

# HƯỚNG DẪN PHÒNG CHỐNG COVID-19 CHO TỪNG NGÀNH NGHỀ:

## Dịch Vụ Chăm Sóc Cá Nhân Mở Rộng

Ngày 20 tháng 10 năm 2020

*Hướng dẫn này được thiết kế để giải quyết các lĩnh vực và hoạt động mở cửa trên toàn tiểu bang. Tuy nhiên, các viên chức y tế địa phương có thể thực hiện các quy tắc nghiêm ngặt hơn được thiết kế phù hợp với điều kiện dịch tễ học địa phương, vì vậy người sử dụng lao động cũng cần xác nhận các chính sách mở cửa địa phương có liên quan.*

# TỔNG QUAN

Vào ngày 19 tháng 3 năm 2020, Viên chức y tế cộng đồng của tiểu bang và Giám đốc Sở Y tế Công cộng California (California Department of Public Health, CDPH) đã ban hành lệnh yêu cầu hầu hết người dân California phải ở nhà để ngăn chặn sự lây lan của dịch COVID-19.

Tác động của COVID-19 đến sức khỏe của người dân California vẫn chưa được biết đến đầy đủ. Bệnh được báo cáo dao động từ rất nhẹ (một số người không có triệu chứng) đến bệnh nặng có thể dẫn đến tử vong. Một số nhóm nhất định, bao gồm những người từ 65 tuổi trở lên và những người mắc các bệnh nền nghiêm trọng, chẳng hạn như bệnh tim hoặc bệnh phổi hoặc tiểu đường, có nguy cơ nhập viện và biến chứng nghiêm trọng cao hơn. Lây truyền rất có thể xảy ra khi người đó tiếp xúc gần hoặc ở khu vực thông khí kém với người bị nhiễm bệnh, ngay cả khi người đó không có bất kỳ triệu chứng nào hoặc chưa phát triển triệu chứng.

Hiện không có thông tin chính xác về số lượng và tỷ lệ mắc COVID-19 theo nhóm ngành hoặc nghề nghiệp, bao gồm cả các nhân viên cơ sở hạ tầng quan trọng. Đã có nhiều đợt bùng phát ở nhiều nơi làm việc, cho thấy rằng nhân viên có nguy cơ mắc hoặc lây nhiễm COVID-19. Ví dụ về những nơi làm việc này bao gồm bệnh viện, cơ sở chăm sóc dài hạn, nhà tù, sản xuất thực phẩm, nhà kho, nhà máy chế biến thịt, nhà hàng và cửa hàng tạp hóa.

Khi sắc lệnh ở tại nhà được điều chỉnh, điều cần thiết là cần thực hiện tất cả các bước có thể để đảm bảo an toàn cho nhân viên và công chúng.

Các thông lệ thực hành phòng ngừa chính bao gồm:

- ✓ giãn cách ở mức tối đa có thể,
- ✓ việc sử dụng khẩu trang của nhân viên (khi không cần bảo vệ đường hô hấp) và khách hàng,
- ✓ rửa tay thường xuyên và vệ sinh và khử trùng thường xuyên,
- ✓ đào tạo nhân viên về những yếu tố này và các yếu tố khác của kế hoạch phòng ngừa COVID-19.

Ngoài ra, điều quan trọng là phải có các quy trình thích hợp để xác định các trường hợp mắc bệnh mới tại nơi làm việc, và sau khi xác định được, cần can thiệp nhanh chóng và làm việc với các cơ quan y tế cộng đồng để ngăn chặn sự lây lan của vi rút.

# MỤC ĐÍCH

Tài liệu này cung cấp hướng dẫn về các dịch vụ chăm sóc cá nhân mở rộng, bao gồm chăm sóc cá nhân cần có sự tiếp xúc với khuôn mặt của khách hàng, ví dụ: chăm sóc da mặt, điện phân và sáp. Hướng dẫn này áp dụng cho các dịch vụ thẩm mỹ, chăm sóc da, điện tử, dịch vụ làm móng, tiệm chuyên về nghệ thuật cơ thể, tiệm xăm hình, tiệm đục lỗ và liệu pháp mát-xa (trong môi trường không phải chăm sóc sức khỏe). Các cơ sở trong các ngành này đang mở cửa ở tất cả các cấp nhưng phải tuân theo các sửa đổi trong hướng dẫn này.

Để biết thông tin cập nhật nhất về trạng thái cấp hạt, hãy truy cập [Kế hoạch chi tiết cho một Nền kinh tế An toàn hơn](#). Xin lưu ý rằng sở y tế địa phương có thể có nhiều tiêu chí hạn chế hơn và giờ đóng cửa khác nhau. Tìm [thông tin địa phương tại hạt của quý vị](#).

Hướng dẫn này nhằm hỗ trợ một môi trường an toàn, sạch sẽ cho nhân viên và khách hàng. Chủ sở hữu giấy phép của cơ sở phải xác nhận rằng người thuê nhà ngắn hạn hoặc dài hạn chỉ nên tiếp tục hoạt động khi họ đã sẵn sàng và có thể thực hiện các biện pháp an toàn cần thiết để đảm bảo an toàn cho họ và khách hàng.

Hướng dẫn này không nhằm mục đích thu hồi hoặc bãi bỏ bất kỳ quyền nào của người lao động cho dù là theo luật định, quy định hoặc thương lượng tập thể, và cũng không đầy đủ, vì nó không bao gồm các lệnh y tế của quận cũng như không thay thế cho bất kỳ yêu cầu quy định hiện hành nào liên quan đến sức khỏe và an toàn, ví dụ như của Cal/OSHA hoặc Hội đồng Cắt tóc và Thẩm mỹ California.<sup>1</sup> Cập nhật những thay đổi đối với hướng dẫn y tế công cộng và lệnh của tiểu bang/địa phương, khi tình hình COVID-19 vẫn còn tiếp diễn. Cal/OSHA cung cấp hướng dẫn toàn diện hơn trên [trang web Hướng dẫn chung của Cal/OSHA về bảo vệ nhân viên trong bối cảnh COVID-19](#). CDC có các yêu cầu bổ sung trong [hướng dẫn](#) dành cho doanh nghiệp và chủ sử dụng lao động.

## Bắt buộc sử dụng khẩu trang

Vào ngày 18 tháng 6, CDPH đã ban hành [Hướng dẫn sử dụng khẩu trang](#), trong đó quy định các thành viên của cộng đồng và nhân viên bắt buộc phải sử dụng khẩu trang trong môi trường công cộng và ở nơi làm việc có nguy cơ phơi nhiễm cao. Bạn có thể xem thông tin đầy đủ, bao gồm tất cả các yêu cầu và trường hợp ngoại lệ đối với những quy tắc này, trong [hướng dẫn](#).

[Hướng dẫn về Khẩu trang của CDPH](#) có thể được cập nhật bổ sung dựa trên hiểu biết khoa học hiện tại về việc lây truyền vi-rút gây ra COVID-19. Vui lòng kiểm tra trang web CDPH để biết bất kỳ sửa đổi nào.



## Kế hoạch cụ thể về nơi làm việc

- Mỗi địa điểm cần lập một kế hoạch phòng ngừa COVID-19 riêng bằng văn bản, thực hiện đánh giá rủi ro toàn diện đối với tất cả các khu vực và nhiệm vụ công việc, mỗi cơ sở cần chỉ định một người phụ trách triển khai kế hoạch.
- Bổ sung [Hướng dẫn Sử dụng khẩu trang của CDPH vào](#) vào kế hoạch cụ thể cho nơi làm việc, bao gồm chính sách xử lý các trường hợp ngoại lệ.
- Xác định thông tin liên hệ của sở y tế địa phương nơi đặt cơ sở kinh doanh để báo thông tin về các đợt bùng phát COVID-19 trong nhân viên hoặc khách hàng.
- Đào tạo và trao đổi với nhân viên, đại diện của nhân viên về kế hoạch và cung cấp kế hoạch cho nhân viên và đại diện của họ.
- Thường xuyên đánh giá nơi làm việc xem có tuân thủ kế hoạch không, nếu phát hiện thấy có thiếu sót thì ghi lại và khắc phục.
- Điều tra bất kỳ ca nhiễm COVID-19 nào và xác định xem liệu có yếu tố liên quan đến nơi làm việc nào có thể đã góp phần tạo nên rủi ro lây nhiễm hay không. Cập nhật kế hoạch để phòng ngừa xảy ra các ca bệnh sau này, nếu cần.
- Triển khai các quy trình và cách thức khi xảy ra bùng phát ở nơi làm việc theo đúng [hướng dẫn của CDPH](#), và sắc lệnh hoặc hướng dẫn của sở y tế địa phương.
- Xác định những người tiếp xúc gần (trong phạm vi 6 feet trong 15 phút hoặc lâu hơn) với nhân viên hoặc bị nhiễm và thực hiện các biện pháp để cách ly nhân viên dương tính với COVID-19 và những người tiếp xúc gần.
- Thông báo cho tất cả nhân viên bằng văn bản và chủ lao động về nhân viên được ký hợp đồng phụ, những người có thể đã tiếp xúc với COVID-19 và báo cáo các đợt bùng phát dịch tại nơi làm việc cho sở y tế địa phương. Để biết thêm thông tin về trách nhiệm của chủ lao động theo [AB 685](#) (Chương 84, Điều lệ năm 2020), hãy tham khảo [Các Yêu cầu về Thực thi Nâng cao và Báo cáo của Chủ lao động](#) từ Cal/OSHA và [Các câu hỏi của Chủ lao động về AB 685](#) từ CDPH.
- Tuân thủ các hướng dẫn dưới đây. Việc không tuân thủ có thể dẫn đến bị mắc bệnh ở nơi làm việc, khiến cơ sở có thể phải bị tạm thời đóng cửa hoặc hạn chế.



## Các Chủ Đề Huấn Luyện Nhân Viên

- Thông tin về [COVID-19](#), cách ngăn chặn lây lan, và [những người có nguy cơ mắc bệnh nặng](#) hoặc tử vong cao hơn.
- Tự khám sàng lọc tại nhà, bao gồm đo nhiệt độ và/hoặc kiểm tra triệu chứng theo [hướng dẫn của CDC](#).
- Tầm quan trọng của việc không tới làm việc:

- Nếu một nhân viên có các triệu chứng của COVID-19 như [được CDC mô tả](#), chẳng hạn như sốt hoặc ớn lạnh, ho, thở gấp hoặc khó thở, mệt mỏi, đau nhức cơ hoặc cơ thể, nhức đầu, mất vị giác hoặc khứu giác mới, đau cổ họng, nghẹt mũi hoặc chảy nước mũi, buồn nôn, nôn mửa hoặc tiêu chảy, **HOẶC**
- Nếu một nhân viên được chẩn đoán mắc COVID-19 và chưa hết cách ly, **HOẶC**
- Nếu trong vòng 14 ngày qua, một nhân viên đã tiếp xúc với người đã được chẩn đoán mắc COVID-19 và được coi là có khả năng lây nhiễm (tức là vẫn đang bị cách ly).
- Để trở lại làm việc sau khi chẩn đoán COVID-19 sau khi đáp ứng [Hướng dẫn của CDPH về việc Trở lại nơi làm việc hoặc trường học sau khi được chẩn đoán mắc COVID-19](#).
- Tìm sự chăm sóc y tế nếu các triệu chứng trở nặng, bao gồm đau dai dẳng hay tức ngực, lú lẫn, môi hoặc mặt xanh xao. Bạn có thể xem cập nhật và chi tiết thêm trên [trang web của CDC](#).
- Tầm quan trọng của việc rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước, bao gồm chà bằng xà phòng trong 20 giây (hoặc sử dụng nước khử trùng tay với ít nhất 60% ethanol (ưu tiên) hoặc 70% isopropanol (nếu sản phẩm không thể tiếp cận được với trẻ em không có người giám sát) khi nhân viên không thể đến bồn rửa tay hoặc trạm rửa tay, theo [hướng dẫn của CDC](#)). Tuyệt đối không sử dụng chất sát trùng tay [chứa methanol](#) do chất này có độc tính cao với cả trẻ em và người lớn.
- Tầm quan trọng của việc giãn cách xã hội, cả cả lúc làm việc và nghỉ ngơi (xem phần Giãn cách bên dưới).
- Đeo khẩu trang đúng cách, bao gồm:
  - Khẩu trang không phải là thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE).
  - Khẩu trang không thay thế nhu cầu giãn cách và rửa tay thường xuyên.
  - Khẩu trang phải che kín mũi và miệng.
  - Nhân viên nên rửa hoặc sát trùng tay trước và sau khi sử dụng hoặc chỉnh khẩu trang.
  - Tránh chạm vào mắt, mũi và miệng.
  - Không được chia sẻ khẩu trang và phải giặt hoặc vứt bỏ sau mỗi ca trực.
- Thông tin trong [Hướng dẫn sử dụng khẩu trang của CDPH](#) quy định các trường hợp phải đeo khẩu trang và các trường hợp miễn đeo, cũng như các chính sách, quy tắc làm việc và biện pháp thực hành mà nhà tuyển dụng đã áp dụng để đảm bảo sử dụng khẩu trang. Nội dung đào tạo cũng bao gồm các chính sách đối với nhân viên về cách xử lý người được miễn đeo khăn che mặt.

- Đảm bảo mọi nhà thầu độc lập, nhân viên tạm thời hoặc hợp đồng tại cơ sở cũng được đào tạo thích hợp về các chính sách phòng ngừa COVID-19 và có nguồn cung cấp và PPE cần thiết. Thảo luận trước về các trách nhiệm này với các tổ chức cung cấp lao động tạm thời và/hoặc hợp đồng.
- Thông tin về quyền lợi nghỉ phép hưởng lương mà chủ tuyển dụng hoặc chính phủ dành cho nhân viên để nhân viên có sự hỗ trợ về mặt tài chính khi ở nhà. Xem thêm thông tin về [các chương trình của chính phủ hỗ trợ nghỉ ốm và bồi thường cho người lao động về COVID-19](#), bao gồm quyền nghỉ ốm của người lao động theo [Đạo luật Ứng phó với vi-rút Corona dành cho gia đình đầu tiên](#).



## Các biện pháp kiểm soát và sàng lọc cá nhân

- Thực hiện sàng lọc nhiệt độ và/hoặc triệu chứng cho tất cả nhân viên khi bắt đầu ca làm việc và bất kỳ nhà cung cấp hoặc nhà thầu nào vào cơ sở. Đảm bảo người khám sàng lọc nhiệt độ/triệu chứng phải tránh tiếp xúc gần với nhân viên trong chừng mực có thể.
- Nếu yêu cầu tự tầm soát ở nhà (đây là giải pháp thích hợp thay cho việc tầm soát tại cơ sở), hãy đảm bảo rằng việc tầm soát đã được thực hiện trước khi nhân viên ra khỏi nhà để đến ca làm và tuân thủ [hướng dẫn của CDC](#), như được mô tả trong phần Chủ đề đào tạo nhân viên ở trên.
- Khuyến khích nhân viên và khách hàng ở nhà khi bị ốm bệnh hoặc có biểu hiện các triệu chứng của COVID-19.
- Nhà sử dụng lao động phải cung cấp và đảm bảo người lao động sử dụng tất cả các thiết bị bảo hộ cần thiết, bao gồm bảo vệ mắt, găng tay và khẩu trang khi cần thiết.
- Chủ lao động nên cân nhắc xem sử dụng găng tay dùng một lần có thể hữu ích để bổ sung cho việc rửa tay thường xuyên hoặc sử dụng chất khử trùng tay; ví dụ như cho những nhân viên đang sàng lọc những người khác về các triệu chứng hoặc xử lý các vật dụng thường chạm vào. Nhân viên nên đeo găng tay khi xử lý các vật dụng bị nhiễm dịch cơ thể.
- Cần đeo găng tay dùng một lần cho các dịch vụ cần sử dụng găng tay. Đeo găng tay phải kết hợp với rửa tay thường xuyên và không thay thế cho việc rửa tay thường xuyên.
- Nhân viên luôn phải ở trong khoảng cách 6 feet với khách hàng hoặc đồng nghiệp phải sử dụng biện pháp bảo vệ thứ cấp (ví dụ: tấm che mặt hoặc kính bảo hộ) ngoài khẩu trang. Tất cả nhân viên cần giảm thiểu thời gian dành cho khách trong vòng sáu feet.
- Liên hệ với khách hàng trước các lần khám để xác nhận cuộc hẹn và hỏi xem họ hoặc ai đó trong gia đình của họ có bất kỳ biểu hiện nào của các triệu chứng COVID-19 không. Nếu khách hàng trả lời có, hãy sắp xếp lại cuộc hẹn. Việc trao đổi thông tin như vậy có thể được thực hiện qua điện thoại, ứng dụng, email hoặc



tin nhắn để nhắc nhở khách hàng rằng họ chỉ nên đến cơ sở để thực hiện cuộc hẹn nếu họ không tạo ra nguy cơ về sức khỏe cho các khách hàng hoặc nhân viên khác. Để thực hiện các quy trình sàng lọc trước và đảm bảo các quy trình giãn cách, hãy xem xét tạm dừng tiếp khách không có hẹn trước.

- Cho khách hàng biết rằng bạn bè hoặc gia đình của họ sẽ không được phép vào trong cơ sở, ngoại trừ cha mẹ hoặc người giám hộ đi cùng trẻ vị thành niên.
- Khách hàng cần được kiểm tra thân nhiệt và/hoặc các triệu chứng khi đến nơi, yêu cầu sử dụng chất khử trùng tay và đeo khẩu trang trừ khi được miễn theo [Hướng dẫn về Khẩu trang của CDPH](#). Các chủ lao động có quyền từ chối không cho khách hàng hoặc khách có triệu chứng đi vào cơ sở.
- Treo một bộ hướng dẫn dành cho khách hàng về các điều kiện để vào cơ sở. Các hướng dẫn phải bao gồm hướng dẫn đeo khẩu trang, sử dụng nước khử trùng tay, duy trì giãn cách với các khách hàng khác và họ nên thông báo về những thay đổi đối với việc cung cấp dịch vụ. Các hướng dẫn nên được treo ở những vị trí dễ thấy như tại lối vào, có hình ngữ và được tạo dưới dạng điện tử (ví dụ như qua email).



## Các quy trình thông gió, làm sạch và khử trùng

- Cân nhắc mở cửa sổ phòng điều trị, nếu khả thi và phù hợp với các quy trình an ninh.
- Cân nhắc việc lắp đặt máy lọc khí di động có hiệu suất cao, nâng cấp bộ lọc khí của tòa nhà đạt hiệu suất cao nhất nếu có thể, và chỉnh sửa các chi tiết khác để tăng lượng không khí và thông gió bên ngoài ở tất cả các khu vực làm việc.
- Kiểm tra định kỳ [trang web của CDPH](#) để biết thông tin cập nhật về chất lượng không khí trong nhà và hướng dẫn thông gió đối với các bệnh do không khí ở môi trường trong nhà.
- Đảm bảo rằng đồng nghiệp, người thuê nhà cùng, người thuê quầy hàng, và/hoặc nhân viên đã phối hợp và triển khai kế hoạch vệ sinh và khử trùng vào đầu và cuối mỗi ca làm việc và sau mỗi lần khách hàng sử dụng. Thực hiện vệ sinh kỹ lưỡng ở các khu vực có nhiều người qua lại, chẳng hạn như khu vực tiếp tân và các khu vực lối vào và lối ra bao gồm cầu thang, cầu thang và tay vịn.
- Thường xuyên khử trùng các bề mặt thường được sử dụng, bao gồm các thiết bị đầu cuối thẻ tín dụng, quầy, chỗ ngồi tại khu vực tiếp tân, tay nắm cửa, công tắc đèn, điện thoại, nhà vệ sinh và thiết bị rửa tay.
- Đánh giá các quy trình thông gió, vệ sinh và khử trùng hiện có và các quy trình vệ sinh cũng như cập nhật khi cần thiết. Sử dụng [các sản phẩm được Cơ quan Bảo vệ Môi trường \(Environmental Protection Agency, EPA\) phê duyệt](#), cấp độ bệnh viện để vệ sinh và khử trùng bất cứ thứ gì khách hàng tiếp xúc, bao gồm bàn điều trị, tấm đỡ mặt, ghế đầu, đệm, nút cửa, bàn phụ, ghế, v.v. Làm theo khuyến cáo của nhà sản xuất sản phẩm về thời gian tiếp xúc. Sử dụng chất khử trùng có gắn

nhân ghi là có hiệu quả đối với các loại mầm bệnh do vi-rút mới, dung dịch thuốc tẩy gia dụng pha loãng (5 thìa canh pha với 1 gallon nước) hoặc dung dịch cồn có nồng độ cồn ít nhất là 70%, loại thích hợp với bề mặt. Tổ chức đào tạo cho nhân viên nhận biết về các nguy cơ từ hóa chất, chỉ dẫn sử dụng của nhà sản xuất, yêu cầu thông gió và theo yêu cầu về sử dụng an toàn của Cal/OSHA. Nhân viên sử dụng nước vệ sinh hoặc chất tẩy rửa nên đeo găng tay và các thiết bị bảo hộ khác theo yêu cầu của sản phẩm. Tuân thủ [các phương pháp vệ sinh an toàn cho người bị bệnh hen suyễn](#) được Sở y tế Công cộng California khuyến nghị.

- Do không thể dễ dàng khử trùng các bề mặt xốp như ghế ngồi, hãy cân nhắc việc che phủ bằng lớp lót nhựa hoặc dùng một lần và làm sạch hoặc bỏ lớp lót sau mỗi lần khách hàng sử dụng.
- Khử trùng tất cả các thiết bị ở điểm làm việc và ở các khu vực điều trị đúng cách sau khi mỗi khách hàng sử dụng.
  - Đối với các dụng cụ không xốp, chẳng hạn như nhíp hoặc kéo, hãy làm sạch dụng cụ bằng nước xà phòng nóng để loại bỏ các mảnh vụn. Rửa sạch và lau khô hoàn toàn dụng cụ. Tiếp theo là ngâm dụng cụ trong chất khử trùng dạng lỏng đã đăng ký EPA được dán nhãn là thuốc diệt khuẩn, thuốc diệt nấm và vi-rút trong toàn bộ thời gian tiếp xúc theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Các vật dụng cần được lấy ra vào cuối thời gian tiếp xúc, rửa sạch và lau khô bằng khăn giấy sạch.
  - Đối với các thiết bị điện như đèn LED thu phóng, lò sưởi khăn nóng và thiết bị thẩm mỹ, hãy vệ sinh thiết bị bằng cách xịt hoặc lau sạch để loại bỏ các mảnh vụn vật lý. Tuân thủ quy trình xịt hoặc lau chất khử trùng đã đăng ký với EPA trong toàn bộ thời gian tiếp xúc như lưu ý trong hướng dẫn của nhà sản xuất. Thận trọng khi sử dụng bình xịt và đảm bảo rằng thiết bị của bạn được rút phích cắm và không phun vào động cơ. Đối với các thiết bị điện tử như máy tính bảng, màn hình cảm ứng, bàn phím, điều khiển từ xa và máy ATM, hãy vệ sinh những vết bẩn có thể nhìn thấy nếu có. Làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất đối với tất cả các sản phẩm làm sạch và khử trùng. Cân nhắc sử dụng nắp có thể lau dành cho các thiết bị điện tử. Nếu không có hướng dẫn của nhà sản xuất thì cân nhắc việc sử dụng khăn lau hoặc bình xịt chứa ít nhất 60% cồn để khử trùng màn hình cảm ứng. Sấy khô bề mặt thật kỹ để tránh tích tụ chất lỏng.
- Để giảm thiểu nguy cơ từ [bệnh nhiễm trùng phổi Legionnaires](#) và các bệnh khác liên quan đến nước, [thực hiện các bước](#) để đảm bảo rằng tất cả các hệ thống nước (ví dụ: vòi uống nước) an toàn để sử dụng sau khi cơ sở ngừng hoạt động trong thời gian dài.
- Khi sử dụng khăn, ngay cả khi khách hàng không đắp khăn thì vẫn phải tháo khăn và giường hoặc bàn phải được khử trùng đúng cách. Phải che phủ các bàn điều trị bằng giấy lau bàn sạch, khăn sạch hoặc tấm phủ sạch sau mỗi lần sử dụng.
- Nhân viên nên đeo găng tay dùng một lần khi tháo khăn trải giường, khăn tắm đã qua sử dụng và các loại khăn phủ khác, bao gồm chăn và tấm phủ cho khách hàng trong mỗi lần điều trị. Không giữ quần áo bẩn. Đặt khăn trải giường đã sử dụng vào thùng có nắp, có lót, được đặt bên ngoài không gian điều trị, nếu có



thể, để giảm thiểu khả năng phát tán vi-rút trong không khí. Không được sử dụng lại khăn bẩn cho đến khi được giặt đúng cách bằng dịch vụ giặt là thương mại hoặc theo quy trình giặt là bao gồm ngâm trong nước ít nhất 160 độ Fahrenheit trong ít nhất 25 phút. Bảo quản tất cả khăn sạch ở nơi sạch sẽ, có nắp đậy.

- Nếu có thể, không làm sạch sàn bằng cách quét hoặc các phương pháp khác có thể phân tán mầm bệnh vào không khí trừ khi tất cả mọi người trong khu vực có PPE thích hợp. Sử dụng máy làm sạch chân không với bộ lọc HEPA bất cứ khi nào có thể.
- Không để thức ăn hay đồ uống ở các điểm làm việc hoặc trong phòng điều trị.
- Vệ sinh kỹ mọi khu vực trưng bày sản phẩm, bao gồm tất cả các giá treo và hộp đựng. Dọn và loại bỏ bất kỳ sản phẩm "dùng thử" đang mở nào và ngừng thực hiện việc này nhằm giúp giảm lây nhiễm. Bổ sung băng hiệu vào khu vực này để cho khách hàng biết rằng khu vực được vệ sinh và khử trùng hàng ngày.
- Khuyến khích sử dụng thẻ tín dụng và hệ thống thanh toán không tiếp xúc. Nếu không thể thanh toán bằng phương thức điện tử hoặc thanh toán bằng thẻ, khách hàng nên thanh toán bằng séc hoặc tiền mặt đúng số tiền.
- Cân nhắc chuyển thành vòi nước, xà phòng và hộp khăn giấy không chạm, và thêm hộp nước rửa tay tự động, không chạm. Đảm bảo hộp đựng xà phòng và hộp khăn giấy được bổ sung thường xuyên.
- Trang bị khu vực tiếp tân và khu vực làm việc với các sản phẩm vệ sinh phù hợp, bao gồm dung dịch sát khuẩn tay và khăn lau khử trùng.
- Bố trí thời gian để nhân viên triển khai các biện pháp vệ sinh trong ca làm của mình. Nên giao cho nhân viên nhiệm vụ vệ sinh trong giờ làm việc và coi đó là một phần của công việc.
- Nhân viên nên tránh dùng chung điện thoại, máy tính bảng, máy tính xách tay, bàn làm việc, bút và các vật dụng làm việc khác, bất cứ khi nào có thể. Không bao giờ dùng chung PPE.
- Ngoài các quy trình vệ sinh và khử trùng trên, các doanh nghiệp phải tuân theo các [Các quy tắc của Hội đồng cắt tóc và Thẩm mỹ California](#). Các quy tắc bổ sung cũng có thể áp dụng cho các doanh nghiệp ở cấp địa phương, cấp hạt.



## Hướng Dẫn Về Giãn Cách Xã Hội

- **CẢNH BÁO:** chỉ riêng giãn cách xã hội không đủ để phòng ngừa lây truyền COVID-19.
- Thực hiện các biện pháp để đảm bảo giãn cách tối thiểu sáu feet giữa nhân viên và khách hàng, trừ khi cung cấp các dịch vụ cần tiếp xúc gần. Có thể bao gồm việc sử dụng các vách ngăn hoặc tín hiệu thị giác (ví dụ: ký hiệu, băng màu, hoặc dấu hiệu sàn để chỉ vị trí mà nhân viên và/khách hàng thăm nên đứng).

- Duy trì khoảng cách tối thiểu sáu feet giữa mỗi khu vực trạm làm việc, và/hoặc sử dụng tấm ngăn cách không thấm nước giữa các trạm làm việc để bảo vệ giữa các khách hàng và bảo vệ nhân viên.
- Sắp xếp xen kẽ các cuộc hẹn để giảm tắc nghẽn tiếp đón ở khu vực tân và đảm bảo có đủ thời gian để vệ sinh và khử trùng phù hợp giữa mỗi lần khách hàng đến. Cân nhắc phục vụ ít khách hàng hơn mỗi ngày hoặc kéo dài giờ làm việc để có thêm thời gian giữa các khách hàng và tạm dừng tiếp khách không có hẹn trước.
- Nếu có thể, triển khai công nghệ đăng ký từ xa để đảm bảo rằng nhân viên được thông báo khi khách hàng đến. Yêu cầu khách hàng chờ ở bên ngoài hoặc trong xe của họ thay vì tập trung ở khu vực tiếp tân. Các khu vực tiếp tân chỉ nên có một khách hàng tại một thời điểm hoặc khu vực đó nên được điều chỉnh để có thể thực hiện giãn cách phù hợp, bao gồm bỏ bớt ghế và ghế sofa hoặc di chuyển chúng ra xa hơn.
- Đối với các hoạt động ngoài trời, hãy thiết lập khu vực tiếp tân ngoài trời, nơi khách hàng có thể làm thủ tục đăng ký trong khi vẫn tuân theo các hướng dẫn giãn cách. Thực hiện các biện pháp tại quầy lễ tân hoặc các khu vực khác không thể duy trì giãn cách để giảm thiểu tiếp xúc giữa nhân viên và khách hàng, chẳng hạn như tấm mica hoặc các tấm chắn khác.
- Đối với các hoạt động ngoài trời, hãy tạo các khu vực nghỉ ngơi ngoài trời có mái che và chỗ ngồi đảm bảo giãn cách, nếu có thể.
- Thực hiện các biện pháp tại quầy lễ tân hoặc các khu vực khác không thể duy trì giãn cách để giảm thiểu tiếp xúc giữa nhân viên và khách hàng, chẳng hạn như tấm mica hoặc các tấm chắn khác.
- Cân nhắc cung cấp cho nhân viên yêu cầu các tùy chọn nhiệm vụ được điều chỉnh để giảm thiểu tiếp xúc với khách hàng và nhân viên khác (ví dụ: quản lý hàng tồn kho hoặc quản lý nhu cầu hành chính thông qua làm việc từ xa).
- Yêu cầu nhân viên tránh bắt tay, nắm tay, chào bằng cách dùng hai nắm đấm chạm vào nhau, ôm hoặc những cách chào tương tự làm sai quy tắc giãn cách.
- Không cho phép mọi người tụ tập tại các khu vực có nhiều người qua lại như phòng tắm, hành lang, khu vực quầy bar, đặt chỗ và thiết bị đầu cuối cho thẻ tín dụng, v.v.
- Đảm bảo nhân viên có thể duy trì khoảng cách trong phòng nghỉ, sử dụng rào chắn, tăng khoảng cách giữa các bàn/ghế để tách nhân viên, v.v. Nếu có thể, hãy tạo các khu vực nghỉ ngơi ngoài trời với mái che bóng râm và bố trí chỗ ngồi đảm bảo khoảng cách. Không khuyến khích nhân viên tụ tập trong giờ nghỉ và đảm bảo họ không ăn hoặc uống mà không đeo khẩu trang trong phạm vi sáu feet với nhau.
- Điều chỉnh bất kỳ cuộc họp nhân viên nào để đảm bảo giãn cách. Tổ chức các cuộc họp qua điện thoại hoặc qua hội thảo trên web cho nhân viên bất cứ khi nào có thể.



## Những Cân nhắc Bổ sung đối với Dịch vụ Thẩm mỹ và Chăm sóc Da

- Nhân viên cần đeo tấm che mặt để bảo vệ mắt (bằng khẩu trang) khi điều trị cho khách hàng tại các vùng mặt hoặc cổ mà khách hàng không thể đeo khẩu trang.
- Đeo găng tay dùng một lần trong toàn bộ dịch vụ thẩm mỹ và trong khi thực hiện vệ sinh cũng như khử trùng tất cả các dụng cụ và bề mặt sau khi mỗi khách hàng sử dụng.
- Trước khi rời khỏi phòng hoặc khu vực điều trị, hãy tháo và thải bỏ găng tay, dùng dung dịch sát khuẩn tay phù hợp hoặc rửa tay bằng xà phòng và nước, và sử dụng tấm ngăn cách dùng một lần đã chuẩn bị trước, chẳng hạn như khăn giấy hoặc khăn lau khử trùng để mở và đóng cửa phòng điều trị trong khi rời khỏi phòng.
- Phải sử dụng dụng cụ cấy dùng một lần và thải bỏ ngay sau khi sử dụng vào thùng rác có lót túi nhựa. Thùng rác phải có nắp và phải được lót một túi nhựa dùng một lần.



## Những Cân nhắc Bổ sung đối với Dịch vụ Điện học

- Không được cung cấp các dịch vụ điện học trong môi trường ngoài trời vì chúng là các thủ thuật xâm lấn đòi hỏi phải thực hiện trong môi trường vệ sinh có kiểm soát một cách an toàn.
- Các kỹ thuật điện học phải sử dụng găng tay dùng một lần trong toàn bộ quá trình điều trị của khách hàng. Kỹ thuật viên điện học cần đeo tấm che mặt để bảo vệ mắt (bằng khẩu trang) khi điều trị cho khách hàng tại các vùng mặt hoặc cổ mà khách hàng không thể đeo khẩu trang.
- Khách hàng có bất kỳ khu vực nào khác được điều trị phải được yêu cầu đeo khẩu trang trong suốt quá trình thực hiện dịch vụ, nếu có thể đeo theo [Hướng dẫn về khẩu trang của CDPH](#).
- Cần làm sạch và tiệt trùng nhíp, con lăn và nắp chụp kim phù hợp sau khi mỗi khách hàng sử dụng. Có thể bao gồm việc sử dụng nồi hấp hoặc đặt các vật dụng vào một túi kín và tiệt trùng chúng trong máy tiệt trùng nhiệt khô. Không nên mở lại túi cho đến khi buổi điều trị của khách hàng tiếp theo bắt đầu.
- Nếu có thể, hãy sử dụng các đầu dò dùng một lần không cần đầu hoặc nắp đầu dò, việc này sẽ làm giảm các điểm phơi nhiễm. Nếu không sử dụng đầu hoặc nắp đầu dò dùng một lần, đầu hoặc nắp có thể tháo rời của giá đỡ kim/đầu dò phải được làm sạch và khử trùng sau mỗi khách hàng.
- Kim được sử dụng để điện phân phải được sử dụng một lần, đóng gói sẵn và vô trùng và thải bỏ trong hộp đựng vật sắc nhọn được phê duyệt ngay sau khi sử dụng. Các thùng đựng vật sắc nhọn phải được loại bỏ theo quy định về chất thải sinh học.

- Nhiệt tạo ra bởi dòng điện đi qua kim điện phân không đủ để khử trùng nó.
- Bộ phận vệ sinh bằng sóng siêu âm, kẹp và tất cả các hộp chứa, kể cả các bộ phận có thể tháo rời của chúng, phải được vệ sinh và khử trùng sau mỗi lượt khách hàng theo hướng dẫn của nhà sản xuất.



## Những Cân nhắc Bổ sung đối với Dịch vụ làm móng

- Khách hàng phải rửa tay trước khi được cung cấp dịch vụ làm móng.
- Nhân viên phải luôn đeo khẩu trang hoặc mặt nạ phòng độc khi có yêu cầu. Cần có mặt nạ khi không có đủ thông gió để giảm phơi nhiễm dưới giới hạn phơi nhiễm cho phép được đưa ra trong tiêu đề 8 [phần 5155](#). Trong trường hợp tiếp xúc với hóa chất, chỉ các mặt nạ đàn hồi có hộp hóa chất phù hợp kết hợp với bộ lọc hạt mới phù hợp để sử dụng.
- Đeo găng tay dùng một lần trong suốt quá trình dịch vụ và trong khi thực hiện vệ sinh cũng như khử trùng tất cả các dụng cụ và bề mặt sau khi mỗi khách hàng sử dụng. Sau khi vệ sinh xong, tháo và thải bỏ găng tay và dùng nước khử trùng tay phù hợp hoặc rửa tay bằng xà phòng và nước.
- Hoạt động sửa móng được thực hiện bên ngoài sẽ chỉ dành cho các bồn/bát sơn di động và được khử khuẩn bằng dung dịch khử trùng đã đăng ký với EPA được dán nhãn là thuốc diệt khuẩn, thuốc diệt nấm và vi-rút. Tham khảo hướng dẫn của nhà sản xuất về nồng độ. Cần thực hiện khử trùng bên trong tiệm làm móng chứ không phải ở ngoài trời tạm thời.
- Cần khử khuẩn các bồn/bát sơn sửa móng bằng dung dịch khử trùng đã đăng ký với EPA được dán nhãn là thuốc diệt khuẩn, thuốc diệt nấm và vi-rút. Tham khảo hướng dẫn của nhà sản xuất về nồng độ. Đối với bồn ngâm chân có tạo sóng, bồn rửa chân có vòi phun khí hoặc bồn ngâm chân không có đường ống, chất khử trùng phải được lưu thông ít nhất 10 phút. Đối với những chậu và bồn ngâm chân không tạo sóng, hãy ngâm chất khử trùng trong chậu hoặc bồn ít nhất 10 phút. Bồn ngâm chân, bồn rửa và bát rửa chân phải được làm sạch và khử trùng đúng cách sau mỗi lượt khách hàng ngay cả khi sử dụng miếng lót nhựa dùng một lần.
- Các tiệm làm móng cần sử dụng vật tư dùng một lần bất cứ khi nào có thể. Cần khử trùng hoàn toàn mọi vật tư không dùng một lần sau khi mỗi khách hàng sử dụng theo hướng dẫn của Hội đồng Nghề làm tóc và Thẩm mỹ California.
- Tất cả các vật dụng sử dụng một lần, chẳng hạn như giũa làm bằng giấy các tông, giấy chà nhám cho giũa điện và cục chà móng, dép dùng một lần, dụng cụ tách ngón chân và dụng cụ thoa bôi phải được sử dụng một lần và vứt bỏ ngay vào thùng rác có lót túi nhựa, có nắp đậy.
- Để giảm số lượng các điểm tiếp xúc, hãy dọn bỏ các kệ đựng sơn móng tay. Nếu không có kệ đựng sơn móng tay, hãy sử dụng bảng màu, bảng màu sẽ được vệ sinh và khử trùng sau mỗi lần khách hàng sử dụng. Nếu kệ đựng sơn móng tay không được dọn bỏ, sơn móng phải được vệ sinh và khử trùng trước khi để lại trên kệ.

- Cần nhắc xem có khả thi khi lắp đặt một tấm nhựa ngăn cách giữa nhân viên và khách hàng với không gian rộng rãi để có thể trượt bàn tay hoặc bàn chân bên dưới để tiến hành làm móng tay hoặc móng chân.
- Chỉ cho phép một chuyên viên điều hành làm việc tại mỗi trạm và không cho phép khách hàng nhận được nhiều dịch vụ cùng một lúc, chẳng hạn như làm móng tay và móng chân.
- Nếu sử dụng quạt, chẳng hạn như quạt có để hoặc quạt gắn tường trong thẩm mỹ viện, hãy thực hiện các bước để giảm thiểu không khí từ quạt thổi trực tiếp từ người này về phía người khác. Nếu quạt được tắt hoặc tháo bỏ, chủ lao động cần phải biết về các mối nguy về nhiệt tiềm ẩn và thực hiện các bước để giảm thiểu chúng.
- Các tiệm làm móng cần cân nhắc nâng cấp hệ thống thông gió hiện có để bao gồm các bàn làm móng hiện đang trống cục bộ.



## **Những Cân nhắc Bổ sung đối với các Chuyên gia Nghệ thuật Cơ thể, Tiệm Xăm và Cửa hàng Xỏ khuyên**

- Bắt buộc phải đeo găng tay dùng một lần trong suốt thời gian sử dụng dịch vụ xăm hoặc xỏ khuyên và trong khi thực hiện vệ sinh và khử trùng tất cả các dụng cụ và bề mặt sau mỗi lượt khách hàng.
- Nhân viên cần đảm bảo rửa tay kỹ bằng xà phòng và nước hoặc sử dụng chất khử trùng tay ngay trước khi đeo và sau khi tháo găng tay.
- Tạm dừng dịch vụ xỏ khuyên và xăm hình cho vùng miệng/mũi.
- Cần sắp xếp ghế để đảm bảo khoảng cách tối thiểu sáu feet giữa các khách hàng. Các cơ sở cần xem xét bổ sung tấm chắn chia ngăn hoặc các tấm chắn không thấm nước khác khi thích hợp.
- Nhân viên cần cung cấp dịch vụ xăm hình hoặc xỏ khuyên cho chỉ một khách hàng tại một thời điểm.





## Những Cân nhắc Bổ sung đối với Dịch vụ mát-xa (Môi trường Không phải Chăm sóc Sức khỏe)

- Khách hàng phải rửa tay trước khi được tiến hành bất kỳ dịch vụ nào.
- Cân nhắc thay đổi bố trí bàn điều trị để hỗ trợ các quy trình làm sạch và khử trùng cần thiết. Có thể bao gồm sử dụng các tấm đỡ mặt dùng một lần và/hoặc bảo vệ bàn, các vật dụng giữ ấm bàn, đệm và các vật dụng khác có tấm ngăn cách có thể giặt được như vỏ gối có thể tháo ra và thay thế sau mỗi khách hàng. Các tấm ngăn cách không phải là vật thay thế cho các quy trình vệ sinh và khử trùng được yêu cầu.
- Đánh giá xem liệu mát-xa mặt hoặc dịch vụ chăm sóc mặt khác có được cung cấp hay không. Nếu cung cấp các dịch vụ đó, hãy sử dụng găng tay không chứa cao su khi thực hiện công đoạn này của quá trình điều trị. Không được thực hiện mát-xa mặt nếu cần tháo khẩu trang của khách hàng.
- Cung cấp bất kỳ điều trị tay nào như là phần cuối cùng của dịch vụ.
- Nhân viên cần rửa tay ngay sau khi kết thúc dịch vụ mát-xa.

---

<sup>1</sup> Các yêu cầu bổ sung phải được xem xét đối với những người dễ bị nhiễm bệnh. Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc cá nhân phải tuân thủ tất cả các tiêu chuẩn của [Cal/OSHA](#) và chuẩn bị tuân thủ hướng dẫn của họ cũng như hướng dẫn của [Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) và [Sở Y tế Công cộng California \(CDPH\)](#). Ngoài ra, chủ lao động cần chuẩn bị để sẵn sàng thay đổi hoạt động của mình khi những hướng dẫn đó có thay đổi.

