

Daim Ntawv Teev Npe Txhua Yam (Thuaj Pais) Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau Muab Cov Kev Pab Cuam Tus Kheej Ntxiv Nyob Sab Nraum Zoov

Lub Xya Hli 20, 2020

Daim npe txheeb xyuas no yuav pab nthuav qhia txog cov kev pab cuam saib xyuas tus kheej uas tau kev tso cai los muab kev ua lawv lub phiaj xwm nyob nraum zoov los pov thaiv kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob hauv lub chaw ua hauj lwm thiab ua ntxiv [Qhov Lus Qhia rau Muab Kev Pab Cuam Saib Xyuas Ntiasg Tug Nyob Sab Nraum Zoov](#). Qhov kev ntsuam xyuas nov tsua yog ib qhov kev xam me me ntawm qees yam ntawm cov lus nthuav qhia xwb, yuav tsum nkag siab tus kheej ua ntej siv qhov kev ntsuam xyuas nov.



Cov Ntsiab Lus ntawm Phiaj Xwm Kev Npaj Xab Phaib Ntawm Lub Chaw Ua Hauj Lwm Uas Sau Ua Ntaub Ntawv Tseg

- ☐ Tus (cov) neeg ua raug saib xyuas kev ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm.
- ☐ Kev txheeb xyuas qhov kev pheej hmoo thiab kev ntsuas uas yuav coj los tiv thaiv kev kis tus kab mob.
- ☐ Kev siv daim ntaub npog ntej muag raws [kev qhia los ntawm CDPH](#).
- ☐ Qhia thiab tham nrog tus neeg ua nw ua hauj lwm thiab tus sawv cev tu ua hauj lwm raw qhov phiaj xwm teev cia.
- ☐ Cov teeb txheem rau kev ntsuam xyuas kev ua hauj lwm thiab cov ntaub ntawv thiab kev daw qhov ua tsi tau zoo.
- ☐ Yog ib qho txheej txheem kev lis dej num txhawm rau soj qab taug lw txog cov kis (kaus lab nis) uas mob Tus Kab Mob Khaus Viv (COVID), ceeb toom rau lub thawj fab saib xyuas hauj lwm kev noj qab haus huv hauv zej zos paub, thiab txheeb xyuas thiab faib cais cov kev tiv tauj nyob sib ze ntawm qhov chaw ua hauj lwm uas nyob sib ze rau ntawm cov neeg ua hauj lwm uas kis tau kab mob.
- ☐ Cov qauv ua txheej txheem siv rau thaum qhov chaw ua hauj lwm ntawd muaj kev sib kis kab mob, raws li [Xeev California Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm txog Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeev \(California Department of Public Health, CDPH\) Cov Lus Qhia](#).
- ☐ Coj raws li lub Cal/OSHA tus qauv cai rau kev pov thaiv kev mob nkeeg rau cov neeg ua hauj lwm nyob sab nraum zoov, suav nrog rau kev sau daim ntawv txog lub phiaj xwm pov thaiv kev mob nkeeg.



Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- ❑ Cov ntaub ntawv ntawm [Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), tiv thaiv kev kis tus kab mob, thiab leej twg muaj kev phom sij tshwj xeeb.
- ❑ Kev kuaj nws tus kheej hauv tsev, suav nrog ntsuas kub thiab/los sis kuaj pom tus mob los ntawm kev siv [cov lus qhia ntawm CDC](#).
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev tsis txhob tuaj ua hauj lwm yog hais tias cov neeg ua hauj lwm muaj cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) raws li tau piav qhia los ntawm Lub Chaw Ua Hauj Lwm Txog Kev Tswj Hwm thiab Kev Tiv Thaiv Kab Mob (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), xws li hnoos, kub taub hau, ua pa nyuaj, ua daus no, mob cov leeg nqaij, mob taub hau, mob qa, nyuam qhuav tsis hnov qab los los sis tsis hnov ntshiab zoo, txhaws ntswg los sis los ntswg, xeev siab los sis ntuav, los sis raws plab, los sis yog hais tias lawv los sis ib tus neeg twg uas lawv tau nyob ze nrog ntawd raug kuaj pom tias muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- ❑ Yog xav mua ua hauj lwm tom qab muaj kev ntsuam xyuas Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tom qab 10 hnub suav txij hnub muaj tus tsos mob thiab zoo los tau 72 xuaj moo tsi muaj kub tob haus lawm.
- ❑ Thaum koj mu ntsib kws khob mob.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev ntxuav tes.
- ❑ Qhov tseem ceeb ntawm kev nyob sib nrug deb, tsi hai sij hawm nyob hauv chaw hauj lwm los sis sab nraum zoov.
- ❑ Yuav tsum tau siv ntaub npog ntsej muag, suav nrog rau ntaub ntawv [cov lus qhia ntawm CDPH](#).
- ❑ Puab txog cov tsos mob thiab kev pov thaiv kab mob, raws li [Cal/OSHA cov cai](#).
- ❑ Cov ntaub ntawv hai txog kev thov so nrog rau [Tsab Cai Kev Tiv Thaiv Khaus Laus Nas Vais Lav Hauv Yim Neeg](#) thiab tus neeg ua hauj lwm yuav tau txais cov txiaj ntsig nqis zog raws Tswv Xeev [Qhov Lus Txib N-62-20](#) thaum qhov lus txib tseem siv tau.
- ❑ Qhia rau cov neeg ua hauj lwm muaj ntawv cog lus ua hauj lwm ywj siab los sis cov tub hauj lwm ua ntiasv tuaj ib lwm xwb txog ntawm cov cai nov thiab ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias lawm yuav tsum muaj PPE zoo siv.



Cov Teeb Txheem Tiv Thaiv Thiab Sib Faib Tej Tus Neeg

- ❑ Kev tsawb xyuas tus tsos mob thiab/los sis ntsuam xyuas nw qhov kev kub tob haus.
- ❑ Txhawb nqa cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua tus uas muaj mob los sis pom muaj cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) kom nyob tsev.
- ❑ Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.
- ❑ Yuav tsum muab thiab paub meej tias cov neeg ua hauj lwm tau siv tag nrho txhua cov PPE uas tsim nyog xws li daim ia tsom qhov muag, hnab looj tes, thiab daim thaiv ntsej muag nyob rau thaj chaw uas tsim nyog.
- ❑ Muab cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg rau cov neeg ua hauj lwm nqa tej khoom dua ke tsis huv ntawm lub cev thiab ua raws txoj cai kev ntxuav tes tas li

ntxiv rau lwm qhov kev tu kom huv, cov hauj lwm kev ua hauj lwm nrog tej khoom uas kov tas li los sis ua kev ntsuam sim tus tsos mob. Yuav tsum rau cov hnab looj tes uas siv tag es muab pov tseg raws li lawv txoj hauj lwm uas yuav siv.

- Txuas lus nrog cov qhua ua ntej yuav mus saib thiab nug seb lawv los sis lawv tsev neeg puas muaj cov tsos mob Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), yog tias muaj, rov teem sij hawm dua.
- Tsis txhob kam rau tus qhua cov phooj ywg los sis tsev neeg nyob hauv lub chaw ua hauj lwm tsis suav nrog tus yog niam thiab txiv los sis tus saib xyuas tsom kwm tus me nyuam hluas.
- Ntsuam xyuas cov qhua thaum tuaj txog thiab rov teem sij hawm rau tuas pom muaj cov yam ntxwv mob.
- Piv txog cov lus qhia rau cov qhua ua ib txoj cai muab kev pab cuam, suav nrog rau, rau daim ntaub npog ntsej muag, siv tshuaj ntxuav tes, thiab tswj lub cev kom nyob sib nruv. Kuj tsim cov lus qhia tswv yim ua muaj dis cis toj (digitally).



Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tuab Kab Mob

- Muaj kev sib khoom ua hauj lwm nrog cov neeg ua hauj lwm ua ke, cov neeg xauj thiab cov neeg xauj khw muag khoom txhawm rau los tu cov cheeb tsam uas muaj kev taug kev khiav tsheb mus los coob.
- Nquag ntxuav kab mob uas siv tas.
- Siv cov khoom ntawm tsev kho mob uas tau tso cai rau siv los tawm tsam Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau lub [Chaw Sawv Cev Txog Kev Pov Thaiv Huab Cua Ib Puag Ncig \(EPA\)-uas tau tso cai](#) muaj daim npe los tu thiab rau tshuaj tua kab mob rau tej yam dab tsi uas tus tub lag luam tau los kov nrog. Cob qhia cov neeg ua hauj lwm txog kev phom sij fab khes mis, cov lus qhia txog cov khoom, cov kev xav tau txog tso huab cua nkag-tawm ntawm chav, cov kev xav tau txog Cal/OSHA, thiab CDPH [cov hauv kev los tu kom muaj kev nyab xeeb txog kev muaj mob hawb pob](#).
- Siv cov npog roj hmab uas to qhov los sis cov uas siv tag cev pov tseg, xws li cov rooj zaum, thiab muab pov tseg los sis tu tom qab txhua tus tub lag luam siv.
- Rau tshuaj tua kab mob rau txhua cov khoom ntawm chaw ua hauj lwm thiab cov cheeb tsam kho mob uas phim ncua ntawm txhua tus tub lag luam. Saib rau cov lus qhia txog cov ntaub ntawv qhia meej tseeb.
- Ntsuam xyuas koj ntseeg siab tias cov ciav dej tag nros tsi muaj teeb meem rau kev siv thiab txwv tsi pub muaj tus kab mob Legionnaire.
- Cov ntaub pua caw, cov phuam so thiab lwm cov ntaub npog neeg mob uas tau siv lawm muab tshem tawm tom qab txhua qhov kev kho mob. Tsis txhob co cov khoom uas tsis tau ntxhua. Muab cov ntaub pua chaw uas tau siv lawm pov rau hauv lub thawv uas muaj hau kaw yuav coj mus ntxhua.
- Siv lub tshuab nqus uas muaj lub taub lim HEPA tu ntxuav cov plag tsev kom huv si los sis lwm cov hauv kev uas tsis ua rau kab mob ya mus rau saum huab cua.
- Hais kom cov neeg ua hauj lwm hnav cov khaub ncaws uas ntxhua lawm los sis hloov lawv cov khaub ncaws tom qab txhua tus tub lag luam hnav.

- ❑ Tsis txhob siv cov khoom (piv txwv li, muab tej tog hauv ncoo, tej rooj zaum uas siv ntaub pua, tej ntaub tiasg chaw zaum pov tseg) nrog rau cov khoom uas tsis tuaj yeem coj mus ntxhua tau. Muab qhov khoom uas tawv, lub tog zaum tsis khoob los sis lub pob tawb loj npoo tawv los sis pob tawb roj hmab rau cov tub lag luam kom lawv muab lawv cov khaub ncaws rau hauv los sis rau sauv.
- ❑ Tsis txhob muab cov kev yooj yim, xws li cov ntaub ntawv tshaj xov xwm, cov ntawv, thiab kas fes rau lawv ntawm tej chaw nyob sab nrauv.
- ❑ Tu cov cheeb tsam muag khoom kom txhij. Muab txhua cov khoom "ntsuam sim" tshem tawm thiab pov tseg.
- ❑ Txhawb nqa cov npav khes div thiab them nyiam yam tsis muaj kev sib cuag, los sis kom cov tug lag luam siv nyiaj ntsuab los sis nyiaj tshev.
- ❑ Nruab cov khoom tsis txhob siv tev yog tias mus tau, xws li cov kais dej thiab cov taub rau ntau so uas tsis siv tes.
- ❑ Ua kom tau cov chaw txais tos thiab chaw ua hauj lwm nrog cov khoom ntxuav kom huv, nrog rau cov tshuaj ntxuav tes kom huv thiab cov ntaub uas muaj tshuaj tua kab mob thiab ua kom ntseeg siab tias muaj.
- ❑ Ntsuam xyuas kom ntseeg siab tias cov cuab yeej pab kev noj qab haus huv tseem siv tau thiab muaj siv txuas lub sij hawm.
- ❑ Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm tau siv los xyaum ua kev tu ncuaj sij hawm cov kab ua hauj lwm raws li ib feem ntawm cov neeg ua hauj lwm' cov luag hauj lwm.
- ❑ Zam kev sib koom siv cov xov tooj, cov xoj tooj loj, cov khoos phis tawj, cov cij mem, thiab lwm yam khoom siv ua hauj lwm. Tsis txhob sib qiv PPE.
- ❑ Xav txog kev hloov kho tshiab txhawm rau txhim kho huab cua pom thiab cov chaw nqus cua.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- Siv kev ntsuas los cais cov neeg ua hauj lwm thiab cov tug lag luam los ntawm kev nyob sib nrug yam tsawg kawg rau fij (feet) uas siv cov kev ntsuas xws li kev muab kem lub cev los sis lub zee muag (xws li, kev cim hauv lub plag tsev, lo cov ntaub lo muaj xim, los sis cov paib qhia qhov chaw rau cov neeg ua hauj lwm sawv).
- Siv Plexiglas los sis lwm yam los kem qhov kev nyob sib nrug uas tsis tuaj txuag tau, xam nrog ncua ntawm cov chaw ua hauj lwm.
- Hloov cov sij hawm teem caij thiab muab cov uas tsis muaj kev teem caij ua ntej ncua cia.
- Siv tev naus laus ntsis ntsuam xyuas qhov tseeb txhawm rau ceeb toom cov neeg ua hauj lwm thaum tus tub lag luam tuaj txog, thiab cov tub lag luam tau tos sab nrauv ntawm cheeb tsam uas muaj kev tso cai rau kev nyob sib nrug.
- Tseeb tsa cheeb tsam chaw txais tos cov tub lag luam nyob rau sab nrauv kom thiaj ntsuam xyuas tau thaum tseem ua raws li cov lus qhia txog kev nyob sib nrug deb. Siv Plexiglas los sis lwm yam los kem qhov kev nyob sib nrug uas tsis tuaj txuag tau.
- Ua twb zoo xav muab cov neeg ua hauj lwm uas thov cov hauv kev xaiv hloov kho cov luag hauj lwm uas txo lawv li kev sib cuag nrog cov tub lag luam thiab lwm tus neeg ua hauj lwm.
- Zam hais nyob sib tua tev, sib khawm, los sis kev hais nyob zoo thooj ib yam yog kev rhuav qhov kev nyob sib nrug deb.
- Muab cov chaw so sab nraum zoov nrog rau qhov muaj ntsoov ntsoo npog thiab cais cov kev zaum uas ua kom ntseeg tau tias tswj kev nyob sib nrug deb ntawm lwm tus.
- Hloov kho cov neeg ua hauj lwm cov rooj sib tham kom ntseeg tias nyob raws li kev nyob sib nrug deb thaib siv xov tooj los sis sib thaum hauv is taws nev yog tias mus tau.



Lwm Yam Kev Xav Txog rau tej Kev Pab Cuam txog Kev Ua Kom Zoo Nkauj, Kev Kho Tawv Nqaij thiab Kev Siv Tshuaj Pleev Kom Zoo Nkauj

- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum ntoo lub npog ntsej muag txhawm rau pov thaiv qhov muag (nrog rau daim npog ntsej muag) thaum uas lawv tab tom kho mob rau cov neeg siv kev pab cuam nyob rau cheeb tsam ntsej muag los sis ntawm caj dab uas ua rau tus neeg thov kev pab tsis tuaj yeem ntoo tau lub npog ntsej muag.
- Yuav tsum rau cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg kias kom thoob plaws txhua cov kev pab cuam thiab thaum tu thiab rau tshuaj tua kab mob rau cov cuab yeej thiab cov khoom tom qab ntawd.
- Muab cov hnab looj tes hle thiab ntxuav ob sab tes ua ntej yuav tawm cheeb tsam chaw kho mob sab rauv.
- Cov khoom siv ib zaug xwb pov tseg tom qab siv tag muab pov tseg tam sim ntawv rau hauv lub thoob rau khoom pov tseg.



Cov Kev Ua Zoo Xav Ntxiv rau Cov Kev Pab Cuam Ua Rau Tes

- Thov kom cov tub lag luam los muab tshuaj ntxuav tes thiab tu ob sab tes ua ntej yuav muab cov kev pab cuam ua rau tes.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum rau ntaub npog ntseg muag txuas lub sij hawm, los sis yuav tsum tau siv lub ntaub npog ntsej muag muaj qhov pab ua pas yog tias tsim nyog.
- Yuav tsum rau cov hnab looj tes siv ib lwm pov tseg kom thoob plaws txhua cov kev pab cuam thiab tu thiab rau tsxhuaj tua kab mob rau cov cuab yeej thiab cov khoom tom qab muab kev pab cuam txhua tus tub lag luam.
- Muab cov dab/cov tias uas nqa tau siv rau kev ua rau taw. Rau tshuaj tua kab mob rau cov dab/cov tias kom zoo uas siv cov tshuaj tua kab mob uas tau rau npe rau ntawm EPA uas muaj npe xws li bactericide, fungicide thiab virucide. Kev ua hauj lwm txog kev rau tshuaj tua kab mob rau sab hauv lub chaw ua rau tes thiab tsis tau nyob rau qhov chaw sab nrauv uas yog qhov chaw nyob ib ncua sij hawm.
- Siv cov khoom uas siv tas pob tseg tau txhua sij hawm. Txua yam cuab yeej ua tsis yog cov khoom siv es pov tseg yuav tsum tau rau tshuaj tua kab mob raws li Cov Thawj Coj Txiaiv Plaub Hauv thiab Ua Kom Zoo Nkauj ntawm California cov lus qhia tswv yim.
- Cov khoom siv ib zaug xwb pov tseg tom qab siv tag muab pov tseg tam sim ntawd rau hauv lub thoob rau khoom pov tseg.
- Tsis txhob siv lub tshuaj pleev rau tes. Siv lub phaj xim los hloov pauv thiab tu thiab rau tshuaj tua kab mob tom qab txhua tus tub lag luam siv.
- Yuav tsum nruab daim roj hmab kem ncua ntawm tus neeg ua hauj lwm thiab tus tub lag luam uas txiaiv rau tes thiab rau taw, yog tias mus tau.
- Tsua tso cai rau tib tug kws thas rau tes rau taws ua hauj lwm ntawm lub khws thiab tsi pom zoo rau tu tub lag luam ua ntau ntau yam ua kes xws lit has rau tes thiab rau taws ua kes.
- Yog tias tau siv kiv cua, yuav tsum tau txo kev tshuab cua ncaj raim ntawm ib leeg neeg mus rau lwm tus neeg. Yog tias muab kiv cua tshem lawm, yuav tsum tau paub txog kev phom sij ntawm qhov kub thiab yuav tsum tau txo qhov kub.



Yam yuav tsum tau mob siab ntxiv ntawm cov khws zuaj (Ua tsi yog tsim los saib xyuas kev noj qab haus huv)

- ☐ Kom cov tub lag luam ntxua lawv sab tes ua ntej muaj tej qhov kev pab cuam twg.
- ☐ Yuav tau mob siab rau kev hloov pauv lub sij hawm kev kho mob txawm rau kom txhawb nqa cov kev xav tau txog kev tu thiab kev rau tshuaj tua kab mob, xws li kev siv cov ntaub npog uas siv tag pov tseg los sis coj mus ntxhua tau.
- ☐ Yog tias muaj kev zuaj ntsej muag los sis siv lwm sab tes ua hauj lwm nyob rau lub ntsej muag, siv cov hnab looj tes uas tsis yog roj hmab ua feem kev kho mob no.
- ☐ Yuav tsum tsis txhob muaj kev zuaj ntej ntsej muag yog tias nws yuav tau tshem tus tub lag luam daim npog ntsej muag.
- ☐ Siv tes los mu zuaj rau qhov thaum kawg ntawm kev pab cuam.
- ☐ Ntxuav ob sab tes tam sim ntawd thaum muab cov kev pab cuam zuaj.



Lwm Yam Kev Ua Zoo Xav rau Kev Tawm Mus Ua Hauj Lwm Sab Nrauv

- Ua kom ntseeg siab tias cov kev ua hauj lwm sab nrauv yeej ua raws li Cal/OSHA thiab cov lus qhia los ntawm txhua lub khoos kas uas yuav tsum tau ua txhawm rau kom txhob tsim kev phom sij rau hluav taws xob, xam nrog hluav taws thiab hluav taws xob tib si.
- Ua kom ntseeg siab tias tsis muaj kev phom sij raws cov hlua hluav taws xob los sis lwm yam khoom siv nyob rau cov cheeb tsam ua hauj lwm sab nrauv.
- Siv duab ntxoo los sis khoom pov thaiv tawv nqaij thaum tsis muaj duab ntxoo roos.
- Cheem cov kev ua hauj lwm, txav kom deb ntawm cov hlua hluav taws xob thiab cov khoom siv, thiab nrhiav chaw nkaum rau sab hauv yog tias muaj plaim hluav taws xob cig li 6 miles ntawm thaj chaw koj nyob (saib FEMA "[30/30 txoj cai](#)").

