

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

Cov Chaw Muag Khoom
Loj, Cov Chaw Muag
Khoom Tom Chaw Ncig,
thiab Cov Khw Muag
Khoom Tshav Puam

Lub Kaum Hli Ntuj Tim 20, 2020

covid19.ca.gov

NTHUAV QHIA

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 xyoo 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 suav nrog nrog 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 txhoov (hlais) nqaij, cov khw noj mov, 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 ntaub ntawv no muab cov lus qhia rau cov chaw muag khoom loj, cov chaw muag khoom tom chaw ncig, thiab cov khw muag khoom tshav puam (hais txog rau kev khaws raws li “cov lag luam khw muag khoom”) kom txhawb pab kev nyab xeeb, cov chaw ib puag ncig kom rau cov neeg hauj lwm, cov neeg yuav khoom, thiab zej tsoom. 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:** Tso cai rau cov kev khiav lag luam nyob sab hauv tsev tab sis yuav tsum tau txwv qhov peev xwm tsi pub tshaj 25%. Cov chaw muaj neeg coob thiab chaw noj mov yuav tsum raug kaw tab sis tsev noj mov muaj peev xwm qhib tau rau yuav mus noj tom tsev tau. Cov chaw muag khoom yuav tsum ua raws li cov cai hloov kho nyob rau hauv cov lus qhia no.
- **Kob liab-pom muaj tseeb - Theem 2:** Tso cai rau cov kev khiav lag luam nyob sab hauv tsev tab sis yuav tsum tau txwv qhov peev xwm tsi pub tshaj 50%. Cov chaw muaj neeg coob yuav tsum raug kaw. Chaw noj mov qhib tau tab sis yuav tsum muaj ua hauj lwm raws rab peev xwm 25% los sis 100 tus neeg, saib qhov twg yog qhov qis dua. Cov chaw muag khoom yuav tsum ua raws li cov cai hloov kho nyob rau hauv cov lus qhia no.
- **Kob txiv kab ntxwv - nruab nrab - Theem 3:** Tso cai rau cov kev khiav lag luam nyob sab hauv tsev muaj peev xwm txais tau puv nkaus ib yam qub. Cov chaw muaj neeg coob yuav tsum raug kaw. Chaw noj mov qhib tau tab sis yuav tsum muaj ua hauj lwm raws rab peev xwm 50% los sis 200 tus neeg, saib qhov twg yog qhov qis dua. 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:** Tso cai rau cov kev khiav lag luam nyob sab hauv tsev raws li tag nrho tsab peev xwm. Cov chaw muaj neeg coob tuaj yeem qhib tau. Chaw noj mov qhib tau tab sis yuav tsum ua hauj lwm raws rab peev xwm 50%. Cov chaw muag khoom yuav tsum ua raws li cov cai hloov kho nyob rau hauv cov lus qhia no.

Cov chaw muag khoom uas muaj chaw lom zem rau tsev neeg, tsev ua yeeb yaj kiab, tsev noj mov, cov tsev haus cawv (bars), cov chaw zuaj ib ce (spas), chaw ua rau tes, los sis lwm yam kev pab saib xyuas tus kheej yuav tsum qhia cov neeg nyob tsev xauj ib ntus rau kev hloov kho thiab cov lus pom zoo siv rau kev lag luam hauv [Cov Lus Qhia](#)

[Rau Hauv Chaw Tsim Khoom Lag Luam Txhawm Rau Tso Kev Phom Sij](#) qhov chaw. Cov chaw no muaj lub luag hauj lwm rau kiv siv qhov lus qhia ntawd, tab sis cov neeg tuav khoom lag luam hauv lub khw yuav tsum ua yam lawv tuaj yeem txhawb nqa qhov kev nqis tes ua ntawd. Cov tswv lag luam khw muag khoom yuav tsum lees paub tias cov neeg xauj khw muag khoom thiab cov neeg muag khoom yuav tsum qhib thaum lawv npaj tiav thiab muaj peev xwm siv cov qauv ntsuas kev nyab xeeb uas tsim nyog los muab kev nyab xeeb rau lawv cov neeg hauj lwm thiab cov neeg yuav khoom.

Hais txog cov ntaub ntawv kho tshiab ntawm lub nroog tam sim no thiab saib seb koj lub lag luam nyob rau theem twg, mus saib [Blueprint rau Kev Lag Luam Uas Nyab Xeeb Dug](#). Thov nco tsoov hais tias cov chaw hauj lwm saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zej zog tuaj yeem yuav tau siv qhov txheej ua nruj thiab txawv. Nrhiaiv [cov ntaub ntawv hauv zej zog txog koj lub zos](#).

Qhov lus qhia tsis muaj lub siab los tshem los sis muab ib tug neeg hauj lwm twg txoj kev muaj cai, tsis hais ua raws txoj cai lij choj raws txoj cai tswj hwm los sis kev sib cov yom ua pab pawg, thiab tsis yog tag txhua yam, raws li nws tsis suav nrog cov lus txib txog kev noj qab haus huv hauv lub nroog, tsis tas li ntawd nws kuj tsis yog ib qho kev hloov pauv rau qhov kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv uas cuam tshuam rau cov cai tseev kom ua uas yeej muaj los lawm xws li cov ntawm Cal/OSHA.¹ Cal/OSHA muaj ntau cov lus qhia kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv nyob rau hauv lawv Phau Ntawv Qhia Cal/OSHA nyob rau ntawm nplooj vev Cov Kev Tseev Kom Ua los Tiv Thaiv Cov Neeg Hauj Lwm ntawm [Tus Kab Mob Coronavirus](#). CDC tseem muaj lus qhia ntxiv [rau cov tswv lag luam thiab cov tswv hauj lwm](#) thiab cov lus qhia tswj xeeb rau [cov khw muag khoom noj thiab cov khw muag khoom me](#). FDA muaj cov kev xyaum rau [cov khw xauj muagzaub mov, cov khw noj mov, thiab cov kev siv nqa/xa zaub mov](#).

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

- Teeb tsa sau ua ntaub ntawv, ntsuam xyuas lub chaw ua hauj lwm tshwj xeeb rau lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19 nyob rau txhua qhov chaw, ua kev ntsuam xyuas qhov pheej hmoo kom txhij txhua ntawm txhua cov hauj lwm thiab cov luag hauj lwm, thiab teeb ib tus neeg nyob rau ntawm qhov chaw teeb tsa los lis hauj lwm lub phiaj xwm.
- Koom tes nrog [CDPH Lus Qhia Kev Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#) 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 txog ntaub ntawv rau kev sib txuas lus rau chaw hauj lwm ntsig txog kev noj qab haus huv hauv zos qhov chaw uas ua hauj lwm rau kev sib txuas lus txog ntawm kab mob COVID-19 kev sib kis ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab 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.
- Teeb tsa ua kev ntsuam xyuas tas li rau lub hom phiaj ua kom tau raws thiab ua ntaub ntawv thiab txheeb txog qhov tseem ua tsis tau zoo.
- Tshawb nrhiav qhov tsim ua rau muaj mob COVID-19 thiab ntaus nqi tias cov feem xyuam twg cuam tshuam hauj lwm uas tuaj yeem tsim ua rau pheej hmoo kis tau kab mob. 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 muab tswv yim qhia thiab cov lus txib los ntawm lub thawj fab saib xyuas hauj lwm 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.

- 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

- 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 ntshiab, 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 sijhawm 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 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 xiav. 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 tsim nyog ntxuav tes los sis pleev tshuaj tua kab mob rau txhais tes ua ntej thiab tom qab kev siv los sis kev txav daim ntaub npog ntsej muag.
 - Zam kev kov qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj.
 - Txhob sib qiv siv cov ntaub npog ntsej muag thiab yuav tau muab ntxhua los sis txhob siv lawm tom qab sij hauj lwm.
- 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 thiaj muaj kev tiv thaiv thiab nyab xeeb.
- Saib xyuas kom cov neeg cog lus ua hauj lwm, cov neeg ua hauj lwm ib ntus, los sis cov neeg ua hauj lwm rau ntawm lub chaw raug cob qhia zoo txog kev tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab muaj lwm yam khoom siv tseem ceeb thiab PPE. Sib tham txog cov luag hauj lwm ua ntej lub sijhawm 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.
- Covntaub 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 ntaub ntawv qhia ntawm [tsoom fwvcov kev pab them nyiaj rau cov neeg mob thiab cov neeg so hauj lwm vim Tus Kab Mob Qhaus 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

- Ua kev ntsuam xyuas qhov kub txias thiab/los sis tus yam ntxwv mob rau txhua tus neeg ua hauj lwm nyob rau qhov pib ntawm lawv sij hauj lwm thiab cov neeg muag khoom, cov muaj ntawv cog lus ua hauj lwm nrog, los sis lwm cov neeg ua hauj lwm tab tom siv qhov kev teeb tsa. 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 tias yuav tsum tau kuaj mob tus kheej hauv tsev, uas yog ib txoj kev xaiv tsim nyog yuav tau kuaj ntawm ib qho chaw uas xaiv tseg, kom pom tias txhua tus tau kuaj mob ua ntej tus neeg mob tawm ntawm tsev mus rau lawv zeeg hauj lwm thiab ua raws li [CDC cov lus qhia](#), raws li tau piav qhia hauv Lub Ncauj Lus rau tshooj lus Kev Qhia Paub Rau Neeg Ua Hauj Lwm saum toj saud.
- 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 num hauj lwm yuav tau sab laj txog kev siv cov hnab looj tes tag pov tseg tej zaum yuav muaj txiaj ntsig pab txhawb ntxiv rau qhov nquag ntxuav tes los sis kev siv tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes; yam ua piv txwv rau cov neeg ua hauj lwm uas yog tus muab kev kuaj ntsuas cov yeeb yam mob rau lwm cov neeg los sis nquag tuav lwm cov khoom siv.
- Ceeb toom rau cov qhua ua ntej kom nqa ib daim ntaub npog ntsej muag tuaj, tsis li ces yuav tsis pub lawv nkag mus rau hauv tej chaw (tshwj tsis yog raug zam kom txhob rau ntaub npog ntsej muag raws li hais tseg rau hauv [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#)). Txiax txim siab npaj cov ntaub npog ntsej muag rau cov neeg qhua uas tuaj txog tsis npaj ntaub npog ntsej muag lawm.
- Cov chaw yuav khoom yuav tsum muaj kev ntsuas uas tsim nyog, suav nrog kev lo paib rau hauv cov chaw yam muaj tswm yim thiab cov chaw pom tau zoo, txhawm rau kom ceeb toom rau cov neeg hauj lwm, cov neeg xauj chaw muag khoom, cov neeg muag khoom, thiab cov pej xeem tias lawv yuav tsum siv daim ntaub npog qhov ncauj thiab tswj kom ncua kev sib nrug.

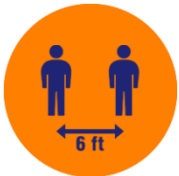


Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tsis Kis Kab Mob

- 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 sab rauv 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.
- Ua kev huv huv rau cov chaw muaj tsheb ntau, xws li chav so dej, chav ua hauj lwm so, thiab cov qhov rooj nkag thiab tawm, nrog rau cov qhov rooj thiab cov qhov rooj, cov ntaiv, ntaiv tes nce, thiab cov tswj hluav taws xob.
- Nquag tua kab mob rau tej phab ntsa, xws li cov rooj zaum ntev, cov txee, daim pob ntaus LEJ ATM, cov ntawv sau npe, cov kais dej zoo nkauj (tus ciav qhib, tus kais/tus nplaim qhib, thiab tus kais txaus ua paj zoo nkauj), cov pa hlau thaiv ntawm cov ntaiv, cov iav ntsa kov, cov khoom siv tes siv, cov thab rau khoom, cov pob txhawb pab cov neeg tuaj yuav khoom, cov chaw ntxuav tes thiab tua kab mob, cov chaw zauv hauv lub khw, cov iav ntsha kov taum, cov phiaj qhia kev ntawm lub chaw hauj lwm, cov tshuab yuav dej haus, thiab lwm yam.
- Nquag tu ntxuav thiab tua kab rau cov khoom sib koom siv txhua zaus thaum hloov kev siv, xws li coc moos qhia sij hawm, cov xov tooj cua, thiab cov khwb pob ntseg nrog rau cov tog zaum muaj log swb, cov laub, cuab cuab yeej siv ntawm tes, cov laub thauj khoom, pob tawb, los sis lwm yam khoom siv uas nyiam siv los ntawm cov neeg yuav khoom.
- Nquag txhuav so tej npoo uas nyiam chwv rau, xws li yog tab sis tsis tag rau cov npoo ntawm cov chaw ua hauj lwm, cov chaw sau npe, cov iav ntsa kom taum, cov koos pij tawj tswj hauj lwm, thiab cov cuab yeej siv tswj ruaj chaw thiab tshem tau.
- Txo qhov pheej hmoo [kab mob Legionnaires](#) thiab lwm cov kab mob uas cuam tshuam nrog dej, [ua ntau kauj ruam](#) los ua kom ntseeg tias txhua cov kev ua hauj lwm txog dej thiab txhua yam uas saib pom muaj kev nyab xeeb rau siv tom qab lub chaw ua hauj lwm raug kaw kho lawm.
- Zam kev sib koom siv cov cuab yeej kaw suab, cov xov tooj, cov tav nplej kov, cov khoos phib tawj, cov rooj zaum, cov cij mem, thiab lwm yam khoom siv ua hauj lwm thaum nyob rau thaum ua tau. Tsis txhob sib qiv PPE.

- Txwv txiav kev sib koom siv cov mloog pob ntseg thiab lwm yam khoom siv mus los ntawm cov neeg hauj lwm tshwj tsis yog tias cov cuab yeej ntawd raug tua kab tag lawm tom qab siv tas. Sab laj nrog cov tuam txhab tsim khoom siv txhawm rau txiav txim txog cov kauj ruam tua kab mob uas tsim nyog, tshwj xeeb yog rau cov chaw uas muag, thiab zooj xws li cov rwb zooj ntawm lub mloog pob ntseg.
- Muab sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los ua kev tu kom huv ncua sij hawm lawv sij hauj lwm. Cov kev cob hauj lwm kom tu kom huv yuav tsum tau cob thaum sij hawm tseem ua hauj lwm tam li yog ib feem ntawm tus neeg ua hauj lwm lub luag hauj lwm. Nrhiav cov kev xaiv rau lwm feem neeg xws li cov tuam txhab tu ntxuav los pab tu nthuav kom tau raws qhov xav tau, raws li tsim nyog yuav tsum tau ua.
- Nruab txoj nkag thiab tawm ntawm cov neeg tuaj yuav khoom, cov chaw tawm so ncab ib ce, thiab lwm cov chaw uas nyiam siv yam uas siv cov tshuaj tua kab mob uas tsim nyog, xws li cov tshuaj ntxuav tes. Muab cov paib taw qhia tias qhov twg thiaj muaj lub tshuab muab tshuaj ntxuav tes nyob ze rau tshaj. Saib xyuas cov tshuab muab tshuaj ntxuav tes ua ntu zus thiab rov ntim rau ua ntej nws yuav tag.
- 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 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 hauv cov 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.
- 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.
- Yog ua tau, tsis txhob cheb tsev los sis siv lwm lub tswv yim ua kom tej kab mob ya mus raws huab cua tshwj tsis yog txhua tus neeg nyob hauv thaj chaw no muaj khoom siv PPE tsim nyog. Siv ib lub tshuab nqus pluas plav uas muaj ib daim lim HEPA yog ua tau.

- Txhawb kom siv cov npav rho nyiaj ntawm cov xauj khw muag khoom thiab cov chaw muag khoom thiab nruab cov cuab yeej uas tsis muaj tes tuav, yog tias ua tau, xws li cov teeb tsa tuav tswj kom ua hauj lwm, cov tshuab them nyiaj uas tsis siv tes mus chwv, cov xab npum nws tawm nws los thiab cov ntaub so uas ntim hauv cov taub, thiab cov ntshuab npav sij hawm.
- Kho los sis hloov kho cov teev sij hawm ua hauj lwm hauv cov chaw muag khoom kom muab sij hawm txaus rau kev kev tu ntxuav txhua kis yam tsis tu ncua thiab los khaws cov khoom ntim cia.



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.
- Siv cov kev ntsuas los xyuas kom paub meej txog ncua kev sib nrug tsawg kawg li ntawm rau fij rau ntawm thiab raws cov neeg hauj lwm thiab cov neeg tuaj yuav khoom hauv txhua qhov chaw yuav khoom. Qhov no suav nrog kev siv cov khoom los kem los sis kev ntsia kom nyob sib nrug (piv txwv li, kev cim hauv plag los sis cov paib qhia los qhia qhov chaw cov neeg hauj lwm sawv rau).
- Siv cov kev ntsuas rau ntawm cov rooj pab cuam cov neeg tuaj yuam los sis lwm qhov chaw uas tsis tuaj yeem tswj tau ncua kev sib nrug txhawm rau txov kev sib cwv mus los ntawm cov neeg hauj lwm thiab cov neeg tuaj yuav khoom, xws li Plexiglas los sis lwm yam laj kab thaiv.
- Txiax 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).
- Nyob hauv qhov chaw ntawm cov hauj lwm saib xyias kev ruaj ntseg yuav tsum nquag ceeb toom thiab txhawb cov neeg tuaj yuav khoom thiab cov pej xeeb kom ua raws cov qauv ntawm ncua kev sib nrug.
- Tsim txoj kab cim rau cov chaw ntawm lub txhee qhov rais muag khoom los sis nyob rau sab nraum zoov kom pom tseeb uas tswj ncua kev sib nrug yam siv qhov kev ntsia kom nyob sib nrug los sis lwm cov kev ntsuas, thiab tau yuav khoom tau nyob ntawd los sis muaj kev xa tau mus tom tsev.
- Cov lag luam khw muag khoom, cov neeg xauj khw muag khoom thiab cov neeg muag khoom yuav tsum taw qhia cov tswv yim ntxiv txhawm rau nce cov kev xaiv thauj khoom thiab nqa khoom rau cov neeg tuaj yuav khoom txhawm rau pab txo qis cov sib chwv mus los hauv khw thiab tswj ncua kev sib nrug, xws li kev xaj khoom hauv online thiab cov txheej txheem xa rov qab los ntawm cov tsheb ntawm tus neeg yuav khoom yam tsis txhob siv tes mus chwv kiag rau cov khoom ntawd.

- Tsim thiab siv cov tswv yim tswj hwm rau cov kev taug taw mus los thiab cov kev tuav tswj neeg coob uas yuav tsum muaj ncua kev sib nrug tsawg kawg li ntawm rau fij ntawm cov neeg tuaj yuav khoom. Qhov no tuaj yeem suav cov kev tseev kom cov kev taug taw mus los yog ib-seem xwb thiab coj kev rau cov neeg tuaj yuav khoom yam siv kev ntsia kom nyob sib nrug, cov kev kem kom sib nrug, thiab cov cim. Muab cov kev nkag uas tawm qauv meej tseeb thiab cais txoj kev tawm cia tshwj xeeb, yog ua tau thiab tsim nyog rau qhov chaw ntawd, txhawm rau pab tswj ncua kev sib nrug thiab txhawb pab kev tswj cov neeg coob. Qhov chaw twg uas tsim nyog ua, cov qhov rooj yuav tsum tau muab qhib cia yog tias cov qauv rooj ntawd tsis qhib thiab kaw tau ntawm nws tus kheej. Ua hauj lwm nrog cov neeg xauj khw muag khoom los teev ua kab rau cov neeg tuaj yuav khoom nyob sab nraud ntawm cov khw muag khoom thaum tseem tswj ncua kev sib nrug, yog tias tsim nyog.
- Cov lag luam khw muag khoom, cov neeg xauj khw muag khoom thiab cov neeg muag khoom yuav tsum sib koom tes los txhim kho cov kev sawv ua kab nkag hauv khw uas kom tsis txhob cuam tshuam rau cov kev taug taw los sis yuam cai rau cov kev tseev kom ua ntawm ncua kev sib nrug. Txheeb xam thiab txhawb kev sib hloo nkag mus rau hauv cov khw xauj muag khoom, suav nrog cov kev teem yuav raws tshuab xov tooj rauv cov qauv cai kev nkag thiab npaj-xaj khoom.
- Cov laub muag khoom los sis cov tshuab xaj yuav khoom tsuas yog tso cai rau khiav lag luam hauv cov kem yuav khoom los sis cov kev taug hauv lub khw muag khoom xwb yog tias cov ntawd tsis cuam tshuam rau cov kev ntsuas txoj kev taug taw uas hloov tshiab los sis tiv thaiv cov kev tseev kom ua ntawm ncua kev sib nrug. Rov los teeb cov laub muag khoom los sis cov tshuab xaj yuav khoom, rau qhov chaw uas tsim nyog, txhawm rau xyuas kom meej tias tsis txhob muaj teeb meej rau ncua kev sib nrug.
- Cov khw muag khoom uas muaj cua nkag, xws li cov khw muag khoom tshaj puam, yuav tsum xyuas kom ntseeg tau tias cov neeg muag khoom hauv cov rooj, cov tsev pheb suab, thiab lwm cov khoom siv uas uas hauv nrog cov kev tseev kom ua ntawm ncua kev sib nrug los sis xyuas kom ntseeg tau tias lwm cov laj kab thaiv tsis pub nkag raug nruab rau lawm.
- Cov lag luam khw muag khoom yuav tsum koom tes nrog cov neeg xauj tsev muag khoom thiab cov neeg muag khoom txhawm rau txheeb xyuas cov hwm tsam uas tsim kev siv cov cuab yeej tsis tsim nyog siv los sis rov teeb cov peev txheej vaj tse dua tshiab rau cov hwm tsam kev nriav nyiaj yam ua raws cov cai tswj hwm thiab txhawb cov kev tseev kom ua los tswj ncua kev sib nrug. Qhov no yuav suav nrog kev nthuav qhov chaw ntawm cov khw noj mov kom dav hauv peev txheej vaj tse uas raug tswj los ntawm chaw lag luam khw muag khoom, piv txwv li cov chaw tawm so ncab ib ce los sis cov chaw nres tsheb.

- Ua hauj lwm nrog cov neeg xauj tsev muag khoom thiab cov neeg muag khoom los txheeb xam cov teev lub sij hawm yuav khoom rau cov pej xeem muaj kev phom sij, xws li cov laus thiab cov muaj mob, kom zoo tshaj nyob rau lub sij hawm tom qab ua tiav kev tu nthuav.
- Cov rooj zaum, chaw zaum, tog zaum thiab lwm qhov chaw zej tsoom yuav tsum raug kho dua tshiab kom tswj tau kev nyob sib nrug.
- Teeb tsa cov rooj sib tham raws kev hu xov tooj los sis raws kev sib tham hauv vev xaib rau cov neeg hauj lwm yog tias ua tau. Yog tias ua tsis tau, kho cov neeg hauj lwm cov rooj sib tham kom ntseeg tau tias tswj tau ncua kev sib nrug thiab siv cov rooj sib tham ua leej neeg kom tsawg rau ntawm cov chaw hauj lwm kom tswj tau ncua kev sib nrug. Teev cov kev txwv ncua ciam qhov coob ntawm cov neeg hauj lwm hauv cov chaw nyob sib ze txhawm rau kom paub meej tias nyob sib nrug tau yam tsawg kawg yog rau fij txhawm rau kom txwv tau kev kis kab mob.
- 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 ntsoov ntsoo 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 sij hawm 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.
- Siv cov cai tseev kom ntawm ncua kev sib nrug nyob rau ntawm cov chaw thau khoom thiab txav mus rau cov kev thauj khoom yam tau kev kos npe tsawg.

iCov qauv cai ntxiv yuav tsum tau xav txog cov neeg tsis taus. Cov lag luam khw muag khoom yuav tsum ua raws txhua cov qauv cai [Cal/OSHA](#) thiab npaj los txhawm nws cov lus qhia kom zoo li qhov ua tau ntawm cov lus qhia los ntawm [Cov Chaw Tswj thiab Tiav Thaiv Kab Mob \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) thiab [Feem Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv \(California Department of Public Health, CDPH\)](#). Ib qho ntxiv, cov tswv hauj lwm yuav tau npaj los ceeb toom txog lawv kev ua hauj lwm raws qhov cov cai ntawv kev hloov pauv.

