

# Daim Ntawv Teev Npe Txhua Yam (Thuaj Pais) Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau Cov Chaw Qoj Cev-Ua Kom Muaj Zog

Lub Xya Hli 2, 2020

Daim ntawv rau kev txheeb xyuas no yog tau npaj los pab txhawb rau cov chaw qoj cev-ua kom muaj zog uas siv lawv lub phiaj xwm los pov thaiv qhov kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau hauv qhov chaw ua hauj lwm thiab txhawb ntiv txog rau [Cov Lus Qhia txog rau Cov Chaw Qoj Cev-Ua Kom Muaj Zog](#). Qhov kev ntsuam xyuas nov tsua yog ib qhov kev xam me me ntawm qees yam ntawm cov lus nthuav qhia xwb, yuav tsum nkag siab tus kheej ua ntej siv qhov kev ntsuam xyuas nov.



## Cov Ntsiab Lus Ntawm Kev Sau Thiaj Xwm Tswj Xeeb Ntawm Chaw Ua Hauj Lwm

- ☐ Tus (cov) neeg ua raug saib xyuas kev ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm.
- ☐ Kev txheeb xyuas qhov kev pheej hmoo thiab kev ntsuas uas yuav coj los tiv thaiv kev kis tus kab mob.
- ☐ Kev siv daim ntaub npog ntej muag raws [kev qhia los ntawm CDPH](#).
- ☐ Qhia thiab tham nrog tus neeg ua nw ua hauj lwm thiab tus sawv cev tu ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm teev cia.
- ☐ Cov teeb txheem rau kev ntsuam xyuas kev ua hauj lwm thiab cov ntaub ntawv thiab kev daw qhov ua tsi tau zoo.
- ☐ Yog ib qho txheej txheem kev lis dej num txhawm rau soj qab taug lw txog cov kis (kaus lab nis) uas mob Tus Kab Mob Khaus Viv (COVID), ceeb toom rau lub thawj fab saib xyuas hauj lwm kev noj qab haus huv hauv zej zos paub, txheeb xyuas thiab faib cais cov kev tiv tauj nyob sib ze ntawm qhov chaw ua hauj lwm uas nyob sib ze rau ntawm cov neeg ua hauj lwm uas kis tau kab mob.
- ☐ Cov qauv ua txheej txheem siv rau thaum qhov chaw ua hauj lwm ntawd muaj kev sib kis kab mob, raws li [Xeev California Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm txog Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeev \(California Department of Public Health, CDPH\) cov lus qhia](#).



## Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- ☐ Cov ntaub ntawv ntawm [Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), tiv thaiv kev kis tus kab mob, thiab leej twg muaj kev phom sij tshwj xeeb.
- ☐ Ntsuam xyuas tu kheej tom tsev, xws li ntsuas seb pua kub thiab/los sis tus tsos mob los ntawm kev siv [vib this ntawm CDC](#).

- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev tsis txhob tuaj ua hauj lwm yog hais tias cov neeg ua hauj lwm muaj cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), xws li hnoos, kub taub hau, ua pa nyuaj, ua daus no, mob cov leeg nqaij, mob taub hau, mob qa, tsis qab los los sis tsis hnov ntshiab zoo nyob rau tsis ntev los no, txhaws ntswg los sis los ntswg, xeev siab los sis ntuav, los sis raws plab, los sis yog hais tias lawv los sis qee tus neeg twg uas lawv tau nyob ze txuas lus nrog thaum tau muaj kev ntaus nqis mob txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- ❑ Yog xav mua ua hauj lwm tom qab muaj kev ntsuam xyuas Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tom qab 10 hnub suav txij hnub muaj tus tsos mob thiab zoo los tau 72 xuaj moo tsi muaj kub tob haus lawm.
- ❑ Thaum koj mu ntsib kws khob mob.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev ntxuav tes.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev nyob sib nrug deb, tsi hai sij hawm nyob hauv chaw hauj lwm los sis sab nraum zoov.
- ❑ Yuav tsum tau siv ntaub npog ntsej muag yam tsim nyog thiab nrog rau [cov lus qhia ntawm CDPH](#).
- ❑ Cov ntaub ntawv hai txog kev thov so nrog rau [tsab cai kev tiv thaiv coronavirus hauv yim neej](#) thiab tus neeg ua hauj lwm yuav tau txais cov txiaj ntsig nqis zog raw lis cov tsab lub txib ntawm tus tswv cuab hauv lub nroog [raw tsab cai N-62-20](#) tom qab tsab cai nov raug yuam siv.
- ❑ Qhia rau cov neeg ua hauj lwm ywj siab los sis cov tub hauj lwm ua ntiasv tuaj ib lwm xwb txog ntawm cov cai nov thiab ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias lawm yuav tsum muaj PPE.



## Cov Teeb Txheem Tiv Thaiv Thiab Sib Faib Tej Tus Neeg

- ❑ Kev tsawb xyuas tus tsos mob thiab/los sis ntsuam xyuas nw qhov kev kub tob haus.
- ❑ Txhawb siab rau cov neeg ua hauj lwm tus tsis xis neej los sis muaj hom tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) kom nyob hauv tsev.
- ❑ Muab thiab ua kom ntseg siab tias cov neeg ua hauj lwm siv txhua cov PPE uas sim nyog, xws li khoom tiv thaiv qhov muag thiab hnab looj tes.
- ❑ Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.
- ❑ Muab cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg rau cov neeg ua hauj lwm ua ib qho khoom siv pab ntshu txog rau kev ntxuav tes ua ntu zus los ntawm kev ua cov hauj lwm xws li kev nqa (tsaws) cov khoom uas nquag tuav (chwy) tas li los sis kev ua kev kuaj mob txog tus tsos mob.
- ❑ Yog tias nyob rau sab hauv, ua kom ntseeg siab tias cov neeg ua hauj lwm thiab cov tub lag luam yeej coj cov npog ntsej muag txhua sij hawm, tsis xam thaum da dej xwb.
- ❑ Siv qhov kev ua hauj lwm txog kev txib tshwj tseg lub chaw thiab qhia cov tub lag luam txog cov kev txib tshwj tseg 24 teev ua ntej txog lawv qhov kev teem caij yog tias lawv los sis ib tug neeg ntawm lawv tsev neeg muaj cov tsos mob, tau muaj mob, los sis tau nphav qee tus neeg tau muaj mob ces yuav tau muab thim.

- ❑ Kuaj cov tub lag luam txog qhov kub-txias thiab/los sis cov tsos mob thiab hais kom cov neeg tuaj saib kev ua yeeb yam los siv tshuaj ntxuav tes thiab siv cov npog ntsej muag, uas ua raws li CDPH cov lus qhia tswv yim.
- ❑ Tso tawm cov npaib rau ntawm txhua qhov caw nkag thiab hauv lub chaw, cov ncaw saib pom tau zoo txhawm rau qhia rau cov neeg ua hauj lwm thiab zej tsoom los siv cov npog ntsej muag thiab xyaum ua raws li kev nyob sib nrug deb.



## Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tuab Kab Mob

- ❑ Tu qhov chaw uas muaj neeg ncig mus los coob kom huv si.
- ❑ Nquag ntxuav kab mob uas siv tas.
- ❑ Ntxuav thiab tuaj tsuaj rau cov khoom siv ua kes tom qab siv tag txua lwm.
- ❑ Tsim tshuaj ntxuav tes thiab cov ntaub so uas muaj tshuaj tua kab mob kom muaj thoob plaws lub chaw rau cov tub lag luam thiab cov neeg ua hauj lwm siv.
- ❑ Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los mus hyaum ua kev nyiam huv rau lawv lub sij hawm ua hauj lwm.
- ❑ Cob qhia tag nrho cov neeg ua hauj lwm kom paub siv thiab yuav tsum tau muaj cov neeg tu rau txhua hom phiaj thiab yuav tsum muaj cov tshuaj tua kab mob kom txaus. Ua raws li CDC cov lus qhia txog kev tu thiab rau tshuaj tua kab mob. Ua raws li Cal/OSHA cov kev xav tau thiab cov lus qhia txog kev tsim khoom txawm rau siv kom muaj kev nyab xeeb. Muab txhua cov cuab yeej pov thaiv ntiasg tug siv raws qhov tsim nyog.
- ❑ Tso cua nkag rau hauv cov cheeb tsam uas tau rau tshuaj tua kab mob kom txaus.
- ❑ Tu cov raj HVAC thiab rov qab tu txhua hnuv.
- ❑ Muab khoom siv pab kho mob ua ntej.
- ❑ Qhia cov tub lag luam tias kom nyob nrug deb rau feet los ntawm cov neeg tu tsev los sis cov neeg ua hauj lwm tu tsev. Ntsuam xyuas cov neeg ua hauj lwm ntawd txhawm rau kom ntseeg siab tias cov qua tuaj saib raws li tus qauv cai ntawm nom tswv.
- ❑ Muab tej khoom tu vaj tse rau thoob plaws txhua lub caw thiab muab cov tshuaj ntxuav tes ntiasg ntug rau cov neeg ua hauj lwm uas muaj kev koom nrog cov tub lag luam, raws li cov neeg ua hauj lwm txais tos qhua.
- ❑ Xav kom cov tub lag luam rau tshuaj tua kab mob rau khoom siv qoj ib cev ntiasg tug nrog rau muab cov ntaub so uas muaj tshuaj tua kab mob so ua ntej thiab tom qab siv.
- ❑ Muab kev "npaj los tu" cov npav rau cov tswv cuab uas tsis tuaj yeem tu tau los sis tsis kam tu los rau tshuaj tua kab mob rau yam khoom tom qab siv.
- ❑ Muab cov thoob rau khoob seem siv uas tsis xuas tes kov.
- ❑ Txhawb nqa kom cov tub lag luam kom lawv nqa lawv li phuam thiab ntaub so taw tuaj.
- ❑ Siv qhov kev ntsuam xyuas rau cov tub lag luam los siv tej cov khoom me thiab lwm cov khoom ntxiv, xws li cov hlua siv qoj ib cev, cov hlua, thiab ntaub so taw, thiab tu thiab rau tshuaj tua kab mob rau cov khoom thaum xa rov qab.

- ❑ Ntsuam xyuas koj ntseeg siab tias cov ciav dej tag nros tsi muaj teeb meem rau kev siv thiab txwv tsi pub muaj tus kab mob Legionnaire.
- ❑ Nruab tej yam tsis muab tes kov, cov taub lim dej haus uas nws lim nws txhawm rau siv tau rau cov taub dej uas siv tau ntau zaos los sis siv cov khob ntawv uas siv ib zaug pov tseg, los sis muab cov taub dej roj hmab siv rau ntiasg tug.
- ❑ Txhawb nqa kom cov tub lag luam kom lawv nqa lawv li phuum thiab ntaub so taw tuaj.
- ❑ Ua raws li CDC cov lus qhia tswv yim txog kev ntshuav cov khoom uas tau siv ntawm lub chaw. Muab ib lub taub ntim ua muaj hau kaw rau cov tub lag luam rau cov phuum uas tau siv los sis lwm yam khoom. Muab txhua daim ntaub pua chaw huv tso rau hauv qhov chaw huv thiab npog. Muab thiab ua kom ntseeg siab tias cov neeg ua hauj lwm siv cov hnab looj tes rauv cov neeg ua hauj lwm thaum kov cov ntaub lo tsis huv los sis koj mus ntshua.
- ❑ Muab tshem tawm cov ntawv xov xwm, cov ntawv, cov chaw siv dej rau tus kheej (tshwj tsis yog tej cov khoom uas tsis kov), thiab lwm cov khoom rau cov tub lag luam.
- ❑ Zam cov kev sib tuav tes, sib roo nrig los sis luj tshib, thiab lwm cov kev sib chww.
- ❑ Txwv tsi pub cov tub ua hauj lwm muaj kev sib qiv xov tooj los sis cov cuab yeej. Tsis txhob sib qiv PPE.
- ❑ Siv cov khoom siv ua tau txai kev tso cai rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau ntawm [Fab Hauj Lwm Tiv Thaiv Zej Tsoom Ib Puag Ncig \(EPA\)-pom zoo](#) teeb cov teeb txheem thiab qhia rau cov tub hauj lwm txog qhov kev phom sij los ntawm cov tshuaj khe mis thiab qhia cov kev tsim cov lus qhia fab kev nqus cuas thiab cov lus qhia ntawm Cal/OSHA.
- ❑ Ua raws li [cov hau kev qhia txog kev tu ntshuav kom huv si uas zoo mob hlab ntsws hawb pob](#) uas tau hais qhia los ntawm Xeev California Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm txog Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeev (California Department of Public Health, CDPH).
- ❑ Siv lub tshuab nqus uas muaj lub taub lim HEPA tu ntshuav cov plag tsev kom huv si los sis lwm cov hauv kev uas tsis ua rau cov pathogens tawg ya rau saum huav sau cua.
- ❑ Xav txog kev hloov kho tshiab txhawm rau txhim kho huab cua pom thiab cov chaw nqus cua.
- ❑ Nruab paib kom thoob plaws rau lub chaw qoj cev-ua kom muaj zog uas yog ua los pov thaiv kev sib kis kab mob, xam nrog qhov tseem ceeb ntawm kev rau cov npog ntsej muag thiab nquag ntshuav tes.



## Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- ❑ Siv kev ntsuas txhawm rau cais cov neeg los ntawm kev nyob sib nrug yam tsawg kawg rau fij (feet) uas siv kev ntsuas xws li cov kev kem lub cev los sis lub zeem muag (xws li., siv Plexiglas los thaiv ntawm hauv ntej ntawm lub rooj los sis cov cheeb tsam chaw txais tos, los sis cov paib qhia qhov caw sawv rau cov neeg thaum tos siv tej yam khoom).
- ❑ Cov khoom siv muab tso sib nrug yam tsawg kawg rau feet.
- ❑ Siv cov teev tshwj xeeb rau cov pej xeev uas muaj kev pheej hmoo siab los sis lub cev tsis muaj zog.

- ❑ Hloov kho cov cai tswj neeg nyob hauv tsev thiab kom muaj ciam txwv qhov ntau ntawm cov tub lag luam ua tau tso cai nyob rau hauv lub chaw tib lub sij hawm.
- ❑ Siv qhov kev sib tham hauv online.
- ❑ Siv ib txoj kev mus tawm thoob plaws lub chaw kom saib pom.
- ❑ Tshem tej rooj tog hauv cov cheeb sam neeg nyob thiab/los sis hlua xov cov cheeb tsam caws tswv cuab nyob.
- ❑ Hloov cov thawv ua muab xauv rau cov chav uas maub xauv.
- ❑ Txhua cov kev nyob sib nrug ntawm cov khoom thiab cov tshuab yam tsawg kawg rau feet los sis tshem qee cov tshuab tawm ntawm kev pab cuam.
- ❑ Hloov kho cov kev muab kev cob qhia ntiasg tug thiab cov kev cob qhia ua pawg nyob rau hauv cov chav txhawm rau muab kev cob qhia txog kev nyob sib nrug.
- ❑ Hloov kho cov rooj sib tham ntiasg tug rau cov neeg ua hauj lwm txhawm rau kom ntseeg siab tias ua tau li kev nyob sib nrug los sis ua kom cov rooj sib tham ua raws li cov lus hais tseg.
- ❑ Muab kev hloov kho cov luag hauj lwm rau cov neeg ua hauj lwm kom yuav tsum ua.
- ❑ Hloov cov caij tso neeg ua hauj lwm, ua raws li cov cai ntawm tus nqi zog thiab cov teev sij hawm ua hauj lwm, txhawm rau kom txuag kev nyob sib nrug deb.
- ❑ Kaw cov chav so, siv qhov los kem, los sis ua kom cov tog zaum nyob sib nrug. Tsim cov chaw so nyob sab nraum zoov uas muaj cov khwb roos thiab muaj chaw zaum kom txuag tau kev nyob sib nrug deb ntawm lub cev.

# Cov Kev Txiaiv Txim Siab Ntxiv ntsig txog Chav Dej thiab Chav Da Dej

- ☐ Tu cov chaw sib koom siv thiab cov chav muaj thawv rau khoom siv yam tsawg kawg ob zaug rau ib hnuv.
- ☐ Tsim thiab nthuav tawm lub sij hawm tu kom huv rau cov chav dej thiab cov chav muaj thawv rau khoom.
- ☐ Yuav tsum paub meej tias tej khoom siv hauv chav dej ntawd yuav tsum siv tau thiab muaj tseg cia txhua lub sij hawm.
- ☐ Nruab cov khoom siv uas tsis tas siv tes tuav, xws li cov dab dej uas muaj xees xawj txhom tau kev txav mus los thiab cov nyem kom xab npum tawm thiab lwm yam.
- ☐ Ua kom cov qhov rooj hauv cov chav so uas muaj neeg siv coob tuaj yeem qhib thiab kaw yam tsis tas xuas tes kov cov tes tuav los sis cov chaw tswj kom qhib. Yog tsis li ces, muab ib lub thawb ntim khib nyiab tso rau ntawm lub qhov rooj kom siv tau cov ntawv so tes los tuav qhib qhov rooj tag ces pov tseg.
- ☐ Qhia rau cov qhuas kom paub tias tej qhov chaw ntxuav tes tuaj yeem yog qhov chaw kis kab mob los tau yog lis yuav tsum tsis txhob tso txhuam hniav thiab ua lwm lwm yam ntawm lub dab ntxuav tes ncaj nraim.
- ☐ Pom zoo siv lub ywg dej thaum ua muaj daim ntau thaiv tsi pub dej txaws nkaus xwb. Tsis li ces, ua ciam txwv los tswj lub cev kev nyob sib nruv.
- ☐ Sau ntawv lo qhia rau hauv chav dej txog kab kev ntxuav tes kom nraug.

# Ua Kev Txiaiv Txim Siab Ntxiv rau Tej Pas Dej Da Ua Si thiab Tej Chaw Sib Tw Ua Luam Dej

- Ua raws li kev qhia ntawm CDC txhawm rau kom ntseeg siab tias lub dab da dej thiab cov pag dej muaj kev tus yam huv si thiab tua kab mob yam tim nyob rau tus neeg siv.
- Kaws cov chaw ua si dej kom txog ntuas thaum ua yuav muaj kev hloov pauv mua ua lwm yam.
- Kaws lub chawv ncus fws dej thiab da dej kub kom txog ntuas tej nov yuav rov los ua hauj lwm tau.
- Muab lus qhia rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua kom tsis txhob rau ntaub npog ntsej muag thaum nyob hauv dej, thiab tsis li ces kom ua raws li CDPH cov lus qhia txog kev npog ntsej muag.
- Tswj cov theem tshuaj tsuag tua kab mob thiab pH kom raug.
- Ua kom ntseeg tias muaj kev nyab xeeb thiab siv raug thiab khaws tshuaj tua kab mob kom zoo.
- Teeb tsim ib qho txheej teg ua hauj lwm los mus qhia txog qhov txawv ntawm khoom vaj tsev thiab khoom siv uas tau raug muab tu ntxuav kom huv si lawm thiab cov uas tseem tsis tau raug muab tu huv.
- Yog tias muab cov phuam thiab cov khaub ncaws uas muab tuaj ntawd ntxhua rau hauv lub tshuab ntxhua khawb ncaws ntxhua uas yog tso qhov kub txias raws li qhov tsim nyog li lub chaw tsim qhov lus qhia, thiab ua kom qhuav zoo. Rau cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg es mam li tuav cov phuam thiab ua kom muaj kev cuam tshuam tsawg tshaj plaws.
- Txhob txhawb kom tib neeg siv sib qiv khoom siv.
- Ua kom ntseeg tias lub chaw ua hauj lwm hloov kho tej khoom siv rau cov qhua kom txo tau qhov sib qiv siv. Ua cov khoom kom huv thiab tsuag tshuaj tua kab mob tom qab siv tag txhua zaus.
- Rau cov chaw da dej hauv tsev, qhia thiab ua kom muaj cua sab nrauv los hloov kom ntau li ntau tau, tshwj tsis yog nws ho ua rau phom sij.
- Hloov txav tej chaw nyob chaw zaum thiab lwm yam uas ncig ntawm lub pas dej kom ua rau sawv thiab zaum sib nrug deb tau raws li qhov yuav tsum tau nrug.
- Muab yam los kem quas los sis qhia thiab muab yam saib pom los quas kem kom tib neeg nyob taus ib nrug li ntawm rau feet sab hauv dej thiab sab nrauv ntawm dej.
- Nruab cov thaiv kem qhov chaw uas cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua yuav tau muaj kev sib cuam tshuam thiab nyob kom sib nrug nyuab.
- Siv txheej teg ua hauj lwm teem sij hawm ua ntej yuav siv lub pas dej.
- Txib hauj lwm rau cov neeg ua hauj lwm dhau ntawm tus neeg saib xyuas cov neeg da dej lawm txhawm rau ntsuam xyuas kev ntxuav tes, kev siv cov ntaub npog ntsej muag, thiab kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev.



# Ua Zoo Saib rau Kev Pab Cuam Khoom Noj (Suav Nrog Rau Cov Chaw Ua Dej Qab Zib, Chaw Noj Khoom Ua Si, thiab Chaw Haus Dej Ua Si) thiab Khw Muag Khoom Me

- Ua hauj lwm muag khoom noj raws li cov lus txib tam sim no thiab cov lus qhia rau kev teeb tsa ntawd.
- Kom cov neeg qhua txib yuav cov khoom noj hauv oos lais (online) los sis hauv xov tooj thiab muab khoom noj npaj kom txhij rau mus nqa. Yog tias txib yuav khoom noj ua ntej tsis tau, ua kom ntseeg tias lub cev yuav tsum nyob sib nrug rau thaum mus sawv tos.
- Yog hais tias ua tau, muag cov khoom noj uas twb muab ntim ua pob ua ntej lawm thiab cov khoom noj uas muab qhwv ua ib pob lawm. Muab ib daim ntaub qhwv zaub mov xim nyiaj dawb thiab tsos roj hmab coj los qhwv qhov khoom noj ua ib pob.
- Txhawb siab rau kev siv cov npav credit card los sis kom lees txais kev them nyiaj hauv xov tooj. So cov khoom siv los them nyiaj tom qab siv tag.

