

# แนวทางด้านอุตสาหกรรมเกี่ยวกับโควิด-19: วิทยาศาสตร์ชีวภาพ

29 กรกฎาคม 2020

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

## ภาพรวม

เมื่อวันที่ 19 มีนาคม 2020

เจ้าหน้าที่สาธารณสุขของรัฐและผู้อำนวยการกรมอนามัยแห่งแคลิฟอร์เนียออกคำสั่งกำหนดให้ชาวแคลิฟอร์เนียส่วนใหญ่อยู่บ้าน เพื่อสกัดการแพร่กระจายของโควิด-19 ในหมู่ประชากร

ผลกระทบของโควิด-19 ต่อสุขภาพของชาวแคลิฟอร์เนียยังไม่เป็นที่ทราบอย่างเต็มที่ รายงานความเจ็บป่วยมีตั้งแต่อาการน้อยมาก (บางคนไม่มีอาการ) ไปจนถึงขั้นเจ็บป่วยรุนแรงที่อาจส่งผลให้เสียชีวิต ในบางกลุ่มคน ซึ่งรวมถึงผู้มีอายุ 65 ปีขึ้นไป และผู้ที่มีโรคประจำตัวร้ายแรง เช่น โรคหัวใจ หรือโรคปอด หรือโรคเบาหวาน มีความเสี่ยงสูงที่จะเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาลและเกิดภาวะแทรกซ้อนร้ายแรง การแพร่เชื้อมีโอกาสเกิดได้มากที่สุดเมื่อผู้คนอยู่ในการติดต่อใกล้ชิดหรือในพื้นที่ที่มีอากาศถ่ายเทไม่ดีกับคนที่ติดเชื้อ แม้ว่าบุคคลนั้นจะไม่มีอาการใด ๆ หรือยังไม่มีอาการ

ข้อมูลที่ชัดเจนเกี่ยวกับจำนวนและอัตราของผู้ติดเชื้อโควิด-19 รายการกลุ่มอุตสาหกรรมหรือกลุ่มอาชีพ รวมถึงในกลุ่มผู้ปฏิบัติงานด้านโครงสร้างพื้นฐานที่สำคัญไม่อาจหาได้ในเวลานี้

มีการระบาดหลายครั้งในสถานที่ทำงานหลายต่อหลายแห่ง

แสดงให้เห็นว่าคนงานมีความเสี่ยงที่จะได้รับหรือแพร่กระจายเชื้อโควิด-19

ตัวอย่างของสถานที่ทำงานเหล่านี้รวมถึงโรงพยาบาล สถานที่ให้การดูแลระยะยาว เรือนจำ โรงงานผลิตอาหาร คลังสินค้า โรงงานแปรรูปเนื้อสัตว์ และร้านขายของชำ

เมื่อมีการปรับเปลี่ยนคำสั่งที่ให้อยู่แต่กับบ้าน จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องปฏิบัติตามขั้นตอนทั้งหมดเท่าที่จะทำได้ เพื่อรับประกันความปลอดภัยของลูกจ้างและสาธารณชน

หลักปฏิบัติในการป้องกันสำคัญ ๆ ได้แก่:

- ✓ เว้นระยะห่างระหว่างบุคคลให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
- ✓ ใช้หน้ากากอนามัยปิดใบหน้า (ที่ไม่จำเป็นต้องป้องกันระบบทางเดินหายใจ) โดยคนทำงานและลูกค้า
- ✓ ล้างมือบ่อย ๆ และทำความสะอาดตามปกติและฆ่าเชื้อโรค
- ✓ จัดฝึกอบรมลูกจ้างในเรื่องนี้และองค์ประกอบอื่น ๆ ของแผนการป้องกันโควิด-19

นอกจากนี้ สิ่งจำเป็นอย่างยิ่งคือต้องจัดทำขั้นตอนที่เหมาะสมเพื่อแจ้งกรณีมีผู้ป่วยรายใหม่ในที่ทำงาน

และเมื่อระบุตัวผู้ป่วยได้แล้วก็จะรีบเข้าไปจัดการอย่างรวดเร็ว

และทำงานร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่จะหยุดการแพร่กระจายของไวรัส

## วัตถุประสงค์

เอกสารฉบับนี้ให้คำแนะนำสำหรับอุตสาหกรรมวิทยาศาสตร์ชีวภาพเพื่อส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่สะอาดและปลอดภัยสำหรับลูกจ้าง คำแนะนำไม่ได้มุ่งหมายที่จะยกเลิกหรือเพิกถอนสิทธิใด ๆ

ของลูกจ้างทั้งตามกฎหมายและระเบียบข้อบังคับ หรือต่อรองเรื่องผลประโยชน์ และไม่ครอบคลุมครบถ้วนสมบูรณ์ เนื่องจากไม่ได้รวมคำสั่งของสาธารณสุขประจำเคาน์ตี

และไม่อาจนำมาทดแทนข้อกำหนดด้านความปลอดภัยและกฎระเบียบทางด้านสุขภาพ ดังเช่นข้อกำหนดของ

Cal/OSHA<sup>1</sup> คอยติดตามคำแนะนำด้านสาธารณสุขและคำสั่งของรัฐ/ท้องถิ่นที่อาจมีการเปลี่ยนแปลง

เนื่องจากสถานการณ์โควิด-19 ยังคงดำเนินต่อไป Cal/OSHA

มีข้อกำหนดเฉพาะสำหรับสถานประกอบการที่มีการจัดการกับเชื้อโรค (ข้อ 8 [มาตรา 5199](#))

และแนวทางเพื่อความปลอดภัยและสุขภาพเพิ่มเติมอยู่บนเว็บเพจ [Cal/OSHA COVID-19 Infection Prevention](#) ([การป้องกันการติดเชื้อโควิด-19 ออกโดย Cal/OSHA](#)) CDC มีข้อมูลเพิ่มเติมในแนวทางสำหรับ [ห้องปฏิบัติการ](#) และสำหรับทั้ง [ธุรกิจและนายจ้าง](#)

## กำหนดให้ใช้หน้ากากปิดจมูกปิดปาก

เมื่อวันที่ 18 มิถุนายน CDPH ได้ออก [แนวทางในการใช้หน้ากากอนามัย](#) ซึ่งกว้าง ๆ

มีการกำหนดให้ใช้หน้ากากอนามัยสำหรับทุกคนทั่วไปและลูกจ้าง

ในพื้นที่สาธารณะและสถานที่ทำงานทุกแห่งซึ่งมีความเสี่ยงสูงว่าเชื่อจะมีการแพร่กระจาย

ประชาชนในรัฐแคลิฟอร์เนียต้องสวมหน้ากากอนามัยเมื่อทำงานอยู่ร่วมกัน

ไม่ว่าจะในที่ทำงานหรือการปฏิบัติงานนอกสถานที่เมื่อ:

- การปฏิสัมพันธ์แบบตัวต่อตัวกับบุคคลอื่นในสังคม
- การทำงานในพื้นที่ซึ่งมีสาธารณชนเข้าออกตลอด  
ไม่ว่าในขณะนั้นจะมีผู้ซึ่งมาจากพื้นที่สาธารณะภายนอกอยู่ร่วมด้วยในเวลานั้นด้วยหรือไม่ก็ตาม
- การทำงานในพื้นที่ที่จัดเตรียมอาหารหรือบรรจุเพื่อขายหรือแจกจ่ายให้กับผู้อื่น
- การทำงานในหรือเดินผ่านพื้นที่ส่วนกลาง เช่น ห้องโถง บันได ลิฟท์ และที่จอดรถ
- อยู่ภายในห้องหรือพื้นที่ปิดซึ่งมีบุคคลอื่น (ยกเว้นสมาชิกในครัวเรือนหรือผู้ที่อยู่อาศัยร่วมกัน) อยู่ร่วมด้วย  
เมื่อไม่สามารถเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลได้
- การขับรถหรือปฏิบัติงานด้านการขนส่งมวลชน หรือรถขนส่งทั้งสาธารณะ รถแท็กซี่  
หรือบริการรถยนต์ส่วนบุคคล หรือยานพาหนะที่ใช้ร่วมเดินทางกับผู้โดยสารคนอื่น ถึงแม้ไม่มีผู้โดยสาร  
ก็ควรอย่างยิ่งที่จะต้องใส่หน้ากากอนามัย

อ่านรายละเอียดที่ครบถ้วน รวมทั้งข้อกำหนดและข้อยกเว้นทั้งหมดของกฎเกณฑ์เหล่านี้ได้ใน [คำแนะนำ](#)  
ขอแนะนำให้ใช้สิ่งปกคลุมใบหน้าในสภาพการณ์อื่น ๆ และผู้ว่าจ้างสามารถใช้ข้อกำหนดเพิ่มเติมว่าด้วยการใช้สิ่งปกคลุมใบหน้า เพื่อให้เป็นไปตามหน้าที่ของผู้ว่าจ้างในการจัดหาสถานที่ทำงานที่ปลอดภัย  
และถูกสุขลักษณะแก่ลูกจ้าง ผู้ว่าจ้างต้องจัดหาสิ่งปกคลุมใบหน้าให้แกพนักงาน หรือชดใช้เงินค่าสิ่ง  
ปกคลุมใบหน้าที่พนักงานซื้อมาใช้คืนให้แกพนักงานเป็นจำนวนที่เหมาะสม

นายจ้างควรปรับปรุงนโยบายเกี่ยวกับที่พักรับสำหรับลูกจ้างที่มีคุณสมบัติเข้าเกณฑ์ข้อหนึ่งข้อใด

ซึ่งจะได้รับยกเว้นไม่ต้องใส่หน้ากากอนามัย

หากลูกจ้างผู้ซึ่งจำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัยเพราะได้สัมผัสกับผู้อื่นบ่อย ๆ

ไม่สามารถสวมหน้ากากอนามัยได้เนื่องจากมีโรคประจำตัว ลูกจ้างกลุ่มนั้นสมควรมีทางเลือกที่ไม่เข้มงวดกวดขัน  
อย่างเช่น สวมเฟซชีลด์ที่มีผ้าระบายต่อชายที่ด้านล่างหากทำได้ และหากไม่มีผลต่อโรคประจำตัวที่เป็นอยู่

ธุรกิจซึ่งต้องมีการพบปะผู้คนควรได้รับทราบถึงข้อยกเว้นในการสวมหน้ากากที่อยู่ใน [แนวทางในการใช้หน้ากากอนามัยของ CDPH](#) และต้องไม่ปิดกั้นประชาชนทั่วไปเพียงเพราะไม่สวมหน้ากากอนามัย

หากบุคคลผู้นั้นปฏิบัติตาม [แนวทาง](#) ดังกล่าว ธุรกิจจะต้องกำหนดนโยบายเพื่อจัดการข้อยกเว้นเหล่านี้ในหมู่ลูกค้า  
ผู้ให้บริการ ผู้เยี่ยมชม และผู้ปฏิบัติงาน



## สถานที่ทำงานซึ่งมีวิธีการจัดการเชื้อโรคที่แพร่กระจาย

สถานที่วิจัย ห้องปฏิบัติการ และสถานที่อื่น ๆ ที่มีการทำงานกับวัตถุที่อาจปนเปื้อนเชื้อโรค และการปฏิบัติงานอาจแพร่เชื้อโรคในอากาศได้ จะต้องเขียนแผน นำไปปฏิบัติ และเก็บรักษาแผนการรักษาความปลอดภัยทางชีวภาพที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งดำเนินการโดยเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยทางชีวภาพประจำสถานประกอบการนั้น ๆ แผนการรักษาความปลอดภัยทางชีวภาพจะมีรายการต่อไปนี้:

- รายชื่อของตำแหน่งงานที่มีการสัมผัสกับเชื้อโรคที่ติดต่อกันได้
- รายชื่อเชื้อโรคติดต่อที่ทราบหรือคาดว่าจะนำมาใช้เป็นวัตถุดิบในห้องปฏิบัติการ และมาตรการรักษาความปลอดภัยทางชีวภาพที่นำมาใช้
- ขั้นตอนปฏิบัติเพื่อให้แน่ใจว่าวัตถุดิบที่เข้ามาทั้งหมดที่มีเชื้อโรคจะต้องจัดการเสมือนเป็นวัสดุอันตรายร้ายแรง จนกว่าจะได้รับการยืนยันว่าไม่สามารถออกฤทธิ์หรืออ่อนฤทธิ์ลงไปแล้ว
- การประเมินความเสี่ยงโดยเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยทางชีวภาพ สอดคล้องกับคำแนะนำของ CDC เรื่อง [การรักษาความปลอดภัยทางชีวภาพในห้องปฏิบัติการจุลชีววิทยาและชีวการแพทย์](#)
- มีการควบคุมทางวิศวกรรมที่เป็นไปได้รวมถึงอุปกรณ์บรรจุและขั้นตอนปฏิบัติ
- ต้องมีการควบคุมการปฏิบัติงานอย่างปลอดภัยและข้อห้ามการปฏิบัติงานที่เป็นอันตราย ที่สอดคล้องกับการประเมินความเสี่ยงและคำแนะนำของ CDC
- อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล (PPE) ที่จำเป็น รวมทั้งอุปกรณ์ป้องกันระบบทางเดินหายใจ
- ขั้นตอนการจัดการปนเปื้อนและฆ่าเชื้อที่มีประสิทธิภาพสำหรับพื้นผิวห้องปฏิบัติการ อุปกรณ์ และเครื่องมือ
- ขั้นตอนปฏิบัติในการแจ้งวัตถุที่เป็นอันตรายแก่ลูกจ้าง และให้จัดฝึกอบรมที่จำเป็นแก่ลูกจ้าง
- ขั้นตอนฉุกเฉินเพื่อรับมือกับการปล่อยวัตถุอันตรายที่ขาดการควบคุมภายในอาคาร และปล่อยวัตถุอันตรายที่ยังไม่ผ่านการบำบัดไปนอกสถานประกอบการ
- การจัดหาวัดขึ้นที่จำเป็นแก่ลูกจ้าง
- ขั้นตอนการตรวจสอบและรักษาพยาบาลแก่ลูกจ้างที่สัมผัสกับเชื้อโรคในห้องปฏิบัติการ
- ขั้นตอนการตรวจสอบสถานปฏิบัติงานประจำปี และการตรวจสอบประจำปีของกระบวนการรักษาความปลอดภัยทางชีวภาพของสถานประกอบการ
- ขั้นตอนในการบันทึกและแก้ไขข้อบกพร่องที่พบในระหว่างการสืบสวนและตรวจสอบข้อเท็จจริง



## แผนการเฉพาะสำหรับสถานที่ทำงาน

- เขียนแผนการป้องกันโควิด-19 ที่ใช้เฉพาะสำหรับสถานที่ทำงานในทุกแห่ง ประเมินความเสี่ยงที่ครอบคลุมของพื้นที่ทำงานและเนื้องานทั้งหมด ตลอดจนกำหนดบุคลากรประจำสถานประกอบการแต่ละแห่งเพื่อรับผิดชอบดำเนินการตามแผน
- รวมแนวทางในการใช้หน้ากากอนามัยของ CDPH ลงในแผนการเฉพาะสำหรับสถานที่ทำงาน และรวมนโยบายจัดการกับข้อบกพร่องต่าง ๆ เข้าด้วย
- ระบุข้อมูลการติดต่อของหน่วยงานสาธารณสุขภายในท้องถิ่นซึ่งการดำเนินการตั้งอยู่ เพื่อสื่อสารข้อมูลเกี่ยวกับการระบาดของโควิด-19 ให้ลูกจ้างได้ทราบ
- ฝึกอบรมและสื่อสารกับลูกจ้างและตัวแทนลูกจ้างถึงแผนการ และแจ้งแผนการให้ลูกจ้างและตัวแทนลูกจ้างได้รับทราบ
- ประเมินสถานประกอบการอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้สอดคล้องกับแผนและเอกสาร รวมถึงแก้ไขข้อบกพร่องที่ถูกต้องระบุ
- ตรวจสอบกรณีการเจ็บป่วยจากโควิด-19 และพิจารณาว่าปัจจัยใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการทำงานอาจมีส่วนกระตุ้นให้เกิดความเสี่ยงของการติดเชื้อ ปรับปรุงแผนการตามความจำเป็นเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการติดเชื้อเพิ่มเติม
- นำขั้นตอนปฏิบัติและระเบียบมาใช้ในกรณีที่จำเป็น เมื่อเกิดการระบาดของโรคในที่ทำงาน โดยยึดตามคำแนะนำของ CDPH
- ระบุรายชื่อผู้ที่สัมผัสใกล้ชิด (อยู่ในระยะหกฟุตเป็นเวลา 15 นาทีหรือมากกว่า) ของลูกจ้างที่ติดเชื้อ และทำตามขั้นตอนการแยกลูกจ้างซึ่งมีผลตรวจโควิด-19 เป็นบวกและผู้สัมผัสใกล้ชิดออกจากผู้อื่น
- ปฏิบัติตามแนวปฏิบัติที่ด้านล่าง การไม่ดำเนินการดังกล่าวอาจทำให้เกิดความเจ็บป่วยในสถานที่ทำงาน ซึ่งอาจส่งผลให้การดำเนินงานต้องถูกปิดชั่วคราวหรือถูกจำกัด



## หัวข้อการฝึกอบรมลูกจ้าง

- หากเกี่ยวข้องจัดการฝึกอบรมเกี่ยวกับแผนความปลอดภัยทางชีวภาพของสถานประกอบการ และการควบคุมทั้งหมดที่ใช้ในการป้องกันการแพร่โรคซึ่งติดต่อกันได้ผ่านละอองฝอยในขณะที่ปฏิบัติงานกับเชื้อโรค
- ข้อมูลเกี่ยวกับโควิด-19 วิธีการป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่กระจาย และโรคประจำตัวอะไรบางอย่างซึ่งอาจทำให้บุคคลมีอาการรุนแรงเมื่อสัมผัสกับเชื้อ
- การตรวจคัดกรองตนเองที่บ้าน รวมถึงการวัดอุณหภูมิและ/หรือสังเกตอาการโดยใช้แนวทางของ CDC

- ความสำคัญของการไม่มาทำงาน:
  - หากลูกจ้างมีอาการของโรคโควิด-19 ตามคำอธิบายของ [CDC](#) อย่างเช่น มีไข้หรือหนาวสั่น ไอ หายใจถี่หรือหายใจลำบาก อ่อนเพลีย ปวดตามกล้ามเนื้อหรือร่างกาย ปวดศีรษะ การสูญเสียการรับรู้อารมณ์หรือกลิ่น เจ็บคอ คัดจมูกหรือน้ำมูกไหล คลื่นไส้ อาเจียน หรือท้องเสีย หรือ
  - หากลูกจ้างได้รับการวินิจฉัยว่ามีเชื้อโควิด-19 และยังไม่ได้ถูกปล่อยตัวจากการกักบริเวณ หรือ
  - หากภายใน 14 วันที่ผ่านมาลูกจ้างได้ติดต่อกับบุคคลที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีเชื้อโควิด-19 และถูกพิจารณาว่าอาจติดเชื้อที่อาจเกิดขึ้น (เช่น ยังคงถูกกักตัว)
- การจะกลับไปทำงานได้นั้น หลังจากลูกจ้างได้รับการวินิจฉัยว่ามีเชื้อโควิด-19 หากผ่านไปแล้ว 10 วันนับตั้งแต่อาการแรกเริ่มปรากฏ แล้วลูกจ้างมีอาการดีขึ้นและไม่มีไข้ (โดยไม่ต้องใช้ยาลดไข้) ตลอดช่วง 72 ชั่วโมงที่ผ่านมา ลูกจ้างที่ไม่มีอาการแม้จะได้รับการวินิจฉัยว่ามีเชื้อโควิด-19 ก็สามารถกลับไปทำงานได้ หากผ่านไปแล้ว 10 วันนับจากวันที่ทดสอบโควิด-19 ผลเป็นบวกครั้งแรก
- เพื่อเข้ารับการรักษหากอาการทวีความรุนแรงขึ้น รวมถึงมีอาการปวดหรือแน่นหน้าอกเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง งุนงง หรือริมฝีปากหรือใบหน้าเริ่มคล้ำขึ้น การปรับปรุงและรายละเอียดเพิ่มเติมอยู่ใน [เว็บเพจของ CDC](#)
- ความสำคัญของการล้างมือด้วยสบู่และน้ำบ่อยครั้ง รวมถึงการฟอกสบู่และถูมือเป็นเวลา 20 วินาที (หรือใช้น้ำยาทำความสะอาดมือที่มีเอทานอล (แอลกอฮอล์) อย่างน้อย 60% หรือผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของไฮโปโครพอรานอล 70% (หากสามารถเก็บให้พื้นมือเด็กได้) ในกรณีที่ลูกจ้างไม่สามารถไปล้างมือที่อ่างหรือจุดล้างมือที่จัดเตรียมไว้ให้ได้ ตาม [แนวทางของ CDC](#))
- ความสำคัญของการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล ทั้งในที่ทำงานและนอกเวลาทำงาน (ดูหมวดการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลที่ด้านล่าง)
- การใช้หน้ากากอนามัยที่เหมาะสมนั้นรวมถึง:
  - หน้ากากอนามัยที่ไม่ปกป้องผู้สวมใส่ และไม่ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล (PPE)
  - หน้ากากอนามัยสามารถช่วยปกป้องผู้ซึ่งอยู่ใกล้ผู้สวมใส่ได้ แต่ก็ไม่สามารถทดแทนความจำเป็นที่จะต้องเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลและการล้างมือบ่อย ๆ
  - หน้ากากอนามัยต้องปิดคลุมทั้งจมูกและปาก
  - ลูกจ้างควรล้างหรือฆ่าเชื้อที่มือก่อนและหลังการใช้หรือปรับหน้ากากอนามัยที่สวมใส่

- หลีกเลี่ยงการสัมผัสดวงตา จมูก และปาก
- หน้ากากอนามัยไม่ควรใช้ร่วมกับผู้อื่น  
และควรซักทำความสะอาดหรือทิ้งหลังจากเปลี่ยนกะทุกครั้ง
- ข้อมูลที่อยู่ใน [แนวทางในการใช้หน้ากากอนามัยของ CDPH](#)  
ซึ่งระบุสถานการณ์ที่บังคับให้ต้องสวมใส่หน้ากากอนามัยและช้อยกเว้น รวมทั้งนโยบาย  
กฎการทำงาน และแนวทางปฏิบัติที่นายจ้างได้นำมาใช้  
เพื่อจะมั่นใจได้ว่าทุกคนได้สวมใส่หน้ากากอนามัย  
นอกจากนี้การฝึกอบรมก็ควรมีอยู่ในนโยบายของนายจ้างเกี่ยวกับวิธีการจัดการกับผู้ที่ได้รับการยกเว้น  
ให้ไม่ต้องสวมหน้ากากอนามัย
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าผู้รับจ้างอิสระ  
ลูกจ้างชั่วคราวหรือลูกจ้างตามสัญญาในสถานปฏิบัติงานได้รับการฝึกอบรมอย่างถูกต้องเกี่ยวกับ  
นโยบายการป้องกันโควิด-19 และมีอุปกรณ์ที่จำเป็นและอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลไว้ใช้  
หรือเกี่ยวกับความรับผิดชอบเหล่านี้ล่วงหน้ากับบริษัทซึ่งจัดหาลูกจ้างชั่วคราวและ/หรือลูกจ้างตามสัญญาให้
- ข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์การลาหยุดโดยได้รับค่าจ้างซึ่งลูกจ้างมีสิทธิที่จะได้รับ  
อาจจะทำให้ง่ายขึ้นในด้านการเงินที่จะตัดสินใจอยู่กับบ้าน  
ดูข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับโปรแกรมของ [รัฐบาลที่ให้ความช่วยเหลือในการลาป่วย](#)  
[และเงินชดเชยของลูกจ้างสำหรับโควิด-19](#)  
รวมทั้งสิทธิลาป่วยของลูกจ้างภายใต้ [กฎหมาย Families First Coronavirus Response Act](#)  
และสิทธิของลูกจ้างในเรื่องผลประโยชน์ชดเชย  
รวมทั้งข้อสันนิษฐานว่าด้วยการทำงานที่เสี่ยงต่อโควิด-19 ซึ่งเป็นไปตามคำสั่ง [Executive Order N-62-20](#) ออกโดยนายกเทศมนตรี ในขณะที่คำสั่งนั้นยังมีผลบังคับใช้



## มาตรการควบคุมและการคัดกรองรายบุคคล

- จัดให้มีการตรวจคัดกรองอุณหภูมิและ/หรืออาการสำหรับลูกจ้างทุกคนตั้งแต่เริ่มต้นกะการทำงาน  
และผู้ขาย ผู้รับจ้าง ผู้มาเยือน หรือลูกจ้างอื่น ๆ ที่เข้ามายังสถานประกอบการ  
ตรวจสอบให้แน่ใจว่าผู้คัดกรองอุณหภูมิ/อาการมีการหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับลูกจ้างคนอื่น ๆ  
ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
- หากกำหนดให้คัดกรองตนเองที่บ้าน  
ซึ่งเป็นทางเลือกที่เหมาะสมแทนการคัดกรองในสถานประกอบการ  
ต้องมั่นใจว่าได้ตรวจคัดกรองก่อนที่ลูกจ้างรายนั้นจะออกจากบ้านเพื่อไปเข้ากะทำงาน  
และปฏิบัติตาม [แนวทางของ CDC](#) ตามที่อธิบายไว้ในหัวข้อสำหรับการฝึกอบรมลูกจ้างที่ด้านบน
- สนับสนุนให้คนงานที่ป่วยหรือแสดงอาการของโควิด-19 อยู่บ้าน
- นายจ้างต้องจัดหาและดูแลให้พนักงานใช้อุปกรณ์ป้องกันที่จำเป็นทั้งหมด  
รวมถึงอุปกรณ์ป้องกันดวงตาและถุงมือในกรณีที่จำเป็น



นายจ้างควรพิจารณาว่าการใช้ถุงมือแบบใช้แล้วทิ้งอาจนำมาใช้แทนการล้างมือหรือใช้น้ำยาทำความสะอาดมือบ่อยครั้ง ตัวอย่างเช่น ผู้ปฏิบัติงานที่ทำหน้าที่คัดกรองบุคคลอื่นเพื่อดูว่ามีอาการหรือไม่ หรือการทำงานที่ต้องหยิบจับสิ่งของที่สัมผัสร่วมกับผู้อื่น

- สำหรับสถานประกอบการที่มีห้องปฏิบัติการ การวิจัย หรือดำเนินแบบสถานพยาบาล จะต้องประเมินอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่ใช้อยู่ และกำหนดมาตรการเพิ่มเติมหรือการปรับเปลี่ยนที่จำเป็นในการป้องกันไม่ให้สัมผัสกับโควิด-19



## ระเบียบการทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ

- ทำความสะอาดทุกซอกมุมในบริเวณที่มีผู้คนสัญจรไปมาจำนวนมาก เช่น พื้นที่รับประทานอาหาร และห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า และบริเวณทางเข้าออก รวมถึงบันไดและทางขึ้นราวจับ และปุ่มกดลิฟต์ ฆ่าเชื้อโรคบนพื้นผิวที่ใช้ร่วมกันบ่อยครั้งขึ้น ไม่ว่าจะเป็น อุปกรณ์ห้องปฏิบัติการ เครื่องมือ เครื่องใช้สำนักงาน ลูกบิดประตู ห้องน้ำ และสุขภัณฑ์เพื่อการล้างมือ
- พื้นผิวที่ถูกสัมผัสซึ่งต้องมีการรักษาความสะอาดระหว่างกะการทำงาน หรือในกลุ่มผู้ใช้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าบริเวณใดจะถูกสัมผัสบ่อยครั้งกว่า โดยรวมถึงแต่ไม่จำกัดเพียงพื้นผิวบริเวณที่ทำงาน เครื่องมือ มือจับ และกลอน และบริเวณแผงควบคุมที่ติดแน่นและบนอุปกรณ์เคลื่อนที่
- หากทำได้ให้หลีกเลี่ยงการใช้งานโทรศัพท์ โตะ อุปกรณ์สำนักงาน หรือสิ่งของอื่น ๆ ร่วมกับผู้อื่น ห้ามใช้อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลร่วมกับผู้อื่น
- จัดหาผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดที่จำเป็น เพื่อให้ลูกจ้างทำความสะอาดและฆ่าเชื้อพื้นที่ทำงานส่วนบุคคล ตรวจสอบว่าเครื่องสุขภัณฑ์ที่ใช้เพื่อรักษาความสะอาดยังคงใช้งานได้ตลอดเวลา และจัดหาสบู่ กระดาษเช็ดมือ และน้ำยาทำความสะอาดมือเพิ่มเติมหากจำเป็น
- เพื่อลดความเสี่ยงของ **โรคเลอจิองแนร์** และโรคติดต่ออื่น ๆ ที่มากับน้ำ ให้ปฏิบัติตามขั้นตอน เพื่อให้แน่ใจว่าระบบน้ำและอุปกรณ์ประกอบมีความปลอดภัยที่จะใช้หลังจากสถานประกอบการถูกปิดเป็นเวลานาน
- จัดสรรให้เวลาลูกจ้างเพื่อการทำความสะอาดในระหว่างอยู่ในกะการทำงาน ควรมอบหมายงานทำความสะอาดในระหว่างชั่วโมงทำงานให้เป็นส่วนหนึ่งของหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติ แก่ไขจำนวนชั่วโมง เพื่อให้แน่ใจว่าทำความสะอาดได้ล้าลึกสำหรับพื้นที่สำนักงาน ห้องปฏิบัติการ และพื้นที่ประกอบการอื่น ๆ สับหลักเวลาพักหากเป็นไปได้ เพื่อจะมั่นใจว่ามีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล และมีเวลาในการทำความสะอาดห้องน้ำได้บ่อยขึ้น
- เมื่อเลือกสารเคมีสำหรับฆ่าเชื้อ นายจ้างควรใช้ผลิตภัณฑ์ที่ได้รับการอนุมัติให้ใช้ฆ่าเชื้อโควิด-19 ตามรายการผลิตภัณฑ์ที่ผ่านการอนุมัติจาก [Environmental Protection Agency \(EPA\)](#) และปฏิบัติตามคำแนะนำผลิตภัณฑ์ ใช้ตามที่ฉลากของน้ำยาฆ่าเชื้ออธิบายเพื่อให้มีประสิทธิภาพในการฆ่าเชื้อไวรัสตัวใหม่ เจือจางน้ำยาซักผ้าขาวที่ใช้ในครัวเรือน (5 ช้อนโต๊ะต่อน้ำหนึ่งแกลลอน) หรือสารละลายที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมอย่างน้อย 70% ให้เหมาะสมสำหรับแต่ละสภาพพื้นผิว



จัดฝึกอบรมให้กับลูกจ้างเกี่ยวกับอันตรายของสารเคมี คำสั่งของผู้ผลิต ความจำเป็นที่ต้องระบายอากาศ และข้อกำหนดของ Cal/OSHA เพื่อการใช้งานที่ปลอดภัย ลูกจ้างที่ใช้น้ำยาทำความสะอาดหรือสารฆ่าเชื้อควรสวมถุงมือและอุปกรณ์ป้องกันอื่น ๆ ตามข้อกำหนดในคำแนะนำการใช้ผลิตภัณฑ์

ปฏิบัติตาม[วิธีการทำความสะอาดเพื่อให้ปลอดภัยจากโรคหอบหืด](#)

ที่แนะนำโดยกรมอนามัยแห่งรัฐแคลิฟอร์เนีย และดูแลให้มีการหมุนเวียนอากาศที่เหมาะสม

- ปรับรูปแบบการบริการในโรงอาหาร หรือห้องรับประทานอาหารของสถานที่ปฏิบัติงาน รวมถึงการใช้อาหาร เครื่องดื่ม เครื่องปรุงรสซึ่งบรรจุมาแล้วล่วงหน้า และการเลือกใช้อุปกรณ์บนโต๊ะอาหารแบบใช้แล้วทิ้ง
- ถ้าเป็นไปได้อย่าทำความสะอาดพื้นโดยกวาด หรือวิธีการอื่น ๆ ที่สามารถกระจายเชื้อโรคในอากาศ ใช้เครื่องดูดฝุ่นที่มีตัวกรอง HEPA หากเป็นไปได้
- พิจารณาการติดตั้งเครื่องกรองอากาศแบบเคลื่อนย้ายได้ที่มีประสิทธิภาพ ปรับปรุงตัวกรองอากาศของอาคารให้มีประสิทธิภาพสูงสุดที่เป็นไปได้ และทำการปรับเปลี่ยนอื่น ๆ เพื่อเพิ่มปริมาณของอากาศภายนอก และการระบายอากาศในการทำงานและพื้นที่พัก
- สำหรับสถานประกอบการที่มีห้องปฏิบัติการ การวิจัย หรือดำเนินแบบสถานพยาบาล จะต้องประเมินระเบียบการทำความสะอาดและการฆ่าเชื้อที่ใช้อยู่ และกำหนดมาตรการเพิ่มเติมหรือการปรับเปลี่ยนที่จำเป็นในการป้องกันไม่ให้สัมผัสกับโควิด-19



## คำแนะนำการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล

- ใช้มาตรการเพื่อให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อยหกฟุตระหว่างลูกจ้าง ซึ่งยังรวมถึงการใช้ฉากกั้นระหว่างบุคคลหรือทำสัญลักษณ์ให้มองเห็น (เช่น ทำเครื่องหมายบนพื้น หรือป้ายเพื่อระบุตำแหน่งที่ลูกจ้างควรยืน)
- ออกแบบพื้นที่สำนักงาน คอกนั่งทำงาน ห้องปฏิบัติการ ฯลฯ เสียใหม่ เพื่อให้แน่ใจว่าภายในพื้นที่ทำงานได้มีการเว้นระยะห่างระหว่างลูกจ้างอย่างน้อยหกฟุต ลดความจุของศูนย์การประชุมและห้องประชุมเพื่อรักษาการเว้นระยะห่างระหว่างลูกจ้างแต่ละรายอย่างน้อยหกฟุต กำหนดทางเข้าและทางออกแยกต่างหาก และติดป้ายเตือน
- ใช้แนวปฏิบัติในการทำงานเมื่อเป็นไปได้ เพื่อจำกัดจำนวนลูกจ้างในสำนักงานที่อยู่ในเวลาเดียวกัน ซึ่งอาจรวมถึงการกำหนดตารางเวลา (อาทิ การเลื่อนเวลาเริ่ม/เลิกงาน) กำหนดตัวเลือกวันที่เพื่อเข้าไปปฏิบัติงานภายในสถานที่ หะยอยกลับเข้าไปทำงานในสำนักงานโดยแบ่งเป็นระยะ ๆ หรือยังคงใช้การทำงานทางไกลหากเป็นไปได้ ระบุผู้ใช้ตู้ล็อกเกอร์ใหม่ หรือจำกัด/สับหลักการใช้ตู้ล็อกเกอร์เพื่อเพิ่มระยะห่างระหว่างคนงาน
- พิจารณาเสนอให้ลูกจ้างที่ร้องขอปรับเปลี่ยนหน้าที่เพื่อลดการติดต่อกับลูกค้าและลูกจ้างคนอื่น ๆ (เช่น การจัดการสินค้าคงคลัง หรือการจัดการสิ่งที่เป็นด้านการบริหารผ่านระบบเทคโนโลยี)

- เปลี่ยนรูปแบบการประชุมและการสัมภาษณ์ทั้งหมดไปเป็นการทำผ่านโทรศัพท์หรือแพลตฟอร์มดิจิทัล สำหรับการประชุมที่ต้องมีบุคคลเข้าร่วม  
ให้ปรับรูปแบบการประชุมและจัดประชุมที่มีขนาดเล็กลง  
เพื่อให้มั่นใจว่าได้ปฏิบัติตามคำแนะนำการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล
- ในพื้นที่การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลเป็นเรื่องยากที่จะรักษา  
ลูกจ้างควรมีการตรวจคัดกรองอาการเพิ่มเติม ซึ่งรวมถึงการวัดอุณหภูมิ การสังเกตอาการ และดูจากเสียง
- หยุดการเดินทางที่ไม่จำเป็น  
และส่งเสริมให้ใช้การประชุมทางไกลผ่านทางโทรศัพท์และอินเทอร์เน็ต
- กำหนดให้ลูกจ้างหลีกเลี่ยงการจับมือและการทักทายในลักษณะอื่นที่ขัดต่อคำแนะนำการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล
- วางข้อจำกัดเพิ่มเติมเกี่ยวกับจำนวนคนงานในพื้นที่ปิด  
เพื่อให้มั่นใจว่าอยู่ห่างในระยะหกฟุตเพื่อจำกัดการแพร่กระจายของเชื้อไวรัส
- สับหลักเวลาพักสำหรับลูกจ้าง  
โดยปฏิบัติตามระเบียบเกี่ยวกับค่าจ้างและชั่วโมงทำงาน  
เพื่อรักษาระเบียบการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล
- ปิดห้องพัก ใช้ฉากกั้น หรือเพิ่มระยะห่างระหว่างโต๊ะ/เก้าอี้  
เพื่อแยกลูกจ้างให้อยู่ห่างกันและไม่ส่งเสริมให้รวมตัวกันในระหว่างหยุดพัก หากเป็นไปได้  
ให้สร้างพื้นที่พักกลางแจ้งที่มีร่มเงาปกคลุมและที่นั่งเพื่อจะมั่นใจว่ามีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล
- ใช้ลำดับขั้นต่อไปนี้เพื่อป้องกันแพร่เชื้อ COVID-19 ในพื้นที่วิจัย ผลิต และการทำงานอื่น ๆ  
โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลเป็นเรื่องยากในทางปฏิบัติ ได้แก่  
การควบคุมด้านวิศวกรรม การควบคุมด้านบริหารจัดการ และอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล
  - การควบคุมด้านวิศวกรรม รวมถึง  
การสร้างฉากกั้นระหว่างบุคคลหรือกั้นไม่ให้มีการเข้า อย่างเช่น แผ่นอะคริลิก  
เพล็กซิกลาส (Plexiglas) หรือฉากแบบถาวรที่กั้นน้ำได้
  - การควบคุมด้านบริหารจัดการ รวมถึง  
การเพิ่มจำนวนกะเพื่อลดจำนวนของพนักงานที่อยู่ในเวลาเดียวกัน  
เพื่อให้ได้มั่นใจว่ามีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล
  - ชุดอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลประกอบด้วยเฟซชีลด์ [หน้ากากบางประเภท](#)  
ถุงมือชนิดกันน้ำ โปรดทราบว่าอุปกรณ์ที่ใช้แล้วทิ้งบางอย่าง เช่น  
เครื่องช่วยหายใจมีความสำคัญสำหรับลูกจ้างที่ทำงานด้านดูแลสุขภาพ  
และลูกจ้างที่ต้องทำงานกับเชื้อโรคและไม่ควรใช้ในกรณีอื่น

---

1. จะต้องพิจารณาข้อกำหนดเพิ่มเติมสำหรับประชากรกลุ่มเสี่ยงที่จะมีอาการรุนแรงเมื่อติดเชื้อ  
อุตสาหกรรมวิทยาศาสตร์ชีวภาพต้องปฏิบัติตามมาตรฐานของ [Cal/OSHA](#) ให้ครบถ้วน  
และพร้อมที่จะปฏิบัติตามคำแนะนำที่มีให้ รวมถึงแนวทางจาก [ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคของสหรัฐฯ \(CDC\)](#)  
และ [กรมอนามัยแห่งรัฐแคลิฟอร์เนีย \(CDPH\)](#)  
นอกจากนี้ นายจ้างจะต้องเตรียมพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนการดำเนินงานเมื่อคำแนะนำเหล่านั้นเปลี่ยนแปลงไป

