

Xeev California Lub Chaw Tswj Xyuas Kev Nyab Xeeb thiab Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm Kev Ua Hauj Lwm (California Occupational Safety and Health Administration, Cal/OSHA) Daim Ntawv Teev Npe Txhua Yam (Thuaj Pais) Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau Cov Khw Noj-Hmo

Lub Xya Hli 2, 2020

Daim ntawv rau kev txheeb xyuas no yog npaj txhawm rau pab cov khw noj hmo txhawm rau tiv thaiv kev sib kis los ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau hauv qhov chaw ua hauj lwm thiab yog ib daim ntawv txhawb ntiv txog rau [Cov Lus Qhia txog rau Cov Khw Noj Hmo](#). 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 Phaub 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 sib 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 Xeem \(California Department of Public Health, CDPH\) 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.
- ❑ 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 nrog 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 ntaub ntawv nyob rau hauv [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 siab rau cov neeg ua hauj lwm tus tsis xis neej los sis muaj hom tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) kom nyob hauv tsev.
- ❑ Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.

- ❑ Muab thiab ua kom paub tseeb hais tias cov neeg ua hauj lwm siv cov ntaub npog ntseg muag thiab cov Khoom Siv Pov Thaiv Tus Kheej (Personal Protective Equipment, PPE) uas tsim nyog.
- ❑ Ua zoo xav txog kev muab cov hnab looj tes ua ib qho kev pab ntxiv txhawm rau ua kev ntxuav tes ua ntu zus los ntawm kev ua cov hauj lwm, xws li kev nqa tsaws cov khoom uas nquag tuav tas li los sis kev ua kev kuaj mob txog tus tsos mob. Yuav tsum rau cov hnab looj tes thaum tuav cov khoom uas tau paug tej kua dej ntawm neeg lub cev.
- ❑ Muab cov nab looj tes uas siv tag pov tseg thiab lub tsho hnav thaiv rau tus neeg ua hauj lwm tu tej tais los sis tej ntaub khib nyiab uas tsis huv thiab nquag hloov tas li.
- ❑ Muab lub tsho hnav thaiv thiab daim thaiv qhov muag thiab ntsej muag thaum ntxuav tais diav. Hloov thiab/los sis nquag tua kab mob tas li, raws qhov tsim nyog.
- ❑ Qhia rau zej tsoom paub tias lawv yuav tsum siv ntaub npog ntsej muagg thaum tsis noj mov tsis haus dej lawm, xyaum nyob kom sib nrug, nquag ntxuav lawv ob txhais tes tas li, siv tshuaj ntxuav tes, thiab txhov kov ntsej muag.
- ❑ Muab ntaub npog ntsej muag rau cov qhua tus uas tuaj txog tsis muaj tej khoom siv no.
- ❑ Qhia cov cai rau cov qhua thiab neeg ua hauj lwm nyob rau ntawm lub chaw nkag, ua kom lawv muaj siv ua ntawv dij tsij tauj, thiab kom muaj nyob hauv mes nus.



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 tua kab mob tas li rau cov chaw uas nquag siv thiab cov chaw uas nquag kov tas li los ntawm cov qhua.
- ❑ 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.
- ❑ Tsim kom muaj chaw seem xws li chav noj mov
- ❑ thiab chav saj khoom noj, chaw haus dej haus cawv, cov rooj rau khoom, thiab chav ua noj nrog cov khoom ntxuav kom huv, suav nrog rau tshuaj ntxuav tes thiab ntaub so tes thiab tej hais no kom muaj siv.
- ❑ 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.
- ❑ Siv cov khoom siv raug kev tso cai siv rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau ntawm [Tsab cai tiv thaiv txua yam nyob ib puag ncig\(EPA\)-pom zoo](#) teeb cov npes ua yuav kawm thiab cov tub hauj lwm ua muaj kev phom sij nrog cov xam khe mis, cov lus qhia txog ntawm cov khoom, Cal/OSHA cov lus qhia thiab CDPH [qhov kev tu tus kab mob hawb pob](#). Muab thiab ua kom ntseeg tias cov neeg ua hauj lwm tsim nyog siv.

- ❑ 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.
- ❑ 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.
- ❑ Muab sij hawm cov neeg ua hauj lwm tu tej khoom kom huv ncua sij hawm sij hauj lwm thiab thiab ua zoo xav seb puas tsim nyog siv lwm lub tuam txhab tuaj tu.
- ❑ Nruab cov khoom siv uas tsis tas siv tes tuav yog hais tias ua tau.
- ❑ Qhib qhov rais thiab ua zoo xav kho lub nqus lim cua thiab hloov cua tshiab.
- ❑ 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.
- ❑ Muab tej mes nus khoom tso kom saib pom raws cuab yeej es lev taus niv dij tsij tauj.
- ❑ Teeb lub rooj noj mov kom zoo (piv txwv, cov ntaub so qhov ncauj, cov rawg noj mov, cov khob iav, thiab lwm yam) rau cov qhua nkaus xwb raws qhov xav tau.
- ❑ Muaj tej khoom ntse raws qhov xav siv nkaus xwb los sis muab ntim kom zoo.
- ❑ Muab ntaub so tej tais diav kom zoo ntim cia ua ntej yuav siv los ntawm cov qhua thiab lub khw.
- ❑ Muab tshem tawm ntawm lub thawv rau raws qhov xav siv nkaus xwb thiab cov qhua yuav tsum yog tus muab ntim cia.
- ❑ Muab tej yam tsis huv tshem tawm ntawm lub rooj noj mov ntawm qhov chaw noj mov ntim nab pav ncauj kom zoo.
- ❑ Ua kom huv si txhua qhov chaw uas cov qhua tuaj noj mov tom qab siv txhua zaus.
- ❑ Xav txog kev siv cov npog rooj zaum uas siv pov tseg tas mus li, tshwj xeeb rau ntawm cov chaw zoo khoob qhov, thiab cov siv tag pov tseg thiab nquag hloov tom qab siv.
- ❑ Muab cov khob noom npuv hob, cov khob noom npuav, cov khoom noj ua si, thiab cov pas dig hniav thaum tsim nyog nkaus xwb. Tsis txhob pub tej no seem cia los sis tseg tej khoom ua nkees ua si.
- ❑ Muab tshuaj ntxuav tes nyob rau ntawm tus qhua thiab cov neeg ua hauj lwm qhov chaw nkag thiab cov chaw uas yuav sib nphev.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- ❑ Ua zoo saib rau cov rooj zaum nyob raum zoov thiab cov chaw thawv nqaj khoom.
- ❑ Muab cov khoom nqa tawm, kev xa, thiab kev tsav los nqa ua cov kev xaiv rau cov neeg siv khoom thaum ua tau. Siv cov txheej txheem xa khoom thiab tuaj nqa kom tau nphev tsawg.
- ❑ Txhawb nqa tus neeg siv kom kom teem sij hawm ua ntej.
- ❑ Hais kom tus neeg siv tos hauv lawv cov tsheb kom nrug deb ntawm qhov chaw npaj thiab siv xov tooj ntawm tes qhia rau lawv paub tias lawv lub rooj npaj txhij lawm. Zam kev siv "lub tswb"

- ❑ Hloov txav cov cai qhov nyob coob thiab siv tu teeb txheem faib cov neeg ua hauj lwm kom sib nrug ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua yam tsawg rau feet los txua txoj teeb txheem xws li kev ntsia los ntawm qhov sib nrug khoob, nruab tej khoom cais kom sib nrug (xws li, kev cim hauv lub plag tsev, kos los sis rau tu cim kom cov neeg ua hauj lwm paub tias yuav sawv rau qhov twg).
- ❑ Muaj ciam txog qhov coob ntawm cov qhua nyob rau hauv ib lub rooj.
- ❑ Nruab cov cais thaum ua tau los tswj qhov nyob sib nrug yog tias kev nyob sib nrug rau feet yuav yog qhov ua nyuaj.
- ❑ Tu cov chaw kom huv kom cov neeg siv tau mus raws lawv tus npawb rau kom lub cev tau nyob sib nrug.
- ❑ Tshem cov rooj thiab cov tog zaum ntawm cov chaw noj mov, sau ntawv qhia rau tias lub rooj ntawd tsis khoom los sis nruab lav Thaiv rau los sis siv lwm yam los muab kem kom cov nov neeg siv tau nyob sib nrug.
- ❑ Muaj ciam txog qhov coob ntawm cov neeg ua hauj lwm uas muab kev pab cuam rau cov neeg siv los sis cov pab pawg neeg.
- ❑ Tsis txhob cia cov neeg siv los zaum qhov chaw uas nyob sib nrug tsis tau li rau feet ntawm tus neeg neeg ua hauj lwm thiab cov chaw ua khoom noj thiab khoom haus.
- ❑ Hloov txav cov rooj sib tham tim ntsej tim muag kom haum, yog hais tias tsim nyog,txhawm rau ua kom paub tseeb tias txuag tau kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev.
- ❑ Cov neeg ua hauj lwm uas siv pauv so, ua kom raws li txoj caij them nqi zog thiab cov sij hawm ua hauj lwm, yog tias yuav siv.
- ❑ Rov tsim kho, txwv, los sis kaw cov chaw uas nquag siv, xws li neeg ua hauj lwm lub chav so, muab lwm qhov chaw uas tuaj yeem nyob sib nrug tau, thiab txhawb kom cov neeg ua hauj lwm txhob sib sau ua ke.
- ❑ Rov tsim kho rau cov chaw uas ciam kom nyob sib nrug tau li rau feet ntawm cov tib neeg hauv qhov chaw noj mov, chaw ua hauj lwm thiab cov chaw uas hla mus los.
- ❑ Rov tsim kho chav ua noj los sis ua hauj lwm los tswj kom nyob sib nrug deb ntawm cov chaw ua hauj lwm no.
- ❑ Txhawb kom cov neeg txhob los sib sau ua ke.
- ❑ Teeb cov lus qhia nyob rau cov kev taug hauv lub plawv tsev thiab cov kev nkag-tawm.
- ❑ Yog tias ua tau siv lub qhov rooj uas muaj tus qhib los sis nws qhib nws.
- ❑ Kho cov suab paj nruag kom cov neeg ua hauj lwm tuaj yeem ua tau qhov nyob sib deb ntawm cov qhua kom hnov cov lus xaj.
- ❑ Muaj txheej txheem rau lub sij hawm uas muaj neeg siv coob heev, suav nrog rau cia cov qhia los xyaum ua kev nyob kom sib nrug ntawm lub cev.
- ❑ Teeb qhov pab xa zam kom tib neeg txhob tau os txais khoom ib tug dhau tug.

