

Daim Ntawv Teev Npe Txhua Yam (Thuaj Pais) Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau Cov Chaw ntawm Kev Pe Hawm thiab Cov Muab Kev Pab Cuam Rau Kev Ntseeg thiab Kab Lis Kev Cai Hu Plig

Hnub Tim 1, Lub Xya Hli 2020

Daim ntawv txheeb xyuas no yog tsim los pab cov chaw ntawm kev teev hawm thiab muab cov kev pab cuam rau cov kev ntseeg thiab cov kab lis kev cai hu plig (hu tias “thaj chaw ntawm kev teev hawm”) siv lawv txoj phiaj xwm los mus tiv thaiv qhov kev kis nthuav dav ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob hauv qhov chaw ua hauj lwm thiab ntiv rau [Lus taw qhia rau Cov chaw ntawm Kev Teev Hawm thiab Muab Cov Kev Pab Cuam rau Cov Kev Ntseeg thiab Kab Lis Kev Cai Hu Plig](#). 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 Kev Sau Thiaj Xwm Tswj Xeeb Ntawm Chaw Ua Hauj Lwm

- ☐ 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, 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](#).



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.

- ❑ Ntsuam xyuas tu kheej tom tsev, xws li ntsuas seb pua kub thiab/los sis tus tsos mob los ntawm kev siv [vib this 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 no, mob cov ib ce, 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 yam tsim nyog thiab nrog rau [cov lus qhia ntawm CDPH](#).
- ❑ Cov ntaub ntawv hais txog cov txiaj ntsig hnub so hauj lwm uas them nyiaj, xam nrog rau [Txoj Cai Muab Kev Saib Xyuas Rau Cov Tsev Neeg Uas Raug Tus Kab Mob Khaus Lauv Nam Vais Lav Xub Thawj \(Families First Coronavirus Response Act\)](#) thiab Tus Thawj Hau Tswj Kav Xeev [Tsab Ntawv Txib \(Governor's Executive Order\) N-51-20](#) thiab cov txiaj ntsig ntawm cov neeg ua hauj lwm qhov nqi zog raws li Tus Thawj Hau Tswj Kav Xeev [Tsab Ntawv Txib \(Governor's Executive Order\) N-62-20](#) nyob rau lub sij hawm uas pib siv tau Tsab Ntawv Txib ntawd.
- ❑ Cob qhia txhua cov neeg cog lus ua hauj lwm nrog uas tsis nce rau leej twg, cov neeg ua hauj lwm xuaj qhaus (ib ntus) los sis raws li tsab ntawv cog lus, thiab cov neeg ua hauj lwm pab dawb kom paub txog cov cai no thiab ua kom paub tseeb hais tias lawv muaj cov Khoom Siv Pov Thaiv Tus Kheej (Personal Protective Equipment, PPE) uas tsim nyog.



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 cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg saib xyuas/cov qhua uas muaj mob los sis ua kom pom cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob hauv tsev twj ywm.
- ❑ Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.
- ❑ Muab thiab xyuas kom cov neeg ua hauj lwm siv tag nrho cov PPE ua tsim nyog.
- ❑ Ua zoo xav txog kev muab cov hnab looj tes ua ib qho kev pab ntiv txhawm rau ua kev nquag ntxuav tes los ntawm kev ua cov hauj lwm, xws li kev nqa cov

khoom uas nquag tuav tas li los sis kev ua kev kuaj mob txog tus tsos mob. Npaj hnab looj tes thaum kov cov khoom tsis huv hauv lub cev.

- Daim paib sau npe qhia kom ceev faj cov pej xeev/cov neeg tuaj xyuas kom siv ntaub npog ntsej muag lub ntsej muag, xyaum ncab lub cev kom ntau, ntxuav tes nrog xab npum, siv tshuaj ntxuav tes thiab tsis txhob kov lub ntsej muag.
- Sib txuas lus nrog cov neeg tuaj koom / neeg tuaj saib xyuas feem ntau hais tias lawv yuav tsum siv daim ntaub npog ntsej muag thiab muab rau cov neeg uas tuaj txog yam tsis muaj leej twg.
- Cov neeg tuaj koom thiab cov neeg tuaj saib cov tsos mob thaum tuaj txog thiab thov kom lawv siv tshuaj ntxuav tes.



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

- Tu qhov chaw uas muaj neeg ncig mus los coob kom huv si.
- Nquag ntxuav kab mob uas siv tas.
- Ntxuav thiab tuaj tsuaj rau cov khoom siv ua kes tom qab siv tag txua lwm.
- Tu ntxuav cov chaw (npoo los sis ntug) uas nyiam tuav tau tas li ntawm cov sij hawm ua hauj lwm los sis ntawm cov neeg siv, thaum twg los tau tab sis yuav tsum nquag tu tas li.
- 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.
- Txhaj tsuaj tua kab mob rau lub mais hais lus (microphones), tus txawb rau cov nkauj, khoom paj ntsuag, thiab lwm yam khoom ntawm lub sam thiab thiab thaj chaw ntawm kev siv.
- Siv cov ntaub npog uas siv tas pov tseg los tso rau ntawm lub hauv ncoo siv hauv chaw zaum thiab hloov/ntxuav kom zoo tom qab siv txhua zaus.
- Nqa tshuaj ntxuav tes kom huv thiab lwm tshuaj ntxuav tes muaj rau ntawm cov qhov rooj nkag mus thiab cov chaw tiv tauj.
- Siv cov khoom siv ua tau txai kev tso cai rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau ntawm [Fab Hauj Lwm Tiv Thaiv Zej Tsoom Ib Puag Ncig \(EPA\)-pom zoo](#) teeb cov teeb txheem thiab qhia rau cov tub hauj lwm txog qhov kev phom sij los ntawm cov tshuaj khe mis thiab qhia cov kev tsim cov lus qhia fab kev nqus cuas thiab cov lus qhia ntawm Cal/OSHA. Ua raws CDPH [txoj hauv kev tu tus kab mob hawb pob](#).
- Tshem tawm cov khoom uas nyuaj rau kev ntxuav tu kom huv thiab ntxuav tus kab mob tawm ntawm cov chaw sib tham.
- Txhawb cov qhua tuaj saib xyuas kom nqa thiab siv cov khoom xws li cov ntaub pua rooj ntawm tus kheej, cov hauv ncoo, cov phau ntawv nkauj, thiab lwm yam. Ua kom tsis txhob koom siv nrog cov khoom ntawd.
- Yog tias muab cov ntawv pua rooj, thiab lwm yam, ntxhuav tua kab mob lub sij hawm siv. Muab sij hawm kom txaus thaum muab cov kev pab cuam rau cov neeg ua hauj lwm txhawm rau kom ua kom tiasv txoj kev ntxuav tu kom huv/ntxuav tshuaj tua kab mob. Lwm txoj hauv kev, muab cov quav ntawv uas tau luam tawm ntawm cov khoom pov tseg.

- ❑ Ntxuav cov khaub ncaws thiab cov ntaub pua chaw tom qab txhua qhov kev pab cuam los sis kev tshwm sim. Hais kom cov koom txoos/cov qhua tuaj saib xyuas yuav tsum nqa lawv tus kheej cov hnab ntim khoom ntawm lawv tus kheej cov khaub ncaws thiab cov khau.
- ❑ Cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua tuaj xyuas yuav tsum rau hnab looj tes thaum tuav lwm tus cov ntaub pua chaw, cov khau uas tsi huv, thiab lwm yam.
- ❑ Tsis txhob hla cov paib qhia thiab cov khoom zoo sib xws uas txav ntawm nruab nrab cov tib neeg. Siv lwm txoj hauv kev muab cov kev xaiv xws li cov thawv uas muaj kev nyab xeeb uas tsis tas yuav qhib/kaw thiab tuaj yeem ntxuav tu kom huv thiab ntxuav tua kab mob tau. Ntsuam xyuas dis cis tauj (digital) cov txheej teg ua hauj lwm uas muab cov kev pab qhia yam tsis tau kov.
- ❑ Khij cim cov kev taug ua kom cov neeg tsis txhob taug kev ntawm qhov chaw tus qhua los sis tus qhua tuaj saib xyuas yuav chww lawv lub taub hau khoov mus rau hauv av thaum thov hawm.
- ❑ Qhib cov qhov rai yog tias huab cua zoo los sis qhib cov txeej teg ua hauj lwm ntawm lub tshuab hloov pauv huab cua kom hloov pauv cov cua tshiab sab nraud.
- ❑ 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 cov pathogens tawg ya rau saum huav sau cua.
- ❑ Ua zoo xav txog cov kev ua kom txawj tej yam tshiab ntiv txhawm rau txhim kho kev lim cua thiab kev ntaus cua tawm.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- ❑ Muab cov kev pab cuam los ntawm lwm txoj hauv kev xws li xam nyas is tawj nem, xov tooj, tsav tsheb-nkag sab hauv, thiab lwm yam.
- ❑ Tuav cov rooj sib tham tim ntsej tim muag thiab cov kev pab cuam sab nraud thaum tsim nyog.
- ❑ Muab cov kev ntsuas los siv kom ntseeg tau tias lub cev nyob nyob sib nrug deb ntawm tsawg kawg rau fij (feet)ntawm cov neeg ua hauj lwm, cov qhua tuaj saib, thiab lwm yam, suav nrog kev siv lub cev sib cais los sis cov duab pom.
- ❑ Rov kho cov chaw zaum thiab cov chaw sawv kom uas raws li kev nyob sib nrug ntawm lub cev rau fij ntawm cov koom txoos / cov qhua tuaj saib xyuas.
- ❑ Txo cov kev pab cuam txhawm rau kom txwv lub sij hawm ntawm cov koom txoos/cov qhua tuaj saib xyuas siv nyob ntawm cov chaw.
- ❑ Siv txheej teg ua hauj lwm kev tshwj tseg txhawm rau txwv cov qhua tuaj saib nyob rau ib lub sij hawm.
- ❑ Txhawb nqa cov koom txoos/cov qhua tuaj saib kom sib ntsib ua ib pab pawg txhua lub sij hawm.
- ❑ Ntxiv sij hawm lub rooj sib tham ntiv txhawm rau kom cov qhua tuaj koom tsawg dua txhua tus. Tu ntxuav kom huv si cov chaw sib tham thaum siv txhua zaus.
- ❑ Tsum qhov kev sib sau ua ke loj uas ua rau cov qhua tuaj saib ncig xyuas thiab tshuav qhov kev nyob sib nrug deb ntawm lub cev lub sij hawm tuaj koom.

- ❑ Kaw cov chaw ua si thiab tsum cov chaw me nyuam yaus ua si yog qhov chaw uas tsis tswj qhov kev nyob sib nrug deb ntawm lub cev ntawm tsawg kawg rau fij (feet).
- ❑ Txhawb qhia cov koom txoos/cov qhua tuaj saib xyuas kom koj lub cev nyob sib nrug deb ntawm lwm tus sab nraud uas tsis yog lawv tsev neeg, zam qhov kov cov thaj chaw, thiab tawm hauv qhov chaw ntawd yog tias lawv tsis xis nyob.
- ❑ Ntsuam xyuas kev txwv kev sib chawv ntawm kev ntseeg thiab/los sis cov hom phiaj kev kab lis kev cai, xws li kev tuav tes, rau cov tswv cuab ntawm ib tsev neeg.
- ❑ Muaj cov neeg ua hauj lwm los pab koj cov qhua mus rau hauv chav rooj sib tham raws li lub qhov rooj nkag hauv qhov chaw hauj lwm yam uas tsis pub lawv los nyob sib ze hauv chav tos qhua los sis cov muaj neeg coob.
- ❑ Pab cov qhua nrhiav chaw kom zaum los sis sawv ntsug uas yog yam tsawg kawg rau fij (feet) sib nrug deb ntawm lwm tus. Hais kom lawv los txog thiab nyob twj ywm hauv ib lawv pawg.
- ❑ Qhib los sis tuav cov qhov rooj qhib lub sij hawm muaj neeg coob thaum cov qhua nkag mus thiab tawm hauv cov chaw, yog tias ua tau.
- ❑ Kaw los sis txwv qhov chaw muaj neeg coob, xws li chav so, chav ua noj, chav dej hla, thiab lwm yam, uas cov tib neeg yuav sib sau ua ke thiab sib cuam tshuam, los sis nruab cov thaiv yog tias siv cov chaw no.
- ❑ Tshem tawm los sis tshawb nrhiav cov kev xaiv hauv zej zog theem qis txhawm rau ntim cov zej zog / kev cai dab qhuas. Ntxuav thiab hloov dej thaum lub sij hawm siv. Siv ntaub thaiv npog qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj yog ua tau. Txhaj tsuaj tua kab mob Cov Khoom Siv Tiv Thaiv Tus Kheej (Personal Protective Equipment, PPE) kom zoo thaum siv.
- ❑ Thaum ntxuav yog ib yam hauj lwm uas yuav tsum tau ua, hloov kho kev koj ua los txo cov txaws. Txhawb kom ntxuav ntshua ntawm tsev ua ntej nkag mus hauv tsev.
- ❑ Rov kho lub thaj thiab thaj chaw rau las phoos (speaker), thaj chaw ua hauj lwm, chav sib tham, chav sib tham, thiab lwm yam, kom tso siab rau yam tsawg kawg rau fij (feet) ntawm tus neeg.
- ❑ Txheeb xyuas cov kev thiab cov chaw hla kev kom muaj kev tsheb khiav mus los, yog tias ua tau, thiab cais txoj kev nkag thiab tawm hauv chav sib tham, chaw ua hauj lwm, thiab lwm yam.
- ❑ Zoo siab tos txais thiab tshem tawm cov neeg tuaj koom/cov neeg tuaj saib nyob rau hauv kev koj kom lub cev nyob nrug deb li cas thiab txo kev khiav tsheb kom tsawg li tsawg tau.
- ❑ Tsis pub kom muaj neeg ceeb caij lub liv nce nqis nyob rau tib lub sij hawm. Lo daim paib qhia txog cov cai no.
- ❑ Siv cov chaw ua hauj lwm, thaum ua tau thiab tsim nyog, tsis pub muaj cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua hauv chaw ua hauj lwm, chaw sib tham, thiab lwm yam. nyob rau tib lub sij hawm.
- ❑ Xav rau kev muab cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg ua hauj lwm pab dawb uas thov kom hloov kho cov lag hauj lwm uas yuav txo lawv txoj kev sib cuag nrog cov kev sib sau ua ke coob/cov neeg tuaj xyuas thiab lwm cov neeg ua hauj lwm.

- ❑ Tus neeg ua hauj lwm ua ncua, ua raws li cov cai them nyiaj hli thiab sij hawm ua hauj lwm.
- ❑ Tso tseg cov kev taug kev deb uas tsis tseem ceeb thiab txhawb kom ua cov rooj sib tham los ntawm xov tooj thiab is taws nem.
- ❑ Kaw cov chaw kev pab cuam rau tus kheej xaiv xws li cov phau me ntawv qhia thiab cov tsee rau ntaw. Muab cov khoom rau cov neeg tuaj sib ntsib /cov neeg tuaj xyuas raws li qhov tsim nyog los sis hauv is lev thos niv.
- ❑ Xav rau kev txwv ntawm cov tib neeg uas siv chav dej nyob rau tib lub sij hawm los ua kom tswj tau qhov kev nyob sib nrug deb.
- ❑ Txhawb cov neeg ua hauj lwm, cov tuaj sib ntsib, cov qhua, thiab lwm cov neeg, kom txhob sib tuav tes, sib puag tes, sib khawm, thiab kev txais tos zoo sib xws uas tswj tsis tau kev sib nrug deb. Siv cov cai tsim nyog los ceeb toom tib neeg kom zam los sis siv lwm yam kev sib hu.
- ❑ Rov kho dua cov chaw nres tsheb tshiab kom txwv tsis pub muaj kev nres sib ze thiab ua kom muaj kev sib cais kom tsim nyog. Yog tias ua hauj lwm tsav tsheb-nkag hauv, ua kom ntseeg tau tias lub tsheb qhov rai thiab cov qhov rooj kaw yog tias nyob deb ntawm rau fij (feet) ntawm lwm lub tsheb.

Kev Txiaiv Txim Siab Rau Qhov Chaw Pe Hawm

- Txwv txiaiv muab cov kev pab cuam tus kheej rau khoom noj khoom haus rau cov qhua. Tsis pub muaj khoom txom ncauj los sis tsis koj zoo li tsev neeg uas muaj khoom noj thiab khoom haus uas yuav ua rau muaj kev pheej hmoo txuam ntau ntxiv. Yog yuav muaj kev muab keb pab cuam rau khoom noj khoom haus, ces yuav tsum tej khoom txaus ib leeg, tej tais diav uas siv tag es pov tseg tau thaum twg los xij thaum ua tau. Cov neeg ua hauj lwm los sis cov neeg los pab pab yais khoom noj yuav tsum ntxuav tes xwm yeem thiab rau hnab looj tes uas siv tag pov tseg.
- Nres kev hu nkauj, nyob ua pab pawg thiab ua yeeb yam lwm yam yeeb yam los sis nco ntsoov tias lub cev nyob deb li ntawm rau fij (feet).
- Hloov kho cov kev koj ua uas tshwj xeeb rau ib qho kev ntseeg ib txwm muaj uas yuav ua rau muaj kev kis Tus Kab Mob Khaus Vlv-19 (COVID-19).

Kev Txiaiv txim rau Kev Pam Tuag

- Txwv chaw ntim cov neeg tuaj saib thiab mus ncig xyuas sij hawm muaj kev pam tuag, sawv, thiab lwm yam ntxiv.
- Ceeb toom cov neeg tuaj saib kom saib xyua lub cev sib nrug deb.
- Hloov kab li kev cai los sis kev coj noj coj ua thaum ntxuav los sis lub cev neeg tuag ntawm cov neeg uas tau tuag los ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), raws li cov lus qhia los ntawm [CDPH](#) thiab [CDC](#). Yog tias yuav muaj ib cov kua dej txaws tawm lo, siv cov cuab yeej tiv thaiv tus kheej (PPE) rau qhov muag, qhov ntswg, thiab qhov ncauj.
- Sib sab laj thiab ua raws li cov lus qhia hauv zej zos hais txog kev txwv tsis pub muaj kev sib koom, kev mus ncig, pam tuag rau cov neeg tuag ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), thiab lwm yam.

