

ការណែនាំអំពីជំងឺកូវីដ-19

សម្រាប់ឧស្សាហកម្ម៖ បន្ទប់លេងល្បែង គ្រឿងបរិក្ខារចាក់ភ្នាល់ និងការប្រណាំងសេះ តាមផ្ទាយរណប និងទីកន្លែងប្រណាំងផ្សេងៗ

ថ្ងៃទី 29 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020

សេចក្តីណែនាំទាំងអស់គ្រប់គ្រាន់អនុវត្តតែជាមួយ
នឹងការយល់ព្រមពីមន្ត្រីសុខាភិបាលខោនធីបន្ទាប់ពី
ការពិនិត្យឡើងវិញនូវទិន្នន័យជំងឺរាតត្បាតក្នុងតំបន់
រួមមានករណីឆ្លងក្នុងចំនួនមធ្យម 100,000 នាក់
អត្រានៃការធ្វើតេស្តវិជ្ជមាន និងការ
ត្រៀមរៀបចំតាមមូលដ្ឋាន
ដើម្បីកាត់បន្ថយការកើនឡើងនៃសេវាថែទាំសុខភាព
ប្រជាជនដែលងាយរងគ្រោះ
ការតាមដានរកអ្នកប៉ះពាល់ និងការធ្វើតេស្ត។

ទិដ្ឋភាពទូទៅ

កាលពីថ្ងៃទី 19 ខែមីនា ឆ្នាំ 2020 កន្លងទៅ មន្ត្រីសុខភាពសាធារណៈប្រចាំរដ្ឋ និងនាយកក្រសួងសុខាភិបាលសាធារណៈនៃរដ្ឋ California បានចេញបទបញ្ជាមួយកម្រិតប្រជាជនរដ្ឋ California ភាគច្រើនសម្រាកនៅផ្ទះ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19 ក្នុងចំណោមប្រជាជន។

គេនៅមិនទាន់ដឹងច្បាស់អំពីផលប៉ះពាល់នៃជំងឺ កូវីដ-19 ទៅលើសុខភាពប្រជាជនរដ្ឋ California ថាយ៉ាងណានោះទេ។ ជំងឺដែលបានរាយការណ៍មកមានកំរិតកម្រិតស្រាល (អ្នកខ្លះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វីសោះ) រហូតដល់កម្រិតជំងឺធ្ងន់ធ្ងរដែលអាចបណ្តាលឲ្យស្លាប់។ ក្រុមមនុស្សមួយចំនួន រួមទាំងមនុស្ស វ័យចំណាស់អាយុ 65 ឆ្នាំឡើងទៅ និងអ្នកដែលមានស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាជំងឺបេះដូង ឬសួត ឬជំងឺទឹកនោមផ្អែមជាដើម កំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺហត់ដង្ហក់ធ្ងន់ធ្ងរ និងតម្រូវឲ្យចូលសម្រាកព្យាបាលក្នុងមន្ទីរពេទ្យ។ ការចម្លងទំនងជានឹងកើតមាននៅពេលមនុស្សប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ ឬស្ថិតនៅតំបន់ដែលមិនមានខ្យល់ចេញចូលល្អ ជាមួយនឹងអ្នកដែលបានឆ្លងវីរុស បើទោះជាអ្នកនោះពុំមានរោគសញ្ញាអ្វី ឬពុំទាន់លេចចេញរោគសញ្ញាក៏ដោយ។

ខណៈនេះ នៅមិនទាន់មានព័ត៌មានច្បាស់ការណ៍ស្តីអំពីចំនួន និងអត្រានៃជំងឺ កូវីដ-19 តាមក្រុមអាជីព ឬឧស្សាហកម្ម រួមទាំងក្នុងចំណោមកម្មករហេដ្ឋារចនាសម្ព័ន្ធសំខាន់ៗនៅឡើយនោះទេ។ កន្លងមកនេះមានការផ្ទុះឡើងច្រើនលើកនៃជំងឺតាមបណ្តាកន្លែងធ្វើការនានាដែលបង្ហាញឲ្យឃើញថា កម្មករកំពុងប្រឈមនឹងហានិភ័យនៃការឆ្លង ឬការចម្លងជំងឺ កូវីដ-19 ។ ឧទាហរណ៍នៃកន្លែងធ្វើការទាំងនេះ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ កន្លែងផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពរយៈពេលវែង ពន្ធនាគារ ផលិតកម្មម្ហូបអាហារ ឃ្លាំងទំនិញ រោងចក្រកែច្នៃសាច់ និងហាងលក់គ្រឿងទេសផ្សេងៗ។

ដោយសារមានការកែប្រែលើបទបញ្ជាសម្រាកនៅផ្ទះ វាជាការចាំបាច់ណាស់ដែលត្រូវចាត់វិធានការដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីធានាសុវត្ថិភាពជូនកម្មករ និងសាធារណជន។

ការអនុវត្តលើការបង្ការសំខាន់ៗរួមមាន៖

- ✓ ការរក្សាគម្លាតរាងកាយក្នុងកម្រិតអតិបរមាតាមអាចធ្វើបាន
- ✓ កម្មករ និងភ្ញៀវខាងក្រៅត្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ (នៅកន្លែងដែលមិនតម្រូវឲ្យមានការការពារផ្លូវដង្ហើម)
- ✓ លាងសម្អាតដៃឲ្យបានញឹកញាប់ និងធ្វើការជូតសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគជាប្រចាំ
- ✓ បណ្តុះបណ្តាលកម្មករអំពីការអនុវត្តបង្ការទាំងនេះ និងផ្នែកផ្សេងទៀតនៃផែនការបង្ការជំងឺ កូវីដ-19 ។

លើសពីនេះទៅទៀត សំខាន់គឺត្រូវមានដំណើរការដែលសមស្របដើម្បីកំណត់រកឱ្យឃើញនូវករណីថ្មីៗ នៃជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ហើយនៅពេលដែលជំងឺទាំងនោះត្រូវបានគេកំណត់រកឃើញហើយ ត្រូវធ្វើ អន្តរាគមន៍ឱ្យបានឆាប់រហ័ស និងត្រូវសហការជាមួយអាជ្ញាធរសុខាភិបាលសាធារណៈ ដើម្បីបញ្ឈប់ ការរីករាលដាលនៃមេរោគនេះ។

គោលបំណង

ឯកសារនេះផ្តល់នូវការណែនាំសម្រាប់បន្ទប់លេងល្បែង គ្រឿងបរិក្ខារចាក់គ្នាល់ និងការប្រណាំងសេះតាមផ្កាយរណប និងទីកន្លែងប្រណាំងផ្សេងៗនៅនឹងកន្លែងដើម្បីកាត់ទ្រង់បរិស្ថានស្អាត និងមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់កម្មករ។ លើសពីនេះទៀត វាផ្តល់នូវការណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់ជូនភាគីទីបី នៃសេវាកម្មអ្នកលេងបំពេញកន្លែងទំនេរ (TPPPS) ដែលប្រតិបត្តិការនៅក្នុងបន្ទប់លេង ល្បែងតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។

កំណត់ចំណាំ៖ បន្ទប់លេងល្បែង គ្រឿងបរិក្ខារចាក់គ្នាល់ និងការប្រណាំងសេះតាមផ្កាយរណប និងទីកន្លែងប្រណាំងផ្សេងៗនៅនឹងកន្លែងដែលធ្វើប្រតិបត្តិការ ឬជួលសណ្ឋាគារ ភោជនីយដ្ឋាន បារ ស្បៀង សាឡាត មណ្ឌលហាត់ប្រាណ អាងហែលទឹក ក្លឹបរាត្រី កន្លែងកម្សាន្ត សន្និបាត កីឡាលេងក្នុងនិងក្រៅអគារ និងកន្លែងកម្សាន្តផ្សេងទៀតជាដើម។ ល។ គួរតែបិទកន្លែងទាំងនេះរហូតដល់ទីតាំងទាំងអស់ នេះត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យបន្តប្រតិបត្តិការដែលបានកែតម្រូវខ្លះៗ ឬបន្តប្រតិបត្តិការពេញលេញវិញតែម្តង។

ទីកន្លែងប្រណាំងផ្សេងៗត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើប្រតិបត្តិការដោយមិនឱ្យមានអ្នកទស្សនានៅនឹងកន្លែង។ នៅពេលត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យបើកដំណើរការឡើងវិញដោយមានការកែប្រែខ្លះៗ ឬដោយពេញលេញ បន្ទប់លេងល្បែង គ្រឿងបរិក្ខារចាក់គ្នាល់ និងការប្រណាំងសេះតាមផ្កាយរណប និងទីកន្លែងប្រណាំងផ្សេងៗ ដែលនៅចាក់គ្នាល់នឹងកន្លែងជាមួយទីតាំងទាំងនេះគួរតែយោងទៅលើឯកសារណែនាំ ឧស្សាហកម្មនេះដែលសមស្របនៅពេលដែលវាដាក់ដំណើរការនៅលើ [គេហទំព័រផែនទីបង្ហាញផ្លូវនៃភាពធន់ទៅនឹងជំងឺកូវីដ-19](#)។ រាល់ព្រឹត្តិការណ៍សាធារណៈ ឬការប្រមូលផ្តុំដែលកកកុញច្រើនទាំងអស់ ដោយរួមបញ្ចូលទាំងការប្រគំនុំតន្ត្រី ឬការសម្តែងផ្សេងទៀតនៅទីតាំងទាំងនេះត្រូវតែបិទបិទបិទ ឬពន្យារពេល។

ការណែនាំនេះមិនមានគោលបំណងដកហូត ឬលុបចោលសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិកនោះទេ ទាំងការព្រមព្រៀងលក្ខន្តិកៈ បទប្បញ្ញត្តិ ឬការចរចាអនុសញ្ញារួម ហើយការណែនាំនេះក៏មិនមានលក្ខណៈស៊ីជម្រៅដែរ ព្រោះវាមិនមានរាប់បញ្ចូលបទបញ្ជាសុខភាពក្នុងប្រទេស និងមិនមែនជាការជំនួសឱ្យរាល់បទប្បញ្ញត្តិដែលទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាព និងសុខភាពដែលមានស្រាប់ដូចជា Cal / OSHA នោះដែរ។¹

សូមតាមដានការផ្លាស់ប្តូរបច្ចុប្បន្នលើការណែនាំអំពីសុខភាពសាធារណៈនិងបទបញ្ជារបស់រដ្ឋ/មូលដ្ឋានដោយសារតែស្ថានភាពជំងឺកូវីដ-19 នៅតែបន្តកើតមាន។ Cal/OSHA មានការណែនាំទូលំទូលាយបន្ថែមទៀតលើ [គោលការណ៍ណែនាំទូទៅរបស់ Cal/OSHA ស្តីពីការការពារកម្មករពីគេហទំព័រ កូវីដ-19](#)។ CDC មានតម្រូវការបន្ថែមនៅក្នុង ការណែនាំ [សម្រាប់អាជីវកម្មនិងនិយោជក។](#)

* បន្ទប់លេងល្បែងនិង TPPPS គួរតែបញ្ជូនកំរោងជាក់លាក់នៃកន្លែងធ្វើការរបស់ពួកគេទៅកាន់គណៈកម្មការត្រួតពិនិត្យការលេងល្បែងស៊ីសងនៅរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ានៅគេហទំព័រ commission@cgcc.ca.gov និងការិយាល័យត្រួតពិនិត្យល្បែងស៊ីសងនៅគេហទំព័រ gamblingcontrol@doj.ca.gov មុននឹងបន្តប្រតិបត្តិការឡើងវិញ។

ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខដែលតម្រូវ

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

ប្រជាជនរដ្ឋ California ត្រូវពាក់របាំងការពារមុខ នៅពេលពួកគេកំពុងទំនាក់ទំនងការងារ មិនថានៅកន្លែងធ្វើការ ឬកំពុងធ្វើការក្រៅការិយាល័យនោះទេ នៅពេល៖

- ធ្វើអន្តរកម្មដោយផ្ទាល់ជាមួយសមាជិកណាម្នាក់នៃសាធារណជន
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានសមាជិកសាធារណជនចេញចូល មិនថាសាធារណជនម្នាក់ណាកំពុងមានវត្តមាននៅពេលនោះ នោះទេ
- កំពុងធ្វើការនៅទីតាំងណាមួយដែលមានរៀបចំ ឬរៀបចំបង្គោលអាហារសម្រាប់លក់ ឬចែកចាយទៅអ្នកដទៃ
- កំពុងធ្វើការនៅក្នុង ឬកំពុងដើរឆ្លងកាត់កន្លែងសាធារណៈ ដូចជាច្រកសាលា ជណ្តើរ ជណ្តើរយោង និងលានចំណត
- នៅក្នុងបន្ទប់ ឬកំបាំងបិទជិតណាមួយដែលមានអ្នកដទៃ (លើកលែងសមាជិកគ្រួសារផ្ទាល់ ឬលំនៅដ្ឋានរបស់បុគ្គលនោះ) ចេញចូលនៅពេលដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយបាន
- កំពុងបើកបរ ឬបញ្ជាបរយានយន្តដឹកអ្នកដំណើរសាធារណៈ ឬសេវាដឹកអ្នកដំណើរពិសេស (paratransit vehicle) ភាក់ស៊ី ឬរថយន្តឯកជន ឬយានយន្តធ្វើដំណើររួម ដែលមានវត្តមានអ្នកដំណើរច្រើននាក់។ ត្រូវប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ ពេលគ្មានវត្តមានអ្នកដំណើរផ្សេងទៀត។

ព័ត៌មានលម្អិតដែលរួមមានគ្រប់លក្ខខណ្ឌតម្រូវ និងការលើកលែង ចំពោះច្បាប់ទាំងនេះអាចរកបាននៅក្នុង [ការណែនាំ](#)។ មានការលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខក្នុងកាលៈទេសៈផ្សេងទៀត ហើយនិយោជកអាចអនុវត្តលក្ខខណ្ឌតម្រូវប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបន្ថែមក្នុងការបំពេញកាតព្វកិច្ចរបស់ខ្លួនដើម្បីផ្តល់ជូនកម្មករនូវកន្លែងធ្វើការដែលមានសុវត្ថិភាព និង

សុខភាព។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខជូនកម្មករ ឬបើកសំណងជូនកម្មករលើចំណាយរកទិញម៉ាស់ ឬរបាំងមុខក្នុងតម្លៃសមរម្យ។

និយោជកត្រូវបង្កើតគោលការណ៍ស្នាក់អាស្រ័យសម្រាប់បុគ្គលិកកម្មករទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខខណ្ឌត្រូវ និងការ លើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។ ប្រសិនបើកម្មករម្នាក់ណាដែលតម្រូវឱ្យពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខដោយសារត្រូវប៉ះពាល់ពីកញ្ចប់នឹងអ្នកដទៃ

បែរជាមិនអាចអនុវត្តទៅបានព្រោះស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រនោះ

គេត្រូវផ្តល់ជូនជម្រើសគ្មានលក្ខខណ្ឌកំហិតមួយ

ដូចជាខែលរបាំងមុខដែលមានរន្ធគ្រាប់ទៅនឹងតែមន្ត្រីខាងក្រោម ប្រសិនបើអាច និងប្រសិនបើស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រអាចឱ្យធ្វើទៅបាន។

អាជីវកម្មដែលបើកចំហជាសាធារណៈត្រូវតែយល់ដឹងពីការលើកលែងចំពោះការពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខនៅក្នុង [ការណែនាំអំពីការបិទបាំងមុខរបស់ CDPH](#) និងមិនអាចដកសមាជិកណាមួយនៃ សាធារណៈជនមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ ប្រសិនបើជននោះអនុវត្តតាមគោលការណ៍ណែនាំ។ អាជីវកម្មនឹងត្រូវការបង្កើតគោលការណ៍សម្រាប់ដោះស្រាយការលើកលែងទាំងនេះក្នុងចំណោមអតិថិជន ភ្ញៀវ អ្នកទស្សនា និងបុគ្គលិក។



ផែនការដាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ

- ចងក្រងផែនការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរដាក់លាក់មួយ ទប់ស្កាត់ជំងឺ កូវីដ-19 នៅគ្រប់បឋមនីយដ្ឋាន អនុវត្តការវាយតម្លៃលម្អិតលើហានិភ័យនៃគ្រប់ជំនាញ និងកិច្ចការ រួចចាត់តាំងអ្នកមើលការម្នាក់គ្រប់បឋមនីយដ្ឋាននីមួយៗដើម្បីអនុវត្តផែនការ។
- ដាក់បញ្ចូលនូវ [ការណែនាំអំពីម៉ាស់ ឬរបាំងមុខរបស់ CDPH](#) ទៅក្នុងផែនការដាក់លាក់សម្រាប់កន្លែងធ្វើការ និងបញ្ចូលគោលការណ៍មួយសម្រាប់គ្រប់គ្រងលើការលើកលែង។
- កំណត់ព័ត៌មានទំនាក់ទំនង មន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងតំបន់ដែលកន្លែងនោះមានទីតាំងស្ថិតនៅ ដើម្បីផ្សព្វផ្សាយ ព័ត៌មានអំពីការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺ កូវីដ-19 ក្នុងចំណោមបុគ្គលិក។
- បណ្តុះបណ្តាល និងផ្តល់ដំណឹងដល់កម្មករ និងតំណាងកម្មករ អំពីផែនការ ហើយផ្តល់ភាពងាយស្រួលជូនកម្មករ និងតំណាងរបស់ពួកគេ ក្នុងការស្វែងរកព័ត៌មានផែនការ។
- វាយតម្លៃសម្ភាររូបវន្តឲ្យបានទៀតទាក់ទងដើម្បីធានាអនុលោមភាពតាមផែនការ និងឯកសារ និងកែតម្រូវភាពខ្វះចន្លោះដែលបានរកឃើញ។
- អង្កេតតាមដានគ្រប់ជំងឺ កូវីដ-19 ទាំងអស់ រួចកំណត់ថា តើកត្តាពាក់ព័ន្ធនឹងការងារណាមួយ ដែលអាចជាផ្នែកបង្កហានិភ័យនៃការឆ្លងរោគ។ ធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពផែនការតាមការចាំបាច់ដើម្បីទប់ស្កាត់មិនឲ្យមានករណីបន្ថែម។
- អនុវត្តដំណើរការ និងពិធីការចាំបាច់នានា នៅពេលមានការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ យោងតាម [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDPH](#)។
- កំណត់រកអ្វីដែលកម្មករមានឆ្លងមេរោគប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ (ក្នុងរយៈពេលមួយប្រាំមួយជំហាន ចន្លោះពេល 15 នាទី ឡើងទៅ) រួចចាត់វិធានការដាក់កម្មករដែលមានរោគសញ្ញាជំងឺ កូវីដ-19 វិជ្ជមានម្នាក់នោះ (ឬច្រើន) ឲ្យនៅដាក់ដោយឡែក ពីអ្វីដែលបានប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធនោះ។
- ត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់តាមសេចក្តីណែនាំខាងក្រោម។ ការខកខានមិនបានគោរពតាមសេចក្តីនេះអាចបង្កឲ្យមានកើតជំងឺនៅកន្លែងធ្វើការ ដែលអាចនឹងបណ្តាលឲ្យមានការបិទ ឬដាក់កម្រិតលើប្រតិបត្តិការផ្សេងៗ ជាបណ្តោះអាសន្ន។



ប្រធានបទផ្សេងៗសម្រាប់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករ

- ព័ត៌មានអំពី [ជំងឺ កូវីដ-19](#) វិធីទប់ស្កាត់ការឆ្លងរាលដាល និងដែលស្ថានភាពវេជ្ជសាស្ត្រប្រចាំកាយអាចធ្វើឲ្យបុគ្គលម្នាក់ៗងាយនឹងឆ្លងរោគ។
- ការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ រួមទាំងការសង្កេតសីតុណ្ហភាព និង/ឬការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាដោយប្រើ [គោលការណ៍ណែនាំរបស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃការមិនធ្វើការនៅការិយាល័យ

- ប្រសិនបើកម្មករនិយោជិតមានរោគសញ្ញានៃជំងឺកូវីដ-19 ដូច ដែលបានពិពណ៌នាដោយស៊ីឌីស៊ី ដូចជាក្រុនក្តៅ ឬក្រុនញាក់ ក្អក ដង្ហើមបានខ្លីឬពិបាកដកដង្ហើម អស់កម្លាំង ឈឺសាច់ដុំឬឈឺខ្នង ឈឺក្បាល លែងដឹងរសជាតិ ឬក្លិន ឈឺបំពង់ តឹងច្រមុះ ឬហឿនសំដៅ ក្អកចង្ហោរ ក្អក ឬរាករូស ឬ។
- ប្រសិនបើកម្មករត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយមិនទាន់បញ្ចប់ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅឡើយ ឬ
- ប្រសិនបើ នៅក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ កម្មករបានប៉ះពាល់នឹងនរណាម្នាក់ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយត្រូវបានចាត់ទុកថាអាចនឹងចម្លងរោគ (ឧ. កំពុងស្ថិតក្រោមការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក)។
- ដើម្បីអាចគ្រលប់ចូលធ្វើការវិញបាន ក្រោយកម្មករបានទទួលការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកជំងឺ កូវីដ-19 លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីលេចចេញរោគសញ្ញាដំបូង រោគសញ្ញារបស់ពួកគេមានសភាពល្អប្រសើរ ហើយកម្មករមិនមានក្រុនក្តៅ (ដោយមិនមានការប្រើថ្នាំបញ្ចុះកំដៅ) ក្នុងរយៈពេល 72 ម៉ោងចុងក្រោយ។ កម្មករគ្មានរោគសញ្ញាជំងឺ ដែលបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញមានជំងឺ កូវីដ-19 អាចគ្រលប់ចូលធ្វើការវិញបាន លុះត្រាតែផុតរយៈពេល 10 ថ្ងៃ គិតចាប់ពីថ្ងៃនៃការធ្វើតេស្តរកឃើញមានផ្ទុកជំងឺ កូវីដ-19 ។
- ដើម្បីសុំយោបល់ពីពេទ្យ ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ កាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ រួមមានការឈឺចាប់រ៉ាំរ៉ៃ ឬណែនទ្រូង រង្វេងស្មារតី ឬ មុខ ឬបបូរមាត់ឡើងស្វាយ។ ព័ត៌មានថ្មីៗ និងព័ត៌មានលម្អិតមាននៅលើគេហទំព័រ [របស់ CDC](#)។
- សារៈសំខាន់នៃសម្អាតដៃដោយទឹក និងសាប៊ូបានញឹកញាប់ រួមមានការដុសលាងនឹងសាប៊ូរយៈពេល 20 វិនាទី (ឬដោយប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃដែលមានសារធាតុ អេតាណុលគិតចំណុះ 60% (ល្អបំផុត) ឬអាល់កុលអ៊ីសូប្រូប៉ាណុល គិតចំណុះ 70% (ប្រសិនបើផលិតផលនោះមិនអាចទុកក្បែរដៃកុមារដែលមិនមានអ្នកមើល) នៅពេលកម្មករមិនអាចដើរទៅកាន់ឡាប៊ូ ឬកន្លែងលាងដៃ ដូចមាននៅក្នុង [សេចក្តីណែនាំរបស់ CDC](#))។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ (សូមអានផ្នែក គម្លាតរាងកាយ ខាងក្រោម)។
- ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខបានត្រឹមត្រូវ រួមមាន៖
 - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខមិនអាចការពារអ្នកប្រើប្រាស់បានទេ ហើយក៏មិនមែនជាឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នោះដែរ។
 - ម៉ាស់ ឬរបាំងមុខអាចជួយការពារអ្នកនៅក្បែរខ្លួនរបស់អ្នកពាក់ ប៉ុន្តែមិនជំនួសឱ្យភាពចាំបាច់នៃការរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងការលាងសម្អាតដៃញឹកញាប់នោះទេ។
 - ត្រូវគ្របម៉ាស់ ឬរបាំងមុខពេញពីលើច្រមុះ និងមាត់។
 - កម្មករត្រូវលាង ឬដូតទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ នៅមុនពេល និងក្រោយពេលពាក់ ឬដកម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ។
 - ជៀសវាងការប៉ះពាល់ភ្នែក ច្រមុះ ហើយនិងមាត់។

- ម៉ាស់ ឬក្រដាសបិទមុខមិនត្រូវប្រើប្រាស់ម្តងទៀត ហើយគួរលាងសម្អាតវា និងបោះវាចោលក្រោយពេលធ្វើការហើយ។

- ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងឯកសារណែនាំ របស់ CDPH សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ដែលកំណត់កាលៈទេសៈ ដែលម៉ាស់ចាំបាច់ត្រូវពាក់ និងការលើកលែងក៏ដូចជាគោលការណ៍ ច្បាប់ការងារ និងការអនុវត្តជាក់ស្តែងដែលនិយោជិតបានអនុវត្ត ដើម្បីធានាការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ ការបណ្តុះបណ្តាលក៏ត្រូវបញ្ចូលផងដែរនូវគោលការណ៍របស់និយោជកលើរបៀបគ្រប់គ្រងអ្នកដែលទទួលបានលើកលែងមិនពាក់ម៉ាស់ ឬរូបាងមុខ។
- ធានាថាអ្នកផ្តល់សេវា អ្នកធ្វើការបណ្តុះបណ្តាលអាសន្ន ឬអ្នកជាប់កិច្ចសន្យា នៅឯកន្លែងនោះក៏ត្រូវបានបណ្តុះបណ្តាលឲ្យបានត្រឹមត្រូវនៅក្នុងគោលនយោបាយការពារជំងឺ កូវីដ-19 និងមានការផ្គត់ផ្គង់ចាំបាច់ និង PPE។ ពិភាក្សាការទទួលខុសត្រូវទាំងនេះជាមុន ជាមួយអង្គភាពដែលមានកម្មករបណ្តុះ និងឬជាប់កិច្ចសន្យា។
- ព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃការឈប់សម្រាកមានប្រាក់ឈ្នួល ដែលកម្មករអាចមានសិទ្ធិទទួល ដែលធ្វើឲ្យមានភាពងាយស្រួលខាងហិរញ្ញវត្ថុក្នុងការសម្រាកនៅផ្ទះ។ សូមមើលព័ត៌មានបន្ថែមអំពី កម្មវិធីរដ្ឋាភិបាលដែលគាំទ្រការឈប់សម្រាកពេលឈឺ និងសំណងដល់បុគ្គលិកសម្រាប់ ជំងឺកូវីដ-19 រាប់បញ្ចូលទាំងសិទ្ធិឈប់សម្រាកពេលឈឺរបស់បុគ្គលិកក្រោមច្បាប់ ការឆ្លើយតបទៅនឹង មេរោគកូរ៉ូណាដោយយកគ្រួសារជាចម្បង និងសិទ្ធិរបស់កម្មករក្នុងការទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍សំណងរបស់បុគ្គលិក និងការសន្មតនៃការជាប់ទាក់ទងគ្នានៃការងារនិងជំងឺកូវីដ-19 ដោយអនុលោមទៅតាម បទបញ្ជាប្រតិបត្តិអភិបាលរដ្ឋលេខ N-62-20 ខណៈពេលដែលបទបញ្ជានោះចូលជាធរមាន។



ការធ្វើតេស្ត និងវិធានការគ្រប់គ្រងសម្រាប់បុគ្គល

- ផ្តល់ការពិនិត្យមើលសីតុណ្ហភាពនិង / ឬការពិនិត្យរោគសញ្ញាសម្រាប់កម្មករនិយោជិត អ្នកលក់ អ្នកម៉ៅការ និងសមាជិកសាធារណៈនៅពេលចូលក្នុងទីតាំងអគារនេះ។ ត្រូវប្រាកដថា អ្នកត្រួតពិនិត្យសីតុណ្ហភាព / រោគសញ្ញាជៀសវាង ការនៅជិតគ្នាក្នុងពេលជាមួយបុគ្គលិក និងភ្ញៀវតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ប្រសិនបើ តម្រូវឱ្យកម្មករនិយោជិតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះដែល ជាជម្រើសមួយសមស្របល្អជាងពិនិត្យមើលនៅទីតាំងអគារ នោះត្រូវប្រាកដថា ការពិនិត្យមើលនោះគឺត្រូវបានធ្វើឡើងមុនពេលកម្មករចាកចេញពីផ្ទះទៅធ្វើការ ហើយត្រូវធ្វើតាម គោលការណ៍ណែនាំរបស់ស៊ីឌីស៊ី ដូចដែលបាន ពិពណ៌នានៅក្នុងប្រធានបទសម្រាប់ផ្នែកបណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិកខាងលើ។ ការពិនិត្យមើលដោយខ្លួនឯងនេះមិនអនុវត្តបានចំពោះសមាជិកសាធារណៈជនដែលត្រូវ តែពិនិត្យមុនពេលចូលទៅក្នុងទីតាំងអគារនោះទេ។
- លើកទឹកចិត្តកម្មករនិងសមាជិកសាធារណៈដែលឈឺ ឬមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ឱ្យត្រឡប់ទៅស្នាក់នៅផ្ទះវិញ។
- និយោជកត្រូវផ្តល់ជូន និងធានាថាកម្មករប្រើប្រាស់គ្រប់ឧបករណ៍ការពារដែលបានតម្រូវ រួមមានវ៉ែនតាការពារភ្នែក និងស្រោមដៃ នៅកន្លែងដែលចាំបាច់។
- និយោជកត្រូវពិចារណាថាកន្លែងណាដែលអាចប្រើស្រោមដៃប្រភេទបោះចោលបាន ដើម្បីបន្ថែមបង្កប់លើការលាងសម្អាតដៃ ឬការប្រើទឹកអនាម័យសម្អាតដៃញឹកញាប់ ឧទាហរណ៍៖ សម្រាប់កម្មករដែលធ្វើតេស្តរោគសញ្ញាឱ្យអ្នកដទៃ ឬគ្រប់គ្រងវត្ថុផ្សេងៗដែលគេបោះចោលជាទូទៅ។

កម្មករគួរពាក់ស្រោមដៃនៅពេលកាន់វត្ថុដែលប្រឡាក់ដោយសារធាតុរាវនៃរាងកាយ។

- និយោជិកត្រូវមានវិធានការសមហេតុផលរួមទាំងការដាក់ស្លាកសញ្ញានៅក្នុងទីតាំងយុទ្ធសាស្ត្រនិងដែលមើលឃើញច្បាស់ដើម្បីរំលឹកដល់សាធារណជនថា ពួកគេត្រូវប្រើម៉ាស់ប្លក់ឡើងវិញ និងអនុវត្តការនៅឱ្យឆ្ងាយពីគ្នា ហើយគួរលាងដៃជាមួយសាប៊ូយ៉ាងហោចណាស់ឱ្យបាន 20 វិនាទីឱ្យបានញឹកញាប់ និងមិនត្រូវប៉ះមុខរបស់ខ្លួននោះទេ។ និយោជកគួរតែចាត់វិធានការបន្ថែមទៀត ឧទាហរណ៍ ត្រូវផ្សព្វផ្សាយលើគេហទំព័រប្រើសម្ភារៈផ្សព្វផ្សាយផ្សេងៗដើម្បីជូនដំណឹងដល់សាធារណជនអំពីវិធានការណ៍ការពារ ជំងឺកូវីដ-19 មុនពេលគ្រោងធ្វើដំណើរកម្សាន្តមកកាន់កន្លែងរបស់ខ្លួន។
- រំលឹក ភ្ញៀវជាមុនដើម្បីឱ្យភ្ញៀវយកម៉ាស់មុខមកតាមខ្លួន ហើយត្រៀមម៉ាស់មុខទុកជូនអ្នកដែលមកដល់ដោយមិនមានម៉ាស់ជាប់ខ្លួនប្រសិនបើអាច។



ពិធីការសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- អនុវត្តការសម្អាតឱ្យបានហ្មត់ចត់នៅក្នុងផ្នែកដែលមានចរាចរណ៍ឬការធ្វើដំណើរខ្លាំងដូចជាកន្លែងអង្គុយលេង កន្លែងរង់ចាំ បន្ទប់សម្រាក និងផ្នែកដទៃទៀតដែលមានកន្លែងច្រកចេញចូលដោយរួមមានជណ្តើរ ជណ្តើរយន្ត និងឧបករណ៍បញ្ជាជណ្តើរយន្ត។ ជាញឹកញាប់ ត្រូវសម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃផ្សេងៗដែលប្រើជាទូទៅរួមមានទីតាំងបញ្ជូរម៉ាស៊ីនគិតកាត់ឥណទាន កន្លែងរង់ចាំក្នុងក្លឹប អេក្រង់ចុច បង្កាន់ដៃកៅអី បង្គន់គ្រឿងបរិក្ខារលាងដៃ បង្កាន់ដៃទ្វារ និងសោទ្វារ សោរយានយន្ត និងយានយន្តដែលមាន (ដៃចង្កូត ដៃទ្វារ កុងតាក់បញ្ជាជាប់កៅអី វីទ្យុឡាន ។ ល) ។
- ជៀសវាងការប្រើទូរស័ព្ទ ថេប្លេត ឧបករណ៍ការិយាល័យ ឬឧបករណ៍នៅកន្លែងណាមួយរួមគ្នា តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ មិនត្រូវប្រើ PPE រួមគ្នាជាដាច់ខាត។
- សម្អាតនិងសម្លាប់មេរោគឱ្យបានទៀងទាត់នូវរាល់ឧបករណ៍និងគ្រឿងសង្ហារឹមដែលបានប្រើតាមវេនឬប្រើរួមគ្នា មួយណាដែលប្រើញឹកញាប់ជាង គឺសម្អាតមួយហ្នឹងដោយរាប់បញ្ចូល តែមិនមានកំណត់ ផ្ទៃផ្សេងៗ ប៊ូតុងចុច កុងតាក់ បង្កាន់ដៃកៅអីលេងល្បែង និងគ្រាប់ឡកឡាក់ បៀត្រាប់ សន្លឹកបៀ (ប្រសិនបើសម្អាតមិនបានទេ បោះវាចោលតែម្តងបន្ទាប់ពីប្រើហើយ) ទម្រង់សៀវភៅមើលអេឡិចត្រូនិច អេក្រង់ចុច នាឡិកាពេលវេលា ឧបករណ៍សំអាត និងឧបករណ៍បញ្ជាទូរស័ព្ទចល័ត និងឧបករណ៍សម្អាតសិក្សាដទៃទៀត។
- លែងកទុកពេលឱ្យកម្មករបានរៀនលាងសម្អាតដៃក្នុងម៉ោងវេនធ្វើការរបស់ពួកគេ។ ការងារសម្អាតគួរតែត្រូវបានកំណត់ក្នុងម៉ោងធ្វើការដែលជាផ្នែកមួយនៃភារកិច្ចការងាររបស់បុគ្គលិក។
- បំពាក់ក្នុងទីកន្លែងរង់ចាំ កន្លែងសម្រាក តុ និង បញ្ជីផ្សេងៗដោយផលិតផលអនាម័យត្រឹមត្រូវ រួមមានទឹកអាកុលលាងដៃ និងក្រដាសអនាម័យសើមសម្រាប់ជូត ហើយត្រូវផ្តល់ទឹកអាកុលលាងដៃ ដៃផ្ទាល់ខ្លួនដល់បុគ្គលិកទាំងអស់ដែលនៅជិតចាំជួយអភិវឌ្ឍន៍ដោយផ្ទាល់។
- ធានាថាបបនីយដ្ឋានអនាម័យបើកដំណើរការ និងនៅមាន ស្តុកគ្រប់ពេលវេលា ហើយផ្តល់បន្ថែមនូវសាប៊ូ ក្រដាសជូត និងទឹកអនាម័យសម្អាតដៃពេលចាំបាច់។
- ផ្តល់ធនធានដើម្បីលើកកម្ពស់អនាម័យខ្លួនរបស់បុគ្គលិក។
- នេះនឹងរួមបញ្ចូលទាំងក្រដាសអនាម័យ ធុងសំរាមដោយមិនយកដៃប៉ះ សាប៊ូលាងដៃ ពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់លាងដៃ ទឹកអាកុលលាងដៃ ទឹកសម្លាប់មេរោគ និងកន្លែងប្រើម្តងបោះចោល។

- ពេលជ្រើសរើសសារធាតុគីមីសម្លាប់មេរោគ និយោជកត្រូវប្រើផលិតផលដែលអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺ កូវីដ-19 នៅក្នុង បញ្ជីអនុញ្ញាតឱ្យប្រើប្រាស់របស់ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA)- និងធ្វើតាមការណែនាំប្រើផលិតផល។

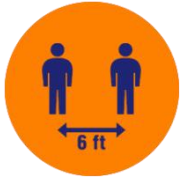
ប្រើសារធាតុសម្លាប់មេរោគដែលមានស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្កជំងឺ (emerging viral pathogens) ឈ្មោះម្សៅខាត់រាវសម្អាតផ្ទះ (diluted household bleach solutions) (ឈាម 5ស្លាបត្រាបាយក្នុងចំណុះទឹកមួយហ្គាឡុង)

ឬទឹកអាត់កុលដែលមានជាតិអាត់កុលតិចបំផុត 70% ល្មមនឹងសម្អាតលើផ្ទៃ។

ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់កម្មករស្តីពីគ្រោះថ្នាក់ក្នុងការប្រើប្រាស់សារធាតុគីមី គោលដៅអ្នកផលិត តម្រូវការខ្យល់ចេញចូល និងលក្ខខណ្ឌតម្រូវរបស់ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព។

បុគ្គលិកដែលប្រើទឹកលាងសម្អាតឬសម្លាប់មេរោគគួរតែពាក់ស្រោមដៃ និងឧបករណ៍ការពារផ្សេងៗទៀតទៅតាមសេចក្តីណែនាំប្រើប្រាស់ផលិតផល។

អនុវត្តតាមវិធី ការសម្អាតជំងឺហ៊ីតដែលមានសុវត្ថិភាព វិធីសាស្ត្រ ដែលបានណែនាំដោយក្រសួងសុខាភិបាលរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា ហើយធានាថា ខ្យល់ល្អ។
- ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យ នៃជំងឺរលាកសួតប្រភេទ ធ្ងន់ និងជំងឺដទៃទៀតដែលឆ្លងតាមទឹក ត្រូវចាត់វិធានការ ដើម្បីធានាថា ប្រព័ន្ធទឹក និងលក្ខណៈពិសេសទាំងអស់ (ឧទាហរណ៍កន្លែងផឹកទឹកឬកេសផ្ទះ ទឹកកន្លែងទឹកបាញ់ផុសទៅលើ) មានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ បន្ទាប់ពីការបិទទីតាំងយូរមក។
- ផ្គត់ផ្គង់ដបបាញ់ទឹកសម្អាតដៃ (ដោយគ្មានកន្លែងចុចបើអាចធ្វើទៅបាន) នៅគ្រប់ទីកន្លែងទទួលភ្ញៀវ កន្លែងសម្រាកកំសាន្ត តុលេងល្បែង ច្រកចូលភោជនីយដ្ឋាន កន្លែងប្រជុំនិងសន្និបាត បន្ទប់ជណ្តើរយន្ត បន្ទប់សម្រាក កន្លែងទីតាំងម៉ោង ទ្រុង (ទាំងផ្នែកខាងក្នុង និងខាងក្រៅ) បន្ទប់តាំងបង្ហាញ បន្ទប់សម្រាកកំសាន្ត និងកន្លែង សេវាកម្ម សម្រាប់ប្រើដោយអតិថិជន និងបុគ្គលិក។
- កែសម្រួល ឬកែតម្រូវម៉ោងដំណើរការម៉ាស៊ីន ឬកាលវិភាគដើម្បីផ្តល់ពេលវេលាឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ សម្រាប់ការសំអាតឱ្យបានទៀងទាត់។
- ដំឡើង និងលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រើកាតឥណទាន និងឧបករណ៍ដែលមិនត្រូវការប្រើដៃ បើអាចធ្វើទៅបាន មានដូចជា អំពូលសិនសិចាប់ចលនា ប្រព័ន្ធទូទាត់ប្រាក់ដោយមិនបាច់ប៉ះម៉ាស៊ីន ម៉ាស៊ីនផ្តល់សាប៊ូ និងក្រដាសអនាម័យស្វ័យប្រវត្តិ និងប្រព័ន្ធកំណត់ពេលវេលា។
- ត្រួតពិនិត្យការចែកចាយ និងចាត់វិធានការសម្លាប់មេរោគដែលចាំបាច់ និងអាចអនុវត្តបានទាំងអស់នៅពេលទទួលទំនិញ។
- នៅកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន សូមកុំសម្អាតកំរាលឥដ្ឋដោយការបោសវាស ឬវិធីផ្សេងទៀតដែលអាចធ្វើឱ្យប៉ែកខ្នែកមេរោគបង្កជំងឺចូលពាសពេញក្នុងខ្យល់។ ប្រើម៉ាស៊ីនបូមចូលដែលមានតម្រង HEPA នៅគ្រប់ទីកន្លែងដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ពិចារណាដំឡើងម៉ាស៊ីនសម្អាតបន្ទុះខ្យល់ដែលមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ដែលធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវតម្រងខ្យល់របស់អាកាសឱ្យមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន និងធ្វើការកែតម្រូវផ្សេងទៀតដើម្បីបង្កើនបរិមាណខ្យល់ខាងក្រៅនិងខ្យល់នៅក្នុងការិយាល័យនិងកន្លែងផ្សេងទៀត។



សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- អនុវត្តវិធានការណ៍នានាដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយជំហានរាងកម្មករនិងអតិថិជន។ ការនេះអាចរួមបញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់ផ្ទៃក្បូបវន្ត ឬកន្លែងដែលមើលឃើញ (ឧទាហរណ៍សញ្ញាសម្គាល់លើផ្លូវដើរក្នុងអគារ បន្ទះខ្សែលាបពណ៌ ឬសញ្ញាដើម្បីចង្អុលបង្ហាញនូវកន្លែងដែលបុគ្គលិក និង/ឬអតិថិជនគួរឈរនៅត្រង់ណា) និងគួរតែត្រូវបានប្រើនៅគ្រប់ទីកន្លែងដែលភ្ញៀវឈរជាជួរ ឬប្រមូលផ្តុំគ្នារួមមាននៅកន្លែងឈរត្រួតពិនិត្យ និងនៅស្ថានីយរង់ចាំ បន្ទប់ទឹក បន្ទប់ជណ្តើរយន្ត បញ្ជី កន្លែងរង់ចាំផ្សេងៗ និងកន្លែងសន្តិសុខលើកដាក់អីវ៉ាន់ ។ល។
- ត្រូវចាត់វិធានការនៅកន្លែងដែលមិនអាចរក្សាគម្លាតចម្ងាយរាងកាយបាន ដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់រវាងអ្នកគិតលុយ ឬបុគ្គលិក និងអតិថិជនផ្សេងទៀត ដោយប្រើកញ្ចក់ជុំវិញ ឬរន្ទះការពារដែលមិនអាចឱ្យទឹកឆ្លងកាត់បាន។
- ពិចារណាផ្តល់ជូនកម្មករដែលស្នើសុំជម្រើសកាតព្វកិច្ច ដែលបានកែតម្រូវដើម្បីកាត់បន្ថយទំនាក់ទំនង (ការប៉ះពាល់) របស់ពួកគេជាមួយអតិថិជន និងបុគ្គលិកផ្សេងទៀត (ឧទាហរណ៍ដូចជាការគ្រប់គ្រងសារពើភ័ណ្ឌជាជាងធ្វើការជាអ្នកចែកបៀ អ្នកបម្រើ អ្នកគិតប្រាក់ ឬគ្រប់គ្រងតម្រូវការរដ្ឋបាលតាមរយៈការងារទូរគមនាគមន៍) ។
- បង្ហាញផ្លាកសញ្ញានៅច្រកចូល កន្លែងគិតលុយ បន្ទប់សម្រាក ម៉ាស៊ីនអេធីអឹម ស្ថានីយបង់ប្តូរសំបុត្រ តុលេងល្បែង។ ល។ ដើម្បីរំលឹកដល់អតិថិជនពីការរក្សាគម្លាតពីគ្នា ការប្រើប្រាស់ម៉ាស់ ឬកន្លែងរង់ចាំ បានត្រឹមត្រូវ និងសារៈសំខាន់នៃអនាម័យដៃគ្រប់ពេលវេលាទាំងអស់។
- កែតម្រូវការប្រជុំដើម្បីធានាឱ្យបាននូវការរក្សាគម្លាតចម្ងាយរាងកាយ និងធ្វើការប្រជុំបែបលក្ខណៈតូចៗនៅតាមកន្លែងនានា ដើម្បីរក្សាគោលការណ៍ណែនាំពីការរក្សាគម្លាតចម្ងាយរាងកាយ។
- កាត់បន្ថយចំណុះសម្រាប់បន្ទប់ប្រជុំដើម្បីការរក្សាគម្លាតចម្ងាយរាងកាយយ៉ាងហោចណាស់ប្រាំមួយហ្វីតរវាងបុគ្គលិក និងបុគ្គលិក។
- បិទបន្ទប់សម្រាក ប្រើរន្ទះ ឬបង្កើនគម្លាតរវាងតុ ឬកៅអី ដើម្បីបំបែកកម្មករ និងមិនលើកទឹកចិត្តឱ្យមានការជួបជុំគ្នា ពេលសម្រាក។ ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ចូរបង្កើតកន្លែងសម្រាកនៅខាងក្រៅដែលមានម្លប់ និងកន្លែងអង្គុយ ដែលធានានូវពីការរក្សាគម្លាតពីគ្នា។
- រៀបចំកន្លែងការិយាល័យឡើងវិញ រៀបចំតុលេងល្បែង ល្បែងកំសាន្ត បន្ទប់ទ្រូងរបស់អ្នកគិតលុយ បន្ទប់ប្រជុំ ។ល។ ដើម្បីធានាឱ្យបានថាកន្លែងធ្វើការអាចមានគម្លាតចម្ងាយ ៦ ហ្វីតរវាងបុគ្គលិក និងភ្ញៀវ។
- ដាក់ដែនកំណត់បន្ថែមលើចំនួនកម្មករនៅក្នុងផ្នែកដែលរុំព័ទ្ធជុំវិញដូចជាបន្ទប់ផ្គត់ផ្គង់ជាដើម ដើម្បីធានានូវការញែកឱ្យមានគម្លាតពីគ្នាយ៉ាងតិច ៦ ហ្វីតដើម្បីកាត់បន្ថយការឆ្លងវីរុស។
- ការកំណត់ម៉ោងសម្រាកបណ្តាក់គ្នា ស្របតាមបទប្បញ្ញត្តិប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងពេលដើម្បីរក្សាពិធីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- ត្រូវបិទកន្លែងសេវាកម្មដូងកាហ្វេ កន្លែងទឹកញ៉ាំ និងកន្លែងអាហារសម្រន់ធ្វើញ៉ាំខ្លួនឯង លុះត្រាតែពួកគេមានសមត្ថភាពចែកចាយដោយមិនចាំបាច់ប៉ះពាល់របស់ទាំងនោះផ្ទាល់។
- ផ្តល់នូវច្រកចូលតែមួយដែលមានការកំណត់ច្បាស់លាស់

និងច្រកចេញដាច់ដោយឡែកដើម្បីជួយរក្សាកម្លាតនៃរាងកាយឱ្យនៅឆ្ងាយពីគ្នា
តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។



ការណែនាំបន្ថែមទៀតអំពីអន្តរកម្ម (ទំនាក់ទំនងរាងកាយ) ជាមួយសមាជិកសាធារណៈ

- ដាក់ស្ថានីយ៍អនាម័យលាងសម្អាតដៃនៅគ្រប់កន្លែងដែលមានចរាចរណ៍មហាជនខ្លាំង និងផ្នែកផ្សេងទៀតដែលមានការឈរតម្រង់ជួរ និងការចាប់កាន់ និងហុចជូននូវបន្ទះផ្សេងៗ កាត ក្រដាសប្រាក់ និងសំបុត្រជាដើមរួមមានទាំងនៅកន្លែង ប៉ុន្តែមិនមានកំណត់ចំពោះ ធនាគារម៉ាស៊ីន តុល្យដ ម៉ាស៊ីនអេធីអឹម ម៉ាស៊ីនរំលោះសំបុត្រ បន្ទប់ទ្រង់អ្នកគិតលុយ កន្លែងប្រឡោះចាក់ក្អាល់ បន្ទប់ទឹក ល។ ស្ថានីយ៍អនាម័យគួរតែត្រូវបានត្រួតពិនិត្យនិងថែទាំតាមការចាំបាច់។
- នៅពេលដែលសមាជិកសាធារណៈជន និងបុគ្គលិកហុចរបស់ឱ្យគ្នាទៅមកក្នុងរយៈពេលយូរ (ដូចជាកាត ឬបន្ទះតូច ឬកាក់តូចកំណងលុយ) ត្រូវធានាឱ្យបាននូវការប្រើប្រាស់ទឹក អាគុណលាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់ ហើយត្រូវរំលឹកដល់សមាជិកសាធារណៈ (ដោយតាំងបង្ហាញសញ្ញានិង / ឬដោយប្រាប់ផ្ទាល់មាត់) កុំឱ្យប៉ះភ្នែក ច្រមុះ និងមាត់។ ពិចារណាដាក់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាននៅនឹងតុនីមួយៗសម្រាប់សមាជិកសាធារណៈ។ ផ្តល់វិធីនៃការបោះចោលនៅទីតាំងនីមួយៗ ដែលស្រោមដៃ ឬសម្ភារផ្សេងទៀត នោះគឺត្រូវបានផ្តល់ឱ្យ។
- ទុកពេលដល់អ្នកចែកបៀនៅពេលប្តូរវេនដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យគេបានលាងដៃឱ្យបានល្អ។
- ចំពោះការលេងបៀដែលអ្នកលេងត្រូវប៉ះបៀរ នៅពេលប្តូរវេនអ្នកចែកបៀនីមួយៗ សន្លឹកបៀរដែលកំពុងតែលេងត្រូវតែបោះបង់ចោល សម្អាតឱ្យមានអនាម័យ ឬទុកចោលយ៉ាងតិច 7 ថ្ងៃដែលជារយៈពេលគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីធានាថា គ្មានមេរោគណាមួយនៅសល់នោះទេ (ផ្អែកលើព័ត៌មានដែលគេបានដឹង)។ សម្រាប់ល្បែងបៀដែលអ្នកលេងមិនប៉ះពាល់សន្លឹកបៀរទេ បន្ទាប់ពីរយៈពេលមិនលើសពី 8 ម៉ោង សន្លឹកបៀរដែលកំពុងលេងត្រូវតែត្រូវបានគេបោះបង់ចោល សម្អាតមេរោគ សម្អាតឱ្យមានអនាម័យ ឬទុកចោលក្នុងរយៈពេលយ៉ាងតិច 7 ថ្ងៃ។ អ្នកចែកបៀត្រូវលាងសម្អាតដៃមុនពេលចាប់ផ្តើមលេង ឬចែកបៀតាមតុនីមួយៗ ឬលាងសម្អាតភ្លាមៗនៅពេលបញ្ចប់ការលេងបានមួយជុំហើយ។
- បន្ទះ ឬកាក់ដំណាងលុយទាំងអស់ គួរតែត្រូវបានលាងសម្អាតនិងសម្លាប់មេរោគមុនពេលចែកចាយ។ បន្ទះ ឬកាក់ដំណាងលុយគួរតែត្រូវបានយកចេញពីការប្រើប្រាស់ ហើយត្រូវបានជំនួសដោយបន្ទះ ឬកាក់ដំណាងលុយថ្មី រាល់ពេលលេងចប់បានមួយជុំ។
- ត្រូវដកតុ កៅអី ម៉ាស៊ីន តុល្យដល្បែង។ ល។ ចេញពីកន្លែងភ្ញៀវ ដើម្បីអាចការរក្សាកម្លាតចម្ងាយរាងកាយចម្ងាយ 6 ហ្វីតសម្រាប់អតិថិជននិងបុគ្គលិក តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ ប្រសិនបើបស់ទាំងអស់នេះមិនអាចរើចេញបានទេ សូមប្រើ គន្លឹះសញ្ញាដែលមើលឃើញដើម្បីបង្ហាញថា របស់ទាំងអស់នេះ គឺមិនអាចប្រើបានទេ ឬក៏ឡើងកញ្ចក់ជុំវិញ ឬក៏រំពឹងរាងកាយដែលមិន អាចជ្រាបទឹកបានដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់រាងអតិថិជន។
- កាត់បន្ថយចំនួនអ្នកដែលនៅតុល្យដល្បែងដើម្បីឱ្យភ្ញៀវបានបង្កើនកម្លាតឱ្យឆ្ងាយពីគ្នា។ ដំឡើងរបាំប្តូរទាំងដែលមិនជ្រាបទឹកបាន ប្រសិនបើអាច។ បញ្ឈប់ការមើលល្បែងសម្រាប់អ្នកមិនលេងព្រោះវាអាចបង្កើនឱកាស

ឱ្យភ្ញៀវមិនអាចការរក្សាគម្លាតចម្ងាយរាងកាយ 6 ហ្វីតបាន។

- បញ្ឈប់សេវាកម្មញ្ញាណប័ណ្ណនៅតុលេងល្បែង។
បុគ្គលិកគួរតែទទួលយកនិងផ្តល់ជូនការបញ្ជាទិញភេសជ្ជៈដល់អតិថិជន
ដើម្បីកម្រិតចំនួនមនុស្ស ដែលធ្វើដំណើរជុំវិញទីធ្លារ។
នៅពេលបម្រើភេសជ្ជៈនៅតុជាមួយភ្ញៀវមកពីគ្រួសារផ្សេងៗគ្នា
គួរផ្តល់ភេសជ្ជៈដោយប្រើធុងឬកន្ត្រកដែលអាចចោលបាន។
- ចំពោះគ្រឿងបរិក្ខារចាក់គ្នាល់ និងការប្រណាំងសេះតាមផ្កាយរណប
និងទីកន្លែងប្រណាំងផ្សេងៗដែលត្រូវចាក់គ្នាល់នៅនឹងបង្អួច ឬប្រឡោះគ្នាល់
ត្រូវបិទបង្អួចគ្នាល់នោះ ដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យមានគម្លាតប្រាំមួយហ្វីត។
ពិចារណាលើកទីតាំងបន្ថែមជំនួសកន្លែងចាស់ ដើម្បីបង្កើនការរក្សា
គម្លាតចម្ងាយរាងកាយ រាប់បញ្ចូលទាំងរបាំងការពាររាងកាយ ដែលមិនជ្រាបទឹក
ប្រសិនបើអាច។ ផ្តល់ស្ថានីយ៍អនាម័យនៅកន្លែងជំនួសថ្មីនោះ។
- កន្លែងគ្រឿងបរិក្ខារអង្គុយចាក់គ្នាល់ និងការប្រណាំងសេះតាមផ្កាយរណប
និងទីកន្លែងប្រណាំងផ្សេងៗ គួរតែត្រូវបានកំណត់រចនាសម្ព័ន្ធឡើងវិញ ហើយការបិទ
ដោយផ្នែកក៏ត្រូវបានអនុវត្ត ដោយផ្អែកលើលក្ខខណ្ឌការរក្សាគម្លាតចម្ងាយរាងកាយ
រួមទាំងការដំឡើងរបាំងនៅកន្លែង ដែលចាំបាច់។
- ផ្គត់ផ្គង់ និងផ្តល់ធនធាន ដើម្បីលើកកម្ពស់អនាម័យផ្ទាល់ខ្លួនរបស់សមាជិកសាធារណៈ។
ការនេះនឹងរួមបញ្ចូលទាំងការផ្តល់ជូន ក្រដាសជូតមាត់
ធុងសំរាមដែលមិនប៉ះពាល់ដោយដៃ សាប៊ូ ទីតាំងគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ការលាងដៃ
ទឹកអាក្រក់លាងដៃ ទឹកសម្លាប់មេរោគ និងកន្លែងដែលអាចចោលបាន។

1 លក្ខខណ្ឌគម្របបន្ទាប់បន្សំដែលត្រូវគិតពិចារណាសម្រាប់ក្រុមប្រជាជនងាយរងគ្រោះ។
និយោជិតត្រូវតែគោរពតាមស្តង់ដារ [Cal/OSHA](#) ទាំងអស់ហើយត្រៀមខ្លួនដើម្បីគោរពតាមការណែនាំរបស់
Cal/OSHA ក៏ដូចជាការណែនាំរបស់ [មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រង និងបង្ការជំងឺ \(CDC\)](#) រួមទាំង
មន្ទីរសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋ [California \(CDPH\)](#) ផងដែរ។
បន្ថែមទៀតនិយោជកត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីកែប្រែប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួននៅពេលគោលការណ៍ណែនាំមានការផ្លា
ស់ប្តូរ។

