



# ការណែនាំអំពីជំងឺ កូវីដ -19 សម្រាប់ឧស្សាហកម្ម៖ មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តលក្ខណៈគ្រួសារ

**ថ្ងៃទី 29 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020**

សេចក្តីណែនាំទាំងអស់គ្នាត្រូវបានអនុវត្តតែជាមួយនឹងការយល់ព្រមពីមន្ត្រីសុខាភិបាលខោនធីបន្ទាប់ពីការពិនិត្យឡើងវិញនូវទិន្នន័យជំងឺរាតត្បាតក្នុងតំបន់

រួមមានករណីឆ្លងក្នុងចំនួនមនុស្ស 100,000 នាក់ អត្រានៃការធ្វើតេស្តវិជ្ជមាន និងការត្រៀមរៀបចំតាមមូលដ្ឋានដើម្បីគាំទ្រដល់ការកើនឡើងនៃសេវាថែទាំសុខភាព ប្រជាជនដែលងាយរងគ្រោះការតាមដានរកម្នាក់ៗពាក់ព័ន្ធ និងការធ្វើតេស្ត។



# ទិដ្ឋភាពទូទៅ

កាលពីថ្ងៃទី 19 ខែមីនា ឆ្នាំ 2020 កន្លងទៅ មន្ត្រីសុខាភិបាលសាធារណៈប្រចាំរដ្ឋ និងនាយកក្រសួងសុខាភិបាលសាធារណៈនៃរដ្ឋ California បានចេញបទបញ្ជាមួយតម្រូវឱ្យប្រជាជនរដ្ឋ California ភាគច្រើនសម្រាកនៅផ្ទះ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺ កូវីដ-19 ក្នុងចំណោមប្រជាជន។

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

ខណៈនេះ នៅមិនទាន់មានព័ត៌មានច្បាស់ការណ៍ស្តីអំពីចំនួន និងអត្រានៃជំងឺ កូវីដ-19 តាមក្រុមអាជីព ឬឧស្សាហកម្ម រួមទាំងក្នុងចំណោមកម្មករហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធសំខាន់ៗនៅឡើយនោះទេ។ កន្លងមកនេះមានការផ្ទុះឡើងច្រើនលើកនៃជំងឺតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការនានាដែលបង្ហាញឱ្យឃើញថា កម្មករកំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬការចម្លងជំងឺ កូវីដ-19 ។ ឧទាហរណ៍នៃកន្លែងធ្វើការទាំងនេះ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ កន្លែងផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរយៈពេលវែង ពន្ធនាគារ ផលិតកម្មម្ហូបអាហារ ឃ្លាំងទំនិញ រោងចក្រកែច្នៃសាច់ និងហាងលក់គ្រឿងទេសផ្សេងៗ។

ដោយសារមានការកែប្រែលើបទបញ្ជាសម្រាកនៅផ្ទះ វាជាការចាំបាច់ណាស់ដែលត្រូវចាត់វិធានការដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពជូនកម្មករ និងសាធារណជន។

ការអនុវត្តលើការបង្ការសំខាន់ៗរួមមាន៖

- ✓ ការរក្សាគម្លាតរាងកាយក្នុងកម្រិតអតិបរមាតាមអាចធ្វើបាន
- ✓ កម្មករ និងភ្ញៀវខាងក្រៅត្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ (នៅកន្លែងដែលមិនតម្រូវឱ្យមានការការពារផ្លូវដង្ហើម)
- ✓ លាងសម្អាតដៃឱ្យបានញឹកញាប់ និងធ្វើការជូតសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ
- ✓ បណ្តុះបណ្តាលកម្មករអំពីការអនុវត្តបង្ការទាំងនេះ និងផ្នែកផ្សេងទៀតនៃផែនការបង្ការជំងឺ កូវីដ-19 ។

លើសពីនេះ ជាការចាំបាច់ខ្លាំងដែលត្រូវត្រៀមជាស្រេចនូវដំណើរការសមស្រប ដើម្បីកំណត់រកករណីជំងឺថ្មីតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការ និងដើម្បីធ្វើអន្តរាគមន៍ទាន់ពេលវេលា នៅពេលរកឃើញករណីជំងឺទាំងនោះ និងដើម្បីសហការជាមួយអាជ្ញាធរសុខាភិបាលសាធារណៈ ក្នុងការរារាំងការឆ្លងរាលដាលនៃមេរោគ។

## គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់ជាការណែនាំដល់ប្រតិបត្តិករនៃមជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តក្រសួងដើម្បីកជ្ជយឱ្យមានបរិយាកាសស្អាត និងមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បុគ្គលិក និងអតិថិជនខាងក្រៅ។ ឧទាហរណ៍នៃអាជីវកម្មប្រភេទនេះមានដូចជា កន្លែងលេងប៊ូលីង វាលវាយកូនគោលខ្នាតតូច ទ្រុងហាត់វាយបាល់ ទូហ្គេម និងរោងភាពយន្ត។

**កំណត់ចំណាំ៖** ការណែនាំនេះមិនមានគោលបំណងសម្រាប់ កីឡាស្តីទឹកកក ស្លឹកដំលើទឹកកក

កីឡាប្រកួតបាញ់ផ្លាកឡាស៊ែរជាដើម ដែលភ្ញៀវមិនសូវមានលទ្ធភាពរក្សាកម្លាតនៃរាងកាយ យ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីត ដោយចំណុចសំខាន់នៃសកម្មភាពនេះគឺជាការផ្លាស់ទីនៅក្នុងបរិវេណ ហើយដែលអាចទទួលបានភ្ញៀវមួយចំនួនធំដែលភាគច្រើនមកពីគ្រួសារផ្សេងៗគ្នា។ ការណែនាំនេះមិនមានគោលបំណងផ្ដោតលើកន្លែងកម្សាន្ត ទីតាំងពិសេស ឬស្ថានភាពនោះទេ ក៏ប៉ុន្តែឧទ្យានប្រភេទទាំងនេះដែលមានកន្លែងលេងប៊ូលីងដាច់តែឯង វាលវាយកូនគោលខ្នាតតូច ទូហ្គេម រោងកុនជាដើម ។ល។ អាចដំណើរការប្រតិបត្តិការទាំងនោះបាន ប្រសិនបើពួកគេប្រកាន់ខ្ជាប់នូវការណែនាំរបស់រដ្ឋ និងមូលដ្ឋានដែលអាចអនុវត្តបាន និងបន្តបិទកន្លែង ទាក់ទាញផ្សេងទៀតរួមទាំងការជិះកម្សាន្តនៅក្នុងស្ថានភាពកម្សាន្តផងដែរ។ បញ្ឈប់ការសម្តែង ដូចជាការលេងសៀក ផ្សាយផ្ទាល់ការសម្តែងរបស់សត្វជាដើម ។ល។ **លុះត្រាតែ** ការរក្សាកម្លាតរាងកាយ និងពិធីសារអនាម័យអាចអនុវត្តឡើងបាន។ មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តគ្រួសារដែលមានកន្លែងសន្និបាត បន្ទប់ប្រជុំសម្រាប់ជួល កន្លែងផ្សេងទៀតសម្រាប់ពិធីលក្ខណៈឯកជនដូចជាពិធីបំពេញខួបកំណើតជាដើម គួរតែទុកបន្តបិទ កន្លែងទាំងនោះរហូតទាល់តែសកម្មភាពទាំងនេះត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យដំណើរការឡើងវិញដោយ មានការកែប្រែ ឬដំណើរការពេញលេញតាមរយៈបទបញ្ជា និងការណែនាំឲ្យបើកឡើងវិញជាក់លាក់។ មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តគ្រួសារដែលមានភោជនីយដ្ឋាន បារ ហាងកាហ្វេ ហាងកាដូរ សារមន្ទីរ និងពិព័រណ៍អន្តរកម្មជាដើម គួរតែយោងទៅលើការណែនាំអំពីឧស្សាហកម្មប្រភេទនេះដែលអាចរកបាននៅលើ [គេហទំព័រផែនទីបង្ហាញផ្លូវពីភាពជននិងកូវីដ-19](#)។

ទោះបីជាមានការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវកម្លាតរាងកាយក៏ដោយ ការប្រមូលផ្តុំដែលមានការចូលរួមពីសមាជិកគ្រួសារផ្សេងៗច្រើនគ្នាក្នុងសកម្មភាពតែមួយ នាំឲ្យមានហានិភ័យខ្ពស់ចំពោះការរីករាលដាលនៃវីរុសកូវីដ-19 ហើយអាចបណ្តាលឲ្យមានការកើនឡើងអត្រាឆ្លងជំងឺមន្ទីរពេទ្យ និងមរណភាព។ ជាពិសេសក្នុងចំណោមប្រជាជនងាយរងគ្រោះជាងនេះ។

\* រោងភាពយន្តត្រូវតែកំណត់ចំនួនអ្នកចូលទស្សនាត្រឹម 25% នៃសមត្ថភាពផ្គុំរបស់រោងភាពយន្ត ឬចំនួនអ្នកចូលរួមទស្សនាច្រើនបំផុត 100 នាក់ ជារួមគឺគួរលេខណាដែលទាបជាងគេ។ មន្ទីរសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋ California ដោយមានការពិគ្រោះយោបល់ជាមួយមន្ទីរសុខាភិបាលសាធារណៈក្នុងប្រទេស នឹងធ្វើការពិនិត្យ និងវាយតម្លៃផលប៉ះពាល់នៃផែនការកំណត់ដែល បានដាក់លើសុខភាពសាធារណៈ និងផ្តល់ទិសដៅ បន្ថែមទៀតជាផ្នែកមួយនៃដំណាក់កាលក្នុងការស្តារឡើងវិញនូវសកម្មភាពកម្សាន្ត។

ការណែនាំនេះមិនមានគោលបំណងដកហូត ឬលុបចោលសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកនោះទេ ទាំងការព្រមព្រៀងលក្ខន្តិកៈ បទប្បញ្ញត្តិ ឬការចរចាអនុសញ្ញារួម ហើយការណែនាំនេះក៏មិនមានលក្ខណៈស៊ីជម្រៅដែរ ព្រោះវាមិនមានរាប់បញ្ចូលបទបញ្ជាសុខភាពក្នុងប្រទេស និងមិនមែនជាការជំនួសឲ្យរបបបទប្បញ្ញត្តិដែលទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាព និងសុខភាពដែលមានស្រាប់ ដូចជា Cal / OSHA នោះដែរ។<sup>1</sup> សូមតាមដានការផ្លាស់ប្តូរបច្ចុប្បន្នលើការណែនាំអំពីសុខភាពសាធារណៈនិងបទបញ្ជារបស់រដ្ឋ/មូលដ្ឋាន ដោយសារតែស្ថានភាពជំងឺកូវីដ-19 នៅតែបន្តកើតមាន។ Cal/OSHA មានការណែនាំទូលំទូលាយបន្ថែមទៀតលើ [គោលការណ៍ណែនាំទូទៅរបស់ Cal/OSHA ស្តីពីការការពារកម្មករពីគេហទំព័រ កូវីដ-19](#) ។ CDC មានតម្រូវការបន្ថែមនៅក្នុង [ការណែនាំសម្រាប់អាជីវកម្មនិងនិយោជក](#)។

# បម្រើបម្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខដែលតម្រូវ

នៅថ្ងៃទី 18 ខែមិថុនា កន្លងទៅនេះ CDPH បានចេញ [ការណែនាំអំពីការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខ](#) ដែលតម្រូវឱ្យមានការប្រើប្រាស់ទូលំទូលាយនូវម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខសម្រាប់សមាជិកនៃសាធារណជន និងកម្មករ នៅគ្រប់ទីតាំងបម្រើការងារ និងសាធារណៈដែលមានការប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់។

ប្រជាជនរដ្ឋ California ត្រូវពាក់រូបបាងមុខ នៅពេលពួកគេកំពុងទំនាក់ទំនងការងារ មិនថានៅកន្លែងធ្វើការ ឬកំពុងធ្វើការក្រៅការិយាល័យនោះទេ នៅពេល៖

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

ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែង ចំពោះច្បាប់ទាំងនេះអាចរកបាននៅក្នុង [ការណែនាំ](#)។ មានការលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខក្នុងកាលៈទេសៈផ្សេងទៀត ហើយនិយោជកអាចអនុវត្តលក្ខខណ្ឌតម្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខបន្ថែមក្នុងការបំពេញកាតព្វកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និង សុខភាព។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខជូនកម្មករ ឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

និយោជកត្រូវបង្កើតគោលការណ៍ស្នាក់អាស្រ័យសម្រាប់បុគ្គលិកកម្មករទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខខណ្ឌ ត្រូវនឹងការ លើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខ។ ប្រសិនបើកម្មករម្នាក់ណាដែលតម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខដោយសារត្រូវប៉ះពាល់ពីកញ្ចប់នឹងអ្នកដទៃ បែរជាមិនអាចអនុវត្តទៅបានព្រោះស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រនោះ គេត្រូវផ្តល់ជូនជម្រើសគ្មានលក្ខខណ្ឌកំហិតមួយ ដូចជាខែលបាងមុខដែលមានរន្ធគ្នាប់ទៅនឹងគែមផ្នែកខាងក្រោម ប្រសិនបើអាច នឹងប្រសិនបើស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រអាចឱ្យធ្វើទៅបាន។

ស្ថាប័នអាជីវកម្មដែលបើកបម្រើសាធារណជន ត្រូវជ្រាបអំពីការលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខដែលមានក្នុង [ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខរបស់ CDPH](#) ហើយអាចនឹងរាប់បញ្ចូលទាំងសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជនសម្រាប់ការមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខ ប្រសិនបើអ្នកនោះមានលក្ខខណ្ឌត្រូវតាម [ការណែនាំ](#)។ អាជីវកម្មនឹងត្រូវការបង្កើតគោលការណ៍សម្រាប់ដោះស្រាយការលើកលែងទាំងនេះក្នុងចំណោមអតិថិជន ភ្ញៀវ អ្នកទស្សនា និងបុគ្គលិក។



## ផែនការជាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ

- ចងក្រងផែនការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរជាក់លាក់មួយ ទប់ស្កាត់ជំងឺ កូវីដ-19 នៅគ្រប់បឋមនីយដ្ឋាន អនុវត្តការវាយតម្លៃលម្អិតលើហានិភ័យនៃគ្រប់ជំនាញ និងកិច្ចការ រួចចាត់តាំងអ្នកមើលការម្នាក់គ្រងបឋមនីយដ្ឋាននីមួយៗដើម្បីអនុវត្តផែនការ។
- ដាក់បញ្ចូលនូវ [ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរបាំងមុខរបស់ CDPH](#) ទៅក្នុងផែនការជាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ និងបញ្ចូលគោលការណ៍មួយសម្រាប់គ្រប់គ្រងលើការលើកលែង។
- កំណត់ព័ត៌មានទំនាក់ទំនង មន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ដែលកន្លែងនោះមានទីតាំងស្ថិតនៅ ដើម្បីផ្សព្វផ្សាយ ព័ត៌មានអំពីការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺ កូវីដ-19 ក្នុងចំណោមបុគ្គលិក។
- បណ្តុះបណ្តាល និងផ្តល់ដំណឹងដល់កម្មករ និងតំណាងកម្មករ អំពីផែនការ ហើយផ្តល់ភាពងាយស្រួលជូនកម្មករ និងតំណាងរបស់ពួកគេ ក្នុងការស្វែងរកព័ត៌មានផែនការ។
- វាយតម្លៃសម្ភាររូបវន្តឲ្យបានទៀតទាត់ដើម្បីធានាអនុលោមភាពតាមផែនការ និងឯកសារ និងកែតម្រូវភាពខ្វះចន្លោះដែលបានរកឃើញ។
- អង្កេតតាមដានគ្រប់ជំងឺ កូវីដ-19 ទាំងអស់ រួចកំណត់ថា តើកត្តាពាក់ព័ន្ធនឹងការងារណាមួយ ដែលអាចជាផ្នែកបង្កហានិភ័យនៃការឆ្លងរោគ។ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពផែនការតាមការចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឲ្យមានករណីបន្ថែម។
- អនុវត្តដំណើរការ និងពិធីការចាំបាច់នានា នៅពេលមានការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ យោងតាម [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDPH](#)។
- កំណត់រកអ្វីដែលកម្មករមានឆ្លងមេរោគប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ (ក្នុងរយៈពេលមួយប្រាំមួយជំហាន ចន្លោះពេល 15 នាទី ឡើងទៅ) រួចចាត់វិធានការដាក់កម្មករដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺ កូវីដ-19 វិជ្ជមានម្នាក់នោះ (ឬច្រើន) ឲ្យនៅដាក់ដោយឡែក ពីអ្វីដែលបានប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនោះ។
- ត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់តាមសេចក្តីណែនាំខាងក្រោម។ ការខកខានមិនបានគោរពតាមសេចក្តីនេះអាចបង្កឲ្យមានកើតជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឲ្យមានការបិទ ឬដាក់កម្រិតលើប្រតិបត្តិការផ្សេងៗ ជាបណ្តោះអាសន្ន។



## ប្រធានបទផ្សេងៗសម្រាប់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករ

- ព័ត៌មានអំពី [ជំងឺ កូវីដ-19](#) វិធីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាល និងដែលស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយអាចធ្វើឲ្យបុគ្គលម្នាក់ៗងាយនឹងឆ្លងរោគ។
- ការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ រួមទាំងការសង្កេតស៊ីតុណ្ហភាព និង/ឬការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាដោយប្រើ [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC](#)។

- សារៈសំខាន់នៃការមិនធ្វើការនៅការិយាល័យ
  - ប្រសិនបើបុគ្គលិកមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ដូច [ដែលបានពណ៌នាដោយ CDC](#) ដូចជា គ្រុនក្តៅ ឬគ្រុនញាក់ ក្អក ថប់ដង្ហើម ឬពិបាកដកដង្ហើម អស់កម្លាំង ឈឺសាច់ដុំ ឬឈឺខ្នង ឈឺក្បាល បាត់បង់រសជាតិ ឬក្លិនក្នុងពេលថ្មីៗ ឈឺក គឺជាច្រមុះ ឬហឿនសំដៅរ ចងចងក្អក ក្អក ឬរាករូស ឬ
  - ប្រសិនបើកម្មករត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយមិនទាន់បញ្ចប់ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅឡើយ ឬ
  - ប្រសិនបើ នៅក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ កម្មករបានប៉ះពាល់នឹងនរណាម្នាក់ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយត្រូវបានចាត់ទុកថាអាចនឹងចម្លងរោគ (ឧ. កំពុងស្ថិតក្រោមការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក)។
- ដើម្បីអាចគ្រប់ចូលធ្វើការវិញបាន ក្រោយកម្មករបានទទួលការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺ កូវីដ-19 លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីលេចចេញរោគសញ្ញាដំបូង រោគសញ្ញារបស់ពួកគេមានសភាពល្អប្រសើរ ហើយកម្មករមិនមានគ្រុនក្តៅ (ដោយមិនមានការប្រើថ្នាំបញ្ឈប់ការកំដៅ) ក្នុងរយៈពេល 72 ម៉ោងចុងក្រោយ។ កម្មករគ្មានរោគសញ្ញាជំងឺ ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 អាចគ្រប់ចូលធ្វើការវិញបាន លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីថ្ងៃនៃការធ្វើតេស្តរកឃើញមានផ្ទុកជំងឺ កូវីដ-19 ។
- ដើម្បីសុំយោបល់ពីពេទ្យ ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ រួមមានការឈឺចាប់រ៉ាំរ៉ៃ ឬណែនន្ទង រង្វេងស្មារតី ឬ មុខ ឬបបូរមាត់ឡើងស្វាយ។ បច្ចុប្បន្នភាព និងសេចក្តីលម្អិតផ្សេងៗអាចរកបាននៅលើ [គេហទំព័ររបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃសម្អាតដៃដោយទឹក និងសាប៊ូបានញឹកញាប់ រួមមានការផ្តល់សាប៊ូរយៈពេល 20 វិនាទី (ឬដោយប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានសារធាតុអេតាណុល គិតចំផុត 60% (ល្អបំផុត) ឬអាល់កុលអ៊ីសូប្រូប៉ាណុល គិតចំផុត 70% (ប្រសិនបើផលិតផលនោះមិនអាចទុកក្បែរដៃកុមារដែលមិនមានអ្នកមើល) នៅពេលកម្មករមិនអាចដើរទៅកាន់ឡាបូរ ឬកន្លែងលាងដៃ ដូចមាននៅក្នុង [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ (សូមអានផ្នែក គម្លាតរាងកាយ ខាងក្រោម)។
- ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបានត្រឹមត្រូវ រួមមាន៖
  - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខមិនអាចការពារអ្នកប្រើប្រាស់បានទេ ហើយក៏មិនមែនជាឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នោះដែរ។
  - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខអាចជួយការពារអ្នកនៅក្បែរខ្លួនរបស់អ្នកពាក់ ប៉ុន្តែមិនជំនួសឱ្យការចាំបាច់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងការលាងសម្អាតដៃញឹកញាប់នោះទេ។
  - ត្រូវគ្របម៉ាស់ ឬរបាំងមុខពេញពីលើច្រមុះ និងមាត់។
  - កម្មករត្រូវលាង ឬជូតទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ នៅមុនពេល និងក្រោយពេលពាក់ ឬគម្រង់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។
  - ជៀសវាងការប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ហើយនិងមាត់។
  - មិនត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខតែមួយរួមគ្នា ហើយត្រូវបោកសម្អាត ឬបោះចោលក្រោយប្រើម្តងរួច។



- ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងឯកសារណែនាំ [របស់ CDPH សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់](#) ដែលកំណត់កាលៈទេសៈ ដែលម៉ាស់ចាំបាច់ត្រូវពាក់ និងការលើកលែងក៏ដូចជាគោលការណ៍ ច្បាប់ការងារ និងការអនុវត្តជាក់ស្តែងដែលនិយោជិកបានអនុវត្ត ដើម្បីធានាការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏ត្រូវបញ្ចូលផងដែរនូវគោលការណ៍របស់និយោជកលើរបៀបគ្រប់គ្រងអ្នកដែលទទួលបានលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបាងមុខ។
- ធានាថាអ្នកផ្តល់សេវា អ្នកធ្វើការបណ្តុះបណ្តាលអាសន្ន ឬអ្នកជាប់កិច្ចសន្យានៅកន្លែងនោះក៏ត្រូវបានបណ្តុះបណ្តាលឲ្យបានត្រឹមត្រូវនៅក្នុងគោលនយោបាយការពារមេរោគកូវីដ-19 និងមានការផ្គត់ផ្គង់ចាំបាច់ និង PPE។ ពិភាក្សាការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះ ជាមុន ជាមួយអង្គភាពដែលមានកម្មករបណ្តុះបណ្តាល និងឬជាប់កិច្ចសន្យា។
- ព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការឈប់សម្រាកមានប្រាក់ឈ្នួល ដែលកម្មករអាចមានសិទ្ធិទទួល ដែលធ្វើឲ្យមានភាពងាយស្រួលខាងហិរញ្ញវត្ថុក្នុងការសម្រាកនៅផ្ទះ។ សូមមើលព័ត៌មានបន្ថែមអំពីកម្មវិធី [រដ្ឋាភិបាល ក្នុងការផ្តល់សំណងថ្លៃឈប់សម្រាកលើក្នុងអំឡុងពេលដំបូងកូវីដ-19](#) រួមទាំងសិទ្ធិឈប់សម្រាកលើ ក្រោមច្បាប់ [គ្រួសារជាអតិភាព ដែលឆ្លើយតបនឹងវិសក្សភាព](#) និង [បទបញ្ជាប្រតិបត្តិរបស់រដ្ឋាភិបាលលេខ N-51-20](#) រួមទាំង និងសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកក្នុងការទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍សំណងបុគ្គលិក និងសច្ចាធារណ៍នៃភាពទាក់ទងទៅនឹងការងារនៃជំងឺ កូវីដ-19 ដោយអនុលោមតាម [បទបញ្ជាប្រតិបត្តិរបស់រដ្ឋាភិបាលលេខ N-62-20](#) នៅក្នុងពេលដែលច្បាប់នេះចូលជាធរមាន។



## ការធ្វើតេស្ត និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គល

- ផ្តល់ការធ្វើតេស្តរកមេរោគសញ្ញា និងឬវាស់កំដៅសម្រាប់កម្មករគ្រប់រូបនៅមុនម៉ោងចូលធ្វើការ និងអ្នកលក់ អ្នកទទួលការប្រឹក្សាផ្សេងទៀតដែលចូលមកក្នុងគ្រឹះស្ថាន។ ធានាថាអ្នកផ្តល់ការធ្វើតេស្តរកមេរោគសញ្ញា ឬវាស់កំដៅជៀសវាងការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនឹងកម្មករ ក្នុងគម្លាតដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ប្រសិនបើតម្រូវឲ្យមានការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលជាជម្រើសសមស្របក្នុងការផ្តល់វានៅតាមទីតាំង ដោយធានាថាការពិនិត្យត្រូវបានអនុវត្តមុនពេលកម្មករចាកចេញពីផ្ទះសម្រាប់វេនធ្វើការរបស់ ពួកគេ ហើយគោរពតាម [CDC គោលការណ៍ណែនាំ](#) ដូចដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុង ប្រធានបទរក្សាបណ្តុះបណ្តាលកម្មករនិយោជិកខាងលើ។
- លើកទឹកចិត្តដល់បុគ្គលិក និងភ្ញៀវដែលឈឺ ឬកំពុងបង្ហាញរោគសញ្ញានៃជំងឺកូវីដ-19 ឲ្យស្ងាត់នៅផ្ទះ។
- និយោជកត្រូវផ្តល់ជូន និងធានាថាកម្មករប្រើប្រាស់គ្រប់ឧបករណ៍ការពារដែលបានតម្រូវ រួមមានវ៉ែនតាការពារភ្នែក និងស្រោមដៃ នៅកន្លែងដែលចាំបាច់។
- និយោជកត្រូវពិចារណាថាកន្លែងណាដែលអាចប្រើស្រោមដៃប្រភេទបោះចោលបាន ដើម្បីបន្ថែមបង្កប់លើការលាងសម្អាតដៃ ឬការប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃញឹកញាប់ ឧទាហរណ៍៖ សម្រាប់កម្មករដែលធ្វើតេស្តរកមេរោគសញ្ញាឲ្យអ្នកដទៃ

ប្រគល់គ្រងវត្ថុផ្សេងៗដែលគេប៉ះពាល់ជាទូទៅ។  
កម្មករគួរពាក់ស្រោមដៃនៅពេលកាន់វត្ថុដែលប្រឡាក់ដោយសារធាតុរាវនៃរាងកាយ។

- និយោជិកត្រូវចាត់វិធានការសមស្រប រួមមានការដាក់ស្លាកសញ្ញា នៅទីតាំង យុទ្ធសាស្ត្រ និងដែលអាចមើលឃើញបានល្អ និងក្នុងការបញ្ជាក់ការកាត់ទុក ដើម្បី រំលឹកដល់សាធារណជនថាពួកគេត្រូវការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ និងអនុវត្តការរក្សាគម្លាត ហើយគួរលាងដៃជាមួយសាប៊ូឲ្យបានញឹកញាប់យ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 20 វិនាទី។ ប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ ហើយមិនត្រូវប៉ះពាល់ផ្ទៃមុខឡើយ។
- រំលឹក ភ្ញៀវជាមុនដើម្បីឲ្យភ្ញៀវយកម៉ាស់មុខមកតាមខ្លួន ហើយត្រៀមម៉ាស់មុខទុកជូនអ្នកដែលមកដល់ដោយមិនមានម៉ាស់ជាប់ខ្លួន ប្រសិនបើអាច។
- ភ្ញៀវ និងអ្នកចូលរួមគួរតែត្រូវបានត្រួតពិនិត្យរាស់ស៊ីតុណ្ហភាពនិង / ឬពិនិត្យរោគសញ្ញានៅពេលមកដល់ ស្នើសុំឲ្យពួកគេប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ ហើយត្រូវយកមកជាមួយ និងពាក់ម៉ាស់នៅពេលមិនបរិភោគអាហារ ឬភេសជ្ជៈ។
- បង្ហាញសំណុំនៃវិធានដែលអាចមើលឃើញបានច្បាស់ ដល់អតិថិជន និងបុគ្គលិកនៅច្រកចូលដែលជាលក្ខខណ្ឌសម្រាប់ការចូល។ វិធាននេះអាចរាប់បញ្ចូលនូវការណែនាំក្នុងការប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ ការរក្សា គម្លាតរាងកាយពីអតិថិជនដទៃទៀត ជៀសវាងការប៉ះពាល់លើផ្ទៃនានាដែលមិន ចាំបាច់ ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងមន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ និងការផ្លាស់ប្តូរនានាលើ សេវាកម្ម។ វិធានគួរតែមានជាលក្ខណៈខ្លីជីវិត តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន ដោយមានជាប្រភពព័ត៌មាន។



## ពិធីការសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- អនុវត្តការសម្អាតឲ្យបានហ្មត់ចត់នៅតំបន់ដែលមានចរាចរណ៍មាញឹកខ្ពស់ ដូចជា កន្លែងរង់ចាំរបស់អតិថិជន និងកន្លែងទទួលភ្ញៀវ បន្ទប់សម្រាករបស់បុគ្គលិក ។ល។ រួមទាំងកន្លែងចេញចូល មានដូចជា ជណ្តើរដើរ និងជណ្តើរយន្តប្រអប់ ជាដើម។ សម្លាប់មេរោគឲ្យបានញឹកញាប់ចំពោះផ្ទៃដែលត្រូវបានប៉ះពាល់ញឹកញាប់ដូចជា បញ្ជី ម៉ាស៊ីនកាត់ឥណទាន ផ្ទាំងអេក្រង់ប៉ះ ប៊ូតុង ប្រដាប់កាន់បិទបើកទ្វារ កន្លែងច្រកដៃ បង្គន់ ឧបករណ៍លាងសម្អាតដៃ ហ្គេមដាក់កាក់ ទូម៉ាស៊ីនលក់ភេសជ្ជៈដើម។ល។
- សម្លាប់មេរោគលើវត្ថុសម្រាប់ជួល ឬប្រើប្រាស់រួមគ្នាមុនពេលដាក់ឲ្យប្រើ និងនៅពេលសងត្រឡប់បន្ទាប់ពីការប្រើប្រាស់របស់អតិថិជនវិញរួមមាន គ្រាប់បាល់ប៊ូលីង គ្រាប់កូនគោល ដងវាយកូនគោល ឧបករណ៍សរសេរ ដំបងវាយកូនបាល់ ស្បែកជើង មួកសុវត្ថិភាព។ល។ បិទកន្លែងជ្រើសរើសឧបករណ៍ដោយស្វ័យប្រវត្តិសម្រាប់ហ្គេម ឬសកម្មភាពដូចជា បាល់ប៊ូលីងនៅលើផ្ទៃដែលអាចប្រើបាន ហើយផ្តល់ឧបករណ៍ទាំងនេះដល់អតិថិជន ម្នាក់ៗដាច់ពីគ្នា។
- ផ្តល់ឧបករណ៍ដាក់ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃទៅដល់គ្រប់កន្លែងដែលមានសកម្មភាព ដូចជាកន្លែងទទួលភ្ញៀវ និងកន្លែងផ្តល់សេវាកម្ម សម្រាប់ឲ្យអតិថិជន និងបុគ្គលិកប្រើប្រាស់។ ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃគួរតែមានជាស្រេចសម្រាប់អតិថិជនប្រើប្រាស់នៅពេលដែលឧប ករណ៍ប្រើប្រាស់សម្រាប់សកម្មភាពកីឡាប៉ះពាល់នឹងផ្ទៃដែលប្រើរួមគ្នា (ឧទា. បាល់កូនគោល ទីកូនគោល បាល់ប៊ូលីង និងគ្រឿងម៉ាស៊ីនដឹកភ្ញៀវត្រឡប់មកវិញជាដើម) ។ លើកទឹកចិត្តឲ្យភ្ញៀវលាងដៃ និង/ឬប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃឲ្យបានញឹកញាប់ពេលប្រើឧបករណ៍



និងរបស់បរទេស។ រំលឹកសមាជិកសាធារណៈជន (ដោយប្រើសញ្ញា និង/ឬរំលឹកដោយផ្ទាល់មាត់) កុំឱ្យប៉ះភ្នែក ច្រមុះ និងមាត់របស់ពួកគេ។ ពិចារណាផ្តល់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាននៅតាមតំបន់ដែលមានសកម្មភាពនីមួយៗ ដើម្បីឱ្យសមាជិកសាធារណៈជនប្រើប្រាស់។ ផ្តល់ជូននូវមធ្យោបាយសម្រាប់ការបោះចោលនៅតាមទីតាំងនីមួយៗដែលមានផ្តល់ជូនស្រោមដៃ។

- ផ្តល់ជូនរបស់ប្រើប្រាស់ដែលអាចបោះចោលបាន ឬសម្រាប់ប្រើតែមួយដងតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ របស់ប្រើប្រាស់ទាំងនេះអាចមានដូចជា កាតពិឌ្ឍ ខ្មៅដៃ វ៉ែនតា 3D ។ល។ ប្រសិនបើមិនអាចផ្តល់ជូនរបស់ជំនួសដែលអាចបោះចោលបានទេ ត្រូវសម្លាប់មេរោគរបស់ប្រើប្រាស់ទាំងនោះឱ្យបានត្រឹមត្រូវមុន និងក្រោយពេលអភិវឌ្ឍន៍ប្រើប្រាស់រួច។
- លាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគតំបន់ដែលមានសកម្មភាពអភិវឌ្ឍន៍បន្ទាប់ពីការប្រើប្រាស់រួចឱ្យបានហ្មត់ចត់។ ការសម្អាតនេះអាចមានដូចជា ការសម្លាប់មេរោគលើតុកៅអី កៅអីសុវត្ថិភាពកុមារ បន្ទប់តូចៗ ផ្ទាំងអេក្រង់ប៉ះជាដើម។ អនុញ្ញាតឱ្យមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ការសម្លាប់មេរោគឱ្យត្រឹមត្រូវតាមការណែនាំរបស់ផលិតផល។ ផ្ទាំងសម្លាប់មេរោគដែលទទួលស្គាល់ដោយទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថានត្រូវការពេលវេលានៅលើមជ្ឈមណ្ឌល (ពីពីរវិនាទី ដល់ពីរវិនាទី) ដើម្បីមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងវីរុសកូរ៉ូណាសម្រាប់មនុស្ស។
- លាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃនានាដែលប្រើរួមគ្នាជាប្រចាំដោយកុក្កលិកនៅចន្លោះវេនធ្វើការនីមួយៗ ឬរវាងអ្នកប្រើប្រាស់ ជាមួយផ្ទៃមួយណាដែលប៉ះពាល់ញឹកញាប់ជាង រួមមានជាអាទិ៍ ផ្នែកកន្លែងការងារ នាឡិកា ម៉ាស៊ីនថតចម្លង កូនសោ ឧបករណ៍សម្អាត ម៉ាស៊ីនព្រួសជាដើម។ល។ ជៀសវាងការចែករំលែកឧបករណ៍ដូចជា ទូរស័ព្ទ ថេប្លេត គ្រឿងម៉ាស៊ីន និងឧបករណ៍ក្នុងការិយាល័យ តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ មិនត្រូវប្រើ PPE រួមគ្នាជាដាច់ខាត។
- លែងកទុកពេលឱ្យកម្មករបានរៀនលាងសម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។ គួរតែកំណត់ការងារសម្អាតក្នុងម៉ោងធ្វើការជាផ្នែកមួយនៃកាតព្វកិច្ចការងាររបស់និយោជិត។
- ភ្ជាប់ផលិតផលអនាម័យនានាទៅនឹងឧបករណ៍ តុការិយាល័យ និងបញ្ជីជំនួយ រួមមានទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ និងសំឡីជូតសម្លាប់មេរោគ និងផ្តល់ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃផ្ទាល់ខ្លួនដល់កុក្កលិកទាំងអស់ដែលជួយសម្រួលដល់អភិវឌ្ឍន៍ដោយផ្ទាល់។
- ធានាថាបឋមនិយមន្ត្រីអនាម័យបើកដំណើរការ និងនៅមាន ស្តុកគ្រប់ពេលវេលា ហើយផ្តល់បន្ថែមនូវសាប៊ូ ក្រដាសជូត និងទឹកអនាម័យសម្អាតដៃពេលចាំបាច់។
- ផ្តល់ធនធានដើម្បីលើកកម្ពស់អនាម័យផ្ទាល់ខ្លួនរបស់និយោជិត។ ការផ្តល់ជូននេះនឹងមានដូចជា ក្រដាសជូតមាត់ ជូងសំរាមបើកដោយមិនប្រើដៃ សាប៊ូលាងដៃ ពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ការលាងដៃ ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានជាតិអាល់កុលសំឡីជូតសម្លាប់មេរោគ និងកន្លែងប្រើបោះចោល។
- ពេលជ្រើសរើសសារធាតុគីមីសម្លាប់មេរោគ និយោជកត្រូវប្រើផលិតផលដែលអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺ កូវីដ-19 នៅក្នុង [បញ្ជីអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់របស់ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន \(EPA\)-](#) និងធ្វើតាមការណែនាំប្រើផលិតផល។

ប្រើសារធាតុសម្លាប់មេរោគដែលមានស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្កជំងឺ (emerging viral pathogens) ល្បាយម្សៅខាត់រាវសម្អាតផ្ទះ (diluted household bleach solutions) (លាយ 5ស្លាបព្រាបាយក្នុងចំណុះទឹកមួយហ្គាឡុង) ឬទឹកអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលគឺចាប់ផ្តុំ 70% ល្មមនឹងសម្អាតលើផ្ទៃ។ ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់កម្មករស្តីអំពីគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការប្រើប្រាស់សារធាតុគីមីគោលដៅអ្នកផលិត តម្រូវការខ្យល់ចេញចូល និងលក្ខខណ្ឌតម្រូវរបស់ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព។ កម្មករដែលប្រើប្រាស់ទឹកសម្អាតឬសារធាតុសម្លាប់មេរោគត្រូវពាក់ស្រោមដៃ និងឧបករណ៍ការពារផ្សេងទៀតតាមការណែនាំប្រើផលិតផល។ អនុវត្តវិធីសាស្ត្រ [សម្អាតដើម្បីឱ្យមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកជំងឺហ៊ីត](#) ដែលណែនាំដោយមន្ទីរសុខភាពសាធារណៈរបស់រដ្ឋ California និងដើម្បីធានាឱ្យមានខ្យល់ចេញចូលបានត្រឹមត្រូវ។

- ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យជាអប្បបរមានៃ [ជំងឺ Legionnaires](#) និងជំងឺផ្សេងទៀតពាក់ព័ន្ធនឹងទឹក [សូមចាត់វិធានការ](#) ដើម្បីធានាថារាល់ប្រព័ន្ធទឹក និងវត្ថុនិរន្តរ៍ទាំងអស់ (ឧ. ទឹកបាញ់សម្រាប់បរិភោគ ទឹកបាញ់លម្អ) មានសុវត្ថិភាពក្រោយមានការអូសបន្លាយការបិទ បបនីយដ្ឋាន។
- លែកម្រូវ  
ឬកែប្រែម៉ោងក្នុងអគារដើម្បីផ្តល់ពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីឱ្យមានការសម្អាតដោយបូកចិត្តឱ្យបានទៀងទាត់។
- ដំឡើង និងលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើកាតកណ្តាស និងឧបករណ៍ដែលមិនត្រូវការប្រើដៃ បើអាចធ្វើទៅបាន មានដូចជា អំពូលសិនស៊ីចាប់ចលនា ប្រព័ន្ធទូទាត់ប្រាក់ដោយមិនបាច់ប៉ះម៉ាស៊ីន ម៉ាស៊ីនផ្តល់សាប៊ូ និងក្រដាសអនាម័យស្វ័យប្រវត្តិ និងប្រព័ន្ធកំណត់ពេលវេលា។
- ត្រួតពិនិត្យការចែកចាយ និងចាត់វិធានការសម្លាប់មេរោគដែលចាំបាច់ និងអាចអនុវត្តបានទាំងអស់នៅពេលទទួលទំនិញ។
- នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន សូមកុំសម្អាតកំរាលឥដ្ឋដោយការបោសរាស ឬវិធីផ្សេងទៀតដែលអាចធ្វើឱ្យបែកខ្ញែកមេរោគបង្កជំងឺចូលពាសពេញក្នុងខ្យល់។ ប្រើម៉ាស៊ីនបូមចូលដែលមានតម្រង HEPA នៅគ្រប់ទីកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតបន្ទុះខ្យល់ដែលមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ដែលធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវតម្រងខ្យល់របស់អគារឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន និងធ្វើការកែតម្រូវផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ខាងក្រៅនិងខ្យល់នៅក្នុងការិយាល័យនិងកន្លែងផ្សេងទៀត។



## សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- លែកម្រូវវិធានសម្រាប់ការប្រមូលផ្តុំអតិបរមា ដើម្បីកម្រិតចំនួនមនុស្សនៅមជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តគ្រួសារឱ្យបានសមស្របដើម្បីជួយឱ្យមានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- កំណត់ក្រុមអតិថិជនទៅជាក្រុមគ្រួសារមួយ។  
មនុស្សដែលមកពីគ្រួសារតែមួយមិនចាំបាច់នៅដាច់ពីគ្នា 6 ហ្វីតទេ។
- អាងកូនបាល់ អាងដុំកៅស៊ូប៉ុង ទីតាំងលេងកម្សាន្តក្នុងអគារ  
សំណង់សម្រាប់គោងឡើង ផ្ទះពោងកៅស៊ូខ្យល់ជាដើម ស្របទៅតាម [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC](#) ដោយសារតែបន្ទាន់នេះជម្រុញឱ្យមានការប្រមូលផ្តុំ ហើយពិបាកក្នុងការសម្លាប់មេរោគរៀងរាល់ពេលប្រើប្រាស់។

- មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តលក្ខណៈគ្រួសារដែលមានបញ្ជីការទូទាត់រង្វាន់ ហាងលក់ អំណោយជាដើម គួរយោង និងអនុវត្តតាមគោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់ការលក់រាយ ដែលមាននៅលើ គេហទំព័រ កូវីដ-19 ។
- មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តជាលក្ខណៈគ្រួសារដែលផ្តល់នូវម្ហូបអាហារ និងភេសជ្ជៈគួរតែលើកទឹកចិត្តឱ្យអតិថិជនបញ្ជាទិញតាមអ៊ិនធឺណិត ឬតាមទូរស័ព្ទតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន និងរៀបចំរបស់របរឱ្យបានរួចជាស្រេចដើម្បីអាចមកយកនៅតាមបញ្ជីបាន។ ប្រើសញ្ញាដែលអាចមើលឃើញដើម្បីធានាថាអតិថិជនរក្សាគម្លាតរាងកាយយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតក្នុងពេលតម្រង់ជួរ។ ដំឡើងរនាំងការពារដែលមិនអាចឆ្លងកាត់បាននៅបញ្ជីផ្តល់ម្ហូបអាហារប្រសិនបើអាច ។
- ដំឡើងរនាំងខណ្ឌ ឬផ្ទាំងខណ្ឌរាងកាយដែលមិនអាចឆ្លងកាត់បានចន្លោះរវាងកន្លែងលេងប្លេម កន្លែងអង្គុយ និងប្រភេទកន្លែងមានសកម្មភាពផ្សេងៗទៀតដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់គ្នារវាងអតិថិជន។ ប្រសិនបើមិនអាចធ្វើទៅបានទេ សូមបញ្ឈប់ការប្រើប្រាស់កន្លែងដែលមាន សកម្មភាព (ដោយការប្រើសញ្ញាដែលអាចមើលឃើញ ការដកឧបករណ៍ចេញ។ល។) ដើម្បីឱ្យអតិថិជនអាចរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតគ្រប់ពេលទាំងអស់។ និយោជកគួរតែពិចារណាថាតើសកម្មភាពមួយអាចនឹងតម្រូវឱ្យអតិថិជនត្រូវការកន្លែងទំនេរបន្ថែមឬទេ ហើយធ្វើការកែតម្រូវដើម្បីធានាឱ្យបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ គ្រប់គ្រាន់។
- ប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធចេញសំបុកកកតាមពេល និងទំនើប រួមទាំងប្រើកន្លែងអង្គុយ ដែលកំណត់ជាស្រេច ឬកន្លែងលេងកម្សាន្ត ដែលអាចធ្វើទៅបាន ធ្វើរៀបចំការចូលលេងរបស់អតិថិជន និងជួយរក្សាឱ្យបាននូវគម្លាតរាងកាយ។ ស្នើសុំឱ្យភ្ញៀវរង់ចាំនៅក្នុងឃានជំនិះរបស់ខ្លួនរហូតដល់ពេលដែលពួកគេបានកក់ទុក ហើយចូលខាងក្នុង និងចេញទៅវិញជាក្រុមតែមួយ ដើម្បីកាត់បន្ថយការដើរកាត់គ្នារវាងភ្ញៀវ និងបុគ្គលិក។
- ចាត់បុគ្គលិកឱ្យគ្រប់គ្រងការផ្លាស់ទីរបស់អតិថិជននៅពេលសកម្មភាពលេងកម្សាន្តអាច ធ្វើឱ្យពួកគេស្ថិតនៅកន្លែងត្រឹមត្រូវ ដូចជាការបង្ហាញផ្លូវភ្ញៀវទៅកន្លែងអង្គុយ ទប់ស្កាត់ការបម្រួលផ្លូវនៅកន្លែងរួមចង្អៀត ការដាក់ក្រុមមិនឱ្យលេងឆ្លងកាត់វត្ថុ ។ល។
- អនុវត្តវិធានការណ៍នានាដើម្បីធានាឱ្យបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយយ៉ាងតិចប្រាំមួយ ហ្វីតរវាងអតិថិជន ដូចជានៅពេលអតិថិជនកំពុងរង់ចាំក្នុងជួរ។ នេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់ទីតាំងគម្លាតឬសញ្ញា (ឧទាហរណ៍សញ្ញាសំគាល់លើកម្រាល ឬសញ្ញាដើម្បីចង្អុលបង្ហាញកន្លែងដែលកម្មករនិងអតិថិជន/អតិថិជនគួរឈរ) ។
- ដំឡើងរនាំងដែលមិនឆ្លងកាត់បាននៅកន្លែងដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយបាន ដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់រវាងបុគ្គលិក និងអតិថិជន។
- បុគ្គលិកទាំងអស់គួរតែកាត់បន្ថយ ពេលវេលានៅជិតភ្ញៀវក្នុងចម្ងាយប្រាំមួយហ្វីត។
- កំណត់ផ្លូវដាច់ដោយឡែកសម្រាប់ការចូល និងចេញទៅក្នុងទីតាំង កន្លែងលេងកម្សាន្ត កន្លែងអង្គុយ កន្លែងធ្វើការជាដើម បើអាចធ្វើបាន ដើម្បីជួយរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងកាត់បន្ថយចំនួននៃការដើរឆ្លងកាត់គ្នារបស់អតិថិជន។ បង្កើតផ្លូវដើរក្នុងសាល និងផ្លូវដើរមួយទិសសម្រាប់ការដើរដោយថ្មើរជើង ប្រសិនបើអាច ដើម្បីកុំឱ្យបុគ្គលិក និងភ្ញៀវដើរឆ្លងកាត់គ្នា។

- ពិចារណាផ្តល់ជូនកម្មករដែលស្នើសុំជម្រើសកាតព្វកិច្ចដែលបានកែប្រែដែលកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់របស់ពួកគេជាមួយអតិថិជន និងបុគ្គលិកផ្សេងទៀត (ឧ. ការគ្រប់គ្រងសារពើភ័ណ្ឌជាជាងធ្វើការជាអ្នកគិតលុយ ឬគ្រប់គ្រងតម្រូវការរដ្ឋបាលតាមរយៈការធ្វើការពីចម្ងាយ)។
- កំណត់រចនាសម្ព័ន្ធកន្លែងធ្វើការឡើងវិញ ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យមានចម្ងាយប្រាំមួយហ្វីតពីគ្នារវាងបុគ្គលិក។ រៀបចំការប្រជុំតូចៗជាងមុននៅតាមកន្លែងនានា ដើម្បីរក្សាគោលការណ៍គម្លាតរាងកាយ និងពិចារណារៀបចំការប្រជុំនៅខាងក្រៅ ឬតាមរយៈវេទិកាតាមអ៊ីនធឺណិត ឬទូរស័ព្ទ។
- បិទ ឬដាក់កម្រិតលើការចូលបន្ទប់សម្រាក ប្រើរនាំង ឬបង្កើនគម្លាតរវាងតុ/កៅអី ដើម្បីបំបែកបុគ្គលិក និងមិនជម្រុញឱ្យមានការប្រមូលផ្តុំអំឡុងពេលសម្រាក។ បើអាចធ្វើទៅបាន បង្កើតកន្លែងសម្រាកខាងក្រៅអាគារ ដោយមានដំបូល និងការរៀបចំកន្លែងអង្គុយដែលធានាឱ្យបាននូវគម្លាតរាងកាយ។
- ដាក់ដែនកំណត់បន្ថែមទៅលើចំនួនបុគ្គលិកនៅក្នុងទីតាំងបិទជិត ដូចជាបន្ទប់ផ្គត់ផ្គង់ និងទីតាំងបញ្ជី ដើម្បីធានាការនៅដាច់ពីគ្នាយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតដើម្បីកាត់បន្ថយការចម្លងវីរុស។
- ការកំណត់ម៉ោងសម្រាកបណ្តាក់គ្នា ស្របតាមបទប្បញ្ញត្តិប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងពេលដើម្បីរក្សាពិធីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- រៀបចំចំណាយនយោបាយឡើងវិញដើម្បីកាត់បន្ថយចំណុចប្រមូលផ្តុំ និងធានាឱ្យបាននូវការនៅដាច់ពីគ្នាឱ្យបានត្រឹមត្រូវ (ឧទា. គ្រប់កន្លែងផ្សេងទៀត ការបង់ប្រាក់ដោយមិនប៉ះម៉ាស៊ីន។ល។ )



## ការពិចារណាបន្ថែមចំពោះរោងភាពយន្តក្នុងអាគារ

- កំណត់ចំនួនអ្នកចូលរួមក្នុងរោងភាពយន្តនីមួយៗនៅត្រឹម 25% នៃសមត្ថភាពផ្ទះរបស់រោងភាពយន្ត ឬចំនួនអ្នកចូលរួមច្រើនបំផុត 100 នាក់ ជាមួយគ្នាលេខមួយណាដែលទាបជាង។
- ប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធកក់ដើម្បីកំណត់ចំនួនអ្នកចូលមើលក្នុងរោងភាពយន្តតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ កំណត់ពេលវេលាមកដល់ជាផ្នែកមួយនៃការកក់ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីឱ្យអតិថិជនមកដល់ និងចូលរោងភាពយន្តទៅតាមក្រុមដែលបានកំណត់។
- បង្កើតច្រកចូល និងចេញទាមទិសនៅក្នុងរោងភាពយន្តតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- កំណត់រចនាសម្ព័ន្ធឡើងវិញ បិទ ឬបើមិនដូច្នោះទេ ត្រូវដកកៅអីចេញមិនឱ្យប្រើ ដើម្បីធានាបាននូវគម្លាតរាងកាយយ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីតរវាងអ្នកចូលមើល។ ការធ្វើបែបនេះអាចតម្រូវឱ្យធ្វើការអង្គុយនៅជួរផ្សេងទៀត ឬបិទ ឬដកកៅអីចេញពីរចនាប័ទ្ម “ផ្ទាំងត្រួតពិនិត្យ” (ប្រើជួរនីមួយៗ ប៉ុន្តែត្រូវប្រាកដថាគ្មាននរណាម្នាក់នៅពីក្រោយអ្នកផ្សេង) ដើម្បីឱ្យអាចរក្សាគម្លាតបាននៅគ្រប់ទិសដៅ។ សមាជិកគ្រួសារតែមួយអាចអង្គុយជាមួយគ្នាបានតែត្រូវរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតពីក្រុមគ្រួសារដទៃទៀត។
- ចាត់បុគ្គលិកឱ្យជួយអតិថិជនរក្សាគម្លាតមុនពេល និងក្រោយពេលបញ្ចាំង។ ការជួយនេះរួមមាន ការបង្ហាញផ្លូវទៅកន្លែងអង្គុយមុនពេលការបញ្ចាំងចាប់ផ្តើម និងការជូនដំណើរអតិថិជនចេញដោយមានសណ្តាប់ធ្នាប់ ដើម្បីកាត់បន្ថយការដើរឆ្លងកាត់គ្នា ឬការប្រមូលផ្តុំគ្នានៅក្នុងជួរច្រកចេញ។

- ពិចារណាលើការប្រើប្រាស់ស្រោមកៅអីអង្គុយដែលអាចបោះចោលបាន ឬបោកកក់បាននៅតាមរោងភាពយន្ត ជាពិសេសនៅលើផ្ទៃដែលមានប្រហោងដែលពិបាកសម្អាតឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ បោះចោល ហើយប្តូរកម្រាលកៅអីថ្មី រាល់ពេលប្រើម្តងៗ។
- ទប់ និងរក្សាទ្វារឲ្យនៅបើកចំហក្នុងអំឡុងពេលដែលភ្ញៀវចូលច្រើននៅពេលអ្នកចូលមើលកំពុងចូល និងចេញពីកន្លែងបើអាចធ្វើទៅបាននិងស្របទៅតាមពិធីសារសន្តិសុខ និងសុវត្ថិភាព។
- ពិចារណាកំណត់ចំនួនមនុស្សដែលប្រើបន្ទប់ទឹកក្នុងពេលតែមួយដើម្បីអនុញ្ញាតឲ្យមានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- រៀបចំចំណាយនយន្តឡើងវិញដើម្បីកាត់បន្ថយចំណុចប្រមូលផ្តុំនិងធានាឲ្យបាននូវការនៅដាច់ពីគ្នាឲ្យបានត្រឹមត្រូវ (ឧទាហរណ៍ ការបិទរាល់កន្លែងទំនេរផ្សេងទៀត)។



## ការពិចារណាបន្ថែមចំពោះរោងភាពយន្តបើកយានយន្តចូល

- រៀបចំ ទីធ្លាចតយានយន្តឡើងវិញ ដើម្បីធានាថាយានយន្តស្ថិតនៅគម្លាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីត ពីគ្នា។
- យានយន្តនីមួយៗអាចត្រូវបានកាន់កាប់ដោយសមាជិកគ្រួសារតែមួយដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយគ្នា។ ប្រសិនបើមិនប្រើប្រាស់បន្ទប់ទឹក ឬមិនមកយកម្ហូបអាហារទេ ភ្ញៀវត្រូវតែស្ថិតនៅក្នុងយានយន្តរបស់ខ្លួន។ ភ្ញៀវមិនអាចអង្គុយនៅខាងក្រៅយានយន្តរបស់ពួកគេបានទេ ឧ. ដើម្បីមើលភាពយន្តនៅជិតយានយន្តរបស់ពួកគេ។
- ធានាឲ្យបាននូវការសម្អាត និងការសម្លាប់មេរោគជាទៀងទាត់នៅតាមបន្ទប់ទឹក។
- ត្រូវប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធប្រតិបត្តិការគ្មានសាច់ប្រាក់ និងដោយមិនប៉ះម៉ាស៊ីនតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ ប្រសិនបើមាន ការបញ្ជាទិញ ការកក់ និងការទូទាត់ប្រាក់សម្រាប់អាជីវកម្មដែលយានយន្តអាចបើកចូល គួរតែធ្វើឡើងជាមុនតាមរយៈអ៊ីនធឺណិត ឬតាមទូរស័ព្ទ។
- អាហារសម្រាប់រោងភាពយន្តបើកយានយន្តចូលគួរតែធ្វើការបញ្ជាទិញតាមអ៊ីនធឺណិត ឬតាមទូរស័ព្ទ ប្រសិនបើមិនបើអាចធ្វើទៅបាន ហើយគួរអាចមកយកបានដល់ទីតាំង។ សេវាម្ហូបអាហារមកយកដោយផ្ញើរជើង គួរមានសម្រាប់ការមកយកចំពោះទំនិញដែលបានបញ្ជាទិញជាមុន។ ប្រសិនបើមិនមានទំនិញសម្រាប់ការបញ្ជាទិញជាមុន នោះទេ ត្រូវធានាថាអតិថិជនត្រូវរក្សាគម្លាតរាងកាយបានត្រឹមត្រូវនៅពេលរង់ចាំបញ្ជាទិញម្ហូបអាហារ។
- រោងភាពយន្តបើកយានយន្តចូល គួរតែផ្អាកការផ្តល់ជូនទ្វេដងដើម្បីជៀសវាងពីបញ្ហាដង្ហើមរាងកាយពីរបន្តគ្នា។



1 តម្រូវការបន្ថែមត្រូវតែយកមកពិចារណាសម្រាប់ប្រជាជនងាយរងគ្រោះ។ និយោជិតត្រូវតែគោរពតាមស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#) ទាំងអស់ហើយត្រូវមឺនដើម្បីគោរពតាមការណែនាំរបស់ Cal/OSHA ក៏ដូចជាការណែនាំរបស់ [មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺ \(CDC\)](#) រួមទាំង មន្ទីរសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ [California \(CDPH\)](#) ផងដែរ។ បន្ថែមទៀតនិយោជកត្រូវត្រូវមឺនដើម្បីកែប្រែប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួននៅពេលគោលការណ៍ណែនាំមានការផ្លាស់ប្តូរ។

