

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 Txiaiv Plaub Hau thiab Ua Plaub Hau Zoo Nkauj

Lub Xya Hli 2, 2020

Daim npe rau kev txheeb xyuas no yog npaj txhawm rau pab cov txiaiv plaub hau thiab ua plaub hau zoo nkauj 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 ntxiv txog rau [Cov Lus Qhia txog rau Cov Khw Txiaiv Plaub Hau thiab Ua Plaub Hau Zoo Nkauj](#). 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 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](#).



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](#).
- 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 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.
- Ntsuam xyuas cov qhua thaum tuaj txog thiab rov teem sij hawm rau tuas pom muaj cov yam ntxwv mob.
- Txhawb nqas kev ntxuav tas lis tes thiab siv cov tshuaj ntxuav tes.

- ❑ Muab thiab paub meej tias cov neeg ua hauj lwm siv tag nrho txhua yam PPE, suav nog daim ia tsom thaiv qhov muag, daim thaiv ntsej muab, thiab cov hnab looj tes.
- ❑ Cov hnab looj tes siv tag pov tseg yuav tsum tau rau siv rau cov kev pab cuam thaum xav siv lawv (piv txwv li kev pab cuam zas tshuaj plaub hau). Ua zoo xav txog kev muab cov hnab looj tes ua ib qho kev pab ntiv 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 chww tas li los sis kev ua kev kuaj mob txog tus tsos mob.
- ❑ Muab thiab ua kev npog tu ntsej muag kom huv rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua thaum txiav plaub hau thiab ua lwm yam hauj lwm txog plaub uas yuav tua nyob sib ze.
- ❑ Ua zoo saib siv cov tsom iav, tsom iav thaiv qhov muag los sis thaiv ntsej muag thaum lub sij hawm muab kev pab cuam, tshwj xeeb thaum sib ntsib tim ntsej tim muag.
- ❑ 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. Nug cov qhua kom siv lawv li ntaub npog ntsej muag thiab tu plaub hau kom huv tso. Hais kom cov qhua txhob koj me nyuam yaus los sis lwm tus nrog lawv.
- ❑ Muab cov lus qhia los qhia cov qhua kom rau cov ntaub npog ntsej muag, siv tshuaj tua kab mob ntawm tes, thiab tswj lub cev kom nyob sib nrug, thiab ua kom pom tshwm raws duab dij tsij tauj.



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.
- ❑ 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.
- ❑ 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.
- ❑ Tshem tawm tej ntaub ntawv saib, xws li cov ntawv tshaj tawm kev lag luam, tawm ntawm cov chaw txais tos qhua.
- ❑ Tu cov chaw kom huv si. Muab txhua cov khoom “ntsuam sim” tshem tawm thiab pov tseg.
- ❑ 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.
- ❑ Tu cov chaw ua hauj lwm, tej khoom siv, thiab cov cuab yeej kom hu txhua zaus muaj kev teem caij nrog tus qhua.

- ❑ Siv ntawv npog, cov ntaub, los sis cov phua kom huv thiab muab pov tseg los sis tu kom huv ncua sij hawm txhua tej tus qhua siv.
- ❑ Muab cov khoom uas siv ib zaug xwb pov tseg pov tseg tam sim, xws li cov ntaub nplaum caj pas. Tsis txhob siv cov khoom siv ua qauv.
- ❑ Muab cov ntaub tsis huv lawm ntim kaw hau cia tom qab txhua tej tus qhua siv, cov mus ntxhua kom zoo.
- ❑ 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.
- ❑ 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 [ghov kev tu tus kab mob hawb pob](#).
- ❑ Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm tau siv los xyaum ua kev tu ncua sij hawm cov kab ua hauj lwm raws li ib feem ntawm cov neeg ua hauj lwm' cov luag hauj lwm.
- ❑ Nruab cov khoom siv uas tsis tas siv tes tuav yog hais tias ua tau.
- ❑ Ua zoo xav txog cov kev ua kom txawj tej yam tshiab ntxiv txhawm rau txhim kho kev lim cua thiab kev ntaus cua tawm.



Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- Siv tu teeb txheem faib cov neeg ua hauj lwm kom sib nrug yam tsawg rau fij (feet) los txua txoj teeb txheem xws li: kev ntsia los ntawm lub cev los si lub qhov muag (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).
- Siv Plexiglas los sis lwm yam los thaiv kem yog tias tsis tuaj yeem tswj kom lub cev nyob sib nrug.
- Hloov cov sij hawm teem caij thiab muab cov uas tsis muaj kev teem caij ua ntej ncua cia.
- 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.
- Siv tev naus laus yis ntsuam xyuas raws raws khoos pis tawj los sis xov tooj thiab kom tus qhua nyob sab nrauv tos.
- Muab lub qhov rooj txheem cia yog tias nws tsis muaj qhov nws qhib nws thiab nws kaw nws.
- 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.
- Kaw cov chav so thiab muab lwm yam uas tuaj yeem ua tau kom lub cev nyob sib nrug los sis, xws cov chaw so nyob nraum zoov.
- 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.

