



# ការណែនាំអំពី ជំងឺកូវីដ-19 សម្រាប់ឧស្សា ហកម្ម៖ សំណង់

ថ្ងៃទី 29 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020

[covid19.ca.gov](https://covid19.ca.gov)



# ទិដ្ឋភាពទូទៅ

កាលពីថ្ងៃទី 19 ខែមីនា ឆ្នាំ 2020 កន្លងទៅ មន្ត្រីសុខភាពសាធារណៈប្រចាំរដ្ឋ និងនាយកក្រសួងសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ California បានចេញបទបញ្ជាមួយតម្រូវឱ្យប្រជាជនរដ្ឋ California ភាគច្រើនសម្រាកនៅផ្ទះ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19 ក្នុងចំណោមប្រជាជន។

គេនៅមិនទាន់ដឹងច្បាស់អំពីផលប៉ះពាល់នៃជំងឺកូវីដ-19 ទៅលើសុខភាពប្រជាជនរដ្ឋ California យ៉ាងណានោះទេ។ ជំងឺដែលបានរាយការណ៍មកមានតាំងពីកម្រិតស្រាល (អ្នកខ្លះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីសោះ) រហូតដល់កម្រិតជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលអាចបណ្តាលឱ្យស្លាប់។ ក្រុមមនុស្សមួយចំនួន រួមទាំងមនុស្សវ័យចំណាស់អាយុ 65 ឆ្នាំឡើងទៅ និងអ្នកដែលមានស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាជំងឺបេះដូង ឬសួត ឬជំងឺទឹកនោមផ្អែមជាដើម កំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺហត់ដង្ហក់ធ្ងន់ធ្ងរ 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 ឬបាំងមុខ (នៅកន្លែងដែលមិនតម្រូវឱ្យមានការការពារផ្លូវដង្ហើម)
- ✓ លាងសម្អាតដៃឱ្យបានញឹកញាប់ និងធ្វើការជូតសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ
- ✓ បណ្តុះបណ្តាលកម្មករអំពីការអនុវត្តបង្ការទាំងនេះ និងផ្នែកផ្សេងទៀតនៃផែនការបង្ការជំងឺកូវីដ-19 ។

លើសពីនេះ ជាការចាំបាច់ខ្លាំងដែលត្រូវត្រៀមជាស្រេចនូវដំណើរការសមស្រប ដើម្បីកំណត់រកករណីជំងឺថ្មីៗតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការ និងដើម្បីធ្វើអន្តរាគមន៍ទាន់ពេលវេលា នៅពេលរកឃើញករណីជំងឺទាំងនោះ និងដើម្បីសហការជាមួយអាជ្ញាធរសុខភាពសាធារណៈ ក្នុងការរារាំងការឆ្លងរាលដាលនៃមេរោគ។

## គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់នូវសេចក្តីណែនាំសម្រាប់វិស័យសាងសង់ និងសំណង់ដើម្បីគាំទ្រដល់បរិស្ថានស្អាត និងមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បុគ្គលិក។ ការណែនាំនេះមិនមានចេតនានឹងលុបចោល ឬទុកជានិរាករណ៍នូវសិទ្ធិណាមួយរបស់កម្មករ ទាំងបានកំណត់ដោយច្បាប់ លិខិតបទដ្ឋានគតិយុត្ត ឬមានការចរចាអនុញ្ញាតរួមនោះទេ ហើយមិនគ្របដណ្តប់ទាំងស្រុងដែរ ដោយសារមិនបញ្ចូលនូវបទបញ្ជាសុខភាពរបស់ខោនធី ក៏មិនមែនជាសេចក្តីជំនួសណាមួយឱ្យលក្ខខណ្ឌតម្រូវលិខិតបទដ្ឋានគតិយុត្តជាធរមានទាក់ទងនឹងសុខភាព សុវត្ថិភាព ដូចជា Cal/OSHA នោះផងដែរ។<sup>1</sup>

សូមតាមដានអំពីការប្រែប្រួលនៃការណែនាំសុខភាពសាធារណៈ និងបទបញ្ជានានាតាមមូលដ្ឋាន ឬរដ្ឋ ខណៈដែលស្ថានភាពជំងឺកូវីដ-19 កំពុងបន្តកើតមាន។ Cal/OSHA មានការណែនាំអំពីសុវត្ថិភាព និងសុខភាពបន្ថែមទៀតលើគេហទំព័រអំពីការការពារការឆ្លងមេរោគកូវីដ-19 របស់ Cal/OSHA សម្រាប់និយោជក [និងបុគ្គលិកសំណង់](#)។ CDCមានការណែនាំបន្ថែម [សម្រាប់ស្ថាប័នអាជីវកម្ម និងនិយោជក](#)។

# ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខដែលតម្រូវ

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

ប្រជាជនរដ្ឋ California ត្រូវពាក់របាំងការពារមុខ នៅពេលពួកគេកំពុងទំនាក់ទំនងការងារ មិនថានៅកន្លែងធ្វើការ ឬកំពុងធ្វើការក្រៅការិយាល័យនោះទេ នៅពេល៖

- ធ្វើអន្តរកម្មដោយផ្ទាល់ជាមួយសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជន
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានសមាជិកសាធារណជនចេញចូល មិនថាសាធារណជនម្នាក់ណាកំពុងមានវត្តមាននៅពេលនោះ
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានរៀបចំ ឬរៀបចំឧបករណ៍សម្រាប់លក់ ឬចែកចាយទៅអ្នកដទៃ
- កំពុងធ្វើការនៅក្នុង ឬកំពុងដើរឆ្លងកាត់កន្លែងសាធារណៈ ដូចជាច្រកសាលា ជណ្តើរ ជណ្តើរ យោង និងលានចំណត
- នៅក្នុងបន្ទប់ ឬតំបន់បិទជិតណាមួយ ដែលមនុស្សផ្សេងទៀត (លើកលែងតែ សមាជិកគ្រួសាររបស់ម្ចាស់ផ្ទះ ឬលំនៅដ្ឋានផ្ទាល់) មានវត្តមាន នៅពេលដែលមិនអាច ដកគ្នាចេញពីក្នុងកាយបាន ឬ
- កំពុងបើកបរ ឬបញ្ជាបរយានយន្តដឹកអ្នកដំណើរសាធារណៈ ឬសេវាដឹកអ្នកដំណើរពិសេស (paratransit vehicle) តាក់ស៊ី ឬ រថយន្តឯកជន ឬយានយន្តធ្វើដំណើររួម ដែលមានវត្តមានអ្នកដំណើរច្រើននាក់។ ត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខ ពេលគ្មានវត្តមានអ្នកដំណើរផ្សេងទៀត។

ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែង ចំពោះច្បាប់ទាំងនេះអាចរកបាននៅក្នុង [ការណែនាំ](#)។ មានការលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខក្នុងកាលៈទេសៈផ្សេងទៀត ហើយនិយោជកអាចអនុវត្តលក្ខខណ្ឌតម្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខបន្ថែមក្នុងការបំពេញកាតព្វកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមាន សុវត្ថិភាព និង សុខភាព។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខជូនកម្មករ ឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

និយោជកត្រូវបង្កើតគោលការណ៍ស្នាក់អាស្រ័យសម្រាប់បុគ្គលិកកម្មករទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខខណ្ឌត្រូវនឹងការ លើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខ។ ប្រសិនបើកម្មករម្នាក់ណាដែលតម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខដោយសារត្រូវប៉ះពាល់ពីកញ្ចប់នឹងអ្នកដទៃ បែរជាមិនអាចអនុវត្តទៅបានព្រោះស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រនោះ គេត្រូវផ្តល់ជូនជម្រើសគ្មានលក្ខខណ្ឌកំហិតមួយ ដូចជាខែលបង្ហាញមុខដែលមានរន្ធគ្រាប់ទៅនឹងគែមផ្នែកខាងក្រោម ប្រសិនបើអាច និងប្រសិនបើស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រអាចឱ្យធ្វើទៅបាន។

ស្ថាប័នអាជីវកម្មដែលបើកបម្រើសាធារណជន ត្រូវជ្រាបអំពីការលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខដែលមានក្នុង [ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខរបស់ CDPH](#) ហើយអាចនឹងរាប់បញ្ចូលទាំងសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជនសម្រាប់ការមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបបង្ហាញមុខ ប្រសិនបើអ្នកនោះមានលក្ខខណ្ឌត្រូវតាម [ការណែនាំ](#)។ អាជីវកម្មនឹងត្រូវការបង្កើតគោលការណ៍សម្រាប់ដោះស្រាយការលើកលែងទាំងនេះក្នុងចំណោមអតិថិជន ភ្ញៀវ អ្នកទស្សនា និងបុគ្គលិក។



## ផែនការជាក់លាក់នៅកន្លែងធ្វើការ

- បង្កើតផែនការទប់ស្កាត់ជំងឺកូវីដ-19 តាមកន្លែងធ្វើការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរនៅគ្រប់ទីតាំង អនុវត្តការវាយតម្លៃហានិភ័យគ្រប់ជ្រុងជ្រោយលើតំបន់ការងារ និងការកិច្ចការងារទាំងអស់ និងចាត់តាំងបុគ្គលម្នាក់នៅតាមគ្រឹះស្ថាននីមួយៗឱ្យអនុវត្តផែនការនេះ។
- ដាក់បញ្ចូលនូវ ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរបាំងមុខរបស់ CDPH ទៅក្នុងផែនការជាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ និងបញ្ចូលគោលការណ៍មួយសម្រាប់គ្រប់គ្រងលើការលើកលែង។
- កំណត់អត្តសញ្ញាណព័ត៌មានទំនាក់ទំនង សម្រាប់នាយកដ្ឋានសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ដែលមានទីតាំងប្រតិបត្តិការសម្រាប់ទំនាក់ទំនងព័ត៌មានអំពីការរីករាលដាលនៃមេរោគកូវីដ-19 ក្នុងចំណោមកម្មករ និយោជិត ឬអភិជន។
- បណ្តុះបណ្តាល និងផ្តល់ដំណឹងដល់កម្មករ និងតំណាងកម្មករ អំពីផែនការហើយផ្តល់ភាពងាយស្រួលជូនកម្មករ និងតំណាងរបស់ពួកគេក្នុងការស្វែងរកព័ត៌មានផែនការ។
- ការវាយតម្លៃជាប្រចាំនូវអ្វីដែលបានបង្កើតសម្រាប់ការអនុលោមទៅតាមផែនការឯកសារ និងកែតម្រូវចំណុចខ្វះខាតដែលបានកំណត់។
- អង្កេតតាមដានគ្រប់ជំងឺកូវីដ-19 ទាំងអស់ រួចកំណត់ថា តើកត្តាពាក់ព័ន្ធនឹងការងារណាមួយ ដែលអាចជាផ្នែកបង្កហានិភ័យនៃការឆ្លងរោគ។ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពផែនការតាមការចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឱ្យមានករណីបន្ថែម។
- អនុវត្តដំណើរការ និងពិធីការចាំបាច់នានានៅពេលដែលកន្លែងធ្វើការមានការផ្ទុះឡើងនៃការឆ្លងស្របតាម គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDPH។
- កំណត់រកអ្វីដែលកម្មករមានឆ្លងមេរោគប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ (ក្នុងរយៈពេលមួយប្រាំមួយជំហាន ចន្លោះពេល 15 នាទី ឡើងទៅ) រួចចាត់វិធានការដាក់កម្មករដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 វិជ្ជមានម្នាក់នោះ (ឬច្រើន) ឱ្យនៅដាក់ដោយឡែកពីអ្វីដែលបានប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនោះ។
- ប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគោលការណ៍ណែនាំខាងក្រោម។  
ការខកខានមិនបានគោរពតាមសេចក្តីនេះអាចបង្កឱ្យមានកើតជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឱ្យមានការបិទ ឬដាក់កម្រិតលើប្រតិបត្តិការផ្សេងៗជាបណ្តោះអាសន្ន។



# ប្រធានបទផ្សេងៗសម្រាប់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករ

- ព័ត៌មានអំពី [ជំងឺកូវីដ-19](#) វិធីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាល និងដែលស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយអាចធ្វើឲ្យបុគ្គលម្នាក់ៗងាយនឹងឆ្លងរោគ។
- ការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ រួមទាំងការសង្កេតសីតុណ្ហភាព និង/ឬការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាដោយប្រើ [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការមិនធ្វើការនៅការិយាល័យ
  - ប្រសិនបើកម្មករមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ដូចបាន [ពណ៌នាដោយ CDC](#) ដូចជាគ្រុនក្តៅ ឬរងារ ក្អក ថប់ដង្ហើម ឬពិបាកដកដង្ហើម អស់កម្លាំង សាច់ឈាមដុះ ឬខ្លួន ឈឺក្បាល បាត់បង់រសជាតិ ឬក្លិន ឈឺបំពង់ក គឺជាចម្បងៗឬហៀរសំបោរ ចងក្អក ក្អកចង្ហោរ ឬរាករូស ឬ
  - ប្រសិនបើកម្មករត្រូវគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺកូវីដ-19 ហើយមិនទាន់បញ្ចប់ការដាក់ឲ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅឡើយ ឬ
  - ប្រសិនបើនៅក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ កម្មករបានប៉ះពាល់នឹងនរណាម្នាក់ដែលគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺកូវីដ-19 ហើយត្រូវគេចាត់ទុកថាអាចនឹងចម្លងរោគ (ឧ. កំពុងស្ថិតក្រោមការដាក់ឲ្យនៅដាច់ដោយឡែក)។
- ដើម្បីអាចត្រលប់ចូលធ្វើការវិញបាន ក្រោយកម្មករបានទទួលការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺ កូវីដ-19 លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីលេចចេញរោគសញ្ញាដំបូង រោគសញ្ញារបស់ពួកគេមានសភាពល្អប្រសើរ ហើយកម្មករមិនមានគ្រុនក្តៅ (ដោយមិនមានការប្រើថ្នាំបញ្ចុះកំដៅ) ក្នុងរយៈពេល 72 ម៉ោងចុងក្រោយ។ កម្មករគ្មានរោគសញ្ញាជំងឺ ដែលគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺកូវីដ-19 អាចត្រលប់ចូលធ្វើការវិញបាន លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីថ្ងៃនៃការធ្វើតេស្តរកឃើញមានផ្ទុកជំងឺកូវីដ-19 ។
- ដើម្បីសុំយោបល់ពីពេទ្យ ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ រួមមានការឈឺចាប់រ៉ាំរ៉ៃ ឬណែនន្ទង រង្វេងស្មារតី ឬ មុខ ឬបបូរមាត់ឡើងស្វាយ។ បច្ចុប្បន្នភាព និងសេចក្តីលម្អិតផ្សេងៗអាចរកបាននៅលើ [គេហទំព័ររបស់ CDC](#) ។
- សារៈសំខាន់នៃសម្អាតដៃដោយទឹក និងសាប៊ូបានញឹកញាប់ រួមមានការផ្តល់លាងនឹងសាប៊ូរយៈពេល 20 វិនាទី (ឬដោយប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានសារធាតុអេតាណុលគិតចំណុះ 60% (ល្អបំផុត) ឬអាល់កុលអ៊ីសូប្រូប៉ាណុល គិតចំណុះ 70% (ប្រសិនបើផលិតផលនោះមិនអាចទុកភ្លើងដៃកុមារ ដែលមិនមានអ្នកមើល) នៅពេលកម្មករមិនអាចដើរទៅកាន់ឡាបូរ ឬកន្លែងលាងដៃ ដូចមាននៅក្នុង [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDC](#))។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ (សូមអានផ្នែក គម្លាតរាងកាយ ខាងក្រោម)។
- ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបានត្រឹមត្រូវ រួមមាន៖
  - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខមិនអាចការពារអ្នកប្រើប្រាស់បានទេ ហើយក៏មិនមែនជាឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នោះដែរ។

- ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខអាចជួយការពារអ្នកនៅក្បែរខ្លួនរបស់អ្នកពាក់ ប៉ុន្តែមិនជំនួសឱ្យភាពចាំបាច់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងការលាងសម្អាតដៃញឹកញាប់នោះទេ។
  - ត្រូវគ្របម៉ាស់ ឬរូបថតមុខពេញពីលើច្រមុះ និងមាត់។
  - កម្មករត្រូវលាង ឬជូតទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ នៅមុនពេល និងក្រោយពេលពាក់ ឬគ្របម៉ាស់ ឬរូបថតមុខ។
  - ជៀសវាងការប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ហើយនិងមាត់។
  - មិនត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរូបថតមុខតែមួយរួមគ្នា ហើយត្រូវបោកសម្អាត ឬបោះចោលក្រោយប្រើម្តងរួច។
- ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងឯកសារណែនាំ [របស់ CDPH សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់](#) ដែលកំណត់កាលៈទេសៈ ដែលម៉ាស់ចាំបាច់ត្រូវពាក់ និងការលើកលែងក៏ដូចជាគោលការណ៍ ច្បាប់ការងារ និងការអនុវត្តជាក់ស្តែងដែលនិយោជិតបានអនុវត្ត ដើម្បីធានាការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏ត្រូវបញ្ចូលផងដែរនូវគោលការណ៍របស់និយោជកលើរបៀបគ្រប់គ្រង អ្នកដែលទទួលបានលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបថតមុខ។
  - ធានាឱ្យបានថា អ្នកម៉ៅការឯករាជ្យ អ្នកធ្វើការបណ្តុះអាសន្ន ឬអ្នក ជាប់កិច្ចសន្យានៅកន្លែងធ្វើការត្រូវទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលយ៉ាងត្រឹមត្រូវ នៅក្នុងគោលការណ៍ការពារជំងឺកូវីដ-19 និងមានគ្រឿងផ្គត់ផ្គង់ចាំបាច់ និង PPE។ ពិភាក្សាអំពីទំនួលខុសត្រូវទាំងនេះជាមុនជាមួយអង្គការដែលផ្គត់ផ្គង់បុគ្គលិកបណ្តុះអាសន្ន និង/ឬបុគ្គលិកកិច្ចសន្យា។
  - ព័ត៌មានលើការឈប់សម្រាកដោយមានប្រាក់ឈ្នួលរបស់កម្មករនិយោជិត អាចនឹងត្រូវបានទទួលសិទ្ធិ នឹងធ្វើឱ្យមាន ភាពងាយស្រួលផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុក្នុងអំឡុងពេលស្នាក់នៅក្នុងផ្ទះ។ សូមមើលព័ត៌មានបន្ថែមអំពី [កម្មវិធី រដ្ឋាភិបាលដែលគាំទ្រការឈប់សម្រាកពេលឈឺ និងសំណងដល់បុគ្គលិកសម្រាប់ជំងឺកូវីដ-19](#) រាប់បញ្ចូលទាំងសិទ្ធិឈប់សម្រាកពេលឈឺ របស់បុគ្គលិកក្រោមច្បាប់ [ការឆ្លើយតបទៅនឹង មេរោគកូរ៉ូណាដោយយកគ្រួសារជាចម្បង](#) បទបញ្ជាប្រតិបត្តិអភិបាលរដ្ឋ [លេខ N-51-20](#) និងសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកក្នុងការទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍សំណងរបស់បុគ្គលិក និងការសន្មតនៃការជាប់ទាក់ទងគ្នានៃការងារ និងជំងឺកូវីដ-19 ដោយអនុលោមទៅ តាម [បទបញ្ជាប្រតិបត្តិអភិបាលរដ្ឋលេខ N-62-20](#) ខណៈពេលដែលបទបញ្ជានោះចូលជាធរមាន។





## ការធ្វើតេស្ត និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គល

- ផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញា និងប្តូរការសម្រាប់ កម្មករគ្រប់រូបនៅមុនម៉ោងចូលធ្វើការ និងអ្នកលក់ អ្នកទទួលការ ប្រឹក្សាផ្សេងទៀតដែលចូលមកក្នុងគ្រឹះស្ថាន។ ធានាថាអ្នកផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញា ប្តូរការសម្រាប់ជៀសវាងការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនឹងកម្មករ ក្នុងគម្លាតដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ប្រសិនបើមានការពិនិត្យមើលដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលជា ជម្រើសសមស្របជាងការធ្វើតេស្តនៅកន្លែងធ្វើការ ត្រូវធានាឱ្យបានថា ការពិនិត្យមើលនេះគឺត្រូវបានអនុវត្ត មុនពេលដែលបុគ្គលិកចាកចេញ ពីផ្ទះរបស់ពួកគេទៅធ្វើការ និងធ្វើតាម [គោលការណ៍ណែនាំ របស់ CDC](#) ដូច ដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុង ប្រធានបទសម្រាប់ផ្នែកការបណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិកខាងលើ។
- លើកទឹកចិត្តកម្មករនិយោជិតដែលឈឺ ឬចេញរោគសញ្ញាកូវីដ-19 ឱ្យស្នាក់នៅផ្ទះ។
- និយោជកត្រូវផ្តល់ជូន និងធានាថាកម្មករប្រើប្រាស់គ្រប់ឧបករណ៍ការពារដែលបានតម្រូវ រួមមានវ៉ែនតាការពារភ្នែក និងស្រោមដៃ នៅកន្លែងដែលចាំបាច់។
- និយោជកត្រូវពិចារណាថាកន្លែងណាដែលអាចប្រើស្រោមដៃប្រភេទបោះចោលបាន ដើម្បីបន្ថែមបង្កប់លើការលាងសម្អាតដៃ ឬការប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃញឹកញាប់ ឧទាហរណ៍៖ សម្រាប់កម្មករដែលធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញាឱ្យអ្នកដទៃ ឬគ្រប់គ្រងវត្ថុផ្សេងៗដែលគេប៉ះពាល់ជាទូទៅ។
- អ្នកមិនជាបុគ្គលិក ដែលចូលធ្វើការនៅក្នុងកន្លែងធ្វើការ ត្រូវតែត្រូវបានកម្រិត ចំពោះតែអ្នក ដែលចាត់វាស់ខាន់ចាំបាច់ដោយគណៈគ្រប់គ្រង ហើយពួកគេត្រូវតែបំពេញការពិនិត្យសីតុណ្ហភាពនិង/ឬរករោគសញ្ញាមុនពេលចូល។



## ពិធីការសម្អាត និងសម្រាប់មេធាវី

- អនុវត្តការសម្អាតឱ្យបានហ្មត់ចត់នៅកន្លែងដែលមានចរាចរណ៍មាញឹកខ្លាំង ដូចជាបន្ទប់សម្រាក កន្លែងទទួលទានអាហារថ្ងៃត្រង់ និងកន្លែងផ្លាស់ប្តូរសម្លៀកបំពាក់ និងកន្លែងផ្លូវច្រកចេញចូល ដែល រួមមានទាំងផ្លូវជណ្តើរ ជណ្តើរ និងបង្គាន់ដៃជណ្តើរ និងកុងតឺន័រកាត់បញ្ជាជណ្តើរយន្ត ហើយសម្រាប់មេធាវីឱ្យបានញឹកញាប់ នៅកន្លែងដែលមានផ្ទៃប៉ះពាល់ញឹកញាប់ រួមទាំងដុំបង្គាន់ដៃទ្វារ បង្គន់ កន្លែងលាងដៃ ។ល។
- សម្អាតផ្ទៃដែលងាយប៉ះពាល់ រវាងអ្នកផ្លាស់ប្តូរ រឺរវាងអ្នកប្រើប្រាស់ ចំពោះវត្ថុណាដែលប្រើញឹកញាប់ជាង រាប់បញ្ចូលតែមិនកំណត់ ចំពោះផ្ទៃទីតាំងកន្លែងធ្វើការ ម៉ាស៊ីន ឧបករណ៍ប្រើប្រាស់នានា ធ្មើ កន្លែងផ្ទុកឥវ៉ាន់ បង្គាន់ដៃ និងគ្រឿងតំណភ្ជាប់ និងការគ្រប់គ្រងនៅ កន្លែងដាក់ឯកសារ និងឧបករណ៍ចល័ត រួមទាំងផ្ទៃរាបស្មើរបស់យាន យន្តនានា។
- ទាមទារឱ្យបុគ្គលិកលាងដៃ ឬប្រើទឹកអនាម័យលាងដៃ មុននឹងក្រោយពេលប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ដែលប្រើរួម ដូចជាឧបករណ៍ការងារស្ថានីយ វិទ្យុទាក់ទង នាឡិកាពេលវេលា រទេះរុញ និងរបស់របរផ្សេងៗទៀត ហើយនិងអនុញ្ញាត



ឱ្យមានម៉ោងសម្រាប់ធ្វើការនេះ ហើយទទួលបានប្រាក់ឈ្នួល។

- តម្រូវឱ្យមានឧបករណ៍ ដែលគ្រប់គ្រងដោយនិយោជិកដូចជាម្នាក់រឹង និងម៉ាស់ ឬបាត់មុខត្រូវបានធ្វើអនាម័យ (លាងសម្អាត) នៅពេលចប់វេននីមួយៗ។ សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគនៅខាងក្នុងឧបករណ៍ ហើយបន្ទាប់មកខាងក្រៅ ហើយបន្ទាប់មកលាងដៃ។
- លើកទឹកចិត្តដល់បុគ្គលិកដែលមានម្នាក់រឹងរបស់ខ្លួនឱ្យគោរពតាមពិធីសារនៃការសំអាតដូចគ្នា និងផ្តល់នូវផលិតផលសំអាតអនាម័យដែលត្រឹមត្រូវ។ អនុញ្ញាតឱ្យមានម៉ោងសម្រាប់ធ្វើការសម្អាតបែបនេះហើយទទួលបានប្រាក់ឈ្នួល។
- ជៀសវាងការចែករំលែកទូរស័ព្ទ ឧបករណ៍ការិយាល័យ បរិក្ខារការងារផ្សេងទៀត ឬឧបករណ៍ទំនាក់ទំនងចល័តគ្រប់កន្លែងតាមដៃអាចធ្វើទៅបាន។ គ្រឿងបរិក្ខារ គ្រឿងបន្លាស់ដែលត្រូវបានកំណត់ជាលក្ខណៈបុគ្គល (ក្តារចុចកាសែតទូរស័ព្ទ កាស កៅអី ល។ ) គួរតែត្រូវបានផ្តល់ឱ្យនៅគ្រប់កន្លែងតាមដៃអាចធ្វើទៅបាន។ បើចាំបាច់លាងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគមុននឹងបន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់រួចម្តងៗ ។ មិនត្រូវប្រើ PPE រួមគ្នាជាដាច់ខាត។
- លែងកទុកពេលឱ្យកម្មករបានរៀនលាងសម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។ ត្រូវដាក់កិច្ចការជូតសម្អាតជាផ្នែកមួយនៃតួនាទីរបស់កម្មករ អំឡុងម៉ោងធ្វើការ។
- ធានាថាបឋមនិយោជន៍អនាម័យបើកដំណើរការ និងនៅមាន ស្តុកគ្រប់ពេលវេលា ហើយផ្តល់បន្ថែមនូវសាប៊ូ ក្រដាសជូត និងទឹកអនាម័យសម្អាតដៃពេលចាំបាច់។
- ផ្តល់កន្លែងបរិក្ខារអនាម័យបន្ថែម (រួមមានទាំងបង្គន់ចល័ត និងស្ថានីយ កន្លែងលាងដៃ) ប្រសិនបើអាចនិងចាំបាច់ ដើម្បីរក្សាកម្លាំងឱ្យឆ្ងាយ ពីគ្នាក្នុងអំឡុងពេលសម្រាកដែលបានកំណត់តាមកាលវិភាគ។
- ដំឡើងឧបករណ៍មិនប្រើដៃចុច ប្រសិនបើអាច រួមទាំងឧបករណ៍ចាប់សញ្ញាចលនាដៃ ដបសាប៊ូបាញ់ដាក់ដៃ ដបទឹកអាកុលបាញ់លាងដៃ និងប្រអប់ទាញយកក្រដាសជូត។
- ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃជំងឺរលាកសួតធ្ងន់ធ្ងរនៃ ជំងឺលីចនន័រ (Legionnaires) និងជំងឺផ្សេងទៀតដែលទាក់ទងនឹងទឹក បាត់វិធានការ ដើម្បីធានាថាប្រព័ន្ធទឹក និងបរិក្ខារនានាមានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់បន្ទាប់ពីការបិទរយៈពេលយូរ។
- ពេលជ្រើសរើសសារធាតុគីមីសម្លាប់មេរោគ និយោជកត្រូវប្រើផលិតផលដែលអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺកូវីដ-19 នៅក្នុង បញ្ជីអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់របស់ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA)- និងធ្វើតាមការណែនាំប្រើផលិតផល។  
ប្រើសារធាតុសម្លាប់មេរោគដែលមានស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្កជំងឺ (emerging viral pathogens) ឈ្មោះម្សៅខាត់វាសម្អាតផ្ទះ (diluted household bleach solutions) (លាយ 5ស្ពាបព្រាបាយក្នុងចំណុះទឹកមួយហ្គាឡុង)  
ឬទឹកអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលតិចបំផុត 70% លុបនឹងសម្អាតលើផ្ទៃ។  
ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់កម្មករស្តីអំពីគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការប្រើប្រាស់សារធាតុគីមី គោលដៅអ្នកផលិត តម្រូវការខ្យល់ចេញចូល និងលក្ខខណ្ឌតម្រូវរបស់ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព។ កម្មករដែលប្រើប្រាស់ទឹកសម្អាត ឬសារធាតុសម្លាប់មេរោគត្រូវពាក់ស្រោមដៃ និងឧបករណ៍ការពារផ្សេងទៀតតាមការណែនាំប្រើផលិតផល។ អនុវត្តវិធីសាស្ត្រ សម្អាតដើម្បីឱ្យមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកជំងឺហ៊ីត ដែលណែនាំ ដោយមន្ទីរសុខាភិបាលសាធារណៈរបស់រដ្ឋ California និងដើម្បីធានាឱ្យមានខ្យល់ចេញចូលបានត្រឹមត្រូវ។

- ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតបន្ទុះខ្យល់ចល័ត ដែលមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ ដោយធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវតម្រងខ្យល់របស់អាកាស ឬសំណង់ ដែលឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុត ហើយនិងធ្វើការកែប្រែមួយចំនួន ផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ខាងក្រៅ និងខ្យល់នៅក្នុងកន្លែងធ្វើការនិងកន្លែងសម្រាក។



## សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- អនុវត្តវិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយជំហានរាងកម្មករនិយោជិត។  
ទាំងនេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់នូវការខណ្ឌចែកឱ្យមានគម្លាតរាងកាយ ឬស្លាកសញ្ញារូបភាពដែលអាចមើលឃើញ (ឧទាហរណ៍ សញ្ញាសម្គាល់កម្រាលឥដ្ឋ ឬសញ្ញាចង្អុលបង្ហាញកន្លែងដែលបុគ្គលិកគួរឈរ) ។  
រៀបចំចាត់តាំងកន្លែងជួបជុំផ្ទាល់ខ្លួនដើម្បីបង្កើនចម្ងាយឱ្យឆ្ងាយពីគ្នារវាងបុគ្គលិក។  
កំណត់ការបែងចែកច្រកចូល និងចេញដាច់ដោយឡែក និងដាក់ផ្លាកសញ្ញាទិសដៅទីតាំងទាំងនេះ។
- កែតម្រូវការប្រជុំនៅកន្លែងដើម្បីធានាបាននូវគម្លាតចម្ងាយពីគ្នា និងម្យ៉ាងទៀត អនុវត្តការប្រជុំសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈបុគ្គលតូចៗ នៅកន្លែងធ្វើការដើម្បីរក្សាការគោរពការណ៍ណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតចម្ងាយពីគ្នា។ ផ្លាស់រាល់ការប្រជុំនិងការសម្ភាសន៍ផ្សេងៗ ទៅធ្វើតាមទូរស័ព្ទ ឬវេទិកាឌីជីថល (តាមអ៊ីនធើរណ៍) ឬធ្វើឡើងនៅខាងក្រៅ ឬនៅក្នុងទីធ្លា ដែលអនុញ្ញាតឱ្យមានគម្លាតពីគ្នាយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត (ប្រហែល 1.8 ម៉ែត្រ) រវាងបុគ្គលិក។
- ពិចារណាផ្តល់ជូនបុគ្គលិកដែលស្នើសុំជម្រើសកាតព្វកិច្ចដែលបានកែតម្រូវដើម្បីកាត់បន្ថយទំនាក់ទំនង (ការប៉ះពាល់) របស់ពួកគេជាមួយអតិថិជននិងបុគ្គលិកផ្សេងទៀត (ឧទាហរណ៍ដូចជាការគ្រប់គ្រងសារពើភ័ណ្ឌជាជាងធ្វើការជាអ្នកចែកបៀ អ្នកបម្រើអ្នកគិតប្រាក់ ឬគ្រប់គ្រងតម្រូវការរដ្ឋបាលតាមរយៈការងារទូរគមនាគមន៍) ។
- ប្រើប្រាស់ការអនុវត្តការងារ នៅពេលដែលអាចធ្វើទៅបាន និងនៅពេលចាំបាច់ដើម្បីកំណត់ចំនួនបុគ្គលិកនិយោជិតនៅកន្លែងការងារនៅពេលតែមួយ។  
នេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការរៀបចំកាលវិភាគ (ឧទាហរណ៍ ការកែសម្រួលពេលវេលាវេនចេញ/ចូល)  
ឬបង្វិលការចូលរបស់បុគ្គលិកទៅកាន់ទីតាំងដែលបានកំណត់នៅអំឡុងពេលវេននីមួយៗ បែកចែកទីតាំងការងារ ដើម្បីបែងចែកការងារ និងកំណត់ពីការមកធ្វើការជាន់គ្នារបស់កម្មករនិយោជិត។  
ធ្វើការកំណត់បន្ថែមលើចំនួនកម្មករនៅក្នុងទីតាំងបិទជិតជាកន្លែងដែលការរក្សាគម្លាត 6 ជំហានប្រហែលជាមិនគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីកំណត់ការឆ្លងវីរុស។
- ការបែងចែកវេនឈប់សម្រាករបស់កម្មករដោយអនុលោមតាមបទប្បញ្ញត្តិប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងដើម្បីរក្សាពិធីការគម្លាត។
- បិទបន្ទប់សម្រាក ប្រើរនាំង ឬបង្កើនគម្លាតរវាងគុ ឬកៅអី ដើម្បីបំបែកកម្មករនិងមិនលើកទឹកចិត្តឱ្យមានការជួបជុំគ្នា ពេលសម្រាក។ នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើបានសូមបង្កើតកន្លែងអង្គុយសម្រាកខាងក្រៅក្រោមម្លប់ និងកន្លែងអង្គុយដែលធានាបានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។

- កម្មករនិយោជិតត្រូវពិចារណាយកអាហារថ្ងៃត្រង់ដែលបានធ្វើនៅផ្ទះ ឬទិញយកទៅក្រៅ ឬចែកចាយនៅកន្លែងណាដែលមពួកគេ អាចចៀសវាងតំបន់ដែលមានមនុស្សកកស្ទះ។
- ប្រើឋានានុក្រមដូចតទៅដើម្បីការពារការចម្លងជំងឺកូវីដ 19 ក្នុងកន្លែងផលិតកម្ម និងកន្លែងការងារផ្សេងទៀត៖ កន្លែងបញ្ជានិងគ្រប់គ្រងវិស្វកម្ម កន្លែងបញ្ជានិងគ្រប់គ្រងរដ្ឋបាល និង PPE ។
  - ការគ្រប់គ្រងផ្នែកវិស្វកម្មរួមមានការបង្កើតរបាំងការពាររាងកាយ ឬរបាំងការពារផ្នែកខ្លះនៃរាងកាយ រាងកម្មករនិយោជិតដូចជា Plexiglas ឬជាប់ណែកមួយដែលរឹងមាំ និងសារធាតុរាវមិនអាចឆ្លងកាត់បាន។ នៅកន្លែងដែលសមស្រប សូមដំឡើងរបាំងបែបដូច្នេះនៅក្នុងការិយាល័យ ដើម្បីឱ្យមានការនៅដាច់ដោយឡែកពីគ្នារវាងបុគ្គលិក។
  - ការគ្រប់គ្រងរដ្ឋបាលរួមមានពន្លឺតប្រតិបត្តិការ និងបង្កើនការផ្លាស់ប្តូរវេន តាមតម្រូវការសុវត្ថិភាព និងធានានូវពេលវេលាឱ្យគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ពិធីសារ សំអាត និងសម្លាប់មេរោគបានត្រឹមត្រូវ។
  - PPE មានរួមបញ្ចូលទាំងខែលបាំងមុខ, [ប្រភេទម៉ាស់ ផ្សេងៗមួយចំនួន](#) និងស្រោមដៃការពារការប្រាបចូល នៃសារធាតុរាវ។ សូមកត់សម្គាល់ថាឧបករណ៍ដែលអាចប្រើបានមួយចំនួន ដូចជា ឧបករណ៍ដកដង្ហើមត្រូវបានផ្តល់អាទិភាពសម្រាប់បុគ្គលិកថែទាំសុខភាពនិង កម្មករដែលគ្រប់គ្រងភ្នាក់ងារបង្ករោគហើយមិនគួរប្រើវាឡើយ។ ប្រសិនបើពួកវាទាំងនោះកំពុងស្ថិតនៅក្នុងការប្រើប្រាស់ សូមពិចារណាផ្លាស់ ប្តូរទៅឧបករណ៍សម្រួលដង្ហើមជំងឺជាប់ស្ថិត ដែលអាចប្រើឡើងវិញបាន ដើម្បីរក្សាការផ្គត់ផ្គង់សម្រាប់កន្លែងថែទាំសុខភាព។

លក្ខខណ្ឌតម្រូវបន្ថែមត្រូវពិចារណាសម្រាប់ប្រជាជនដែលងាយរងគ្រោះ។ និយោជិតត្រូវតែគោរពតាមស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#) ទាំងអស់ហើយត្រៀមខ្លួនដើម្បីគោរពតាមការណែនាំរបស់ Cal/OSHA ក៏ដូចជាការណែនាំរបស់ [មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺ \(CDC\)](#) រួមទាំងក្រសួងសុខាភិបាលសាធារណៈនៃរដ្ឋ [California \(CDPH\)](#) ផងដែរ។ បន្ថែមទៀតនិយោជកត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីកែប្រែប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួននៅពេលគោលការណ៍ណែនាំមានការផ្លាស់ប្តូរ។