

បញ្ជីត្រួតពិនិត្យទូទៅ Cal/OSHA COVID-19 សម្រាប់គោដនីយដ្ឋានទទួលទានអាហារនៅកន្លែង

ថ្ងៃទី 2 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020

បញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះមានគោលបំណងជួយទៅដល់គោដនីយដ្ឋានទទួលទានអាហារពេលល្ងាចត្រួតពិនិត្យមើលផែនការរបស់វា ដើម្បីការពារការរីករាលដាលជំងឺ COVID-19 នៅកន្លែងធ្វើការ ហើយនិងត្រូវពិនិត្យបន្ថែមលើគោលការណ៍នាំសម្រាប់គោដនីយដ្ឋានទទួលទានអាហារពេលល្ងាច។ បញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះគឺជាសេចក្តីសង្ខេប និងមានសារៈសំខាន់សម្រាប់ផ្នែកខ្លះនៃការណែនាំ។ ធ្វើឱ្យខ្លួនអ្នកយល់កាន់តែច្បាស់ពីការណែនាំ មុនពេលប្រើបញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះ។



ខ្លឹមសារនៃផែនការជាក់លាក់នៅកន្លែងធ្វើការជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ

- បុគ្គល(នានា)ដែលទទួលខុសត្រូវក្នុងការអនុវត្តផែនការ។
- ការវាយតម្លៃហានិភ័យ និងវិធានការដែលនឹងត្រូវអនុវត្តដើម្បីទប់ស្កាត់ការរីករាលដាលនៃវីរុស។
- ការប្រើម៉ាស់ ឬរបាំងមុខ អនុលោមតាមការណែនាំរបស់ [CDPH](#) ។
- ការបណ្តុះបណ្តាល និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយកម្មករនិយោជិត និងតំណាងកម្មករនិយោជិតដែលមានក្នុងផែនការ។
- ដំណើរការពិនិត្យមើលអនុលោមភាព និងកត់ត្រា ព្រមទាំងកែតម្រូវចំណុចខ្វះខាត។
- ដំណើរការនៃការស៊ើបអង្កេតករណីជំងឺ COVID សូមជូនដំណឹងដល់មន្ទីរសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋាននិងកំណត់អត្តសញ្ញាណ ព្រមទាំងដាក់ដាច់ដោយឡែកពីទំនាក់ទំនងនៅកន្លែងធ្វើការជិតស្និទ្ធរបស់កម្មករដែលឆ្លងជំងឺ។
- ពិធីសារសម្រាប់ពេលដែលកន្លែងធ្វើការមានការផ្ទុះឡើងនៃមេរោគនេះស្របតាម [ការណែនាំរបស់ CDPH](#)។



ប្រធានបទផ្សេងៗសម្រាប់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលកម្មករ

- ព័ត៌មានស្តីពីជំងឺ [COVID-19](#) ទប់ស្កាត់ការរីករាលដាល និងជាពិសេសអ្នកដែលងាយរងគ្រោះ។
- ការត្រួតពិនិត្យដោយខ្លួនឯងនៅផ្ទះ ដូចជាសិក្សាភាព និង/ឬ ការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញាដោយប្រើ [ការណែនាំរបស់ CDC](#)។
- ចំណុចសំខាន់គឺមិនត្រូវទៅធ្វើការទេ ប្រសិនបើបុគ្គលិកកម្មករមានរោគសញ្ញាជំងឺ COVID-19 ដូចដែលមជ្ឈមណ្ឌលនៃការគ្រប់គ្រង និងការពារជំងឺ (CDC) បានពិពណ៌នា ដូចជា មានក្អក ក្តៅខ្លួន ពិបាកដកដង្ហើម ក្រហាយ ឈឺសាច់ដុំ ឈឺក្បាល ឈឺបំពង់ក បាត់រសជាតិ ឬក្លិន តឹងច្រមុះ ឬហឺរសំបោរ ចងក្អក ឬក្អកចង្ហោរ ឬរាករស ឬប្រសិនបើពួកគេ ឬនរណាម្នាក់ ដែលពួកគេធ្លាប់មានទាក់ទងជាមួយ ត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរកឃើញថាមានជំងឺ COVID-19។
- បន្ទាប់ពីការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យនៃ COVID-19 បុគ្គលិកអាចត្រលប់មកធ្វើការវិញបន្ទាប់ពីរយៈពេល 10 ថ្ងៃ ចាប់តាំងពីការចាប់ផ្តើមបង្ហាញរោគសញ្ញា និង 72 ម៉ោងដោយគ្មានក្រុនក្តៅ។
- នៅពេលត្រូវស្វែងរកការព្យាបាល។
- សារៈសំខាន់នៃការលាងដៃ។
- សារៈសំខាន់នៃការរក្សាចម្ងាយពីគ្នា ទាំងនៅក្នុងម៉ោងធ្វើការ និងក្រៅម៉ោងធ្វើការ។

- ការប្រើប្រាស់បានត្រឹមត្រូវនៃម៉ាស ឬរបាំងមុខ រួមទាំងព័ត៌មាននៅក្នុង [ការណែនាំរបស់ CDPH](#)។
- ព័ត៌មានអំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃថ្ងៃឈប់សម្រាកដែលមានប្រាក់ឈ្នួល រួមទាំង [ច្បាប់នៃការឆ្លើយតបទៅនឹងមេរោគកូវីដដោយយកគ្រួសារជាចម្បង](#) និងបទបញ្ជាប្រតិបត្តិ [របស់អភិបាលរដ្ឋលេខ N-51-20](#) និងអត្ថប្រយោជន៍សំណងរបស់កម្មករស្ថិតនៅក្រោមបទបញ្ជាប្រតិបត្តិ [របស់អភិបាលរដ្ឋលេខ N-62-20](#) នៅខណៈពេល ដែលបទបញ្ជានោះ ចូលជាធរមាន។
- បណ្តុះបណ្តាលអ្នកម៉ៅការឯករាជ្យ កម្មករធ្វើការបណ្តោះអាសន្ន ឬជាប់កិច្ចសន្យា និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្តនៅក្នុងគោលការណ៍ទាំងនេះ និងធានាថាពួកគេមានឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) ដែលចាំបាច់។



វិធានការគ្រប់គ្រង និងត្រួតពិនិត្យបុគ្គល

- ការពិនិត្យរោគសញ្ញា និង/ឬការពិនិត្យសីតុណ្ហភាព។
- លើកទឹកចិត្តកម្មករនិយោជិតដែលឈឺ ឬចេញរោគសញ្ញា COVID-19 ឲ្យស្នាក់នៅផ្ទះ។
- លើកទឹកចិត្តឲ្យមានការលាងដៃញឹកញាប់ និងការប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃ។
- ផ្តល់ និងធានាថា កម្មករនិយោជិតពាក់ម៉ាស និងឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួន (PPE) ដែលចាំបាច់ទាំងអស់។
- សូមគិតទៅលើការប្រើប្រាស់ស្រោមដៃជាការបន្ថែមទៅលើការលាងដៃញឹកញាប់ពេលធ្វើកិច្ចការដូចជាការចាប់កាន់របស់របរ ឬការធ្វើតេស្តរោគសញ្ញា។ បុគ្គលិកកម្មករគួរពាក់ស្រោមដៃ នៅពេលកាន់វត្ថុដែលប្រឡាក់ដោយសារធាតុរាវក្នុងរាងកាយ។
- ផ្តល់ស្រោមដៃដែលអាចបោះចោលបាន និងអៀមពាក់ការពារប្រឡាក់ ទៅឲ្យបុគ្គលិកដែលលាងបានប្រឡាក់ ឬប្រមូលថង់សំរាម និងត្រូវប្តូរឲ្យបានញឹកញាប់។
- ផ្តល់អៀមពាក់ការពារប្រឡាក់ដែលមិនជ្រាបទឹក និងប្រដាប់ការពារភ្នែក និងមុខ ទៅឲ្យអ្នកលាងបាន។ ប្តូរ និង/ឬសម្លាប់មេរោគឲ្យបានញឹកញាប់ កន្លែងណាដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- គ្រើនរំលឹកដល់សាធារណៈជនឲ្យពាក់ម៉ាស ឬរបាំងមុខ នៅពេលមិនញ័រ ឬជីក អនុវត្តកម្លាំងសុវត្ថិភាពរាងកាយ លាងដៃឲ្យបានញឹកញាប់ ប្រើទឹកអនាម័យលាងដៃ និងកុំប៉ះលើផ្ទៃមុខរបស់ខ្លួន។
- ផ្តល់ម៉ាស ឬរបាំងមុខដល់អតិថិជន ដែលមកដោយពុំបានពាក់ម៉ាស ឬរបាំងមុខ។
- បង្ហាញវិធានទាំងនេះទៅអតិថិជន និងបុគ្គលិកនៅផ្លូវចូល ធ្វើឲ្យវិធានទាំងនេះអាចរកបានតាមប្រព័ន្ធឌីជីថល និងបញ្ចូលវាទៅលើមីនុយ។



ពិធីការសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ

- អនុវត្តការសម្អាតឱ្យបានហ្មត់ចត់នៅតំបន់ដែលមានចរាចរណ៍ខ្ពស់។
- សម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃដែលប្រើញឹកញាប់ និងផ្ទៃដែលប៉ះពាល់ផ្ទាល់ដោយអៀមពាក់ការពារប្រឡាក់។
- សម្អាតផ្ទៃដែលអាចប៉ះបាន ចន្លោះពេលនៃការប្តូរមនុស្ស ឬអ្នកប្រើប្រាស់ អាស្រ័យលើមួយណាត្រូវបានប៉ះញឹកញាប់ជាង។
- បំពាក់កន្លែងដែលទំនេរ ដូចជា បន្ទប់ញ័រអាហារ និងភ្នាក់ងារសង្ហារឹម ទីតាំងបារ តុរេទិកា និងផ្ទះបាយ ជាមួយនឹងផលិតផលអនាម័យ ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ មានដូចជា ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃ និងក្រដាសជូតសម្អាតដៃ និងត្រូវធានាថា សម្ភារទាំងនោះមានជានិច្ច។
- ធានាថា កន្លែងអនាម័យបន្តមានប្រតិបត្តិការ និងមានស្តុកគ្រប់ពេល។
- ប្រើផលិតផលដែលបានអនុម័តសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹង COVID-19 ស្តីពី [ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន \(EPA\)-បញ្ជី ដែលបានអនុញ្ញាត](#) និងចុះបញ្ជី និងបណ្តុះបណ្តាលកម្មករពីគ្រោះថ្នាក់គីមី ការណែនាំផលិតផល គម្រោងការខ្យល់ និងគម្រោងការ Cal/OSHA និង [វិធីសាស្ត្រសម្អាតដំណើរដោយសុវត្ថិភាពរបស់ CDPH](#)។ ផ្តល់ និងធានាថាបុគ្គលិកកម្មករពាក់ស្រោមដៃជាប្រចាំ។
- បន្ត អនុវត្តតាមក្រមដែលមានស្រាប់ ទាក់ទងនឹងគម្រោងការនៃការធ្វើអនាម័យ (ជាជាងការសម្លាប់មេរោគ) ផ្ទៃប៉ះពាល់ជាមួយអាហារ។
- ធានាថា ប្រព័ន្ធទឹកទាំងអស់មានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃជំងឺ Legionnaires។

- ❑ ផ្តល់ពេលដល់កម្មករនិយោជិតដើម្បីអនុវត្តការអនុវត្តអនាម័យ អំឡុងពេលនៃវេនធ្វើការ និងពិចារណាលើការជួលក្រុមហ៊ុនសំអាតភាគីទីបី។
- ❑ ដំឡើងឧបករណ៍មិនប្រើដៃ ប្រសិនបើអាច។
- ❑ បើកបង្គួច និងពិចារណាការធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវការចម្រោះខ្យល់ និងប្រព័ន្ធខ្យល់ចេញចូល។
- ❑ សម្អាតគ្រប់ជាន់ដោយប្រើម៉ាស៊ីនបូមចូលី ដែលប្រើតម្រង HEPA ឬវិធីផ្សេងទៀតដែលមិនបំបែកភ្នាក់ងារបង្ករោគចូលក្នុងខ្យល់។
- ❑ ផ្តល់ជូនមិនុយដែលអាចបោះចោលបាន និងមិនុយជាលក្ខណៈឌីជីថល ដែលអាចមើលបានលើឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិច។
- ❑ ផ្តល់សម្ភាររៀបចំកុ (ឧ. កន្សែងជូត គ្រឿងស្លាបព្រា កាំបិតសម និងកែវ ជាដើម) ឲ្យអតិថិជន នៅពេលណាចាំបាច់ប៉ុណ្ណោះ។
- ❑ ផ្តល់គ្រឿងទឹកជ្រលក់រួមគ្នា នៅពេលណាដែលចាំបាច់ប៉ុណ្ណោះ ឬផ្តល់ប្រអប់ ឬបានដែលប្រើតែម្តងបោះចោល។
- ❑ ត្រូវយកកន្សែងរុំបានសមស្លាបព្រាមុនពេលអតិថិជនប្រើប្រាស់ និងរក្សារបស់ទាំងនោះទុកក្នុងប្រអប់ដែលស្អាត។
- ❑ ផ្តល់ប្រអប់ដែលអាចយកទៅជាមួយ នៅពេលមានការស្នើសុំប៉ុណ្ណោះ ហើយភ្ញៀវគឺជាអ្នកត្រូវបំពេញប្រអប់នោះ។
- ❑ យកក្រណាត់មិនស្អាតចេញពីតុល្លា ០០ អាហារពីកន្លែងញុំអាហារក្នុងចងដែលបិទជិត។
- ❑ សម្អាតយ៉ាងហ្មត់ចត់នូវទីតាំងបរិភោគអាហាររបស់អតិថិជនម្នាក់ៗ បន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់រួច។
- ❑ ពិចារណាប្រើកម្រាលកៅអីប្រភេទប្រើម្តងបោះចោល ជាពិសេសនៅលើផ្ទៃដែលមានរន្ធ ហើយបោះចោល និងដាក់ថ្មីជំនួសវិញ បន្ទាប់ពីប្រើរួច។
- ❑ ផ្តល់ស្ករកៅស៊ូ ស្ករគ្រាប់ អាហារសម្រន់ និងឈើចាក់ធ្មេញ នៅពេលចាំបាច់ប៉ុណ្ណោះ។ សូមកុំទុកចោលនូវរបស់ផ្សេងៗ ដូចជា ហ្គេម ជាដើម។
- ❑ ផ្តល់ទឹកអនាម័យសម្អាតដៃនៅទ្វារចូលរបស់ភ្ញៀវ និងបុគ្គលិក និងកន្លែងដែលមានមនុស្សទំនាក់ទំនងគ្នា។



សេចក្តីណែនាំអំពីការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

- ❑ ផ្តល់អាទិភាពកន្លែងអង្គុយខាងក្រៅ និងសេវាវេចខ្ចប់នៅតាមចិញ្ចឹមផ្លូវ។
- ❑ ផ្តល់ជម្រើសនៃសេវាវេចខ្ចប់ សេវាដឹកជញ្ជូន និងសេវាទិញអាហារដោយបើកចូលមិនចុះពីរថយន្តសម្រាប់អតិថិជន។ ប្រើរបៀបរបបនៃការដឹកជញ្ជូន និងទទួលអាហារដោយមិនប៉ះពាល់គ្នា។
- ❑ ជម្រុញឲ្យមានការកក់ពីអតិថិជន។
- ❑ សុំឲ្យអតិថិជនរង់ចាំក្នុងរថយន្តរបស់ពួកគេ ឆ្ងាយពីហាង និងជូនដំណឹងដល់ពួកគេថា តុរបស់ពួកគេគឺរៀបចំរួចស្រេចហើយ តាមរយៈទូរស័ព្ទចល័តរបស់ពួកគេ។ ចៀសវាងប្រើ "កណ្តឹងរោទ៍"។
- ❑ លៃតម្រូវវិធានកំណត់ចំនួនអតិថិជនចូលទិញអតិបរមា និងអនុវត្តវិធានការដាក់ដាច់ដោយឡែកចំពោះកម្មករ និងអតិថិជន យ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីត ដោយប្រើវិធានការដូចជាការបែងចែករូបវន្ត ឬសញ្ញាដែលមើលឃើញ (ឧទាហរណ៍ការកំណត់ជាន់ ស្តុកពណ៌ ឬសញ្ញាដើម្បីចង្អុលបង្ហាញពីកន្លែងដែលកម្មករគួរឈរ)។
- ❑ កំណត់ចំនួនភ្ញៀវអង្គុយតែមួយតុ។
- ❑ ដំឡើងរបាំងរាងកាយ នៅកន្លែងណាដែលពិបាករក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- ❑ កំណត់តំបន់ ដែលមានមនុស្សឈររង់ចាំជាជួរឲ្យបានច្បាស់លាស់ ដើម្បីឲ្យមានគម្លាតរាងកាយបានសមស្រប។
- ❑ យកតុ និងកៅអីពីកន្លែងញុំអាហារចេញ ប្រើសញ្ញាសម្គាល់ដើម្បីបង្ហាញថាវាមិនអាចប្រើបានទេ ឬដាក់ដំឡើងរបាំងផ្លាស់ស្លឹក ឬប្រភេទរបាំងអ្វីមួយផ្សេងទៀត ដែលអាចបាំងមិនឱ្យមនុស្សអាចនៅជិតគ្នាបាន។
- ❑ កំណត់ចំនួនកម្មករនិយោជិតដែលផ្តល់សេវាបម្រើអតិថិជនម្នាក់ៗ ឬជាក្រុម។

- ❑ សូមកុំឲ្យអតិថិជនអង្គុយកន្លែងដែលមិនមានគម្លាតប្រាំហ្វីតពីកន្លែងរៀបចំអាហារ និងភេសជ្ជៈ ព្រមទាំងការងាររបស់កម្មករនិយោជិត។
- ❑ លែងប្រើការប្រជុំដោយផ្ទាល់ ប្រសិនបើចាំបាច់ ដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាត។
- ❑ ការកំណត់ម៉ោងសម្រាកបណ្តាក់គ្នា ដោយអនុលោមតាមបទប្បញ្ញត្តិស្តីពីប្រាក់ឈ្នួល និងម៉ោងធ្វើការ ប្រសិនបើចាំបាច់។
- ❑ កំណត់ចំនួនសម្ព័ន្ធឡើងវិញ ដាក់កំហិត ឬបិទតំបន់រួម ដូចជាបន្ទប់សម្រាករបស់បុគ្គលិក ផ្តល់ជម្រើសទីកន្លែងដែលអាចអនុវត្តគម្លាតរាងកាយ និងបញ្ចៀសកម្មករពីការជួបជុំគ្នា។
- ❑ កំណត់ចំនួនសម្ព័ន្ធទីចំហឡើងវិញដើម្បីអាចឲ្យមានគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយហ្វីតចន្លោះពីគ្នា សម្រាប់អ្នកទទួលបានអាហារ ធ្វើការ ឬដើរកាត់ទីកន្លែងនោះ។
- ❑ កំណត់ចំនួនសម្ព័ន្ធផ្ទះបាយ ឬកន្លែងធ្វើការឡើងវិញដើម្បីរក្សាគម្លាតរាងកាយនៅក្នុងកន្លែងទាំងនោះតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ❑ បញ្ចៀសមនុស្សពីការជួបជុំគ្នា។
- ❑ បង្កើតផ្លូវដើរនិងផ្លូវឆ្លងកាត់ថ្មីៗផងដែរ។
- ❑ ទប់ និងរក្សាទ្វារឲ្យនៅបើកចំហ ឬបើកដោយស្វ័យប្រវត្តិ ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន។
- ❑ លែងប្រើកម្រិតសំឡេងតន្ត្រី ដើម្បីឲ្យបុគ្គលិកអាចរក្សាគម្លាតពីអតិថិជនក្នុងការស្តាប់ ឮការបញ្ជាទិញ។
- ❑ អនុវត្តនីតិវិធីឈរតម្រងជួរតាមលេខរៀង រួមទាំងអ្នកទទួលភ្ញៀវនៅឈរក្រើនរថ្លឹកអតិថិជនឲ្យរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- ❑ ដំឡើងសម្ភារជំនួយក្នុងការផ្ទេរដើម្បីចៀសវាងការហុចអីវ៉ាន់ពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត។

