



# ការណែនាំអំពីជំងឺ កូវីដ-19 សម្រាប់ឧស្សាហកម្ម មុន៖ កសិកម្ម និងបសុសត្វ

ថ្ងៃទី 29 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020

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



# ទិដ្ឋភាពទូទៅ

កាលពីថ្ងៃទី 19 មីនា ឆ្នាំ 2020 កន្លងទៅ មន្ត្រីសុខាភិបាលសាធារណៈប្រចាំរដ្ឋ និងប្រធានមន្ទីរសុខាភិបាលសាធារណៈនៃរដ្ឋ California បានចេញបទបញ្ជាមួយកម្រិតមួយប្រជាជនរដ្ឋ California ភាគច្រើនសម្រាកនៅផ្ទះ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19 ក្នុងចំណោមប្រជាជន។

គេនៅមិនទាន់ដឹងច្បាស់អំពីផលប៉ះពាល់នៃជំងឺកូវីដ-19 ទៅលើសុខភាពប្រជាជនរដ្ឋ California ថាមានណាទេ។ ជំងឺដែលបានរាយការណ៍មកមានតាំងពីកម្រិតស្រាល (អ្នកខ្លះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីសោះ) រហូតដល់កម្រិតជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលអាចបណ្តាលឲ្យស្លាប់។ ក្រុមជាក់លាក់មួយចំនួន រួមទាំងមនុស្សវ័យចំណាស់អាយុ 65 ឆ្នាំឡើងទៅ និងអ្នកដែលមានស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាជំងឺបេះដូង ឬសួត ឬជំងឺទឹកនោមផ្អែមជាដើម កំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺហត់ដង្ហក់ធ្ងន់ធ្ងរ និងតម្រូវឲ្យចូលសម្រាកព្យាបាលក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ ការចម្លងទំនងជានឹងកើតមាននៅពេលមនុស្សប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ឬស្ថិតនៅតំបន់ដែលមិនមានខ្យល់ចេញចូលល្អ ជាមួយនឹងអ្នកដែលបានឆ្លងវីរុស បើទោះជាអ្នកនោះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វី ឬពុំទាន់លេចចេញរោគសញ្ញាក៏ដោយ។

ខណៈនេះ នៅមិនទាន់មានព័ត៌មានច្បាស់ការណ៍ស្តីអំពីចំនួន និងអត្រានៃជំងឺកូវីដ-19 តាមក្រុមអាជីព ឬឧស្សាហកម្ម រួមទាំងក្នុងចំណោមកម្មករហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធសំខាន់ៗនៅឡើយទេ។ កន្លងមកនេះមានការផ្ទុះឡើងច្រើនលើកនៃជំងឺតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការនានាដែលបង្ហាញឲ្យឃើញថា កម្មករកំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬការចម្លងជំងឺកូវីដ-19។ ឧទាហរណ៍នៃកន្លែងធ្វើការទាំងនេះ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ កន្លែងផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរយៈពេលវែង ពន្ធនាគារ ផលិតកម្មម្ហូបអាហារ ឃ្លាំងទំនិញ រោងចក្រកែច្នៃសាច់ និងហាងលក់គ្រឿងទេសផ្សេងៗ។

ដោយសារមានការកែប្រែលើបទបញ្ជាសម្រាកនៅផ្ទះ វាជាការចាំបាច់ណាស់ដែលត្រូវចាត់វិធានការដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពជូនកម្មករ និងសាធារណជន។

ការអនុវត្តលើការបង្ការសំខាន់ៗរួមមាន៖

- ✓ ការរក្សាគម្លាតរាងកាយក្នុងកម្រិតអតិបរមាតាមអាចធ្វើបាន
- ✓ កម្មករ និងភ្ញៀវខាងក្រៅត្រូវប្រើប្រាស់របាំងមុខ (នៅកន្លែងដែលមិនតម្រូវឲ្យមានការការពារផ្លូវដង្ហើម)
- ✓ លាងសម្អាតដៃឲ្យបានញឹកញាប់ និងធ្វើការជូតសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ
- ✓ បណ្តុះបណ្តាលកម្មករអំពីការអនុវត្តបង្ការទាំងនេះ និងផ្នែកផ្សេងទៀតនៃផែនការបង្ការជំងឺកូវីដ-19។

លើសពីនេះ ជាការចាំបាច់ខ្លាំងដែលត្រូវត្រៀមជាស្រេចនូវដំណើរការសមស្រប ដើម្បីកំណត់រកករណីជំងឺថ្មីតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការ និងដើម្បីធ្វើអន្តរាគមន៍ពេលវេលា នៅពេលរកឃើញករណីជំងឺទាំងនោះ និងដើម្បី

សហការជាមួយអាជ្ញាធរសុខាភិបាលសាធារណៈ ក្នុងការរារាំងការឆ្លងរាលដាលនៃមេរោគ។

## គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់នូវសេចក្តីណែនាំសម្រាប់ឧស្សាហកម្មកសិកម្ម និងបុគ្គលិកដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យ និងមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បុគ្គលិក។ ការណែនាំនេះមិនមានចេតនានឹងលុបចោល ឬទុកជានិរាករណ៍នូវសិទ្ធិណាមួយរបស់កម្មករ ទាំងបានកំណត់ដោយច្បាប់ លិខិតបទដ្ឋានគតិយុត្ត ឬមានការចរចាជាសហគមន៍នោះទេ និងមិនមានលក្ខណៈលម្អិតជ្រៅជ្រះ ដោយសារមិនបញ្ចូលនូវបទបញ្ជាសុខភាពរបស់ខោនធី ក៏មិនមែនជាសេចក្តីជំនួសណាមួយឱ្យលក្ខខណ្ឌកម្រិតលិខិតបទដ្ឋានគតិយុត្តជាធរមានទាក់ទងនឹងសុខភាព សុវត្ថិភាព ដូចជា Cal/OSHA នោះផងដែរ។<sup>1</sup>

សូមតាមដានអំពីការប្រែប្រួលនៃការណែនាំសុខភាពសាធារណៈ និងបទបញ្ជាសុខភាពមូលដ្ឋាន ឬរដ្ឋ ខណៈដែលស្ថានភាពជំងឺកូវីដ-19 កំពុងបន្តកើតមាន។ Cal/OSHA មានការណែនាំអំពីសុវត្ថិភាព និងសុខភាពបន្ថែមទៀតលើគេហទំព័រ [ការពារការឆ្លងមេរោគកូវីដ-19 សម្រាប់វិស័យកសិកម្មរបស់ Cal/OSHA](#)។ CDC មានព័ត៌មានបន្ថែមអំពី [គោលការណ៍ណែនាំ](#) សម្រាប់អាជីវកម្ម និងនិយោជក។

# បម្រើបម្រាស់របស់ប្រជាជនដែលតម្រូវ

នៅថ្ងៃទី 18 ខែមិថុនា កន្លងទៅនេះ CDPH បានចេញ [ការណែនាំអំពីការប្រើប្រាស់របស់ប្រជាជន](#) ដែលតម្រូវឱ្យមានការប្រើប្រាស់ទូលំទូលាយនូវរបៀបរបបសមាជិកនៃសាធារណជន និងកម្មករនៅគ្រប់ទីតាំងបម្រើការងារ និងសាធារណៈដែលមានការប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់។

ប្រជាជនរដ្ឋ California ត្រូវពាក់របាំងការពារមុខ នៅពេលពួកគេកំពុងទំនាក់ទំនងការងារមិនថានៅកន្លែងធ្វើការ ឬកំពុងធ្វើការក្រៅការិយាល័យនោះទេ នៅពេល៖

- ធ្វើអន្តរកម្មដោយផ្ទាល់ជាមួយសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជន
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានសមាជិកសាធារណជនចេញចូលមិនថាសាធារណជនម្នាក់ណាកំពុងមានវត្តមាននៅពេលនោះ នោះទេ
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានរៀបចំ ឬចេញបង្គោលអាហារសម្រាប់លក់ ឬចែកចាយទៅអ្នកដទៃ
- កំពុងធ្វើការនៅក្នុង ឬកំពុងដើរឆ្លងកាត់កន្លែងសាធារណៈ ដូចជាច្រកសាលា ជណ្តើរជណ្តើរយោង និងលានចំណត
- នៅក្នុងបន្ទប់ ឬកំប៉ងបិទជិតណាមួយដែលមានអ្នកដទៃ (លើកលែងសមាជិកគ្រួសារផ្ទាល់ ឬលំនៅដ្ឋានរបស់បុគ្គលនោះ) ចេញចូលនៅពេលដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយបាន
- កំពុងបើកបរ ឬបញ្ជាយានយន្តដឹកអ្នកដំណើរសាធារណៈ ឬសេវាដឹកអ្នកដំណើរពិសេស (paratransit vehicle) តាក់ស៊ី ឬរថយន្តឯកជន ឬយានយន្តធ្វើដំណើររួមដែលមានវត្តមានអ្នកដំណើរច្រើននាក់។ ត្រូវប្រើរបាំងមុខពេលគ្មានវត្តមានអ្នកដំណើរផ្សេងទៀត។

ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែងចំពោះច្បាប់ទាំងនេះអាចរកបាននៅក្នុង [ការណែនាំ](#)។ មានការលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើម៉ាស់ឬរបាំងមុខក្នុងកាលៈទេសៈផ្សេងទៀត ហើយនិយោជកអាចអនុវត្តលក្ខខណ្ឌតម្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឬរបាំងមុខបន្ថែមក្នុងការបំពេញកាតព្វកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និងសុខភាព។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខជូនកម្មករឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរបាំងមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

និយោជកត្រូវបង្កើតគោលការណ៍ស្នាក់អាស្រ័យសម្រាប់កម្មករនិយោជិតទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខខណ្ឌត្រូវនឹងការ លើកលែងមិនពាក់របាំងមុខ។ ប្រសិនបើកម្មករម្នាក់ណាដែលតម្រូវឱ្យពាក់របាំងមុខដោយសារត្រូវប៉ះពាល់ញឹកញាប់នឹងអ្នកដទៃបែរជាមិនអាចអនុវត្តទៅបានព្រោះស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រនោះ គេត្រូវផ្តល់ជូនជម្រើសគ្មានលក្ខខណ្ឌកំហិតមួយដូចជាខែលរបាំងមុខដែលមានរន្ធនាងភ្ជាប់ទៅនឹងតែម្តែកខាងក្រោម ប្រសិនបើអាចនិងប្រសិនបើស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រអាចឱ្យធ្វើទៅបាន។

ស្ថាប័នអាជីវកម្មដែលបើកបម្រើសាធារណជនត្រូវជ្រាបអំពីការលើកលែងមិនពាក់របាំងមុខដែលមានក្នុង [ការណែនាំអំពីរបាំងមុខរបស់ CDPH](#) ហើយអាចនឹងរាប់បញ្ចូលទាំងសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជនសម្រាប់ការមិនពាក់របាំងមុខប្រសិនបើអ្នកនោះមានលក្ខខណ្ឌត្រូវតាម [ការណែនាំ](#)។ អាជីវកម្មនឹងត្រូវការបង្កើតគោលការណ៍សម្រាប់ដោះស្រាយការលើកលែងទាំងនេះក្នុងចំណោមអតិថិជន ភ្ញៀវ អ្នកទស្សនា និងបុគ្គលិក។



## ផែនការជាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ

- ចងក្រងផែនការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរជាក់លាក់មួយ ទប់ស្កាត់ជំងឺកូវីដ-19 នៅគ្រប់ទីតាំង អនុវត្តការវាយតម្លៃលើហានិភ័យនៃគ្រប់ជំនាញ និងកិច្ចការ រួចចាត់តាំងអ្នកមើលការម្នាក់ត្រង់បឋមនីមួយៗដើម្បីអនុវត្តផែនការ។
- អនុវត្ត [CDPH ស្តីពីការណែនាំអំពីការពាក់ម៉ាស់](#) ចូលទៅក្នុងផែនការការងារជាក់លាក់ និងរួមបញ្ចូល គោលនយោបាយសម្រាប់ដោះស្រាយការលើកលែង។
- កំណត់ព័ត៌មានទំនាក់ទំនង  
មន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ដែលកន្លែងនោះមានទីតាំងស្ថិតនៅ ដើម្បីផ្សព្វផ្សាយ ព័ត៌មានអំពីការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺ កូវីដ-19 ក្នុងចំណោមបុគ្គលិក។
- បណ្តុះបណ្តាល និងផ្តល់ដំណឹងដល់កម្មករ និងតំណាងកម្មករ អំពីផែនការ ហើយផ្តល់ភាពងាយស្រួលជូនកម្មករ និងតំណាងរបស់ពួកគេ ក្នុងការស្វែងរកព័ត៌មានផែនការ។
- ធ្វើការវាយតម្លៃទៀងទាត់លើកន្លែងធ្វើការសម្រាប់ការអនុលោមតាមផែនការ និងឯកសារ រួចកែតម្រូវលើភាពខ្វះចន្លោះដែលរកឃើញ។
- អង្កេតតាមដានគ្រប់ជំងឺកូវីដ-19 ទាំងអស់ រួចកំណត់ថា តើកត្តាពាក់ព័ន្ធនឹងការងារណាមួយ ដែលអាចជាផ្នែកបង្កហានិភ័យនៃការឆ្លងរោគ។ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពផែនការតាមការចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឱ្យមានករណីបន្ថែម។
- អនុវត្តដំណើរការ និងពិធីការចាំបាច់នានា នៅពេលមានការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ យោងតាម [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDPH](#)។
- កំណត់រកអ្វីដែលកម្មករមានឆ្លងមេរោគប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ (ក្នុងរយៈពេលមួយប្រាំមួយជំហាន ចន្លោះពេល 15 នាទី ឡើងទៅ) រួចចាត់វិធានការដាក់កម្មករដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 វិជ្ជមានម្នាក់នោះ (ឬច្រើន) ឱ្យនៅដាក់ដោយឡែក ពីអ្វីដែលបានប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនោះ។
- ត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់តាមសេចក្តីណែនាំខាងក្រោម។  
ការខកខានមិនបានគោរពតាមសេចក្តីនេះអាចបង្កឱ្យមានកើតជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឱ្យមានការបិទ ឬដាក់កម្រិតលើប្រតិបត្តិការផ្សេងៗ ជាបណ្តោះអាសន្ន។



## ប្រធានបទផ្សេងៗសម្រាប់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករ

- ព័ត៌មានអំពី [ជំងឺកូវីដ-19](#) វិធីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាល និងដែលស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយអាចធ្វើឱ្យបុគ្គលម្នាក់ៗងាយនឹងឆ្លងរោគ។
- ការធ្វើតេស្តដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលរួមមានការពិនិត្យកំដៅ និង ឬ រោគសញ្ញាដោយប្រើប្រាស់ [សេចក្តីណែនាំ របស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការមិនធ្វើការនៅការិយាល័យ
  - ប្រសិនបើកម្មករមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ដូចបាន [ពណ៌នាដោយ CDC](#)

ដូចជាគ្រុនក្តៅ ឬរងារ ក្អក ថប់ដង្ហើម ឬពិបាកដកដង្ហើម អស់កម្លាំង សាច់ឈាមសាច់ដុំ ឬខ្លួន ឈឺក្បាល ផ្អែមបាត់រសអាហារ ឬក្អិន ឈឺបំពង់ក គឺជាច្រមុះឬហឿនសំដៅ ឆ្អល់ពោះ ក្អកចង្កេះ ឬរាករូស ឬ

- ប្រសិនបើកម្មករនិយោជិតត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺកូវីដ-19 ហើយមិនទាន់បញ្ចប់ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅឡើយ ឬ
- ប្រសិនបើ នៅក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ កម្មករបានប៉ះពាល់នឹងនរណាម្នាក់ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺកូវីដ-19 ហើយត្រូវបានចាត់ទុកថាអាចនឹងចម្លងរោគ

(ឧ. កំពុងស្ថិតក្រោមការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក)។

- ដើម្បីអាចគ្រប់ចូលធ្វើការវិញបាន ក្រោយកម្មករនិយោជិតបានទទួលការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺកូវីដ-19 លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គឺចាប់ពីលេចចេញរោគសញ្ញាដំបូង រោគសញ្ញារបស់ពួកគេមានសភាពល្អប្រសើរ ហើយកម្មករមិនមានគ្រុនក្តៅ (ដោយមិនមានការប្រើថ្នាំបញ្ចុះកំដៅ) ក្នុងរយៈពេល 72 ម៉ោងចុងក្រោយ។ កម្មករនិយោជិតគ្មានរោគសញ្ញាជំងឺ ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 អាចគ្រប់ចូលធ្វើការវិញបាន លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គឺចាប់ពីថ្ងៃនៃការធ្វើ តេស្តរកឃើញមានផ្ទុកជំងឺកូវីដ-19។
- ដើម្បីសុំយោបល់ពីពេទ្យ ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ រួមមានការឈឺចាប់រ៉ាំរ៉ៃ ឬណែនទ្រូង រង្វេងស្មារតី ឬ មុខ ឬបបូរមាត់ឡើងស្វាយ។ ព័ត៌មានថ្មីៗ និងព័ត៌មានលម្អិតមាននៅលើគេហទំព័រ [របស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការសម្អាតដៃដោយទឹក និងសាប៊ូបានញឹកញាប់ រួមមានការដុសលាងនឹងសាប៊ូរយៈពេល 20 វិនាទី (ឬដោយប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានសារធាតុ ethanol គិតចំផុត 60% (ល្អបំផុត) ឬ isopropanol គិតចំផុត 70% (ប្រសិនបើផលិតផលនោះមិនអាចទុកភ្លើងកុមារដែលមិនមាន អ្នកមើល) នៅពេលកម្មករមិនអាចដើរទៅកាន់ឡាប៊ូ ឬកន្លែងលាងដៃ ដូចមាននៅក្នុង [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDC](#))។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ (សូមអានផ្នែកអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ខាងក្រោម)។
- ការប្រើប្រាស់របាំងមុខបានត្រឹមត្រូវ រួមមាន៖
  - របាំងមុខមិនអាចការពារអ្នកប្រើប្រាស់បានទេ ហើយក៏មិនមែនជាឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នោះដែរ។
  - របាំងមុខអាចជួយការពារអ្នកនៅក្បែរខ្លួនរបស់អ្នកពាក់ ប៉ុន្តែមិនជំនួសឱ្យភាពចាំបាច់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងការលាងសម្អាតដៃញឹកញាប់នោះទេ។
  - ត្រូវគ្របរបាំងមុខពេញពីលើច្រមុះ និងមាត់។
  - កម្មករនិយោជិតត្រូវលាង ឬជូតទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ នៅមុនពេល និងក្រោយពេលពាក់ ឬគម្រងរបាំងមុខ។
  - ជៀសវាងយកដៃប៉ះភ្នែក ច្រមុះ និងមាត់។
  - មិនត្រូវប្រើរបាំងមុខតែមួយរួមគ្នា ហើយត្រូវបោកសម្អាត

ឬបោះចោលក្រោយប្រើម្តងរួច។

- ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងឯកសារណែនាំ [របស់ CDPH សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់](#) ដែលកំណត់កាលៈទេសៈ ដែលម៉ាស់ចាំបាច់ត្រូវពាក់ និងការលើកលែងក៏ដូចជាគោលការណ៍ ច្បាប់ការងារ និងការអនុវត្តជាក់ស្តែងដែលនិយោជកបានអនុវត្ត ដើម្បីធានាការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏ត្រូវបញ្ចូលផងដែរនូវគោលការណ៍របស់និយោជកលើរបៀបគ្រប់គ្រងអ្នកដែលទទួលបានលើកលែងមិនពាក់របាំងមុខ។
- ធានាថាអ្នកផ្តល់សេវា អ្នកធ្វើការបណ្តុះអានុ ឬអ្នកជាប់កិច្ចសន្យានៅកន្លែងនោះក៏ត្រូវបានបណ្តុះបណ្តាលឲ្យបានត្រឹមត្រូវនៅក្នុងគោលនយោបាយការពារមេរោគ កូវីដ-19 និងមានការផ្គត់ផ្គង់ចាំបាច់ និង PPE។ ពិភាក្សាការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះ ជាមុន ជាមួយអង្គភាពដែលមានកម្មករនិយោជិតបណ្តែត និង/ឬជាប់កិច្ចសន្យា។
- ព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការឈប់សម្រាកមានប្រាក់ឈ្នួល ដែលកម្មករនិយោជិតអាចមានសិទ្ធិទទួល ដែលធ្វើឲ្យមានភាពងាយស្រួលខាងហិរញ្ញវត្ថុក្នុងការសម្រាកនៅផ្ទះ។ សូមអានព័ត៌មានបន្ថែម [ស្តីអំពី កម្មវិធីរដ្ឋត្រូវការឈប់សម្រាកលើ និងសំណងជូនកម្មករនិយោជិតសម្រាប់ជំងឺកូវីដ-19](#) រួមមានសិទ្ធិឈប់សម្រាកលើរបស់កម្មករនិយោជិតស្ថិតក្រោម [ច្បាប់ស្តីពីការឆ្លើយតប និងវិសក្សណ៍បងសម្រាប់ក្រុមគ្រួសារ](#) និងសិទ្ធិរបស់កម្មករនិយោជិតក្នុងការទទួលបានសំណងអត្ថប្រយោជន៍សម្រាប់កម្មករនិយោជិត និងការសន្តត់ជាមុននូវភាពទាក់ទងនឹងការងាររបស់ជំងឺកូវីដ-19 ស្របតាម [បទបញ្ជាប្រតិបត្តិរបស់អភិបាល N-62-20](#) ខណៈដែលបទបញ្ជានោះកំពុងមានប្រសិទ្ធភាព។



## ការធ្វើតេស្ត និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គល

- ផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញា និងឬវាស់កំដៅសម្រាប់កម្មករនិយោជិតគ្រប់រូបនៅមុនម៉ោងចូលធ្វើការ និងអ្នកលក់ អ្នកទទួលការប្រឹក្សាកម្មករនិយោជិតផ្សេងទៀតដែលចូលមក ក្នុងគ្រឹះស្ថាន។ ធានាថាអ្នកផ្តល់ការធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញា ឬវាស់កំដៅជៀសវាងការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនឹងកម្មករ ក្នុងគម្លាតដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ប្រសិនបើមានការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដែលជាជម្រើសសមស្របក្នុងការផ្តល់វានៅតាមទីតាំង ដោយធានាថាការពិនិត្យត្រូវបានអនុវត្តមុនពេលកម្មករនិយោជិតចាកចេញពីផ្ទះសម្រាប់វេនធ្វើការរបស់ពួកគេ ហើយគោរពតាម [CDC គោលការណ៍ណែនាំ](#) ដូចដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុងប្រធានបទ វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករនិយោជិតខាងលើ។
- លើកទឹកចិត្តកម្មករនិយោជិតដែលឈឺ ឬចេញរោគសញ្ញា កូវីដ-19 ឲ្យស្នាក់នៅផ្ទះ។
- និយោជកត្រូវផ្តល់ជូន និងធានាថាកម្មករនិយោជិតប្រើប្រាស់គ្រប់ឧបករណ៍ការពារដែលបានតម្រូវ រួមមានវ៉ែនតាការពារភ្នែក និងស្រោមដៃនៅកន្លែងដែលចាំបាច់។



- នយោជកត្រូវពិចារណាថាកន្លែងណាដែលអាចប្រើស្រោមដៃប្រភេទបោះចោលបាន ដើម្បីបន្ថែមបង្កប់លើការលាងសម្អាតដៃ ឬការប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃញឹកញាប់ ឧទាហរណ៍៖ សម្រាប់កម្មករនិយោជិតដែលធ្វើតេស្តរករោគសញ្ញាឲ្យអ្នកដទៃ ឬគ្រប់គ្រងវត្ថុផ្សេងៗដែលគេប៉ះពាល់ជាទូទៅ។



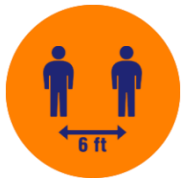
## ពិធីការសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- អនុវត្តការសម្អាតឲ្យបានហ្មត់ចត់នៅក្នុងទីតាំងដែលមានសកម្មភាពច្រើន ដូចជា បន្ទប់សម្រាក កន្លែងទទួលទានអាហារថ្ងៃត្រង់ និងកន្លែងផ្លាស់ប្តូរសម្លៀកបំពាក់ និងកន្លែងចេញចូលរួមមានបង្គាន់ដៃជណ្តើរជាដើម។ សម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃដែលប្រើជាញឹកញាប់ ដោយរួមទាំងចង្កូតឡាន ដុំបង្គាន់ដៃទ្វារ បង្គន់ និងកន្លែងលាងសម្អាតដៃ។
- សម្អាតផ្ទៃដែលងាយប៉ះពាល់ រវាងអ្នកផ្លាស់ប្តូរ រឺរវាងអ្នកប្រើប្រាស់ ចំពោះវត្ថុណាដែលប្រើញឹកញាប់ជាង រាប់បញ្ចូលតែមិនកំណត់ ចំពោះកន្លែងធ្វើការ ឧបករណ៍ប្រើប្រាស់នានា បង្គាន់ដៃ និងគ្រឿងតំណភ្ជាប់ និងការគ្រប់គ្រងនៅកន្លែងផ្ទុកឯកសារ និងឧបករណ៍ចល័ត។
- ធានាឱ្យបានថាយានយន្ត និងគ្រឿងបរិក្ខារត្រូវបានសម្អាតមុន និងក្រោយពេលដឹកជញ្ជូន និងដឹកសម្ភារៈសម្លាប់មេរោគបន្ថែម។
- ជៀសវាងការចែករំលែកទូរស័ព្ទ បរិក្ខារការងារផ្សេងទៀត ឬឧបករណ៍ នៅកន្លែងផ្សេងៗដែលងាយនឹងប៉ះ។ មិនត្រូវប្រើ PPE រួមគ្នាជាដាច់ខាត។ សម្ភារៈបរិក្ខារដែលប្រើរួម ដូចជា ឧបករណ៍ និងគ្រឿងម៉ាស៊ីនត្រូវតែសម្លាប់មេរោគមុនពេល និងនៅពេលប្រើរួច ដើម្បីកាត់បន្ថយការចម្លង។
- លែងកទុកពេលឲ្យកម្មករបានរៀនលាងសម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។ ត្រូវដាក់កិច្ចការជូតសម្អាតជាផ្នែកមួយនៃតួនាទីរបស់កម្មករនិយោជិតកន្លែងម៉ោងធ្វើការ។ ទិញផលិតផលជម្រើសផ្សេងៗសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនសម្អាតរបស់ភាគីទីបីដើម្បីជួយបំពេញ តម្រូវការសម្អាតដែលកើនឡើងតាមការចាំបាច់។
- ត្រូវធានាថា ទីតាំងបន្ទប់អនាម័យ បន្ទប់ទឹក និងកន្លែងលាងសម្អាតដៃដោយប្រើសាប៊ូ ទឹក ក្រដាសជូតដៃ និងទឹកអនាម័យលាងដៃ ត្រូវបានផ្តល់ជូននៅគ្រប់ទីកន្លែងទាំងអស់។ ត្រូវធានាថា គ្រឿងបរិក្ខារទាំងនេះនៅតែមានដំណើរការ និងរក្សាទុកបានគ្រប់ពេល ហើយផ្តល់ការផ្គត់ផ្គង់បន្ថែមនៅពេលត្រូវការ។ ផ្តល់កន្លែងអនាម័យបន្ថែម (បង្គន់ចល័ត និងទីតាំងលាងដៃ) បើចាំបាច់។
- បែងចែកម៉ោងសម្រាកប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាឲ្យមាន ការរក្សាគម្លាត និងឱកាសដើម្បីសម្អាតបន្ទប់ទឹកឲ្យបានញឹកញាប់។
- នៅពេលជ្រើសរើសយកសារធាតុសម្លាប់មេរោគគីមី និយោជិតគួរតែប្រើប្រាស់ផលិតផលដែលត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងមេ រោគកូវីដ-19 រួមមាន ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA) បានអនុញ្ញាត រាយនាម ហើយធ្វើតាមការណែនាំនៃផលិតផល។ ប្រើសារធាតុសម្លាប់មេរោគដែលមានស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្ក



ជំងឺ (emerging viral pathogens) ឈ្លាយម្សៅខាត់រាវសម្អាតផ្ទះ (diluted household bleach solutions) (លាយ 5 ស្ពាបត្រាបាយក្នុងចំណុះទឹកមួយហ្គាឡុង) ឬទឹកអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលតិចបំផុត 70% ល្មមនឹងសម្អាតលើផ្ទៃ។ ផ្តល់ការបណ្តុះ បណ្តាលដល់កម្មករស្តីអំពីគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការប្រើប្រាស់សារធាតុគីមីគោលដៅអ្នកផលិត តម្រូវការខ្យល់ចេញចូល និងលក្ខខណ្ឌតម្រូវរបស់ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព។ កម្មករនិយោជិតដែលប្រើម៉ាស៊ីនសម្អាតឬផលិតផលសម្លាប់មេរោគគួរតែពាក់ស្រោមដៃ តាមសេចក្តីណែនាំរបស់ផលិតផល។ អនុវត្តតាម [វិធីសាស្ត្រសម្អាតប្រកបដោយសុវត្ថិភាពដើម្បីការពារជំងឺហ៊ីត](#) ដែលណែនាំដោយមន្ទីរសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋ California និងធានាថាមានខ្យល់ចេញចូលជាប្រក្រតី។

- បន្តអនុវត្តតាមក្រមចូលជាធរមានទាក់ទងនឹងតម្រូវការនៃការធ្វើអនាម័យ (ជាជាងការសម្លាប់មេរោគ) ផ្ទៃប៉ះពាល់ជាមួយអាហារ។
- កម្មករនិយោជិតគួរតែត្រួតពិនិត្យការដឹកជញ្ជូន និងចាត់វិធានការចាំបាច់ និងវិធានការសម្លាប់មេរោគ នៅពេលទទួលទំនិញដែលមានសភាពមិនល្អ។
- ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតបន្សុទ្ធខ្យល់ដែលមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ដែលធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវតម្រងខ្យល់របស់អាការឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន និងធ្វើការកែតម្រូវផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ខាងក្រៅនិងខ្យល់នៅក្នុងការិយាល័យនិងកន្លែងផ្សេងទៀត។



## សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- អនុវត្តវិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយជំហានរវាងកម្មករនិយោជិត។ ទាំងនេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់រនាំងខណ្ឌចែកប្លង់បញ្ជូនភាពដែលមើលឃើញ (ឧទាហរណ៍ សញ្ញាសម្គាល់លើកម្រាលឥដ្ឋខ្សែបន្ទះលាបពណ៌ ឬស្លាកសញ្ញាដើម្បីបញ្ជាក់ពីកន្លែងដែលបុគ្គលិកគួរឈរ)។
- ចាត់វិធានការនៅកន្លែងពិនិត្យចេញ និងកន្លែងផ្សេងដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយបាន ដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់រវាងអ្នកគិតលុយ និងអតិថិជននានា ដូចជារនាំងការពារដែលមិនអាចឱ្យទឹកឆ្លងកាត់បានជាដើម។
- ពិចារណាផ្តល់ជូនកម្មករដែលស្នើសុំជម្រើសកាតព្វកិច្ចដែលបានកែប្រែដែលកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់របស់ពួកគេជាមួយអតិថិជន និងបុគ្គលិកផ្សេងទៀត (ឧ. ការគ្រប់គ្រងសារពើភ័ណ្ឌជាជាងធ្វើការជាអ្នកគិតលុយ ឬគ្រប់គ្រងតម្រូវការរដ្ឋបាលតាមរយៈការធ្វើការពីចម្ងាយ)។
- កែសម្រួលការប្រជុំដោយសុវត្ថិភាពដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងប្រើប្រាស់ការប្រជុំដោយសុវត្ថិភាពបែបបុគ្គលតូចៗនៅកន្លែងធ្វើការដើម្បីរក្សាតាមសេចក្តីណែនាំអំពីគម្លាតរាងកាយ។ ប្តូររាល់ការប្រជុំ និងការសម្ភាសន៍ផ្សេងៗទៅធ្វើតាមទូរស័ព្ទ ឬវេទិកាឌីជីថល ឬនៅខាងក្រៅ ឬនៅក្នុងទីធ្លាដែលអនុញ្ញាតឱ្យមានគម្លាតពីគ្នាយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតពីគ្នា។
- ប្រើប្រាស់ការអនុវត្តការងារឱ្យបានត្រឹមត្រូវនៅពេលណាអាចធ្វើទៅបានដើម្បីកំណត់ចំនួនកម្មករនិយោជិតដែលនៅជិតគ្នា។ នេះអាចរាប់បញ្ចូលទាំងការកំណត់ពេលវេលា (ឧទាហរណ៍ វេនដែលកំណត់ពេលវេលាតាមកាតាប៉ាប៉ាប៉ា/បញ្ចប់) ឬការប្តូរវេនកម្មករនិយោជិតដើម្បីចូលទៅកន្លែងដែលបានរៀបចំនៅក្នុងវេនមួយ។

បែកចែកទីតាំងការងារ ដើម្បីកំណត់វេនការងារ  
និងដាក់កម្រិតការមកធ្វើការជាន់គ្នារបស់កម្មករនិយោជិត។

- ដាក់ដែនកំណត់បន្ថែមលើចំនួនកម្មករនិយោជិតនៅក្នុងតំបន់បិទជិត ដើម្បីធានាឱ្យមានគម្លាតយ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីតដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងវីរុសនេះ ។ កំណត់ការបែងចែកច្រកចូល និងចេញដាច់ដោយឡែក និងដាក់ផ្លាកសញ្ញាទិសដៅទីតាំងទាំងនេះ។
- ការបែងចែកវេនរបស់សម្រាករបស់កម្មករនិយោជិតដោយអនុលោមតាមបទប្បញ្ញត្តិប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងដើម្បីរក្សាពិធីការគម្លាត។
- បិទបន្ទប់សម្រាក ប្រើរនាំង ឬបង្កើនគម្លាតរវាងតុ ឬកៅអី ដើម្បីបំបែកកម្មករ និងមិនលើកទឹកចិត្តឱ្យមានការជួបជុំគ្នា ពេលសម្រាក។ នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើបាន សូមបង្កើតកន្លែងអង្គុយសម្រាកខាងក្រៅក្រោមម្លប់ និងកន្លែងអង្គុយដែលធានាបានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- កម្មករនិយោជិតគួរពិចារណាយកអាហារថ្ងៃត្រង់ដែលបានធ្វើនៅផ្ទះ ឬទិញយកទៅក្រៅ ឬចែកចាយនៅកន្លែងណាដែលមាន។ ពិចារណាផ្តល់ដបទឹកផ្ទាល់ខ្លួនជំនួសធុងទឹក និងពែងដើម្បីទប់ស្កាត់ការប៉ះប្រដាប់ចុចទឹកដដែលច្រើនដង។
- ប្រើប្រាស់ឋានានុក្រមខាងក្រោមដើម្បីទប់ស្កាត់ការចម្លងមេរោគកូវីដ-19 នៅក្នុងកន្លែងការងារជាពិសេសនៅកន្លែងដែលការរក្សាគម្លាត ពិបាករក្សា៖
  - ការគ្រប់គ្រងវិស្វកម្ម ការគ្រប់គ្រងរដ្ឋបាល និង PPE។
    - ការគ្រប់គ្រងផ្នែកវិស្វកម្មរួមមានការបង្កើតរបាំងការពាររាងកាយ ឬរបាំងការពារផ្នែកខ្លះនៃរាងកាយ រវាងកម្មករនិយោជិតដូចជា Plexiglas ឬជាប់ណែកមួយដែលរឹងមាំ និងសារធាតុរាវមិនអាចឆ្លងកាត់បាន។
    - ការគ្រប់គ្រងរដ្ឋបាលរួមមានការបង្កើនចំនួនវេនដើម្បីកាត់បន្ថយចំនួនបុគ្គលិកដែលមានវត្តមានក្នុងពេលតែមួយ និងធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតបានគ្រប់គ្រាន់។
    - PPE មានរួមបញ្ចូលទាំងខែលបាំងមុខ [ប្រភេទម៉ាស់ ផ្សេងៗមួយចំនួន](#) និងស្រោមដៃការពារការប្រាបចូលនៃសារធាតុរាវ។ ចំណាំថា ឧបករណ៍ដែលប្រើហើយបោះចោលមួយចំនួនដូចជា ឧបករណ៍ដកដង្ហើមត្រូវបានផ្តល់អាទិភាពសម្រាប់បុគ្គលិកថែទាំសុខភាព និងកម្មករនិយោជិតដែលធ្វើការពាក់ព័ន្ធនឹងភ្នាក់ងារបង្កមេរោគហើយអ្នកផ្សេងពីនេះមិនគួរប្រើវាឡើយ។
- កំណត់ទីតាំងទៅប្រគល់ទំនិញដើម្បីមានការដឹកជញ្ជូនចេញមកកន្លែងដែលមានចរាចរណ៍ច្រើននៅចម្ការ។  
រក្សាគម្លាតយ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីតពីអ្នកបើកបរដឹកជញ្ជូនទំនិញ។ កុំចាប់ដៃអោប ឬប្រើការស្វាគមន៍ប្រហាក់ប្រហែលនេះ៖  
ដែលអាចធ្វើឱ្យគ្មានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។  
ដំឡើងសម្ភារៈជំនួយក្នុងការផ្ទេរផលិតផល ដូចជាធ្នើ និងការខៀនបិទព័ត៌មានដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះគ្នារវាងមនុស្ស និងវត្ថុដោយផ្ទាល់។  
ទូរស័ព្ទទៅអ្នកទទួលជាមុន នៅពេលធ្វើការដឹកជញ្ជូនឱ្យក្រៅ  
ដឹកជញ្ជូនទៅប្រគល់នៅទីតាំងដែលបានសន្យា ដែលជួយកាត់បន្ថយការទាក់ទងផ្ទាល់ជាមួយអ្នកទទួល។



## គោលការណ៍ណែនាំបន្ថែម

ទស្សនា [គេហទំព័រអំពីកូវីដ-19](#) របស់ក្រសួងចំណីអាហារ និងកសិកម្មរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា សម្រាប់ការណែនាំបន្ថែមលើ៖

- ទីផ្សារលក់សត្វចិញ្ចឹម
- ទីផ្សារកសិករ
- កសិដ្ឋាន និងចម្ការ
- កន្លែងមើលថែកុមារ
- សម្ភារបរិក្ខារពាក់ព័ន្ធផ្សេងទៀត

លក្ខខណ្ឌតម្រូវបន្ថែមត្រូវពិចារណាសម្រាប់ប្រជាជនដែលងាយរងគ្រោះ។  
 ឧស្សាហកម្មកសិកម្មនិងបសុសត្វត្រូវតែគោរពតាមរាល់ស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#)  
 ហើយត្រូវបានរៀបចំទៅតាមសេចក្តីណែនាំរបស់ខ្លួន  
 និងសេចក្តីណែនាំពីមជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងបង្កាច់ជំងឺឆ្លង (CDC) និង  
[ក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា \(CDPH\)](#)។  
 បន្ថែមទៀតនយោជកត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីកែប្រែប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួននៅពេលគោលការណ៍ណែនាំមាន  
 ការផ្លាស់ប្តូរ។

