog, hauv lub sij hawm 14 hnuv, ib tug neeg ua hauj lwm uas tau nyob ze nrog tus neeg raug kuaj pom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab raug xam tias tseem muaj feem yuav kis tau tus kab mob (xws li tseem raug cais nyob ib leeg).

- Txhawm rau rov qab mus ua hauj lwm tom qab tus neeg ua hauj lwm tau txais qhov kev tshuaj saib xyuas mob txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tsuas ua tau tom qab ua raug raws li [CDPH Cov Lus Qhia txog Kev Rov Qab mus Ua Hauj Lwm los sis mus Tim Tsev Kawm Ntawv Tau Tom Qab Tshuaj Xyuas Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#).
- Yuav tau mob siab nrhiav kev kho yog lawv cov yeeb yam mob huam mob loj tuaj, suav nrog mob tas li los sis ceev rau ntawm hauv siab, feeb tsis meej, los sis di ncauj los sis ntsej muag doog xiaiv. Muaj cov naub ntawv xov xwm tshiab thiab lwm cov ntaub ntawv rau ntawm [CDC lub webpage](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm kev nquag ntxuav tes nrog tshuaj xab npum thiab dej, suav nrog kev ntxuav tes nrog tshuaj xab npum kom ntev txog 20 xis nkoos (los sis siv tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes uas muaj kuab cawv ethanol xyaw nrog tsawg kawg 60% (raws li nyiam) los sis muaj cov kuab cawv isopropanol xyaw nrog 70% (yog tsis pub cov me nyuam yaus siv tau hom tshauj no) thaum cov neeg ua hauj lwm tsis muaj peev xwm mus rau ib ib lub dab dej los sis lub chaw ntxuav tes tau raws li [CDC cov lus qhia](#)). Tsis txhob siv cov tshuaj ntxuav tes ua muaj [methanol](#) vim nws muaj qhov tsi haum rau cov me nyuam yaus thiab cov neeg laus.
- Kev tseem ceeb ntawm kev caiv lub cev nyob kom sib nrug deb, thaum nyob rau ntawm chaw ua hauj lwm thiab thaum lub sijhawm so (saib tshooj ntawv hauv qab no hais txog Kev Caiv Lub Cev Nyob Kom Sib Nrug Deb).
- Kev siv cov ntaub ntawv npog ntsej muag kom raug zoo, muaj xws li:
 - Cov npog ntsej muag uas tsis yog khoom siv pov thaiv tus kheej (personal protective equipment, PPE).
 - Kev rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg tuaj yeem tiv thaiv tau cov neeg nyob ze, tab sis tsis hloov tau qhov tsim nyog ntawm qhov kev sib nrug thiab nquag ntxuav tes.
 - Cov ntaub npog ntsej muag yuav tsum npog tag nrho lub qhov ntswg thiab qhov ncauj.
 - Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum ntxuav tes los sis siv tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes ua ntej thiab tom qab siv los sis hloov kho cov ntaub npog ntsej muag.
 - Zam txhob chwv lub qhov muag, qhov ntswg, thiab qhov ncauj.
 - Ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yuav tsum txhob siv ua ke tau thiab yuav tsum muab ntxhua los sis muab pov tseg tom qab siv txhua zaus.
- Cov ntaub ntawv hais txog kev tsuas tsis huv muaj nyob hauv [CDPH Cov Lus Qhia rau Kev Siv Cov Ntaub Npog Ntsej Muag](#), uas nyob rau kis xwm txheej yuav tsum tau npog ntsej muag thiab kev zam, thiab txhua cov cai tswj hwm, cov cai ua hauj lwm, thiab cov kev coj ua ntawm cov tswv num hauj lwm uas raug coj los siv txhawm rau kom muaj kev siv cov

ntaub npog ntsej muag. Kev cob qhia kuj yuav tsum muaj nyob rau hauv tus tswv num hauj lwm cov cai tswj hwm hais txog cov tib neeg raug zam tsis tau siv ntaub npog ntsej muag yuav tau ua li cas thiab muaj kev tiv thaiv thiab nyab xeeb.

- Puab txog cov tsos mob thiab kev pov thaiv kab mob, raws li [Cal/OSHA cov cai](#).
- Nco ntsoov tias txhua tus neeg cog lus ua hauj lwm ywj pheej, ua hauj lwm ib ntus, los sis cov neeg ua hauj lwm uas muaj ntawv cog lus ntawm lub chaw hauj lwm yuav tsum tau txais kev qhia paub txog tsab cai kev tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab muaj cov khoom siv uas tsim nyog thiab PPE. Sib tham txog cov luag hauj lwm ua ntej lub sij hawm uas cov koom haum xa cov neeg ua hauj lwm ib ncua thiab/los sis cov neeg ua hauj lwm muaj ntawv cog lus tuaj.
- Cov ntaub ntawv hais txog kev them cov nyiaj so rau cov neeg ua hauj lwm uas tej zaum yuav muaj cai tsim nyog los txais cov nyiaj pab txhawm rau pab ua rau kom muaj kev yooj yim rau thaum nyob tom tsev. Saib cov lus qhia ntawm [tsoom fwv qib siab cov khoos kas pab txhawb nqa kev them nyiaj rau cov neeg mob Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), suav nrog cov neeg ua hauj lwm uas tau txais kev them nyiaj so hauj lwm vim muaj mob raws li cov cai [Rau Kev Tiv Thaiv Kab Mob Vais Lav Khaus Laus Nam \(Coronavirus\) Ua Ntej Tshaj Plaws Rau Cov Yim Neeg](#).



Cov Cai Kav (maj tab kas) thiab Kev Tshuaj Ntsuas Xub Thawj Rau Tus Neeg

- Yuav tsum siv ntaub npog ntsej muag kom thoob plaws rau ntawm lub chaw sib tw kis las los sis lub chaw sib tw khiav rau txhua lub chaw, tshwj tsis yog thaum noj mov thiab haus dej rau ntawm cov rooj zaum los sis raug zam raws li kis [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#). Cov neeg qhuas uas tsis ua raws li cov cai yuav tsum rau muab tshem tawm mus ntawm lub chaw ntawd kiag tam sid.
- Cov neeg saib xyuas lub chaw sib tw kis las thiab lub chaw sib tw khiav yuav tsum tsim kho lub tswv yim los tshuaj xyuas tej ntaub ntawv sib txuas lus nrog rau cov neeg muaj thim kem nkag mus saib. [Kev soj qab xyuas tus neeg tau nyob ze nrog tus neeg raug tus kab mob](#) yog ib qho kauj ruam tseem ceeb los txo kev sib kis ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- Yuav tsum tau ntsuas kev kub thiab/los sis kuaj cov tsos mob ntawm txhua tus neeg ua hauj lwm thaum lawv pib ua hauj lwm thiab txhua tus neeg muag khoom los sis cov neeg cog lus ua hauj lwm nkag los rau hauv lub chaw sib tw. Ua kom ntseeg tias lub ntsuas qhov kub txias/ntsuas tus yam ntxwv mob txhob nyob ze dhau rau tus neeg ua hauj lwm los ua kom nrug tab tom.

- Yog yuav tsum tau kuaj ntsuas xub thawj rau tus kheej rau tom tsev lawm, ces yam kev kuaj ntsuas uas yuav raug npaj rau tom lub chaw ua hauj lwm yog li cas, yuav tsum tau kuaj ntsuas tus neeg ua hauj lwm ua ntej nws yuav mus tsev rau hauv lawv zeeg sij hawm thiab ua raws li [CDC cov lus qhia](#), raws li tau hais tseg rau tshooj ntawv saum toj saud ntawm Cov Ncauj Lus rau Kev Cob Qhia Neeg Ua Hauj Lwm.
- Sai xyuas kom cov neeg ua hauj lwm uas muaj mob los sis pom tshwm sim cov yeeb yam mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob twj ywm rau hauv tsev.
- Cov tswv num hauj lwm yuav tsum npaj thiab saib xyuas kom cov neeg ua hauj lwm siv txhua yam khoom tiv thaiv, suav nrog daim thaiv qhov muag thiab cov hnab looj tes yog yuav tsum tau siv.
- Cov tswv hauj lwm tsim nyog ua zoo xav siv cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg uas yuav pab tau zoo rau kev ntxuav tes tas li los sis kev siv tshuaj pleev tua kab mob ntawm tes; piv txwv cov neeg ua hauj lwm tus uas ntsuam xyuas lwm tus cov tsos mob los sis saib xyuas tej chaw uas kov tas li. Cov neeg hauj lwm yuav tsum rau cov hnab looj tes thaum tuav cov khoom uas tau paug tej kua dej ntawm neeg lub cev.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum caiv nyob kom sib nrug deb tas li rau fij ntawm cov neeg qhua los sis cov neeg ua hauj lwm ua ke (xws li., siv tej yam khoom siv kom phim thiab nyab xeeb rau cov neeg qhua) yuav tsum rau ib daim thaiv cais (xws li daim thaiv ntsej mag los sis daim looj taub hau kom muaj kev nyab xeeb) nrog rau rau daim npog ntsej muag tib si. Txhua tus neeg ua hauj lwm yuav tsum siv sij hawm kom tsawg nyob rau hauv kev nyob sib nrug deb li rau fij ntawm cov qhua.
- Cov tswv lag luam yuav tsum ua kev ntsuas tsim nyog, suav nrog kev tshaj tawm cov paib qhia cov qhov kev nkag mus, rau hauv cov chaw siab uas pom tau zoo thiab hauv kev tshaj tawm cov lus qhia, kom ceeb toom rau cov pej xeeb tias lawv yuav tsum siv ntaub npog ntsej muag thiab caiv nyob sib nrug deb, thiab kom lawv yuav tsum nquag ntxuav lawv ob txhais tes nrog xab npum tsawg kawg 20 xis nkoos, siv tshuaj ntxuav tes, thiab tsis txhob kov lawv lub ntsej muag.
- Yuav tsum yog ib lub chaw ruaj khov los sis tau tso tej yam thaiv cais kom muaj chaw dav seem 25 fij rau ntawm cov neeg saib/cov neeg tshuaj xyuas thiab thaj chaw nruab nrab (lub chaw sib tw kis las).
- Tag nrho cov neeg uas tsis yog cov kws kis las, kws qhia, cov neeg ua hauj lwm, thiab lwm cov neeg pab txhawb yuav tsum rau ntaub npog ntsej muag txhua lub sij hawm zam rau thaum noj mov los sis haus dej.
- Tag nrho cov tswv cuab thiab cov neeg tuaj koom hauv lub chaw sib tw kis las yuav tsum rau ib daim ntaub npog ntsej muag txhua lub sij hawm zam rau thaum noj mov los sis haus dej. Cov neeg saib xyuas lub chaw sib tw kis las thiab lub chaw sib tw khiav yuav tsum tsim ib txoj cai

tswj fwm kom cov neeg qhua yuav tsum rau daim ntaub npog ntsej muag los sis tsis pub lawv nkag mus rau hauv lub chaw sib tw yog tsis raug zam raws li [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#). Vim yog ib feem ntawm txoj cai tswj fwm, ceeb toom rau cov neeg qhua ua ntej kom nqa ntaub npog ntsej muag; tsis li ces yuav tsis pub lawv nkag mus rau hauv tej chaw sib tw kis las. Txiav txim siab npaj cov ntaub npog ntsej muag rau cov neeg qhua uas tuaj txog tsis npaj ntaub npog ntsej muag lawm.

- Cov neeg qhua yuav tsum ntsuas qhov kub thiab/los sis cov tsos mob kuaj pom thaum tuaj txog, hais kom siv tshuaj ntxuav tes, thiab raug hais kom nqa thiab rau ib daim ntaub npog ntsej muag thaum tsis noj mov los sis haus dej lawmyog tsis raug zam raws li [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#). Cov neeg saib xyuas lub chaw sib tw kis las thiab lub chaw sib tw khiav muaj cai thim tej kev tshwj tseg tuaj saib ntawm cov neeg/pawg neeg uas muaj cov neeg qhua muaj cov tsos mob thiab txhob pub nkag mus.
- Muab cov cai nthuav qhia kom pom meej meej rau cov neeg qhua thiab cov neeg ua hauj lwm rau ntawm cov kev nkag los uas yog ib qho tso cai pub nkag mus. Cov cai kav tuaj yeem muaj cov lus qhia txog kev rau ntaub npog ntsej muag txhua lub sijhawm, zam rau thaum noj mov los sis haus dej rau ntawm lub rooj zaum, yog tsis raug zam raws li; [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#); siv tshuaj ntxuav tes; caiv nyob kom sib nrug deb ntawm lwm tus neeg qhua thiab cov neeg ua hauj lwm; zam txhob tuav tej npoo ub no yog tsis tsim nyog yuav tuav; thiab hloov pauv cov kev pab cuam. Thaum ua tau, yuav tsum muaj cov cai kav sau rau hauv digital, xws li raws hauv cov apps, tej ntaub ntawv sau sib txuas lus, los sis email.



Cov Txheej Txheem Kev Lim Cua, Kev Tu Kom Huv, thiab Tsuag Tshuaj Tua Kab Mob

- Yog ua tau, mob siab rau kev teeb lub tshuab qus cua ua muaj ntxiaj ntim siab ua nqa tau, tsim kho lub lim huab cua kom muaj txiaj ntsim zoo tshaj plaws rau ntawm lub chaw, thiab ua lwm yam kev hloov pauv kom ntxiv cov huab cua zoo rau sab raub los thiab nqus cov cua sab hauv thiab lwm qhov chaw tawm.
- Kuaj xyuas rau ntawm [CDPH website](#) tas li rau cov ntaub ntawv kho dua tshiab thiab cov lus qhia lim cua kom txhob muaj kab mob los ntawm cov cua phem tshwm sim rau sab hauv tej tsev.
- Tu kom huv si rau hauv cov chaw siv ntau xws li chaw tos neeg qhua, chav so thiab tej chaw zaum ua si, cov rooj muag khoom thiab cov tsev vov ntaub, thiab lwm yam., thiab tej chaw nkag mus thiab tawm

mus, suav nrog cov ntaiv, cov kev hauv chav dav, cov kev nkag los, thiab ntaiv hluav taws xob. Nquag tsuag tshuaj tua kab mob kom thoob plaws rau tej chaw raug siv lawm, xws li tej npoo siab, cov tshuab siv npav credit, cov phiaj siv tes kov, cov tes tuav ntawm qhov rooj, cov yawm sij, cov lav tuav, chav dej, cov chaw ntxuav tes, thiab lwm yam.

- Nquag ntxuav tu thiab tshuag tshuaj rau qhov chaw ua hauj lwm los ntawm cov neeg ua hauj lwm ntawm kev ua haujlwm lossis nruab nrab ntawm cov neeg siv, saib qhov twg ntau dua, suav nrog tab sis tsis txwv rau cov chaw ua haujlwm, lub sij hawm, cov tshuab luam ntawv, cov yawm sij, ntxuav khoom, cov teeb taws yav hmo ntuj, thiab lwm yam. Zam kev sib koom khoom siv xws li xov tooj, cov xov tooj thej lev, tshuab nyob chaw ua hauj lwm, thiab cuab yeej thaum ua tau. Txhob koom siv PPE.
- Tsuag tshuaj tua kab ob rau cov paj taub hais lus thiab tej yam khoom siv zoo sib xws rau thaum siv tag txhua zaus. Sab laj nrog cov chaw tsim yam khoom ntawd los txiav cov kauj ruam tua kab mob kom zoo rau, tshwj xeeb yog yam khoom muag, cov chaw uas khoob qhov xws li cov phuam kauv caj dab muag.
- Tsuag tshuaj tua kab mob rau tej khoom siv uas qiv los los sis khiab los rau cov neeg qhua rau thaum siv. Yog qhov no ua tsis tau, kom mus raws li cov luag hauj lwm ntawm lub chaw rau cov neeg xiam oob qhab, ces yuav tau tso tseg txhob qiv cov khoom siv no rau cov neeg qhuas lawm.
- Tu tej chaw thiab tej khoom siv thiab tsuag tshuaj tua kab mob rau tej khoom ntawd lom thoob plaws tom qab siv txhua zaus. Qhov no muaj xws li kev tsuag tshuaj tua kab mob rau tej rooj, tej rooj zaum, tej tsev ntaub, tej phiaj siv tes kov, thiab lwm yam. Cia sij hawm kom txaus rau kev tua kab mob tsim nyog, ua raws li cov lus qhia ntawm cov khoom. Lub Chaw Hauj Lwm Tiv Thaiv Ib Puas Ncig pom zoo cov tshuaj tua kab mob uas yuav tsum siv ib lub sij hawm me ntsis mam tuav tau (xis nkoos mus rau feeb) kom muaj kev tiv thaiv zoo rau tib neeg tus kab mob khaus laus nam vais lav (coronavirus).
- Siv cov khoom siv, cov rooj zaum, thiab pab cov txee nrog cov khoom ntxuav kom huv, suav nrog cov tshuaj ntxuav tes thiab cov tshuaj tua kab mob, thiab muab cov tshuaj ntxuav tes kom huv rau txhua tus neeg ua hauj lwm ncaj qha pab cov qhua tuaj noj mov.
- Saib xyuas kom cov chaw tu ntawd tseem ua hauj lwm tau thiab muaj txhij txhua rau txhua lub sij hawm thiab npaj tshuaj xab npum, ntaub so tes, thiab tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes ntxiv yog thaum xav tau.

- Npaj cov khoom siv pab txhawb rau kev tu tus kheej kom cov neeg ua hauj lwm tu lawv tus kheej kom huv si. Qhov no yuav suav nrog cov ntaub so ntswg, tsis siv kov lub thoob khib nyiab, tshuaj ntxuav tes, lub sij hawm txaus rau kev ntxuav tes, cawv ntxuav tes, siv cov tshuaj ntxuav tes, thiab cov phuam so tag muab pov tseg.
- Npaj lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los tu rau thaum lawv zeeg ua hauj lwm. Kev muab hauj lwm rau tu yuav tsum muab rau thaum lub sij hawm teev ua hauj lwm raws li tus neeg ua hauj lwm lub luag hauj lwm.
- Hloov kho los sis hloov pauv cov xuaj moos ua hauj lwm kom muab sij hawm txaus rau kev ntxuav tu kom huv.
- Npaj taub tshuaj tua kab mob rau ntawm tes kom muaj nyob thoob plaws ahuv cov chaw rau sab tom xub ntiag, thiab sab tom qab ntawm lub chaw kom muaj rau cov neeg qhua thiab cov neeg ua hauj lwm siv. Kev txiav txim siab tsim cov chaw ntxuav tes rau cov neeg qhua siv. Txhawb cov neeg qhua kom ntxuav tes thiab/los sis siv cov tshuaj ntxuav tes tas li tseem nyob ntawm cov chaw. Tsis txhob npaj cov tshuaj ntxuav tes ua muaj methanol vim nws muaj qhov tsis haum rau cov me nyuam yaus thiab cov neeg laus.
- Teeb lub tshuab siv them nqi thiab hais kom cov neeg sawv daws siv npaj rho nyiaj them nqi thiab cov khoom siv uas tsis siv tes, suav nrog cov teeb cig sensor ua kom txav tau, yam siv them nqi uas tsis siv tes tuav nyiaj, cov tshuab tsuag tshuaj xab npum thiab cov ntaub so tes, thiab tej ntaub ntawv npaj lub sij hawm.
- Txhawmtxo qhov muaj pheej hmoo tsis zoo ntawm [tus kab mob Legionnaires](#) thiab lwm yam kab mob ntsig txog dej, [ua cov kauj ruam](#) txhawm rau saib xyuas kom tej dej thiab tej chaw (xws li tej qhov dej haus, ib puag ncig rau ntawm tej qhov dej) nyab xeeb rau siv tom qab raug kaw los ntev.
- Thaum xaiv cov khes mis los tua kab mob, cov tswv hauj lwm yuav tsum siv cov khoom uas tau kev pom zoo lawm rau kev tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau qhov [Koom Haum Pov Thaiv Huab Cua Ib Puag Ncig \(EPA\)-tau pom zoo rau](#) cov npe khoom siv thiab cov lus qhia siv. Siv cov tshuaj tu ntxuav uas muaj daim ntawv lo qhia tias siv tua cov kab mob vais lav tau zoo, siv cov tshuaj xab npum uas ua kom khoom dawb uas siv hauv vaj hauv tsev (5 diav xyaws dej ib gallon), los sis siv cawv uas muaj kuab cawv tsawg kawg yog 70% uas tsim nyog siv rau ntawm tej npoo chaw. Muab kev cob qhia txog kev siv cov tshuaj khes mis, cov lus qhia los ntawm lub tsev tsim ua cov tshuaj, cov qauv cai lim cua, thiab cov qauv cai ntawm Cal/OSHA hais txog kev siv cov tshuaj kom muaj nyab xeeb qhia rau cov neeg ua hauj lwm. Cov neeg ua hauj lwm uas siv cov tshuaj tu

ntxuav kom huv si thiab cov tshuaj tsuag tua kab mob yuav tsum rau hnab looj tes thiab lwm yam khoom siv pov thaiv raws li cov lus qhia txog qhov khoom lag luam ntawd. Ua raws li [cov tswv yim qhia tu kom nyab xeeb dua rau tus kab mob hawb pob](#) uas tau qhuab qhia los ntawm California Lub Tsev Haujlwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm Pej Xeem Sawd Daws thiab saib xyuas kom muaj cua lim zoo.



Cov Lus Qhia Caiv Lub Cev Nyob Kom Sib Nrug Deb

- **CEEB TOOM:** kev nyob sib nrug deb ntawm lub cev nkaus xwb yuav tsis txaus rau kom tiv thaiv kev sib kis Tus Kab Mob Khau Viv-19 (COVID-19) hauv tsev.
- Txwv rau cov pab pawg neeg qhua rau ib tsev neeg chav nyob. Cov neeg los ntawm tib tsev neeg tsis tas yuav nyob kom sib nrug deb li rau fij.
- Siv cov cai los saib xyuas kom muaj kev nyob sib nrug deb tsawg kawg rau fij ntawm cov neeg/ cov tsev neeg. Qhov no tuaj yeem suav txog kev siv tej yam thaiv cais los sis tej kab uas pom cais (piv txwv li, cim rau plag tsev/cim rau hauv piam teb los sis cim rau kom cov neeg paub tias yuav zaum thiab sawv qhov twg) thiab yuav tsum raug siv rau tej chaw uas tej qhua sawv ua kab los sis nyob ua ke tau xam muaj chaw sawv tos, thiab chav zaum so, chaw ze ntaiv fais fab, chaw sawv tos qhua thiab tej chaw tos, chaw xa los sis tos yawg hlob, thiab lwm lwm yam.
- Rov tsim kho, kaw, los sis lwm yam kev tshem cov rooj zaum ntawm kev siv kom ntseeg tau tias muaj kev tswj nyob sib deb ntawm lwm tus yam tsawg kawg rau fij ntawm cov neeg tus koom uas tuaj ntawm cov tsev neeg sib txawv. Tej zaum qhov no yuav tsum tau zaum kem lwm kab rooj los sis thaiv los sis tshem cov rooj zaum hauv hom "ntaub txaij npog" (siv txhua kab tab sis nco ntsoov tias tsis pub muaj neeg nyob tom qab lwm cov neeg qhua) kom tswj kev nyob deb txhua txoj hau kev. Tej chaw uas tsis muaj cov rooj zaum (xws li tej tiaj nyom) tam sim no tseem tsis tau tso cai qhib.
- Cia cov neeg los pab cov neeg kom caiv nyob sib nrug deb rau thaum ua tej hauj lwm. Qhov no tuaj yeem suav nrog kev mus zaum rau cov rooj zaum, kev tiv thaiv kom txhob muaj neeg coob nkag los sib sau ua ke rau ntawm tej chaw sib ti, thiab cov neeg qhua yuav tawm kom txo tau cov neeg sib hla ntawm qhov neeg coob los sis kev nyob coob ua ke thaum tawm ntawm txoj kab tawm. Tswj xyuas rau qhov tawm mus cia cov neeg qhua uas nyob ze tshaj ntawm qhov chaw tawm xub tawm mus ua ntej tshaj plaws.
- Txhob pub cov neeg qhua los sib koom ua qhov ntawd yuav ua rau cov tsev neeg sib txawv tau los sib chww, xws li cov kis las ntaus pob siab, kis las sib zog dhia, thiab lwm yam.

- Txwv tsis pub kom cov neeg qhua nthe, hu nkauj, hu nkauj qhuas, qw, thiab ua lwm yam uas yuav ua rau haj yam sib kis kab mob tau zoo los ntawm tej hmoov dej ya tawm hauv qhov ncauj los mus raws huab cua, thiab saib xyuas kom txhua tus rau ntaub npog ntsej muag txhua lub sij hawm zam rau thaum noj mov thiab haus dej xwb.
- Txwv tsis pub siv tej yam uas lub suab nrov tuas yuav ua rau cov neeg siv siv zog ua pa tawm mus rau tej huab cua, xws li cov raj tshuab vuvuzelas thiab tej yam raj tshuab uas zoo sib xws li no.
- Npaj cov neeg muag khoom kom los muag rau ntawm cov neeg qhua lub rooj zaum hauv tej chaw zaum saib xws li cov hnab looj tes thiab tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes. Saib xyuas kom cov khoom noj thiab dej haus raug ntim zoo rau hauv tej thawv ntim muag. Siv npav them nqi thiaj li yuav pab txo kev siv nyiaj siab thim rov qab mus los (siv kom raws li cov nyiaj yuav them ntawd xwb, txhob siv hom them nyiaj uas yuav tau kos npe rau, thiab lwm yam.)
- Teeb tej yam thaiv cais lub cev kom hla mus tsis dhau thiab tej yam thaiv ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg qhuas yog ua tau, xws li rau ntawm cov qhov rais muag thiv kem, thiab lwm yam, txhawm rau txo kom txhob raug kab mob los ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg qhua.
- Kev xaiv siv xov tooj ua hauj lwm thiab hloov cov sij hawm ua hauj lwm. Thaum ua tau thiab tsim nyog, txo kom txhob muaj cov neeg ua hauj lwm coob rau hauv lub chaw rau thaum ib lub sij hawm. Qhov no yuav suav nrog kev teev sij hawm (xws li kev npaj cov sij hawm kom txhob sib tsoo), teev sij hawm sib hloov hnub ua hauj lwm rau kev tawm mus, rov qab los rau hauv lub chaw hauj lwm raws sij hawm, los sis txuas ntxiv siv xov tooj ua hauj lwm thaum ua tau.
- Txiaiv txim siab muab cov neeg hauj lwm uas thov cov hauj lwm hloov kho uas yuav txo lawv txoj kev sib cuag nrog cov neeg yuav khoom thiab lwm tus neeg hauj lwm (piv txwv, tswj cov khoom lag luam tsis yog ua hauj lwm ntawm lub rooj sib tham los sis tswj cov kev xav tau los ntawm kev sib tham).
- Muab cov sij hawm so hauj lwm ntawm tus neeg ua hauj lwm sib txav kom raug mus raws li cov cai hais txog qhov nyiaj ua hauj lwm thiab teev, txhawm rau ua mus raws li cov qauv ua txheej txheem hais txog kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev.
- Rov kho qhov chaw ua hauj lwm dua, yog tias ua tau, kom tuaj yeem cia rau cov neeg ua hauj lwm nyob sib nrug deb li tau rau fij. Npaj cov rooj sib tham me rau ntawm cov chaw ua hauj lwm thiaj tswj tau raws cov lus qhia kom nyob sib nrug deb tau thiab txiaiv txim siab npaj cov rooj sib tham rau sab nraud zoov, rau tej chav dav, los sis sib tham raws hauv online los sis siv xov tooj.

- Saib xyuas kom cov neeg ua hauj lwm caiv nyob kom sib nrug deb rau hauv tej chav so, siv tej yam thaiv cais, tso cov rooj/cov rooj zaum kom sib nrug deb txaus rau ntawm cov neeg ua hauj lwm, thiab lwm yam ntxiv. Qhov ua tau, tsim cov chaw so sab nraum zoov kom muaj ntxoov ntxoo npog thiab cais cov kev zaum uas ua kom ntseeg tau tias tswj kev nyob sib nrug deb ntawm lwm tus. Txhawb kom cov neeg ua hauj lwm los ntawm qhov chaw los sib sau ua ke rau thaum lub sijhawm so thiab saib xyuas kom lawv txhob noj thiab txhob haus dej tig ntsej muag ua ke kom nyias nyob nyias sib nrug deb li rau fij.
- Tso cov kev txwv ntxiv rau cov neeg ua hauj lwm hauv thaj chaw uas muaj kev tiv thaiv, xws li cov chaw muab khoom noj thiab cov chaw txais tos qhua, kom ntseeg tau tias muaj kev tswj yam tsawg kawg rau fij ntawm kev sib cais.
- Kom cov neeg ua hauj lwm zam txhob tuav tes, kev tsoo nrig los sis sib luj tshib sib tsoo, kev sib puag, thiab tej yam kev sib hu uas zoo sib xws li ntawdlos sis lwm yam cwj pwm uas rhuav tshem qhov caiv nyob sib nrug ntawm lub cev.
- Tsis txhawb pub cov neeg los sib sau ua ke rau hauv cov chaw muaj neeg coob xws li chav da dej, txoj kev hauv chav dav, thaj chaw haus dej haus cawv, thaj chaw tshwj tseg thiab chaw siv daim npav them nyiaj, thiab lwm yam.
- Tso tseg tej kev "sib ntsib-thiab-sib tham," kev kos npe, tej npav VIP kom cov neeg qhua nkag los tau sab tom qab, thiab lwm yam. Pom zoo kaw tej chaw uas cia cov neeg qhua los yees duab, xws li nyob ze ntawm cov paib qhia txog lub koom txoos sib tw los sis daim txiag sau ntawv.
- Rov kho dua cov chaw nres tsheb tshiab kom txwv tsis pub muaj kev nres sib ze thiab ua kom muaj kev sib cais kom tsim nyog (piv txwv li, txhua qhov chaw, kev them nyiaj yam tsis tau chwv ntau, thiab lwm yam ntxiv). Txwv tsis pub tsav tsheb lawm qab lwm tus thiab ua tej hauj lwm zoo sib xws li no uas yuav ua rau cov tsev neeg siv txawv tau los sib cuam chuam rau ntawm qhov chaw nres tsheb thiab lwm thaj chaw. Saib xyuas kom muaj cov neeg ua hauj lwm txaus los soj qab xyuas rau ntawm tej chaw nres tsheb kom caiv lub cev nyob tau sib nrug deb.



Tej Kev Txiav Txim Ntxiv



Kev Nkag Mus thiab Kev Nyab Xeeb

- Saib xyuas kev nres tsheb, txoj kev nkag mus, thiab kev tawm mus kom raug cim, raug soj qab xyuas, thiab xam kom lub cev sib nrug deb tau thiab tsis pub muaj neeg coob sib ti los sis los sib sau ua ke.

- Siv ntaub npog ntsej muag yog yuav tsum tau siv kom thoob plaws rau hauv lub chaw ua si rau hauv txhua lub tsev thaum nyob sab hauv tsev thiab sab nraum tshav puam, tshwj tsis yog thaum noj mov thiab/los sis haus dej. Cov neeg pab txhawb uas tsis ua raws li cov cai yuav tsum rau muab tshem tawm mus ntawm lub chaw ntawd kiag tam sid. Tso cai rau tej kev zam uas raug hais tseg rau hauv [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#).
- Npaj lub chaw kuaj ntsuas rau sab nrauv lub chaw, ntsuas qhov kub ntawm lub cev thiab/los sis kuaj ntsuas cov tsos mob rau txhua tus neeg tuaj koom, cov neeg qhuas, thiab cov neeg tuaj saib. Ua kom ntseeg tias lub ntsuas qhov kub txias/ntsuas tus yam ntxwv mob txhob nyob ze dhau rau tus neeg ua hauj lwm los ua kom nrug tab tom.
- Txheeb xyuas cov neeg ua dhau qhov kuaj ntsuas kom muaj hlua tsos xim khi rau ntawm dab teg los sis siv lwm yamkom pom tias tus neeg no raug kuaj ntsuas lawm. Hais kom cov neeg khi cov hlua tsos xim rau ntawm lawv dab teg, rau ntawm lub tsho, los sis tso rau ntawm lwm qhov uas pom tau yooj yim. Tsuas yog cov neeg uas muaj cov tsos xim coj rau ntawm dab teg uas raug raws li npaj tseg xwb thiaj li pub tso cai nkag mus rau ntawm thaj chaw zaum.
- Xav txog tej tswv yim teem caij kom txhob tsib tsoo rau ntawm txoj kev nkag mus txhawm rau txho kom txhob ua tej kab sab ntev, kuaj xyuas tej hnab ev, thiab tshuaj xyuas daim thiv kem. Kev ua kom mus raws txheej txheem, piv txwv li, npaj nkag mus rau sab pem hau ntej ntawm ib txoj kab.
- Tiv thaiv cov chaw muag thiv kem los ntawm teeb tsa tej yam thaiv cais, xws li Cov Iav Yas Kaj. Qhia rau cov neeg qhua tias yuav mus tos ua kab rau ntawm qhov chaw twg thiaj li txo kom nyob sib nrug deb tau rau fij ntawm lub cev.
- Tsim cov kev nkag thiab tawm kom nyias muaj nyias rau hauv cov chaw, cov chaw ua si, thaj chaw zaum, thaj chaw ua hauj lwm, thiab lwm yam, yog tias ua tau, los pab tswj kev ua kom lub cev sib cais thiab tsawg dua qhov xwm txheej ntawm cov neeg nyob sib ze. Tsim kom mus raws ib seem kev rau hauv lub chaw dav thiab cov rau neeg taug mus raws ib seem, yog tias ua tau, yuav txwv cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg qhua txhob txhob sib hla mus los rau ntawm lawv.
- Hais kom nkag mus thiab tawm mus raws kab thiab mus raws seem thiaj li tiv thaiv tsis ua rau cov neeg los nyob sib ti rau ntawm tej kev thiab tej kev taug. Yuav tau mob siab saib xyuas thaum tawm mus ntawm lub chaw rau thaum kawg qhov kev sib tw. Tsim cov lus taw qhia nkag mus thiab tawm mus rau hauv cov chaw thaum ua tau.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav kuaj xyuas cov hnab ev kom haum raws li tej hauj lwm thiaj li pab txo tau kev sib txwv ntawm cov neeg qhua thiab cov

neeg qhua tej khoom ua ke. Qhov no suav nrog kev siv tej styluses los sis lwm yam tshuab los tshawb xyuas tej hnab, hais kom cov neeg qhua qhib lawv tej hnab thiab muab tej khoom hauv tshem mus los, thiab lwm yam. Tej thaum yuav tau chwv nrog cov neeg tuaj saib los sis chwv rau lawv tej khoom, cov neeg ua hauj lwm yuav tsum siv tshuaj tsuag tua kab mob kias tam sim los sis sib hnab looj tes thiab hloov txhua zeeg rau thaum tshawb xyuas.

- Txawm rau zam kom txhob tau chwv tej neeg tuaj koom tej khoom, cov neeg saib xyuas yuav tsum pub siv cov hnab me pom kaj thiab hais kom cov neeg qhua qhib lawv tus kheej lub hnab rau kuaj xyuas. Txiax txim txog tej yam tseem ceeb ntawm txoj cai cia siv cov hnab kaj rau tej tshuaj kho mob thiab tus kheej ntiag tug tej khoom siv tu nyiam huv.
- Nqis tes siv tej cuab yeej saib xyuas kev ruaj ntseg uas ua rau cov neeg ua hauj lwm tuaj yeem nyob sib nrug deb tau rau fij ntawm cov neeg qhua. Qhov no suav nrog kev sib ib lub tshuab kuaj hlau tuav rau thaum taug kev hla mus hloov rau hom tshuab kuaj hlau uas siv tes kuaj.
- Cov tshuab kuaj hlau uas kuaj tau thaum taug kev hla mus yeej siv tau zoo rau kev kuaj tau tej tooj hlau ua rau cov neeg ua hauj lwm saib xyuas kev ruaj ntseg thiaj nyob tau sib nrug deb tau. Hom siv tes kuaj ces raug tus nqi tsawg dua thiab kuaj tau tooj hlau yam tsis sib chwv tau, tab sis yuav ua rau cov neeg ua hauj lwm tau nyob ze dua rau fij rau ntawm tus neeg qhua. Txhua tus neeg ua hauj lwm uas tab tom tshawb fawb ib txoj hauj lwm yuav tsum rau hnab looj tes uas siv tas pov tseg kias tam sim tom qab tau sib txuas lus nrog ib tug neeg qhua, tom qab ntawd ces ntxuav tes los sis tsuag tshuaj rau txhais tes ua ntej yuav looj cov hnab looj tes tshiab.
- Teeb tsa thiab siv cov tshuab kuaj thiv kem uas tsis pub sib chwv raws li qhov ua tau. Hais kom cov neeg qhua luam daim thiv kem los ntawm lawv tus kheej zoo dua qhov cia ib lub tshuab hluav taws xob kuaj los sis cov thiv kem ntawv mus los rau ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg qhua. Thaum cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau pab cov neeg qhua thiab yuav tau chwv yog tsim nyog, cov neeg ua hauj lwm yuav tsum rau ib daim ntaub npog ntsej muag thiab ntxuav tes thiab/los sis siv tshuaj tsuag tua kab mob raws li hais tseg rau hauv cov lus qhia. Cov neeg qhua yuav tsum rau ib daim ntaub npog ntsej muag thaum lub sij hawm sib hloov pauv thiab hais kom ntxuav tes thiab/los sis siv tshuaj tsuag tua kab mob tom qab sib hloov tej khoom siv.
- Tso tseg tsis txhob kuaj lub tsho loj thiab lwm yam khoom siv uas yuav ua rau cov neeg ua hauj lwm tau chwv tej khoom ntawm cov neeg qhua yam tsis tas yuav tau chwv thiab yuav ua rau muaj pheej hmoo tsuas tau tej yam tsis huv los ntawm ntau cov tsev neeg sib txawv.

- Nrhiav cov neeg ua hauj lwm los saib xyuas rau thaum lub sij hawm so txhawm rau kom cov neeg nkag mus thiab tawm mus ntawm lub chaw mus raws li txheej txheem. Siv cov neeg ua hauj lwm los saib xyuas thiab pab kom cov neeg qhua nyob ntawm txoj kab tos kom to taub tias txoj kab tos yog pib ntawm qhov twg mus vim tias yuav ua rau pom nyuaj tias yuav sawv rau ntawm qhov twg thiaj li yog.
- Rov qab npaj cov chaw muag khoom thiab lwm lub chaw muag khoom thiab tej chaw seem kom cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg tuaj saib caiv lub cev nyob kom sib nrug deb tau. Txhawb kom sawv daws txib yuav khoom ua ntej, siv kev them nqi yam tsis tau sib chww, thiab siv lwm yam kev them nqi uas pab txo kom cov neeg ncig yuav khoom txhob tau siv lub sij hawm ntev rau hauv cov chaw muag khoom no. Cov tswv num yuav tsum siv cov kab nyob tos (cov paib qhia, tej yam thaiv, thiab lwm yam) kom cov neeg ncig yuav khoom caiv nyob tau sib nrug deb tau tsawg kawg rau fij thaum nyob tos nqa khoom los sis yuav khoom.



Cov Chaw Ua Hauj Lwm Pab Txhawb: Lub Suab, Taws Teeb, Thiab Lwm Yam

- Tu tej chaw uas chww rau thaum zeeg sij hawm npaj tos ua hauj lwm los sis rau thaum tseem siv ua hauj lwm, thaum twg los tau tab sis yuav tsum nquag tu, xws li cov npoo los yog ntug nram qab no, cov cuab yeej siv ua hauj lwm, cov las tuav, thiab ntsia liaj, thiab lub tswj rau ntawm lub chaw thiab tej khoom siv uas txav mus los, suav nrog tag nrho tej npoo nyob sab tom qab tsheb.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau ntxuav lawv ob txhais tes los sis siv tshuaj ntxuav tes tua kab mob nyob rau lub sij hawm siv yam khoom siv uas sib koom siv ua ke, xws li cov caub yeej siv nyob rau ntawm lub chaw ua hauj lwm, cov xov tooj cua, cov moo qhia sij hawm, cov laub thawb txav chaw mus los tau, thiab lwm yam thiab tso cai rau siv tau lub sij hawm ua hauj lwm uas them nyiaj los mus ntxuav ob txhais tes.
- Tus tswv num uas yog tus tswv thiab tus tswj xyuas cov khoom siv PPE, xws li cov kaus mom tawv, yuav tsum raug tsuag tshuaj tua kab mob rau thaum kawg hauv txhua zeeg ua hauj lwm. Tu ntxuav kom huv si thiab tsuag tshuaj tua kab mob rau sab hauv cov khoom siv, ces mam li ntxuav sab nrauv, tag ntawd ces mam li ntxuav ob txhais tes kom huv si.
- Kev txheeb xyuas "theem uas yuav ua rau ua pa tsis nto" thiab tej chaw muaj kev phom sij siab uas cov neeg ua hauj lwm yuav raug yuam sawv ua ke, xws li txoj kev taug hauv chaw dav, tej tsheb nqa khoom, thiab cov ntaiv hluav taws xob thiab cov paib qhia ceeb toom rau cov neeg ua hauj lwm kom ceev faj thaum txav mus los rau ntawm tej chaw no.

- Txiaiv txim txog tej kev xaiv los txo cov neeg ua hauj lwm uas yuav tsum siv tsim khoom rau sab tom qab tsev thiab/los sis nrhiav cov tswv yim kom lawv tuaj yeem nyias ua nyias txoj hauj lwm tiav.
- Tshuaj ntsuam xyuas txog feem muaj pheej hmoo ua rau muaj kev phom sij siab los ntawm tej txheej txheem qauv ua hauj lwm nyob sib ze (cov tsheb nqa khoom nyhav, kev ua hauj lwm rau ntawm tej chaw nraim, thiab lwm yam) thiab hloov kho cov txheej txheem ua hauj lwm no raws li qhov ua tau.
- Txo kom txhob koom siv tej khoom siv tsim khoom rau ntawm ib tug neeg ua hauj lwm los sis ib pawg ua hauj lwm (xws li, tej khoom siv tshaj tawm kom muaj lub suab nrov yuav tsum raug tswj los ntawm tus neeg los sis pawg neeg uas ua txoj hauj lwm no xwb). Txhua yam khoom siv yuav tsum tu kom huv si txhua zaus siv tag.
- Tsuag tshuaj tua kab mob rau txhua yam khoom siv sib txuas lus ua ntej thiab tom qab siv txhua zaus thiab lo tej ntaub ntawv rau ntawm cov cuab yeej siv nrog lub npe ntawm tus neeg siv thiaj li zam tsis tau koom siv tej cuab yeej ua ke.
- Rau cov neeg ua hauj lwm uas tuav cov yawm sij, qhib cov qhov rooj tsheb, los sis tuav cov neeg qhua tej khoom, muab sij hawm rau lawv ntxuav tes thiab/los sis siv tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes.

1Cov qauv cai ntiv yuav tsum tau xav txog cov neeg tsis taus. Cov tswv num hauj lwm yuav tsum ua raws li cov qauv cai ntawm [Cal/OSHA](#) thiab yuav tsum npaj ua mus raws li nws cov lus qhia siv thiab cov lus qhia tuaj ntawm [Lub Chaw Ua Hauj Lwm Txog Kev Tswj Xyuas thiab Kev Tiv Thaiv Kab Mob \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) thiab [Xeev California Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm txog Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeem \(California Department of Public Health, CDPH\)](#). Tsis tas li ntawv xwb, cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum npaj txhij txhawm rau hais daws lawv cov kev ua hauj lwm raws li kev hloov pauv ntawm cov lus qhia no.

