

ការណែនាំអំពី ជំងឺ COVID- 19 សម្រាប់ ឧស្សាហកម្ម៖ សន្តិសុខ និងសុខភាព នៃមនុស្សមណ្ឌលកណ្តាល

ថ្ងៃទី 26 ខែមីនា ឆ្នាំ 2021

មានប្រសិទ្ធភាពពីថ្ងៃទី 1 ខែមេសា
ឆ្នាំ 2021

ការណែនាំនេះត្រូវបានរៀបចំឡើងដើម្បីដោះស្រាយ
វិស័យ និងសកម្មភាពដែលបើកនៅទូទាំងរដ្ឋ។
ទោះបីយ៉ាងណា មន្ត្រីសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋាន
អាចអនុវត្តច្បាប់តឹងរ៉ឹងបន្ថែមទៀតស្របតាម
លក្ខខណ្ឌជំងឺរាតត្បាតក្នុងតំបន់ ដូច្នេះនិយោជក
គួរតែបញ្ជាក់ពីគោលនយោបាយបើកមូលដ្ឋាន
ដែលពាក់ព័ន្ធផងដែរ។

ទិដ្ឋភាពទូទៅ

ជំងឺរាតត្បាតសាកលកូវីដ-19 បន្តប៉ះពាល់ដល់សុខភាពរបស់ប្រជាពលរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា។ ជំងឺដែលបានរាយការណ៍មកមានតាំងពីកម្រិតស្រាល (អ្នកខ្លះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីសោះ) រហូតដល់កម្រិតជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលអាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់។ ក្រុមជាក់លាក់មួយចំនួន រួមទាំងអ្នកដែលមានស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាជំងឺបេះដូង ឬសួត ឬជំងឺទឹកនោមផ្អែមជាដើម កំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃការចូលសម្រាកមន្ទីរពេទ្យ និងផលពិបាកធ្ងន់ធ្ងរ។ លើសពីនេះទៀត ហានិភ័យនៃជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ និងការស្លាប់កើនឡើងជាមួយនឹងមនុស្សអាយុកាន់តែច្រើន។ នៅពេលដែលជំងឺរាតត្បាតសាកលបានរាលដាល យើងបានដឹងថា សិរីរាង្សជាច្រើនអាចរងផលប៉ះពាល់ដោយជំងឺកូវីដ-19 ហើយមានវិធីជាច្រើនដែលការបង្ការអាចប៉ះពាល់ដល់សុខភាពរបស់នរណាម្នាក់។

ខណៈពេលដែលមនុស្សភាគច្រើនដែលមានជំងឺកូវីដ-19 ជាសះស្បើយ ហើយត្រលប់មកកម្រិតសុខភាពជាមូលដ្ឋានរបស់ពួកគេវិញ មនុស្សខ្លះអាចមានរោគសញ្ញាដែលអាចមានរយៈពេលរាប់សប្តាហ៍ ឬអាចដល់រាប់ខែ បន្ទាប់ពីការជាសះស្បើយពីជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។ សូម្បីតែមនុស្សដែលមិនបានចូលសម្រាកមន្ទីរពេទ្យ និងអ្នកដែលមានជំងឺស្រាលក៏អាចមានរោគសញ្ញាជាប់លាប់ ឬយូរដែរ។

ការចម្លងទំនងជានឹងកើតមាននៅពេលមនុស្សប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ឬស្ថិតនៅតំបន់ដែលមិនមានខ្យល់ចេញចូលល្អ ជាមួយនឹងអ្នកដែលបានឆ្លងវីរុស។ ការចម្លងអាចកើតឡើងនៅពេលអ្នកឆ្លងមានរោគសញ្ញា ឬដោយគ្មានរោគសញ្ញា ឬមិនទាន់មានរោគសញ្ញាកើតឡើង។ ភាគល្អិតនៃវីរុសអាចធ្វើដំណើរបានច្រើនជាង 6 ហ្វីតនៅទីធ្លាខាងក្នុង ហើយនៅតែនៅវិលវល់ក្នុងខ្យល់ សូម្បីតែក្រោយពីអ្នកឆ្លងម្នាក់បានចាកចេញពីបន្ទប់ក៏ដោយ។ ទីតាំងខាងក្នុងបរិវេណបង្គោលហានិភ័យខ្ពស់ខ្លាំងដល់ការចម្លងជាងទីតាំងខាងក្រៅ។ នៅពេលដែលអ្នកមានផ្ទុកមេរោគធ្វើសកម្មភាពមួយចំនួនដូចជា ការច្រៀង ឬការច្រៀងបន្ទូល ការនិយាយខ្លាំងៗ ឬដកដង្ហើមធ្ងន់ៗ ឧទាហរណ៍ជាមួយនឹងការធ្វើលំហាត់ប្រាណ វាអាចបង្កើនហានិភ័យបន្ថែមទៀតបើប្រៀបធៀបនឹងការដកដង្ហើម និងការនិយាយធម្មតា។

ដូច្នេះ វាជាការចាំបាច់ណាស់ដែលត្រូវចាត់រាល់វិធានការដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពជូនកម្មករនិយោជិត និងសាធារណជន។

ការអនុវត្តលើការបង្ការសំខាន់ៗរួមមាន៖

- ✓ ការរក្សាចម្ងាយពីគ្នាក្នុងកម្រិតអតិបរមាតាមដែលអាចធ្វើបាន
- ✓ កម្មករនិយោជិត និងអតិថិជនទាំងអស់ត្រូវប្រើម៉ាស់ (នៅកន្លែងដែលមិនតម្រូវឱ្យមានការការពារផ្លូវដង្ហើម)។
- ✓ សម្រាប់ទីតាំងខាងក្នុង ដោយធានាថាមានខ្យល់ចេញចូលគ្រប់ទីកន្លែង
- ✓ លាងសម្អាតដៃឱ្យបានញឹកញាប់ និងធ្វើការជូតសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ
- ✓ បណ្តុះបណ្តាលកម្មករនិយោជិតលើផ្នែកទាំងនេះ និងចំណុចសំខាន់ផ្សេងទៀតនៃកម្មវិធីបង្ការជំងឺកូវីដ- 19។

នៅថ្ងៃទី 30 ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ 2020 ផ្នែកសុវត្ថិភាពនិងសុខភាពការងារនៃរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា (Cal/OSHA) បានអនុវត្តស្តង់ដារបណ្តុះអាសន្នបន្ទាន់ (ETS) ជាចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់ការប៉ះពាល់របស់កម្មករនិយោជិតទៅនឹងជំងឺកូវីដ-19 នៅតាមកន្លែងធ្វើការភាគច្រើនដែលកម្មករនិយោជិតមិនត្រូវបានគ្របដណ្តប់ដោយស្តង់ដារជំងឺឆ្លងនៃ Aerosol របស់ Cal/OSHA។ ក្រោម ETS និយោជិតមានកាតព្វកិច្ចដូចជា បង្កើត និងអនុវត្តគោលនយោបាយ និងនីតិវិធីដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ កំណត់ករណីជំងឺថ្មី ប្រសិនបើវាកើតឡើង ហើយនៅពេលដែលករណីជំងឺថ្មីត្រូវបានគេស្គាល់អត្តសញ្ញាណហើយត្រូវធ្វើអន្តរាគមន៍យ៉ាងឆាប់រហ័ស និងធ្វើការជាមួយអាជ្ញាធរសុខភាពសាធារណៈដើម្បីបញ្ឈប់ការរីករាលដាលនៃវីរុស។ ETS គ្របដណ្តប់ប្រធានបទដែលត្រូវបានដោះស្រាយដោយការណែនាំនេះ។ ការណែនាំត្រូវបានធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពដើម្បីបញ្ជាក់អំពីករណីណាមួយដែលការណែនាំអំពីសុខភាពសាធារណៈដាក់លក្ខខណ្ឌតម្រូវបន្ថែម លើសពីអ្វីដែលបានកំណត់ដោយ ETS និងដើម្បីបញ្ជាក់ពីការអនុវត្តដែលបានណែនាំបន្ថែមសម្រាប់គោលបំណងសុខភាពសាធារណៈលើសពីអ្វីដែលបានកំណត់ដោយ ETS។

តារាងមាតិកា

គោលបំណង	4
តម្រូវឱ្យពាក់របាំងមុខ	7
កម្មវិធីទប់ស្កាត់ជំងឺកូវីដ-19 នៅកន្លែងធ្វើការ.....	7
ការរីករាលដាល និងការធ្វើតេស្ត.....	7
ការពិនិត្យ និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គលម្នាក់ៗ	7
ខ្យល់ចេញចូល.....	8
ពីជីសារលាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ	8
គោលការណ៍ណែនាំស្តីពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ	9
ការណែនាំបន្ថែមសម្រាប់ការអនុញ្ញាតឱ្យចូល ការចូល និងសន្តិសុខ	9
ការណែនាំបន្ថែមសម្រាប់ការជិះ និងកន្លែងទាក់ទាញកម្សាន្ត	11
ការណែនាំបន្ថែមសម្រាប់ពិព័រណ៍អន្តរកម្ម និងកន្លែងទាក់ទាញកម្សាន្ត	11

គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់ការណែនាំ សម្រាប់សួនកម្សាន្ត និងសួនកម្សាន្តមានមជ្ឈមណ្ឌលកណ្តាល (ហៅថា “ឧស្សាវរីយ៍”) ព្រឹត្តិការណ៍ផ្សាយផ្ទាល់ និងការកម្សាន្តផ្ទាល់នៅខាងក្រៅជាមួយទស្សនិកជនដើម្បីគាំទ្របរិស្ថានស្អាតសុវត្ថិភាពសម្រាប់កម្មករនិយោជិត អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត និងអភិវឌ្ឍន៍/អ្នកឧបត្ថម្ភ។ ការចូលរួមនៅសួនកម្សាន្តមានមជ្ឈមណ្ឌលកណ្តាលត្រូវកំណត់ចំនួនដោយផ្អែកលើកម្រិតហានិភ័យរបស់ខោនធី។ សម្រាប់ព័ត៌មានថ្មីបំផុតស្តីពីស្ថានភាពក្នុងខោនធី សូមចូលមើល [ផែនការមេសម្រាប់សេដ្ឋកិច្ចដែលមានសុវត្ថិភាព](#)។ សូមកត់សម្គាល់ថា ក្រសួងសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋានអាចមានលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យរឹតបន្តិចជាង និងការបិទខ្ទប់ខ្លះៗ។

• នៅទូទាំងលំដាប់ថ្នាក់ទាំងអស់៖

- និយោជកដែលមាននិយោជិតកំពុងធ្វើការនៅសួនកម្សាន្ត និងសួនកម្សាន្តមានមជ្ឈមណ្ឌលកណ្តាលត្រូវតែបង្កើតកម្មវិធីធ្វើតេស្តជំងឺកូវីដ-19 សម្រាប់ការធ្វើតេស្តជំងឺសប្បាតសប្តាហ៍របស់កម្មករនិយោជិតទាំងអស់ដែលអាចជួបកម្មករនិយោជិតផ្សេងៗទៀត គាំទ្របុគ្គលិក ឬអ្នកសម្តែង។ PCR ឬអង់ទីហ្សែនគឺជាតេស្តរហ័សនៃជំងឺកូវីដដែលអាចអនុញ្ញាតបានសម្រាប់កម្មករនិយោជិត/អ្នកសម្តែងដែលចន្លោះពេលរវាងការធ្វើតេស្តមិនលើសពីប្រាំពីរថ្ងៃ។ មានតែតេស្ត PCR ប៉ុណ្ណោះដែលអាចអនុញ្ញាតបានសម្រាប់កម្មករនិយោជិតដែលរំលងត្រឡប់ទៅធ្វើការវិញដែលចន្លោះពេលរវាងការធ្វើតេស្តមុនមានរយៈពេលច្រើនជាងប្រាំពីរថ្ងៃបន្ទាប់ពីទទួលបានតេស្តមុន។
 - កម្មករនិយោជិតដែលចូលរួមក្នុងការធ្វើតេស្តប្រចាំសប្តាហ៍ជាប្រចាំមិនត្រូវបានរាប់បញ្ចូលក្នុងផែនការកំណត់ចំណុះនៃការកាន់កាប់ណាមួយឡើយ។ កម្មករនិយោជិតទាំងអស់ដែលមិនចូលរួមក្នុងការធ្វើតេស្តប្រចាំសប្តាហ៍ជាប្រចាំត្រូវរាប់បញ្ចូលក្នុងផែនការកំណត់ចំណុះនៃការកាន់កាប់ណាមួយ។
- ការប្រើប្រាស់របាំងមុខគឺជា ការចាំបាច់នៅទូទាំងសួនកម្សាន្តនៅគ្រប់ទីកន្លែងទាំងក្នុងអគារ និងខាងក្រៅលើកលែងតែញ៉ាំង/ផឹក។ ភ្ញៀវដែលមិនគោរពតាមត្រូវបាននាំចេញពីកន្លែងនោះភ្លាមៗ។ ការអនុញ្ញាតឱ្យមានការលើកលែងដែលបានកំណត់នៅក្នុង [ការណែនាំរបស់ CDPH](#) ។
- អ្នកសម្តែង និងកម្មករនិយោជិតនៅក្នុងវិស័យសម្តែងដែលមិនអាចសម្តែង ឬធ្វើការដោយពាក់ម៉ាស់គឺមិនតម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់ទេក្នុងកំឡុងពេលដែលកិច្ចការបែបនេះត្រូវបានអនុវត្តតាមលក្ខខណ្ឌដែល (1) អ្នកសម្តែងឬកម្មករដែលមិនបានពាក់ម៉ាស់ យ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីតពីអ្នកដទៃ ឬ (2) អ្នកសម្តែង ឬកម្មករនិយោជិតដែលមិនពាក់ម៉ាស់ និងកម្មករនិយោជិតណាដែលបានទាក់ទងជាមួយអ្នកទាំងនោះត្រូវបានធ្វើតេស្តជាទៀងទាត់យ៉ាងតិចពីរដងក្នុងមួយសប្តាហ៍រកកូវីដ-19 (PCR ឬអង់ទីហ្សែនគឺជាតេស្តរហ័សនៃជំងឺកូវីដដែលអាចអនុញ្ញាតបានសម្រាប់ការធ្វើតេស្តជាទម្លាប់របស់អ្នកសម្តែង ឬកម្មករនិយោជិត)។
- មានតែទស្សនិកជននៅក្នុងរដ្ឋប៉ុណ្ណោះ។ ព័ត៌មាននឹងត្រូវបានដាក់បញ្ចូលលើទំនាក់ទំនងទាំងអស់រួមទាំងប្រព័ន្ធកក់សំបុត្រដើម្បីធានាថាភ្ញៀវដឹងអំពីលក្ខខណ្ឌតម្រូវនៃការកក់សំបុត្រ។ នៅពេលដែលភ្ញៀវធ្វើការកក់សួន និងទិញសំបុត្រចូលសួន ប្រតិបត្តិការសួនត្រូវតែទទួលបានការបញ្ជាក់ថាការកក់កន្លែងអង្គុយរបស់ភ្ញៀវមានមិនលើសពី 3 គ្រួសារ ហើយភ្ញៀវនឹងសមាជិកទាំងអស់នៃពិធីជប់លៀងរបស់ភ្ញៀវនឹងជាទស្សនិកជនក្នុងរដ្ឋ។
- ការជិះខាងក្នុងត្រូវតែកំណត់មិនឱ្យលើសពី 15 នាទី។
- រាល់ការតម្រង់ជួរត្រូវតែអនុវត្តតាមកន្លែងខាងក្រៅតែប៉ុណ្ណោះ ហើយភ្ញៀវមកពីគ្រួសារផ្សេងៗគ្នា ឬពិធីជប់លៀងផ្សេងទៀតត្រូវនៅដាច់ពីគ្នាយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតក្នុងអំឡុងពេលតម្រង់ជួរ។
- សមាជិកគ្រួសារក្រុមប្រឹក្សាភិបាលនៅក្នុងរថយន្តដូចគ្នានៅពេលដែលអាចធ្វើទៅបាន។ អ្នកដំណើរមកពីគ្រួសារផ្សេងៗគ្នាត្រូវមានចម្ងាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតពីគ្នា។
- កែសម្រួលកន្លែងអង្គុយកៅអី តាមលក្ខខណ្ឌតម្រូវដើម្បីអនុវត្តតាមលក្ខខណ្ឌតម្លាភាពរាងកាយ។ ឧទាហរណ៍ រួមបញ្ចូលទាំងការអង្គុយគ្រប់ការជិះ ឬជួរយានជំនិះ, បន្តកំណត់សមត្ថភាពជិះបន្ថែមទៀតដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យមានកន្លែងទំនេររវាងក្រុមលក្ខណៈគ្រួសារ។ ល។
 - **ចំណាំ៖** នៅពេលកែសម្រួលកន្លែងអង្គុយកៅអី អ្នកប្រតិបត្តិការជិះត្រូវតែធានាថាអភិវឌ្ឍន៍ផ្នែកការចែកចាយអនុលោមតាមលក្ខខណ្ឌ ផ្ទុក/តុល្យភាពរបស់អ្នកផលិត។

- បញ្ឈប់ការប្រើប្រាស់ការជិះ ឬទៅកន្លែងទាក់ទាញ ពេលដែលការប្រើប្រាស់របាំងមុខ មានបង្ហាញចេញនូវបញ្ហាសុវត្ថិភាពឬការបាត់បង់របាំងមុខអំឡុងពេលប្រតិបត្តិការ។
- របាំងមុខត្រូវតែធ្វើឱ្យអ្នកទស្សនាដែលបាត់បង់របាំងមុខរបស់ពួកគេក្នុងអំឡុងពេលជិះឬទៅកន្លែងទាក់ទាញ។
- ដែនកំណត់នៃការកាន់កាប់ត្រូវផ្អែកលើដែនកំណត់អ្នកកាន់ផ្នែកអគ្គិសនី។ ប្រសិនបើគ្មានដែនកំណត់អ្នកកាន់ផ្នែកអគ្គិសនីសម្រាប់ទីតាំងសរុបទេ ចំណុះកន្លែងប្រតិបត្តិការនឹងត្រូវបានប្រើជាមូលដ្ឋានសម្រាប់កំណត់ចំណុះដែលបានកាត់បន្ថយ។
- **អ្នកទេសចរនៅសួនកម្សាន្តត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យបរិភោគនិងផឹក នៅក្នុងតំបន់បរិភោគអាហារដែលបានកំណត់តែប៉ុណ្ណោះ ។** កន្លែងបរិភោគអាហារត្រូវតែអមដោយតំបន់បរិភោគដែលមានកំណត់និងមានម្ហូប។ ការទទួលទានអាហារនិង/ឬភេសជ្ជៈមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតទេ នៅពេលគម្រង់ជួរ ឬនៅពេលកំពុងជិះ និងកន្លែងទាក់ទាញការកម្សាន្ត រួមមានកន្លែងទាក់ទាញការកម្សាន្តដែលមានកូន។

ពាណិស្វាយ - ការរីករាលដាល - លំដាប់ថ្នាក់ទី 1
បានបិទ

ពាណិក្រហម - ខ្លាំងបំផុត - លំដាប់ថ្នាក់ទី 2:

- សួនត្រូវកំណត់ចំនួនអ្នកចូលមើលត្រឹមចំណុះអតិបរមា 15%។
- ក្រុមតូច - កំណត់ត្រឹមចំនួនអតិបរមា 10 នាក់ ឬ 3 ក្រុមគ្រួសារ ដោយមិនមានការលាយរវាងក្រុមណាមួយឡើយ
- ចំណុះខាងក្នុងកំណត់អតិបរមាត្រឹម 15%
- គ្មានការទទួលអាហារនៅខាងក្នុងទេ
- ការដើរលក់សំបុត្រត្រូវបានអនុញ្ញាត។ ប្រតិបត្តិករសួនត្រូវតែប្រមូលឈ្មោះ និងព័ត៌មានទំនាក់ទំនងពេញលេញ (រួមទាំងលេខទូរស័ព្ទ) របស់អ្នកទិញសំបុត្រសម្រាប់ការតាមដានទាក់ទងចាំបាច់។

ពាណិទឹកក្រច - មធ្យម - លំដាប់ថ្នាក់ទី 3:

- សួនត្រូវកំណត់ចំនួនអ្នកចូលមើលត្រឹមចំណុះអតិបរមា 25%។
- ចំណុះខាងក្នុងកំណត់អតិបរមាត្រឹម 25%
- ការទទួលទានអាហារខាងក្នុងកំណត់ចំណុះអតិបរមា 25%
- ការដើរលក់សំបុត្រត្រូវបានអនុញ្ញាត។ ប្រតិបត្តិករសួនត្រូវតែប្រមូលឈ្មោះ និងព័ត៌មានទំនាក់ទំនងពេញលេញ (រួមទាំងលេខទូរស័ព្ទ) របស់អ្នកទិញសំបុត្រសម្រាប់ការតាមដានទាក់ទងចាំបាច់។

ពាណិលឿង - តិចតួចបំផុត - លំដាប់ថ្នាក់ទី 4:

- សួនត្រូវកំណត់ចំនួនអ្នកចូលមើលត្រឹមចំណុះអតិបរមា 35%។
- ចំណុះខាងក្នុងកំណត់អតិបរមាត្រឹម 25%
- ការទទួលទានអាហារខាងក្នុងកំណត់ចំណុះអតិបរមា 50%
- ការដើរលក់សំបុត្រត្រូវបានអនុញ្ញាត។ ប្រតិបត្តិករសួនត្រូវតែប្រមូលឈ្មោះ និងព័ត៌មានទំនាក់ទំនងពេញលេញ (រួមទាំងលេខទូរស័ព្ទ) របស់អ្នកទិញសំបុត្រសម្រាប់ការតាមដានទាក់ទងចាំបាច់។

សម្រាប់ព័ត៌មានថ្មីបំផុតស្តីពីលំដាប់ថ្នាក់ខោនធី សូមចូលទៅ [ប្លង់មេសម្រាប់សេដ្ឋកិច្ចដែលមានសុវត្ថិភាព](#)។ សូមកត់សម្គាល់ថាបន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋានអាចមានលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យវិភាគបន្តិចជាង និងការបិទខ្ទប់ខ្លះៗគ្នា។ ស្វែងរក [ព័ត៌មានមូលដ្ឋានក្នុងខោនធីរបស់អ្នក](#)។

ចំណាំ: សួនកម្សាន្ត មានទិដ្ឋភាពនៃប្រតិបត្តិការនិងការផ្តល់សេវាកម្មមួយចំនួនដែលមាននៅក្នុងការណែនាំផ្សេងទៀតនៅលើគេហទំព័រ [ការណែនាំឧស្សាហកម្មដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យ](#)។ ប្រតិបត្តិករត្រូវតែពិនិត្យឡើងវិញនូវការណែនាំនេះដើម្បីអនុវត្តពិធីសារដែលសមស្របសម្រាប់គ្រប់ផ្នែកនៃប្រតិបត្តិការរបស់ពួកគេ បើមិនដូច្នោះទេ លើកលែងតែតម្រូវនៅក្នុងឯកសារនេះ។ ប្រតិបត្តិការបែបនេះអាចរួមមាន៖

- [ការណែនាំសម្រាប់បារ](#)
- [ការណែនាំសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនផលិតស្រា និងការផលិតស្រា](#)
- ហាងលក់អំណោយ និងប្រតិបត្តិការលក់រាយ (សូមមើល[ការណែនាំសម្រាប់ការលក់រាយ](#))
- សណ្ឋាគារ និងផ្ទះសំណាក់ (សូមមើល[ការណែនាំសម្រាប់សណ្ឋាគារ ផ្ទះសំណាក់ និងផ្ទះជួលរយៈពេលខ្លី](#))
- មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តលក្ខណៈគ្រួសារ រួមមានកីឡាវាយកូនឃ្លោងខ្នាតតូច និងកីឡាបាញ់ធ្នូ (សូមមើល[ការណែនាំសម្រាប់មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តលក្ខណៈគ្រួសារ](#))
- ពិព័រណ៍អន្តរកម្ម (សូមមើល[ការណែនាំសម្រាប់សួនសត្វនិងសារមន្ទីរ](#))
- ព្រឹត្តិការណ៍អង្គុយទស្សនាផ្ទាល់ខាងក្រៅ និងការណែនាំសម្រាប់ការសម្តែង
 - **ការពិចារណាអំពីសំលៀកបំពាក់ និងទូរទស្សន៍**
 - អ្នកសម្តែងតន្ត្រី
 - ការពិចារណាសម្រាប់ការហាត់សម
 - ការសម្តែង និងការសម្តែងដើម្បីជ្រើសរើស
 - រោងសំណង់ និងការរៀបចំឆាក
 - ទេសភាព សម្លេង ចន្ទល្ហំ គ្រឿងក្តោង ការវាយស្រមោលពិសេស និងពន្លឺ
 - សំលៀកបំពាក់ និងទូរទស្សន៍
- រថភ្លើងក្នុងក្រុង យានជំនិះដឹកទៅមក និងមធ្យោបាយដឹកជញ្ជូនដែលមានផ្ទេរផ្លូវរត់ផ្សេងទៀត ([ការណែនាំសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនដឹកអ្នកដំណើរសាធារណៈនិងឯកជន ការដឹកជញ្ជូនឆ្លងកាត់ និងផ្លូវដែកអ្នកដំណើរឆ្លងទីក្រុង](#))
 - ដាក់កម្រិតសេវាកម្មដឹកជញ្ជូនតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន និងស្របតាមកាតព្វកិច្ចចំពោះជនពិការ
- សេវាកម្មមូលដ្ឋាន សេវាកម្មជួសជុល និងថែទាំ ([ការណែនាំសម្រាប់សេវាកម្មមានកំណត់](#))

ការណែនាំនេះមិនមានគោលបំណងដកហូត ឬលុបចោលសិទ្ធិកម្មករនិយោជិតណាមួយទេ ទោះជាតាមលក្ខន្តិកៈច្បាប់ តាមបទប្បញ្ញត្តិ ឬតាមការចរចាអនុសញ្ញារួមគ្នាដោយ ហើយវាក៏មិនគ្របដណ្តប់ទាំងស្រុងដែរ ពីព្រោះវាមិនរាប់បញ្ចូលបទបញ្ញត្តិសុខភាពរបស់ខោនធី ហើយក៏មិនមែនជាការជំនួសនូវរាល់លក្ខខណ្ឌបទប្បញ្ញត្តិទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាព និងសុខភាពដែលចូលជាធរមាន ដូចជាលក្ខខណ្ឌបទប្បញ្ញត្តិរបស់ Cal/OSHA ជាដើម។¹ សូមបន្តតាមដានអំពីការផ្លាស់ប្តូរនៃការណែនាំអំពីសុខភាពសាធារណៈ និងបទបញ្ជារបស់រដ្ឋ/មូលដ្ឋាន ពីព្រោះស្ថានភាពជំងឺកូវីដ-19 នៅតែមានបន្ត។ Cal/OSHA មានការណែនាំសុវត្ថិភាព និងសុខភាពបន្ថែមទៀតលើ [ការណែនាំរបស់ Cal/OSHA ស្តីពីជំងឺកូវីដ-19 និងធនធានទំនើប](#)។ CDC មានការណែនាំបន្ថែម [សម្រាប់អាជីវកម្ម និងនិយោជក](#)។



តម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់

ពិគ្រោះនឹងការណែនាំរបស់ [CDPH អំពីការប្រើប្រាស់ម៉ាស់](#) ដែលតម្រូវឱ្យមានការប្រើប្រាស់នូវលទ្ធភាពសម្រាប់សមាជិកនៃសាធារណជន និងកម្មករនិយោជិតនៅគ្រប់ទីកន្លែងបម្រើការងារដែលនៅក្រៅផ្ទះ។ ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែងចំពោះច្បាប់ទាំងនេះ អាចរកបាននៅក្នុងការណែនាំ ដែលគួរតែត្រូវបានត្រួតពិនិត្យរកមើល ព័ត៌មានថ្មីៗឱ្យទៀងទាត់។ លើសពីនេះទៀត CDPH ផ្តល់ជូន [ដំបូន្មាន](#) ស្តីពីការអនុវត្តប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពទាក់ទងនឹងម៉ាស់។



កម្មវិធីទប់ស្កាត់ជំងឺកូវីដ-19 នៅកន្លែងធ្វើការ

ដូចដែលតម្រូវដោយស្តង់ដារទប់ស្កាត់ជំងឺកូវីដ-19 របស់ Cal/OSHA និយោជកត្រូវតែបង្កើតអនុវត្ត និងរក្សាកម្មវិធីទប់ស្កាត់កូវីដ-19 ដែលអាចរកបានចំពោះនិយោជិត និងអ្នកតំណាងដែលទទួលបានការអនុញ្ញាតរបស់ពួកគេ (ឧ. សហជីព)។ ព័ត៌មានលម្អិតរួមទាំងរាល់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែងចំពោះវិធានទាំងនេះ គំរូសម្រាប់កម្មវិធីបង្ការជំងឺកូវីដ-19 គំរូ និងសំណួរដែលសួរញឹកញាប់អាចរកបានតាម [តំណភ្ជាប់ខាងក្រោម](#)។ រាល់ឯកសារយោង និងការណែនាំគួរតែត្រូវបានត្រួតពិនិត្យជាទៀងទាត់ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានថ្មីៗ។



ការរីករាលដាល និងការធ្វើតេស្ត

និយោជកត្រូវគោរពតាមបទប្បញ្ញត្តិសម្រាប់ការរីករាលដាលរបស់ Cal/OSHA ផងដែរ និង [ការរីករាលដាលដ៏ធំ](#) រួមទាំងលក្ខខណ្ឌតម្រូវនៃការធ្វើតេស្តពាក់ព័ន្ធសម្រាប់និយោជិត និងលក្ខខណ្ឌតម្រូវនៃការរាយការណ៍។ ពួកគេគួរតែពិនិត្យឡើងវិញ [FAQs អំពីការរីករាលដាល](#) សម្រាប់ការពិចារណា និងការពន្យល់បន្ថែមនៃបទប្បញ្ញត្តិ។

ប្រឹក្សានូវការឆ្លើយតបរបស់ [CDPHចំពោះជំងឺកូវីដ-19 នៅកន្លែងធ្វើការ](#) សម្រាប់និយមន័យជាក់លាក់លើអ្វីដែលបង្កើតជាការផ្ទុះ និងរាល់លក្ខខណ្ឌតម្រូវនៃការរាយការណ៍ចាំបាច់។



ការពិនិត្យ និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គលម្នាក់ៗ

កម្មវិធី Cal / OSHA ETS តម្រូវឱ្យនិយោជកបង្កើត និងអនុវត្តដំណើរការត្រួតពិនិត្យនិយោជិត និងឆ្លើយតបចំពោះនិយោជិតដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ក៏ដូចជាដើម្បីដោះស្រាយវិធានការត្រួតពិនិត្យបុគ្គលផ្សេងទៀតជាច្រើនតាមរយៈការអនុវត្តសមាសធាតុដែលត្រូវការនៃកម្មវិធីបង្ការជំងឺកូវីដ-19។ សូមមើលឯកសារដែលបានភ្ជាប់សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតអំពីលក្ខខណ្ឌតម្រូវទាំងនោះ។

បន្ថែមលើលក្ខខណ្ឌតម្រូវស្ថិតក្រោម ETS និយោជកត្រូវ៖

- ចាត់វិធានការសមហេតុផល រួមទាំងការប្រកាសអាសយដ្ឋានសាធារណៈ ការដាក់ស្លាកសញ្ញានៅក្នុងទីតាំងយុទ្ធសាស្ត្រ និងងាយមើលឃើញ និងនៅកន្លែងបញ្ជាក់ការកកទុកដើម្បីរំលឹកដល់សាធារណជនថាពួកគេត្រូវការប្រើប្រាស់ម៉ាស់នៅពេលមិនមានការទទួលទានឬផឹក (លើកលែងតែតាមការណែនាំសម្រាប់ការប្រើម៉ាស់របស់ ETS ឬ [CDPH](#)) អនុវត្តការរក្សាគម្លាត មិនប៉ះពាល់ផ្ទៃមុខរបស់ខ្លួន ហើយលាងដៃជាមួយសាប៊ូនិងទឹក ឱ្យបានញឹកញាប់យ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 20 វិនាទី និងប្រើទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ។
- CDPH ណែនាំវិធានការបន្ថែមដូចខាងក្រោមដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬហានិភ័យសុខភាពផ្សេងទៀត៖
 - លើកទឹកចិត្តភ្លៀវ និងអតិថិជនដែលឈឺ ឬមានចេញរោគសញ្ញានៃជំងឺកូវីដ-19 ឱ្យសម្រាកនៅផ្ទះ។
 - ផ្តល់ធនធានដើម្បីលើកកម្ពស់អនាម័យខ្លួនរបស់អតិថិជន។ នេះនឹងរួមបញ្ចូលទាំង

ក្រដាសអនាម័យ ធុងសំរាមដោយមិនយកដៃប៉ះ សាប៊ូលាងដៃ ពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ សម្រាប់លាងដៃ ទឹកអាណត្តិលាងដៃ ទឹកសម្លាប់មេរោគ និងកន្លែងប្រើម្តងបោះចោល។

- ពិចារណាកន្លែងដែលស្រោមដៃបោះចោលអាចជាការបន្ថែមដែលមានប្រយោជន៍ ក្នុងការលាងដៃ ឬប្រើទឹកអនាម័យដៃ ដូចជាពេលប្រើរបស់របរដែលបានប៉ះជាទូទៅ។



ខ្យល់ចេញចូល

- រាល់អាជីវកម្មទាំងអស់ដែលត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើប្រតិបត្តិការនៅខាងក្នុងត្រូវតែអនុវត្តតាមការណែនាំបណ្តោះអាសន្នរបស់ CDPH និង Cal / OSHA [សម្រាប់ខ្យល់ចេញចូល ការត្រួតពិនិត្យ និងគុណភាពខ្យល់](#) ដើម្បីកាត់បន្ថយការរីករាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19 នៅក្នុងទីតាំងខាងក្នុង។ ការណែនាំនេះក៏ឆ្លើយតបទៅនឹងលក្ខខណ្ឌតម្រូវនៃខ្យល់ចេញចូលដែលមាននៅក្នុង ETS ជំងឺកូវីដ-19 របស់ Cal / OSHA ផងដែរ។

- ការណែនាំអំពីអតិបន្ថែមទៀតស្តីពីខ្យល់ចេញចូលក៏អាចរកបានពី [CDC](#)។



ពិធីសារលាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- និយោជិតត្រូវអនុវត្តនីតិវិធីសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ ដូចមានកំណត់ក្នុង [ETS ជំងឺកូវីដ-19](#) របស់ Cal/OSHA ។ ការលាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគត្រូវតែធ្វើឡើងតាមរបៀបដែលមិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់កម្មករនិយោជិត។

- ការណែនាំរបស់ CDPH មិនតម្រូវឱ្យមានលក្ខខណ្ឌតម្រូវបន្ថែមលើសពីលក្ខខណ្ឌតម្រូវក្រោម ETS ឡើយ។

- CDPH ណែនាំវិធានការបន្ថែមដូចខាងក្រោមដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬហានិភ័យសុខភាពផ្សេងទៀត៖

- ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យជាអប្បបរមានៃ [ជំងឺ Legionnaires](#) និងជំងឺផ្សេងទៀតពាក់ព័ន្ធនឹងទឹក សូមចាត់វិធានការ ដើម្បីធានាថារាល់ប្រព័ន្ធទឹក និងវត្ថុនិទ្ទេសទាំងអស់ (ឧ. ទឹកបាញ់សម្រាប់បរិភោគ ទឹកបាញ់លម្អ) មានសុវត្ថិភាពក្រោយមានការអូសបន្លាយការបិទទឹកនៃកន្លែង។
- រៀបចំពេលឱ្យកម្មករបានអនុវត្តការលាងសម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។ ត្រូវដាក់កិច្ចការជូតសម្អាតជាផ្នែកមួយនៃតួនាទីរបស់កម្មករនិយោជិតអំឡុងម៉ោងធ្វើការ។ ទិញផលិតផលជម្រើសផ្សេងៗសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនសម្អាតរបស់ភាគីទីបីដើម្បីជួយបំពេញតម្រូវការសម្អាតដែលកើនឡើង តាមការចាំបាច់។
- ដំឡើងឧបករណ៍ស្វ័យប្រវត្តិ បើអាចធ្វើបានរួមទាំងអំពូលភ្លើងឧបករណ៍ចាប់សញ្ញាចលនា ម៉ាស៊ីនទូទាត់ដោយមិនប្រើដៃប៉ះ ម៉ាស៊ីនចែកសាប៊ូ និងកន្លែងក្រដាសដោយស្វ័យប្រវត្តិ នឹងប្រព័ន្ធភាគម៉ោង។
- លើកទឹកចិត្តឱ្យអតិថិជនប្រើកាតឥណទាន ឬកាតឥណទាន ឧទាហរណ៍តាមរយៈការដាក់ផ្លាកសញ្ញា។
- ពេលជ្រើសរើសសារធាតុគីមីសម្លាប់មេរោគ ត្រូវប្រើផលិតផលដែលអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺកូវីដ-19 នៅ [ក្នុងបញ្ជីអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់របស់ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន \(EPA\)](#) និងធ្វើតាមការណែនាំការប្រើប្រាស់ផលិតផល។ ជ្រើសរើសថ្នាំសំលាប់មេរោគដែលបង្កឱ្យមានជំងឺរីកគិតក្នុង ដោយប្រើផលិតផលក្នុងបញ្ជី "N" របស់ EPA ដែលមានផ្ទុកអ៊ីដ្រូសែន ផ្សិតស៊ីដ (មិនខ្លាំងជាង 3%) ឬអេតាណុល (អាណត្តិលាងដៃ) ហើយដែលមិនមានផ្ទុកអាស៊ីតផ្សិតស៊ីដ ឬអាស៊ីតក្លរីន។ ចៀសវាងផលិតផលសំលាប់មេរោគនៅក្នុងបញ្ជី "N" ដែលមានផ្ទុកសារធាតុ asthmagens ដូចជា ថ្នាំធ្វើឱ្យស (sodium hypochlorite) ឬសមាសធាតុអាម៉ូញ៉ូមប្លូនីយ៉ាម (ឧ. benzalkonium chloride)។ អនុវត្តតាម

វិធីសាស្ត្រសម្អាតដើម្បីឱ្យមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកជំងឺកូវីដ-19 ដែលណែនាំដោយក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋ California និងដើម្បីធានាឱ្យមានខ្យល់ចេញចូលបានត្រឹមត្រូវ។



គោលការណ៍ណែនាំស្តីពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- ការរក្សាគម្លាតពីគ្នាតែមួយមុខគឺមិនគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការទប់ស្កាត់ការឆ្លងជំងឺកូវីដ-19 ទេ។
- និយោជកត្រូវអនុវត្តពិធីសារ និងនីតិវិធីទាក់ទងនឹងការរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត រវាងកម្មករនិយោជិត និងមនុស្សផ្សេងទៀត ដូចដែលបានកំណត់នៅក្នុង [ETS ទប់ស្កាត់ជំងឺកូវីដ-19](#) របស់ Cal/OSHA ។ ព័ត៌មានលម្អិត និងឧទាហរណ៍បន្ថែមអាចរកបាននៅក្នុង [Cal/OSHA's FAQs](#)។
- CDPH ណែនាំឱ្យមានការបន្ថែមដូចខាងក្រោមដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬហានិភ័យសុខភាពផ្សេងទៀត៖
 - កែតម្រូវការប្រជុំដោយផ្ទាល់ ប្រសិនបើចាំបាច់ដើម្បីធានាឱ្យមានការរក្សាគម្លាតពីគ្នា និងប្រើប្រាស់ការប្រជុំបុគ្គលក្នុងទ្រង់ទាយតូចៗនៅតាមទីតាំងនានា ដើម្បីបន្ត អនុវត្តតាមគោលការណ៍ណែនាំពីការរក្សាគម្លាតពីគ្នា។
 - ផ្តល់ច្រកចូលតែមួយគត់ដែលបានកំណត់យ៉ាងច្បាស់ និងច្រកចេញដាច់ដោយឡែក ដើម្បីជួយរក្សាគម្លាតពីគ្នានៅពេលដែលអាចធ្វើទៅបាន។
 - ដំឡើងសម្ភារជំនួយក្នុងការផ្ទេរដូចជាឆ្នើរ និងក្តារបិទព័ត៌មានដើម្បីកាត់បន្ថយការហូចឥរិទ្ធិពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតក្នុងកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន។ បើអាចធ្វើទៅបាន សូមប្រើវិធីហត្ថលេខាដោយមិនយកដៃប៉ះពាល់ឯកសារសម្រាប់ការដឹកជញ្ជូននៃនិញ។
 - បើអាចធ្វើទៅបាន បង្កើតកន្លែងសម្រាកខាងក្រៅអគារ ដោយមានដំបូល និងការរៀបចំកន្លែងអង្គុយដែលធានាឱ្យបាននូវការរក្សាគម្លាតពីគ្នា។



ការណែនាំបន្ថែមសម្រាប់ការអនុញ្ញាតឱ្យចូលការចូល និងសន្តិសុខ

- ធានាថាមានកន្លែងចតរថយន្ត, ច្រកចូល និងច្រកចេញ ត្រូវបានដាក់សញ្ញាសម្គាល់ ត្រួតពិនិត្យ និងកំណត់រចនាសម្ព័ន្ធដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយនឹងមិនមានមនុស្សកុះករ ឬជួបជុំគ្នាឡើយ។
- ពិចារណាលើវិធីដើម្បីកំណត់ពេលបន្តជួរច្រកចូល ដើម្បីកាត់បន្ថយជួរជារង្វង់, ការពិនិត្យកាបូប, និងការស្តែងសំបុត្រ។ ឧទាហរណ៍ការតម្រង់ជួរតាមអនឡាញ អាចផ្តល់នូវលទ្ធភាពឱ្យអ្នកដែលនៅមុខចូលមុន។
- ការពារការិយាល័យលក់សំបុត្រដោយមានរនាំងការពារដែលមិនជ្រាបទឹក ដូចជាកញ្ចក់ថ្លាជ័រ ។ ណែនាំភ្ញៀវនូវកន្លែងដែលត្រូវតម្រង់ជួរដើម្បីរក្សាគម្លាតរាងកាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត។
- ដំឡើងបន្ទះបែងចែកកញ្ចក់ថ្លាជ័រនៅលើរាល់ជួរ/ខ្សែកាច់ក្នុងរាប់បញ្ចូលទាំងតំបន់ជួរសម្រាប់ការចូល,សន្តិសុខនិងការទិញសំបុត្រចូល ឬផ្នែកបិទនៃជួរ/ខ្សែកាច់ក្នុង ដើម្បីធានារក្សាគម្លាតរាងកាយគ្រប់គ្រាន់រវាងអ្នកទស្សនា យ៉ាងហោចណាស់ឱ្យបានប្រាំមួយហ្វីត។
- លើកទឹកចិត្តភ្ញៀវឱ្យធ្វើការទិញតាមអ៊ិនធឺណិត (មុនពេលពួកគេមកលេង) ឬពិភាក្សាវិធីម្តងនៅខាងក្នុងសួនកម្សាន្តដើម្បីកាត់បន្ថយជួរខ្សែបន្ទាត់ និងប្រតិបត្តិការទូទាត់នៅនឹងកន្លែង។ បើអាចធ្វើទៅបាន ជៀសវាងការទិញសំបុត្រក្រដាសដែលតម្រូវឱ្យកម្មករទទួលរាសម្រាប់ការស្តែង។ ពិចារណាថាតើភ្ញៀវអាចពិនិត្យមើលខ្លួនឯងនៅបញ្ជីរសេវាកម្មដោយខ្លួនឯងនៅខាងក្រៅតំបន់ត្រួតពិនិត្យសុខភាពនិងសន្តិសុខ។

- ពិចារណាផ្តល់ជូននូវកញ្ចប់/ខ្សែដៃ ដែលបញ្ចូលទាំងការទិញសំបុត្រចូល ចតចំណត អាហារ និងភេសជ្ជៈ និងការដំឡើងពិសេស ដូចជាកន្លែងអង្គុយ និងការជួលខ្លះ ដើម្បីកាត់បន្ថយ ចំនួនប្រតិបត្តិការដែលបានធ្វើនៅក្នុងសួនកម្សាន្ត។
- កម្មករពិនិត្យកាបូបគួរតែកែប្រែសកម្មភាពដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់របស់របរភ្លៀវ ដោយផ្ទាល់។ នេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ចង្អុល ឬឧបករណ៍ផ្សេងទៀត ដើម្បីពិនិត្យកាបូប សួរភ្លៀវ, សុំឱ្យបើកកាបូប និងរើសរបស់ចេញ ។ ល។ នៅពេលដែលការ ហ្វឹកហាត់អាចបណ្តាលឱ្យមានទំនាក់ទំនងប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយអតិថិជន ឬរបស់របរទាំង នោះ, កម្មករនិយោជិតគួរធ្វើអនាម័យដៃភ្លាមៗ ឬពាក់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាន និងផ្លាស់ប្តូររាងការពិនិត្យភ្លៀវនីមួយៗ។
- ដើម្បីចៀសវាងការប៉ះរបស់របរផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកចូលរួម, ប្រតិបត្តិករគួរតែពិចារណាអនុ វត្តគោលការណ៍ចង់តូចថ្លាមួយ ហើយស្នើឱ្យភ្លៀវបើកកាបូបផ្ទាល់ខ្លួនសម្រាប់ត្រួតពិនិត្យ។ ពិចារណាលើករណីលើកលែងចាំបាច់សម្រាប់ផលិតផលវេជ្ជសាស្ត្រនិងអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន។
- ពិចារណាលើការលើកលែងចាំបាច់ពោះគោលនយោបាយចង់ថ្លាសម្រាប់ផលិតផលវេជ្ជ សាស្ត្រ និងអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន។ ការនេះអាចរួមបញ្ចូលការប្រើឧបករណ៍ចាប់ពេលដើរកាត់ ជាជាងឧបករណ៍ចាប់ដំបងដៃ។
- នេះអាចរួមបញ្ចូលការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ពិនិត្យជាតិដែកដោយការដើរចូល ជាជាង ឧបករណ៍ពិនិត្យជាតិដែកដោយប្រើដៃ។ ឧបករណ៍ពិនិត្យជាតិដែកដោយប្រើដៃគឺជា ជម្រើសមួយដែលចំណាយតិចជាងដែលនៅតែអនុញ្ញាតឱ្យរកឃើញលោហៈដោយគ្មាន ទំនាក់ទំនង ប៉ុន្តែពួកគេតម្រូវឱ្យកម្មករសន្តិសុខមានចម្ងាយជិតជាងប្រាំមួយហ្វីតពីភ្លៀវ។ កម្មករនិយោជិតណាម្នាក់ដែលធ្វើការនែកនេរត្រូវតែពាក់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាន ភ្លាមៗ បន្ទាប់ពីមានទំនាក់ទំនងជាមួយភ្លៀវ, ថែមទាំងត្រូវលាងដៃ ឬអនាម័យដៃមុន ពេលពាក់ស្រោមដៃថ្មី។
- ដំឡើង និងប្រើម៉ាស៊ីនស្តេនសំបុត្រដោយគ្មានការប៉ះ តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ ស្នើ ឱ្យភ្លៀវស្តេនសំបុត្រដោយខ្លួនឯងជាជាងឆ្លងកាត់ឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិកឌីជីថល ឬហូច សំបុត្រក្រដាសទៅវិញទៅមករវាងកម្មករនិងភ្លៀវ។ នៅពេលដែលកម្មករត្រូវជួយភ្លៀវ នឹង តម្រូវឱ្យមានការប៉ះជាចាំបាច់, កម្មករត្រូវពាក់របាំងមុខនិងលាងដៃនិង/ឬប្រើទឹកសម្អាត អនាម័យដៃដូចបានរៀបរាប់ក្នុងការណែនាំនេះ។ ភ្លៀវត្រូវតែពាក់របាំងមុខអន្តរពេល ផ្លាស់ប្តូរ ហើយត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យលាងដៃនិង/ឬប្រើអនាម័យដៃ បន្ទាប់ពីផ្លាស់ប្តូរ ទំនិញផងដែរ។
- វាយតម្លៃការរៀបចំទូចាក់សោរដែលភ្លៀវរក្សាទុករបស់របរផ្ទាល់ខ្លួនដើម្បីធានាថាកន្លែង ទាំងនោះអាចត្រូវបានសម្អាតនិងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ និងមានទំហំសមរម្យដើម្បី អនុញ្ញាតឱ្យមានកម្លាតរាងកាយ។ ពិចារណាបិទ ឬបង្វិលផ្នែកខ្លះដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យរក្សាក ម្លាតរាងកាយសមស្របក្នុងពេលមមាញឹក។ ដាក់ផ្លាកសញ្ញាលើភ្លៀវឱ្យរក្សាកម្លាតរាង កាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត និងរង់ចាំអ្នកផ្សេងចេញសិន មុនពេលទៅជិតកន្លែងទូចាក់ សោរ។ ពិចារណាលើការដាក់កម្មករនៅក្នុងតំបន់ចាក់សោរ ដើម្បីកំណត់ចំនួនមនុស្សក្នុង កន្លែងក្នុងពេលតែមួយ។ សម្អាតនិងសម្លាប់មេរោគទូចាក់សោររវាងការប្រើប្រាស់នីមួយៗ ឬផ្តល់ជូនថង់ដើម្បីឱ្យភ្លៀវអាចដាក់របស់របរផ្ទាល់ខ្លួនចូលក្នុងថង់ទាំងនោះមុននឹងដាក់ វាចូលក្នុងទូចាក់សោរ។
- ក្នុងករណីមានភាពអាសន្ន, ប្រតិបត្តិករសួនកម្សាន្តកម្សាន្តគួរពិចារណានិងរៀបចំ ផែនការសម្រាប់រក្សាកម្លាតរាងកាយក្នុងតំបន់ដែលមានកន្លែងច្រកចូលនិងចេញ និង តំបន់ឆាកសម្រាប់ភ្លៀវ។



ការណែនាំបន្ថែមសម្រាប់ការជិះ និងកន្លែងទាក់ទាញកម្សាន្ត

- ពិចារណាវិធីសាស្ត្រកំរងជួរផ្សេងទៀតដែលអាចធ្វើទៅបានដើម្បីគ្រប់គ្រងសមត្ថភាពផ្ទុកមនុស្ស និងសម្រួលដល់គម្លាតរាងកាយ។ ពិចារណាប្រើប្រព័ន្ធកំរងជួរតាមអនុញ្ញាតដែលជាកន្លែងអនុវត្តជាក់ស្តែង (ឧ. ភ្ញៀវអាចធ្វើការកក់តាមអ៊ិនធឺណិតសម្រាប់កន្លែងទាក់ទាញពិសេសតាមរយៈកម្មវិធីទូរស័ព្ទដៃ ឬកំឡុងពេលដំណើរការទិញសំបុត្រ) ។ ផ្តល់ជូនការដាក់បុគ្គលិកដើម្បីតាមដានការអនុលោមរបស់ភ្ញៀវជាមួយនឹងគម្លាតនិងការរៀបចំនៅពេលកំពុងកំរងជួរ។
- វាយតម្លៃល្បឿននិងសក្តានុពលផ្សេងទៀតនៃកន្លែងទាក់ទាញនីមួយៗដើម្បីធានាបាននូវរបាំងមុខនៃប្រភេទផ្សេងៗគ្នា (ឧ. របាំងមុខពេលវេលាវះកាត់ទូទៅដែលមានប្រហងយង់វិញត្រចៀក, របាំងមុខជាមួយខ្សែជុំវិញក្រោយក្បាល, បង់រ៉ូ ឬក្រណាត់ផ្សេងទៀតចងជុំវិញក្បាល) អាចពាក់និងធានាសុវត្ថិភាពក្នុងការជិះ។ របាំងមុខមិនត្រូវបង្ហាញ គ្រោះថ្នាក់ ឬរំខានដល់ប្រតិបត្តិការប្រកបដោយសុវត្ថិភាព នៃកន្លែងទាក់ទាញនៅពេលប្រើដោយអ្នកជិះ ឬអ្នកបើកជំនះទេ។ បើចាំបាច់ ពិគ្រោះជាមួយអ្នកផលិត/អ្នកផ្គត់ផ្គង់ដើម្បីសម្រេចថាតើប្រភេទរបាំងមុខណាដែលសមស្របសម្រាប់ការជិះជាក់លាក់។
- ពិចារណាប្រតិបត្តិការត្រួតពិនិត្យកម្ពស់ ដើម្បីមិនបាច់ត្រូវប៉ះនិងងាយស្រួលគ្រប់គ្រងនិងមើលពីចម្ងាយពីរបីហ្វីត (ឧ. សញ្ញាសម្គាល់កម្ពស់ដែលអាចមើលឃើញខ្ពស់ រឺបារកើនឡើងសម្រាប់ភ្ញៀវឈរនៅក្រោម។)
- សមាជិកគ្រួសារមិនចាំបាច់អង្គុយដាច់ពីគ្នាប្រាំមួយហ្វីតទេ។
- ពិចារណាលុបចោលខ្សែអ្នកជិះតែម្នាក់ឯងព្រោះវាត្រូវបានរចនាឡើងជាធម្មតាដើម្បីជួយបំពេញរាល់កៅអីដែលទំនេរ ដែលអាចជាមិនត្រូវគ្នានឹងការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- វាយតម្លៃដោយយកចិត្តទុកដាក់នូវចំណុចទាក់ទាញដែលត្រូវការការប្រើពេលវេលាផ្ទាល់ខ្លួនដូចជាខ្សែពួរ, ឡើងលើជញ្ជាំងឡើងភ្នំ, និងការជិះខ្សែពួរដែកយោល ដោយសារតែពិបាកគ្រប់គ្រងគម្លាតរាងកាយក្នុងកំឡុងពេលដំណើរការ។ ការបង្កើនការបោសសម្អាតនិងការសម្លាប់មេរោគ និងឧបករណ៍ផ្សេងទៀតរវាងការប្រើប្រាស់នីមួយៗ ក៏អាចជាការពិបាកដែរ។



ការណែនាំបន្ថែមសម្រាប់ពិព័រណ៍អន្តរកម្ម និងកន្លែងទាក់ទាញកម្សាន្ត

- មានតែការសម្តែងផ្ទាល់ខាងក្រៅ និងការសម្តែងប៉ុណ្ណោះដែលត្រូវបានអនុញ្ញាតនៅគ្រប់លំដាប់ថ្នាក់។ សូមអនុវត្តតាមការណែនាំអំពីព្រឹត្តិការណ៍ផ្ទាល់ដែលអង្គុយមើលនៅខាងក្រៅនិងការសម្តែង សម្រាប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការពិចារណាបន្ថែម។
- ដើម្បីឱ្យភ្ញៀវត្រូវគ្នាទៅនឹងកាតព្វកិច្ចរបស់មជ្ឈមណ្ឌលចំពោះជនពិការសូមបញ្ឈប់ការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ដែលខ្លីប្រើរួមគ្នាជាដើម និងឧបករណ៍ផ្សេងទៀតដែលផ្តល់ឱ្យភ្ញៀវ លើកលែងតែ វាអាចត្រូវបានសម្លាប់មេរោគបានយ៉ាងត្រឹមត្រូវ បន្ទាប់ពីការប្រើប្រាស់នីមួយៗ។
- អនុវត្តប្រព័ន្ធកក់ដើម្បីធានាថាទីកន្លែងអាចរក្សាបាននូវដែនកំណត់សមត្ថភាពផ្ទុកចំនួនមនុស្សដែលចាំបាច់និងត្រួតពិនិត្យចំនួនអ្នកចូលរួមនៅទីកន្លែង, រោងមហាស្រព, ឬកន្លែងសម្តែងដើម្បីធានាថាគម្លាតរាងកាយអាចត្រូវបានរក្សា។ កំណត់ពេលវេលាមកដល់ជាផ្នែកមួយនៃការកក់ ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីឱ្យអតិថិជនមកដល់ និងចូលក្នុងកន្លែងទៅតាមក្រុមដែលបានកំណត់។

- បង្កើតច្រកចូល និងចេញតាមទិសដៅក្នុងតំបន់សម្តែង តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ទុកពេលវេលាបន្ថែមសម្រាប់ភ្ញៀវចូលកន្លែង រោងភាពយន្ត និងវេទិកា ដើម្បីសម្រួលដល់ការរៀបចំកន្លែងអង្គុយថ្មី។
- ចាត់ចែងបុគ្គលិកដើម្បីជួយប្រជាជនរក្សាចម្ងាយក្នុងកំឡុងពេលមានសកម្មភាព។ នេះអាចរួមបញ្ចូលការនាំបង្ហាញកន្លែងអោយភ្ញៀវអង្គុយ បញ្ជីសកម្មភាពកកស្ទះនៅតំបន់ដែលចង្អៀត និងការបណ្តេញភ្ញៀវឱ្យប្រកបដោយរបៀបរៀបរយដើម្បីកាត់បន្ថយចរាចរណ៍បញ្ជ្រាសទិសគ្នា។ នេះអាចរួមបញ្ចូលការនាំបង្ហាញកន្លែងអោយភ្ញៀវអង្គុយ បញ្ជីសកម្មភាពកកស្ទះនៅតំបន់ដែលចង្អៀត និងការបណ្តេញភ្ញៀវឱ្យប្រកបដោយរបៀបរៀបរយដើម្បីកាត់បន្ថយចរាចរណ៍បញ្ជ្រាសទិសគ្នា។
- ពិនិត្យនីតិវិធីឡើងវិញសម្រាប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នាយ៉ាងជិតស្និទ្ធ នៅពេលជួប និងស្វាគមន៍ជាមួយគ្នាអង្គុយគ្រងឈុត ឬសត្វដោយផ្អែកលើលក្ខខណ្ឌនៃគម្លាតរាងកាយនិងការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវ [ការណែនាំអំពីរបៀបជាមុខរបស់ CDPH](#)។ ពិចារណាលើបច្ចេកទេសការប្រើប្រាស់មិត្តក្រោយការសម្តែង ។ កែប្រែឱកាសរូបថតនិងកន្លែងថតដើម្បីរក្សាចម្ងាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតរវាងកម្មករនិងភ្ញៀវ។

លក្ខខណ្ឌបន្ថែមត្រូវតែយកមកពិចារណាសម្រាប់ប្រជាជនងាយរងគ្រោះ។ សួនកម្សាន្តទូទៅត្រូវតែគោរពតាមរាល់ស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#) និងត្រូវបានរៀបចំដើម្បីគោរពតាមណែនាំរបស់ Cal/OSHA ក៏ដូចជាការណែនាំពីមជ្ឈមណ្ឌលត្រួតពិនិត្យនិងបង្ការជំងឺ (CDC) និង រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ានាយកដ្ឋានសុខាភិបាលសាធារណៈ (CDPH)។ បន្ថែមទៀតនិយោជកត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីកែប្រែប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួននៅពេលគោលការណ៍ណែនាំមានការផ្លាស់ប្តូរ។

