



COVID-19 LUS QHIA TXOG KEV UA LAG LUAM:

Kev Ua Liaj Teb
thiab Tu Tsiaj
Txhus

Lub Xya Hlis, Tim 29, 2020

covid19.ca.gov



NTHUAV QHIA

Nyob rau Lub Peb Hlis Ntuj Tim 19, 2020, lub Xeev Tus Thawj Coj Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Tus Thawj Kav Xwm ntawm California Chav Hauj Lwm Ntsig Txog Zej Tsoom Kev Noj Qab Haus Huv (California Department of Public Health) tau muaj lus txib yuav kom cov neeg California nyob twj ywm hauv tsev los txo qhov sib kis ntawm COVID-19 ntawm qhov chaw muaj neeg coob.

Qhov cuam tshuam tsis zoo ntawm COVID-19 nyob rau cov neeg California kev noj qab haus huv tseem tsis tau paub zoo. Tau tshaj tawm txog kev tsis xis neej pib ntawm qhov mob me (qee tus neeg tsis hnov muaj tsos mob li) mus rau qhov mob loj uas tsim ua rau tuag taus. Muaj ntau pawg neeg tshwj xeeb, suav nrog rau cov neeg muaj hnuv nyoog 65 xyos los sis laus dua thiab tus uas muaj yam ntxwv mob hnyav, xws li mob plawv los sis mob ntsws los sis mob ntshav qab zib, yog cov muaj kev pheej hmoo siab zog ntawm kev pw tsev kho mob thiab muaj ntau yam mob hnyav. Kev sib kis yuav ntau tshaj plaw thaum tus neeg mob ntawv nyob rau ntawv qhov chaw ua tsi muaj kev lam cuas zoo rau lwm tus neeg mob, txawm tia tus neeg mob ntawv yuav tsi muaj tsos mob lossis tseem tsi tau thwm sim cov tsos mob.

Cov ntaub ntawv qhia tseeb txog ntawm qhov coob thiab cov qib ntawm COVID-19 los ntawm cov chaw ua lag luam los sis cov pab pawg neeg ua hauj lwm, suav nrog rau cov neeg ua hauj tsim kho kev uas ua hauj lwm hnyav tsis tau muaj nyob rau lub sijhawm no. Nws tau muaj kev kis kab mob nyob rau ntau cov chaw ua hauj lwm, qhia tias cov neeg ua hauj lwm ntxim li yuav los sis kis tau kab mob COVID-19. Cov piv txwv ntawm cov chaw ua hauj lwm no muaj suav nrog cov tsev kho mob, cov tsev laus, cov tsev txim, cov tsim khoom noj, cov tsev cia khoom, cov chaw luas nqaij thiab cov khw muag khoom noj.

Cov lus txib kom nyob twj ywm hauv tsev tau muaj kev hloov pauv, nws tseem ceeb rau txhua cov kauj ruam ntxim ua tau los ua kom ntseeg tias cov neeg ua hauj lwm thiab cov zej tsoom nyab xeeb.

Cov cai ua kev pov thaiv tseem ceeb muaj nrog:

- ✓ ua kom lub cev nyob sib nrug deb kom ntau li ntau tau,
- ✓ cov neeg ua hauj lwm thiab cov tub lag luam/cov qhua siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg (ntawm qhov chaw uas tsis tas siv kev pov thaiv kev ua pa),
- ✓ nquag ntxuav tes thiab tua kab mob thiab tu txhais tes kom huv,
- ✓ qhia cov neeg ua hauj lwm txog cov no thiab lwm yam ntawm lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19.

Ib qhov ntxiv, nws yuav yog cov txheej txheem lis hauj lwm uas nyuaj los txheeb txog cov xwm txheej tshiab ntawm cov chaw ua hauj lwm muaj mob thiab, thaum twg tau txheeb pom, qhov cuam tshuam sai thiab kev ua hauj lwm nrog cov nom tswj saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv los ua kom txo tau kev kis tus kab mob.

LUB HOM PHIAJ

Cov ntaub ntawv nov yuav qhia txawm rau cov ua lag luam txog kev ua liaj teb thiab tu tsiaj nthus txawm rau txhawb qab kev tiv thaiv kom ib puag ncig muaj kev nyab xeeb thiab huv sir au txuas tu tub ua hauj lwm. Qhov lus qhia tsis yog txhob txwm ua los thim los sis tshem tawm tej tus neeg ua hauj lwm qhov muaj cai, suav nrog txoj cai, cai kav tswj los sis txoj cai txheeb sau, thiab txoj cai uas tsis muaj txhij, raws li qhov nws tsis suav nrog lub cheeb nroog qhov lus txib txog kev noj qab haus huv, los sis nws txoj cai rau kev noj qab haus huv uas yeej muaj lawm thiab cov cai yuav tau ua cuam tshuam kev noj qab haus huv xws li cov Cal/OSHA.¹ Kev Nyob tam sim no muaj kev hloov pauv rau lus qhia txog kev noj qab haus huv rau zej tsoom thiab lub xeev/hauv zos, raws li qhov COVID-19 cov cheeb nroog li xwm txheej Cal/OSHA muaj kev qhia txog ntawm kev nyab xeeb thiab noj qab haus huv ntawm lawv lis Cal/OSHA COVID-19 [txhawm rau tiv thaiv kev kis mob los ntawm kev ua liaj teb ntawm tus webpage](#). CDC muaj cov ntaub ntawv ntxiv txog lawv [cov lus qhia](#) rau cov chaw lag luam thiab cov tswv ntiav ua hauj lwm.

Yuav Tau Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Nyob rau Lub Rau Hlis Ntuj Tim 18, CDPH tau tawm [Lus Qhia Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#), qhov uas cov zej tsoom neeg thiab cov neeg ua hauj lwm nyob rau txhua qhov chaw muaj zej tsoom neeg los puav leej yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg thiab tej chaw ua hauj lwm yuav tau teeb seb muab qhov chaw twg ua qhov muaj kev pheej hmoo nphav tau kab mob.

Tib neeg nyob hauv California yuav tsum rau cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thaum lawv mus ua hauj lwm, tsis hais nyob ntawm chaw ua hauj lwm los sis thaum tawm mus ua hauj lwm sab nrauv, thaum:

- Ua hauj lwm cuam tshuam tim ntsej tim muag nyob nrog cov neeg zej tsoom;
- Kev ua hauj lwm nyob rau txhua qhov chaw muaj zej tsoom neeg tuaj saib, yam tsis quav ntsej txog seb lub sij hawm ntawd puas muaj zej tsoom neeg leej twg tuaj.
- Kev ua hauj lwm nyob rau qhov chaw npaj khoom noj los sis ntim khoom noj ua pob muag los sis muab xa mus rau lwm qhov chaw;
- Tab tom ua hauj lwm nyob hauv los sis taug kev hla cov chaw muaj neeg coob, xws li cov chaw taug kev hauv tsev, cov ntawv, cov liv nce nqis thiab cov chaw nres tsheb;
- Nyob rau hauv tej lub chaw los sis qhov chaw uas muaj lwm tus neeg nyob ib ncig (tsis xam nrog cov neeg hauv tsev neeg los sis cov neeg zej zog nyob ib ncig hauv) uas tuaj thaum tsis tuaj yeem ua kom lub cev nyob sib nrug tau;
- Kev tsav tsheb los sis kev ua hauj lwm nyob rau txhua qhov kev thauj mus los los sis kev khiav tsheb thauj zej tsoom neeg, tshav tav xij, los sis tsheb ntiag tug ua

hauj lwm thauj neeg los sis tsheb sib koom caij thaum muaj neeg tuaj caij. Thaum tsis muaj neeg tuaj caij, los yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg kom zoo.

Ua kom tiav cov ntsiab lus qhia, suav nrog rau txhua cov cai yuav tau ua thiab cov yuav tau zam rau cov cai no, tuaj yeem pom muaj nyob hauv qhov [lus qhia](#). Peb yeej xav kom neeg siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau lwm lub sijhawm lossis lwm qhov chaw, thiab cov tuam txhab ntiav neeg ua haujlwm yuav hais tau kom neeg siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg ntxiv los mus ua kom tau raws li lawv tes dejnum los npaj ib lub chaw haujlwm uas muaj kev nyabxees thiab noj qab nyob zoo rau cov neeg ua haujlwm. Cov tuam txhab ntiav neeg ua haujlwm yuav tsum tau npaj kom muaj ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg rau cov neeg ua haujlwm siv lossis ntxiv nyiaj rov qab rau cov neeg ua haujlwm uas lawv rho lawv li nyiaj mus yuav cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg los siv.

Cov tswv hauj lwm tsim nyog tsim kho txoj cai siv rau lub chaw so rau tus neeg ua hauj lwm uas ua tau raws ib ntawm cov kev zam los ntawm kev npog qhov ncauj qhov ntswg. Yog tias ib tus neeg ua hauj lwm uas yuav tau rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg vim yuav tau nyob ze nrog tus tsis tuaj yeem npog tau vim tus yam ntxwv kev mob nkeeg, lawv tsim nyog yuav tau ua lwm yam tsis muaj kev txwv, xws li siv daim npog khwb thoob plaws lub ntsej muag, yog tias ua tau thiab yog tias siv tau raws tus yam ntxwv mob.

Cov lag luam uas qhib rau zej tsoom neeg tsim nyog yuav tau paub txog cov kev zam rau kev npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau [CDPH Lus Qhia Txog Kev Npog Ntseg Muag](#) yuav tsis suav nrog txhua tus zej tsoom neeg uas tsis npog ntseg muag yog tias tus neeg ntawd tab tom ua raws li qhov [lus qhia](#). Cov lag luam yuav tsum tsim kom muaj cov cai txog rau kev hais daws cov kev zam no ntawm cov neeg qhua, cov neeg uas tau txais kev pab cuam, cov neeg tuaj saib, thiab cov neeg ua hauj lwm.



Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb Xeeb Chaw Ua Hauj Lwm

- Sau kom muaj ua ntaub ntawv, lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19 tshwj xeeb rau ntawm chaw ua hauj lwm nyob rau ntawm txhua lub tsev hauj lwm, ua kev ntsuam xyuas qhov pheej hmoo ntawm chaw ua hauj lwm rau txhua qhov chaw ua hauj lwm thiab txhua txoj hauj lwm, thiab tus neeg uas teeb los tuav txoj hauj lwm ntawm lub tsev ua hauj lwm los ua lub phiaj xwm.
- Muab [CDPH Cov Lus Qhia Kev Npog Ntsej Muag](#) tso ua ke nrog Qhov Kev Npaj Tshwj Xeeb Chaw Hauj Lwm thiab suav nrog tsab kev cai rau cov kev zam.
- Txheeb xyuas cov ntaub ntawv tiv tauj ntawm lub chaw saib xyuas kev noj qab haus huv hauv cheeb tsam uas yog qhov chaw nyob hauv cheeb tsam txhawm rau kev sib txuas lus hais txog kev sib kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) ntawm cov neeg ua hauj lwm keb sib kis.
- Cob qhia thiab sib txuas lus nrog cov neeg ua hauj lwm thiab tus sawv cev neeg ua hauj lwm nyob rau lub phiaj xwm thiab tsim kom muaj lub phiaj xwm rau cov neeg ua hauj lwm thiab lawv cov neeg sawv cev.
- Nquag ntsuam xyuas lub chaw ua hauj lwm kom ua tau raws lub phiaj xwm thiab tej ntaub ntawv thiab txheeb txog yam ua tsis tau zoo kom raug.
- Tshawb nrhiav qhov tsim ua rau muaj mob COVID-19 thiab ntaus nqi tias cov feem xyuam twg cuam tshuam hauj lwm uas tuaj yeem tsim ua rau pheej hmoo kis tau kab mob. Hloov kho lub phiaj xwm raws qhov xav tau los pov thaiv kom txhob muaj ntau xwm txheej ntxiv.
- Ua kev lis hauj lwm raws qhov tsim nyog thiab cov txheej txheem thaum lub chaw ua hauj lwm muaj qhov kis kab mob, raws li nrog rau [CDPH cov lus qhia](#).
- Txheeb txog qhov nyob sib ze (sib nrug li ntawm rau feet ntev li 15 feeb los sis ntev dua) ntawm tus neeg ua hauj lwm uas kis tau mob lawm thiab ua cov kauj ruam los cais tus neeg ua hauj lwm uas ntsuam xyuas pom muaj COVID-19 lawm thiab cov tau nyob sib ze nrog mus nyob ib leeg.
- Coj raws li cov lus qhia hauv qab no. Tsis ua raws yuav tsim ua rau lub chaw ua hauj lwm muaj mob nkeeg uas tsim ua rau lub chaw ua hauj lwm raug kaw ib ntus los sis muaj ciam txwv.



Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- Ntaub ntawv nyob rau [COVID-19](#), txoj hauv kev los pov thaiv kom txhob kis mus, thiab qhov twg yog lub hauv paus tsim ua rau muaj cov yam ntxwv mob uas ua rau tib neeg yuav kis tau tus kab mob.
- Kev ntsuam xyuas tus kheej hauv tsev, suav nrog rau qhov kub txias/los sis ntsuam xyuas cov kev siv raws [CDC cov lus qhia](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm kev tsis tuaj hauj lwm:
 - Yog tias tus neeg ua hauj lwm muaj cov yam ntxwv mob COVID-19 raws li [tau piav qhia los ntawm lub CDC](#), xws li ua npaws los sis ua daus no, hnoos, txog siav los sis ua pa nyuaj, nkees, mob raws tej leeg los sis mob ib ce mob tob hau, tsis qab los noj los sis tsis hnov ntxhiab tsw, mob qa, txhaws ntswg los sis los ntswg, xeev siab, ntuav, los sis raws plab, LOS SIS
 - Yog tias tus neeg ua hauj lwm raug ntaus nqi tias muaj COVID-19 thiab tseem tsis tau raug tso tawm ntawm qhov chaw cais nyob ib leeg, LOS SIS
 - Yog tias, 14 hnuv dhau mus lawm, tus neeg ua hauj lwm tau nyob ze nrog tej tus neeg uas ntaus nqi pom muaj COVID-19 thiab tau muab xam tias ntxim kis tau kab mob lawm (piv txwv tseem nyob rau qhov chaw cais nyob ib leeg).
 - Rov qab mus ua hauj lwm tom qab tus neeg mob tau txais kev ntaus nqi txog COVID-19 yog tias 10 hnuv twb dhau mus lawm txij hnuv pom muaj cov tsos mob zaum xub thawj, lawv cov tsos mob zoo lawm, thiab tus neeg ua hauj lwm tsis ua npaws lawm (yam tsis tas siv tshuaj los txo qhov ua npaws) nyob rau 72 teev. Yog tias 10 hnuv dhau mus lawm uas tus neeg ua hauj lwm raug ntaus nqi pom muaj COVID-19 tsis muaj yam ntxwv mob txij hnuv pib sim pom muaj COVID-19 los ces rov mus hauj lwm tau.
- Los nrhiav kev ua zoo saib xyuas yog tias cov tsos mob dhau los ua mob loj lawm, suav nrog rau muaj qhov mob los sis ceev hauv siab, feeb tsis meej los sis dis ncauj los sis ntsej muag xiav. Cov xov xwm tshiab tshiab thiab lwm yam ntxaws ntxaws muaj nyob rau ntawm [CDC tus webpage](#).
- Kev nquag ntxuav tes tas li nrog xab npum thiab dej yog qhov tseem ceeb, suav nrog rau kev muab xab npum txhuam li ntawm 20 feeb (los sis kev siv tshuaj pleev tua kab mob ntawm tes uas muaj cawv tov nrog yam tsawg kawg 60% (raws qhov nyiaj siv) los sis 70% cawv tov nrog (yog tias cov me nyuam uas tsis tau kev saib xyuas mus kov tsis tau qhov khoom) thaum cov neeg ua hauj lwm tsis tuaj yeem mus rau ntawm lub

tais ntxuav tes los sis qhov chaw ntxuav tes, raws li [CDC cov lus qhia](#)).

- Kev lub cev nyob sib nrug yog qhov tseem ceeb, tag nrho lub sij hawm nyob ntawm txoj hauj lwm thiab tsis nyob ntawm txoj hauj lwm (saib nqe lus qhia Kev Nyob Sib Nrug hauv qab no).
- Kev npog ntsej muag kom zoo, suav nrog:
 - Kev npog ntsej muag yuav pov thaiv tsis tau tus npog thiab yuav tsis yog cuab yeej pov thaiv tus kheej (PPE).
 - Kev npog ntsej muag tuaj yeem pov thaiv tau cov neeg nyob ze tus npog, tab sis yuav hloov tsis tau qhov yuav tau nyob sib nrug thiab kev nquag ntxuav tes tas li.
 - Kev npog ntsej muag yuav tsum npog kom tau qhov ncauj qhov ntswg.
 - Cov neeg ua hauj lwm tsim nyog ntxuav tes los sis pleev tshuaj tua kab mob rau txhais tes ua ntej thiab tom qab kev siv los sis kev txav daim ntaub npog ntsej muag.
 - Zam txhob kov ob lub qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj.
 - Txhob sib qiv siv cov ntaub npog ntsej muag thiab yuav tau muab ntxhua los sis txhob siv lawm tom qab sij hauj lwm.
- Ntaub ntawv muaj nyob hauv [CDPH Lus Qhia rau Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#), uas muaj lus txib rau cov xwm txheej uas cov ntaub npog yuav tsum tau rau thiab cov kev zam, raws li ntau txoj cai, cov cai ua hauj lwm, thiab cov cai uas tus tswv hauj lwm tau hloov kho los ua kom ntseeg tias siv cov ntaub npog ntsej muag. Muab kev qhia xyaum suav nrog rau tus tswv hauj lwm cov cai nyob rau txoj hauv kev tib neeg tus uas raug zam ntawm kev rau daim ntaub npog ntsej muag yuav tau ua.
- Ua kom ntseeg tias cov tuam txhab muaj ntawv cog lus ua hauj lwm ywj pheej, cov neeg ua hauj lwm ib ncuaj sij hawm, los sis cov neeg ua hauj lwm uas muaj ntawv cog lus nyob rau ntawm lub chaw ua hauj lwm yog yuav tau txais kev qhia kom zoo txog cov cai pov thaiv COVID-19 thiab muaj cov khoom siv kom zoo txaus thiab cov PPE. Sib tham txog cov luag hauj lwm ua ntej lub sij hawm uas cov koom haum xa cov neeg ua hauj lwm ib ncuaj thiab/los sis cov neeg ua hauj lwm muaj ntawv cog lus tuaj.
- Ntaub ntawv qhia txog hnuv so uas them nyiaj uas tus neeg ua hauj lwm muaj cai tau txais uas yuav ua rau yoom yim zog los nyob hauv tsev. Saib cov lus qhia paub ntau ntxiv hais txog [tsoom fwv cov txheej txheem pab cuam uas pab nyiaj rau hnuv so hauj lwm thaum muaj mob thiab tus neeg ua hauj lwm qhov nyiaj kho mob vim los ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), xam nrog rau tus neeg ua hauj lwm

cov cai hais txog hnub so hauj lwm thaum muaj mob raws li [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 neeg ua hauj lwm cov cai hais txog tus neeg ua hauj lwm cov txiaj ntsig ntawm qhov nyiaj kho mob thiab kev xav ua ntej txog ntawm kev ua hauj lwm uas muaj feem xyuam txog rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) raws li Tus Thawj Hau Tswj Kav Xeev [Tsab Ntawv Txib Txog Feem Tswj Xyuas Txoj Cai \(Governor's Executive Order\) N-62-20](#) nyob rau lub sij hawm uas pib siv tau Tsab Ntawv Txib ntawd.



Yuav Tau Tswj Saib Xyuas thiab Ntsuam Xyuas Txhua Tus Neeg

- Ua kev ntsuam xyuas qhov kub txias thiab/los sis tus yam ntxwv mob rau txhua tus neeg ua hauj lwm nyob rau qhov pib ntawm lawv sij hauj lwm thiab cov neeg muag khoom, cov muaj ntawv cog lus ua hauj lwm nrog, los sis lwm cov neeg ua hauj lwm tab tom siv qhov kev teeb tsa. Ua kom ntseeg tias lub ntsuas qhov kub txias/ntsuas tus yam ntxwv mob txhob nyob ze dhau rau tus neeg ua hauj lwm los ua kom nrug tab tom.
- Yog tias yus yuav tau ua yus kev ntsuam xyuas tom tsev, qhov uas yog ib txoj hauv kev phim ntxiv los ua kom tau raws kev teeb tsa, ua kom ntseeg tias tau muaj kev ntsuam xyuas ua ntej tus neeg ua hauj lwm yuav tawm ntawm sij hauj lwm mus tsev thiab ua raws li [CDC cov lus qhia](#), raws li tau piav nyob rau Cov Ncauj Lus rau Tus Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum li nqe saum toj no.
- Txhawb nqa cov neeg ua hauj lwm tus uas muaj mob los sis muaj cov yam ntxwv mob ntawm COVID-19 lawm kom nyob tsev.
- Cov tswv hauj lwm yuav tsum muab thiab ua kom ntseeg tias cov neeg ua hauj lwm yuav tsum siv txhua cuab yeej pov thaiv tus kheej, suav nrog rau tsom iav thaiv qhov muag thiab cov hnab looj tes nyob qhov chaw tsim nyog.
- Cov tswv hauj lwm tsim nyog ua zoo xav siv cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg uas yuav pab tau zoo rau kev ntxuav tes tas li los sis kev siv tshuaj pleev tua kab mob ntawm tes; piv txwv cov neeg ua hauj lwm tus uas ntsuam xyuas lwm tus cov tsos mob los sis saib xyuas tej chaw uas kov tas li.

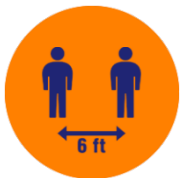


Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tuab Kab Mob

- Tus kom thoob dus lug ntawm thaj chaw ua muaj kev mu los coob ntawv chav sos, lub chaw noj sus thiab lwm qhov chaw ua muaj kev hloov pauv thiab qhov chaws kag mu mu los los ua muaj tu ntaiv tuav. Tua tshuaj ntawm rau ntawm plag tsev qhov ua nyob tas lis nrog rau tu tes qhib qhov rooj, tsev dej thiab cov cuab yeej ntxuav tes.
- Tu cov chaw ntxuav tas li kom huv ncua sij hawm cov sij hauj lwm los sis ncua sij hawm ntawm cov neeg siv, saib raws qhov siv tuab, suav nrog rau tab sis tsis tag rau kev ua hauj lwm nrog cov chaw, cov khoom siv, cov tes tuav, thiab lag liaj qhov rooj thiab cov pob nias tswj cov khoom siv thiab khoom siv uas hloov chaw tau.
- Ntsuam hyuas kom ntseeg siab tia muaj kev ntxuav cov tsheb ua ntej xa rov qab thiab cov cuab yeej ua ntej thiab tom qab muaj kev xa rov qab thiab muaj kev tua kab mob ntxiv nyob rau lub sij hawm ua tab tom xa rov qab ntawv.
- Zam kev sib koom siv xov tooj, cov khoom siv ua lwm yam hauj lwm, los sis cov khoom siv qhov twg los xij uas siv tau. Tsis txhob sib qiv PPE. Cov cuab yeej ua siv ua kes xws lis cov txeej teg thiab cov nrog cav yuav tau muaj kev tua kab mob ua ntej thiab tom qab siv hauj lwm txawm rau luv kev sib kis.
- Muab sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los ua kev tu kom huv ncua sij hawm lawv sij hauj lwm. Cob cov hauj lwm tu kom huv tsim nyog yuav tau cob ncua sij hawm ua hauj lwm tam li yog ib feem ntawm tus neeg ua hauj lwm cov luag hauj lwm. Nrhiav cov kev xaiv rau lwm feem neeg xws li cov tuam txhab tu ntxuav los pab tu nthuav kom tau raws qhov xav tau, raws li tsim nyog yuav tsum tau ua.
- Npaj kom muaj kev yooj yim rau fab kev noj qab haus huv, tsev dej, thiab qhov chaw ntxuav tes ua siv xab npum, ntaub so tes thiab cov tshuaj tua kab mob. Ntsuam hyuas kom nteeg siab tia txuam yammuj ntawv tseem siv tau thiab muaj txua lub sij hawm thiab nriav cov cuab yeej nov ntxiv yog tia tsim nyog. Muab cov cuab yeej ua kev nyiam huv rau hauv cov chaw hauj lwm ntxiv (cov chav dej thiab chaw ntxuav tes nqa mus los tau) yog tias ua tau.
- Yuav tau cheem ncua nyob sib nrug yog tias ua tau los ua kom ntseeg tias lub cev nyob sib nrug thiab qhov feem xyuam los tu cov chav tas mus li.
- Thaum xaiv cov tshuaj khes mis tua kab mob, cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum siv cov khoom uas tau txais kev tso cai rau siv tiv thaiv

kab mob COVID-19 muaj nyob ntawm [Lub Chaw Sawv Cev Tiv Haiv Huab Cua Ib Puag Ncig \(Environment Protection Agency \(EPA\)\)-tau tso cai](#) cov npe thiab ua raws li cov lus qhia ntawm cov khoom. Siv cov tshuaj tua kab mob uas muaj ntawv sau lo rau siv tawm tsam cov kab mob tawm tshiab kom tau zoo, tshuaj ntxuav tsev (5 diav tshuaj yej rau ib gallon dej), los sis muaj cawv tov nrog li ntawm 70% uas phim rau qhov khoom yuav txhuam. Muab kev qhia pab rau cov neeg ua hauj lwm txog kev siv tshuaj khes mis phom sij, cov lus lub chaw tsim qhia, yuav tau muaj kev lim huab cua kom zoo, thiab ua raws Cal/OSHA cov cai siv kom nyab xeeb. Cov neeg ua hauj lwm uas siv cov khoom ntxuav lossis cov tshuaj tua kab mob yuav tsum looj hnab looj tes raws li cov lus qhia ntawm cov khoom siv. Coj raws li [cov hauv kev siv kom nyab xeeb](#) tau muab kev pom zoo los ntawm California Chaw Hauj Lwm ntsig txog Pej Xeem Kev Noj Qab Haus Huv (California Department of Public Health) thiab ua kom ntseeg tias muaj kev lim cua kom zoo.

- Kav tsij ua raws cov cai uas twb muaj lawm hais txog kev ntxuav tu kom huv si (kom ntau dua li ntawm muab tshuaj tshuag tua kab mob) ntawm cov npoo rau zaub mov.
- COv neeg ua hauj lwm yuav tsum tau ntsuam hyuas kev xa rov qab thiab siv kev tua kab mob ua tsim nyog thiab ua tau tag nros yog tau txai cov khoom ua muaj kev hloov pauv.
- Mob siab rau kev teeb lub tshuab qus cua ua muaj ntxiaj ntim siab ua nqa tau, tsim kho lub lim huab cuas kom muaj txiaj ntsim zoo tshaj plaws ua yuav ua tau, thiab ua lwm yam kev hloov pauv kom ntxiv cov huab cua sab rauv los thiab nqus cov cuas sab hauv thiab lwm qhov chaw tawm.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- Ua kev ntsuam xyuas los ua kom ntseeg tias lub cev tau nyob sib nrug yam tsawg kawg li ntawm rau feet ntawm cov neeg ua hauj lwm. Txuas yam nov muaj xws lis kev siv txog kev xav los si kos tus duab (xws lis kos tu cim rau hauv av los si qhov qhov chaw ua tus tub auj lwm yuav tsum tau sawv).
- Siv txoj cai rau ntawm qhov chaw them nyiaj thiab lwm qhov chaw ua tsi tuaj nyeem txawv qhov kev sib nrug ntawm lub cev, txawm rau luv kev sib chww los ntawm tu tub sau nyiaj thiab tub lag luam xws lis Plexiglas Barriers.
- Txiaj txim siab muab cov neeg hauj lwm uas thov cov hauj lwm hloov kho uas yuav txo lawv txoj kev sib cuag nrog cov neeg yuav khoom thiab lwm tus neeg hauj lwm (piv txwv, tswj cov khoom lag luam tsis

yog ua hauj lwm ntawm lub rooj sib tham los sis tswj cov kev xav tau los ntawm kev sib tham).

- Pauv kev sib sab laj kev nyab xeeb txawm kom ntseeg siab tia qhov kev sib rug ntawm lub cev thiab siv kev sib sab laj kev nyab xeeb los ntawv tu tib neeg ua muaj lub cev ua me duas qhov chaw hauj lwm txawm rau tiv thaiv txoj hauv kev ua kom sib nrig dab. Hloov pauv kev sib sab laj thiab kev xam phaj mu rau hauv xov tooj lossis mu rau saum huab cuas lossis muab nre cia lossis teev rau ntawv thaj chaw tau txai kev pom zoo ua muaj kev sib nrug yam tsawg 6 feet ntawm txua tus neeg ua hauj lwm.
- Siv txiaj ntsim los ntawm kev ua hauj lwm, yog tia ua tau txhawm rau luv cov neeg ua hauj lwm ua nyob sib zes. Tej zaum kuj yuav suav xam nrog kev teev caij ua hauj lwm (xws lis sij hawm pib/sij hawm tsum) los si sib hloov pauv kev ua hauj lwm ntawm qhov chaw ua muaj kev hloov pauv. Teeb cov chaw zaum ua hauj lwm kom txob sib ncaj thiab txwv tsi pub muaj kev ua hauj lwm sib tshooj.
- Teev cov kev txwv ncua ciam qhov coob ntawm cov neeg hauj lwm hauv cov chaw nyob sib ze txhawm rau kom paub meej tias nyob sib nrug tau yam tsawg kawg yog rau fij txhawm rau kom txwv tau kev kis kab mob. Teeb kom lub chaw nkag thiab chaw tawm nyias muaj nyias thiab rau daim paib qhia rau kom paub siv qhov no.
- Teev cov sij hawm so rau cov neeg ua hauj lwm, ua kom haum raws li cov cai nqi zog thiab cov sij hawm ua hauj lwm, raws tsab cai tuav tswj kev nyob sib nrug.
- Kaw lub chav so, siv qhov los kem, los sis ua kom cov rooj/cov tog nyob sib nrug los cais cov neeg ua hauj lwm thiab ua kom txhob nyob sib ti lub sij hawm so. Thaum ua tau, tsim cov chaw so nyob sab nraum zoov uas muaj qhov khwb roos thiab muaj chaw zaum kom lub cev tau nyob sib nrug.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau ua puas su tim tsev tuaj noj, lossis yuav sab nraum los lossis xaj kom lawv xa tuaj yog tia muaj. Yuav tau nriav lub fwj ntim dej los hloov khob lossis tais txawm rau tiv thaiv kev siv ua kes
- Siv cov txheej txheem txuas ntxiv no tiv thaiv kev sib kis kab mob COVID-19 hauv chaw hauj lwm tshwj xeeb muas yog qhov chaw muaj kev nyuaj rau nyob sib nrug txhawm rau tswj hwm: kev tuav tswj tsim vaj tse, kev tuav tswj hauj lwm, thiab PPE.
 - Cov kev tuav tswj hauv vaj tse muaj xws li tso cov neeg kom nyob sib nrug hauv chaw ua hauj lwm xws li Muab Cov Khoom Thaiv (Plexiglas) lossis lwm yam khoom coj los ntis thiab cais ua tej chav.

- Kev tuav tswj ua hauj lwm muaj xws li nce kom muaj ntau zee ua hauj lwm kom txo qis cov neeg ua hauj lwm hauv ib lub sij hawm thiab kom pom tias muaj qhov kev nyob sib nrug lwm tus txaus.
- PPE muaj xws li daim npog ntsej muag , [gee yam ntaub npog ntsej muag](#), thiab hlab looj tes dej txheem tsis tau. Kom koj paub tia muaj qee yam cuab yeej ua siv ib lwm pov tseg xws lis lub pab ua pas ntawv tau muaj kev teev qib tseem ceeb rau ntawm kev noj qab haus huv ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg hauj lwm tiv thaiv cov kab mob thiab yuav tsum tsi txob siv rau lwm yam.
- Teeb qhov chaw txais thiab xas ntawm ntawv qhov chaw ua muaj kev mu los coob hauv daim teb. Tswj kom muaj kev nyob sib nrug deb yam tsawg kawg li rau (6) fij nrog tus tsav xa khoom. Tsi txob tuav tes, sib khawm lossis sib hu los ntawm yam muaj ntsi zoo lis ntawv txawm rau kev sib nrug ntawm. Teeb cov txeej teg rau kev sib hloov pauv cov txhiam xw xws lis cov tsooj tso khoom, thiab daim kab da ntshuav qhia txawm rau lub kev sib chww tes ntawv cov neeg ntawv cov neeg tsim khoom ntawv. Hu rau tu txais ua ntej yog tia thaum koj yuav xa koom. Xav cov khoom mu rau ntawv qhov sib txai khoom ua tsi pub muaj kev sib tham yam yuav tau sib chww.



Lwm yam kev paub ua muaj ntxiv

Mus saib ntawm [Fab Hauj Lwm Zaub Mov Thiab Kev Ua Liaj Teb Ntawm California \(California Department of Food and Agriculture\) COVID-19](#) Tus Website rau lwm yam kev paub ua muaj ntxiv:

- Lub Taj Laj Yug Tsiaj
- Lub Taj Laj Ua Liaj Ua Teb
- Kev Ua Liaj Teb Thiab Vaj
- Vaj Yub Kab
- Lwm lwm yam kev pab cuam ua muaj ntxiv

Lwm cov cai yuav tau ua ntxiv los ua zoo xav txog qhov sib nrug ntawm cov neeg coob. Kev lag luam ua liaj teb thiab yug tsiaj yuav tsum ua raw tu qauv tag nros [Cal/OSHA](#) thiab npaj siab ua yuav ua raw tus qauv kom tau lis ntawm tu qauv tsim los [ntawm lub chaw tiv thaiv thiab tswj cov kab mob \(CDC\)](#) thiab ntawm [Fab Hauj Lwm Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm California \(CDPH\)](#). Tsis tas li ntawv xwb, cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum npaj txhij txhawm rau hais daws lawv cov kev ua hauj lwm raws li kev hloov pauv cov lus qhia no.