



# COVID-19 LAG LUAM UB XAM HAB KAS COV LUS QHIA:

Lub Chaw Thauj Zej Tsoom  
Sawv Daws thiab Cov  
Neeg Ua Hauj Lwm Ntiag  
Tug, Qhov Chaw Hloov  
Tsheb, thiab Cov Tsheb  
Ciav Hlau Thauj Neeg

Lub Kaum Hli Ntuj Tim 20, 2020

Cov lus qhia no raug tawm qauv los daws txog  
ntau feem thiab cov hauj lwm uas qhib thooob  
plaws rau hauv lub xeev. Txawm li cas los xij, cov  
kws saib xyuas kev noj qab haus huv hauv ib  
cheeb tsam yuav nqis tes siv ntau cov cai kom nruj  
tsim nyog rau tej teeb meem sib kis kab mob rau  
hauv ib cheeb tsam, yog li cov tswv num hauj lwm  
kuj yuav tsum tau tuav kom ruaj khov cov cai tswj  
fwm kom zoo rau thaum qhib tej chaw ua si no.



## COV NTSIAB LUS

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 Chaw 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.

Kev cuam tshuam ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau kev noj qab haus huv rau cov neeg nyob hauv California tseem tsis raug paub zoo txhij txhua li. Tau tshaj tawm txog kev tsis xis neej pib ntawm qhov mob me (qee tus neeg tsis hnob 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 hnub 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 no feem ntau lawm yog thaum tib neeg nyob sib ze los sis nyob rau qhov chaw uas huab cua tsis hloov zoo nrog tus neeg kis kab mob lawm, tab txawm tus neeg ntawd tsis muaj cov tsos mob los sis cov tsos mob tsis tau tshwm sim los xij.

Tam sim no tseem tsis tau muaj cov ntaub ntawv hais txog qhov tseeb ntawm cov neeg kis tus mob thiab feem sib kis ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) rau hauv cov chaw tsim khoom lag luam los sis pawg neeg ua hauj lwm, suav nrog cov neeg ua hauj lwm rau ntawm tej chaw tsim ua hauj lwm tseem ceeb. Tau muaj kev sib kis tus kab mob ntau npaug rau hauv cov chaw ua hauj lwm, qhia tau tias cov neeg ua hauj lwm yog cov muaj kev phom sij yuav tau txais los sis yuav kis tau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Piv txwv li cov chaw ua hauj lwm no muaj xam nrog rau cov tsev kho mob, cov chaw muab kev saib xyuas kho mob ncua sijhawm ntev, cov tsev kaw neeg, cov txhab cia khoom noj khoom haus, cov chaw zom (hlais) nqaij, cov khw noj mov, thiab cov khw muag khoom noj.

Thaum kho cov ntaub ntawv txib hais txog kev nyob twj ywm rau hauv tsev, nws tseem ceeb uas yuav tau ua raws li txhua kauj ruam thiaj li yuav ua rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov pej xeeb sawv daws muaj kev nyab xeeb.

Cov kev tiv thaiv tseem ceeb muaj xws li:

- ✓ kev siv nrug txhawm kom nrug tau deb npaum li deb tau,
- ✓ siv cov ntaub npog qhov ncoj los ntawm cov neeg ua hauj lwm (qhov uas tsis tsim nyog siv lub ua pa pab rau kev tiv thaiv) thiab cov neeg tuaj yuav khoom/cov neeg uas tau txais kev pab cuam,
- ✓ nquag ntxuav tes thiab ua kev nyiam huv thiab tua kab mob tas li,
- ✓ qhia cov neeg ua hauj lwm txog cov no thiab lwm yam ntawm lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19.

Tsis tas li ntawv xwb, nws yuav yog ib qho tseem ceeb kom muaj qhov chaw tsim nyog los kuaj ntshiav cov neeg mob tshiab ntawm cov neeg mob hauv qhov chaw hauj lwm thiab thaum lawv tau raug xaiv, kom mus xaiv tau sai thiab ua hauj lwm nrog cov neeg ua hauj lwm siab xyuas kev noj qab haus huv txhawm rau tiv thaiv kev sib kis tus kab mob.

## LUB HOM PHIAJ

Daim ntawv no muab cov lus qhia rau cov neeg caij tsheb zej tsoom thiab cov neeg caij tsheb ntiag tug (xws li cov tuam txhab xa neeg mus los, cov tsheb tav xij, thiab cov sib koom caij tsheb), cov chaw hloov tsheb, xeev California-lub chaw pab txhawb cov neeg caij tsheb ciav hlau (Capitol Corridor, San Joaquins, and Pacific Surfliner), thiab cov neeg ua hauj lwm saib xyuas cov neeg caij tsheb. Cov lus qhia yog txhawm rau txhawb kev nyab xeeb, kev ntxuav ib puag ncig chaw hauj lwm rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov neeg yuav khoom. Cov lag luam nyob rau cov hom hauj lwm no yog qhib tag nrho txhua txheej tab sis yuav tsum ua raws cov kev hloov kho nyob rau hauv cov lus qhia no.

Hais txog cov ntaub ntawv kho tshiab hais txog qhov theem ntawm lub zos, mus saib [Qhov phiaj xwm rau kev lag luam uas nyab xeeb dua](#). Thov nco tsoov hais tias cov chaw hauj lwm saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zej zog tuaj yeem yuav tau siv qhov txheej ua nruj thiab txawv. Nrhiav [cov ntaub ntawv hauv zej zog txog koj lub zos](#).

Cov lus qhia tsis yog yuav coj los thim tawm los sis tshem tawm cov neeg ua hauj lwm cov cai, nrog rau tsab kev cai lij choj, cov cai los sis kev tsis haum xeeb, thiab kuj tsis yog daim yuav tsum tau ua, vim nws tsis muaj cov ntawv xaj kev noj qab haus huv hauv lub cheeb tsam nroog, thiab kuj tsis muaj qhov kev hloov chaw rau ib tsab cai kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv twg uas cuam tshuam txog cov cai yuav tsum tau ua xws li cov cai Cal/OSHA.<sup>1</sup> Tsis tas li ntawv xwb, nws kuj tsis yog los cuam tshuam txog tsoomfwv tebchaws, xeev cov yuav tsum tau ua rau kev taug kev, hloov tsheb lossis cov tsev hauj lwm. Nyob li qub tam sim no ntawm qhov kev hloov pauv rau cov lus qhia zej tsoom li kev noj qab haus huv thiab lub xeev/cheeb tsam cov ntawv xaj, vim tias xwm txheej kab mob COVID-19 tseem muaj txuas ntxiv. Cal/OSHA muaj cov lus qhia muaj txiaj ntsig ntau ntxiv ntawm lawv li Cal/OSHA Cov Lus Qhia Siv Ib Ntus txog Kev Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Hauj Lwm los ntawm tus mob COVID-19 [nplooj ntawv saum huab cua](#). CDC muaj cov lus qhia tshwj xeeb rau cov chaw lag luam hloov tsheb:

- [Cov Chaw Hauj Lwm Hloov Tsheb Npav](#)
- [Cov Chaw Hauj Lwm Hloov Tsheb Ciav Hlau](#)
- [Cov Neeg Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Hloov Tsheb](#)
- [Cov Neeg Ua Hauj Lwm Hauv Lub Tsev Hloov Tsheb](#)
- [Cov Sib Koom Caij Tsheb, Tav Xij, Limo thiab Lwm Cov Kws Tsav Tsheb rau Ntiav](#)

# Yuav Tau Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Thaum Lub Rau Hli Ntuj 18, CDPH tau tsim [Cov lus qhia txog Kev Siv Cov Ntaub Npog Ntsej Muag](#), , uas yuav tsum kom cov neeg ua hauj lwmm thiab cov neeg pej xeem sawv daws siv cov ntaub npog ntsej muag rau ntawm txhua lub chaw uas neeg sawv daws mus los thiab rau hauv cov chaw ua hauj lwmm uas muaj kev phom sij yuav kis tau tus kab mob. Tuaj yeem tshawb nrhiav cov ntaub ntawv, suav nrog txhua qauv cai thiab cov kev zam mus txog rau cov cai no rau ntawm [cov lus qhia](#).

Lub chaw [CDPH Cov Lus Qhia Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#) yog saib raws li lwmm cov ntaub ntawv kho dua tshiab rau feem kev to taub tshawb fawb tam sim no ntawm kev sib kis ntawm tus kab mob vais lav uas ua rau muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Thov kuaj xyuas ntawm lub chaw CHPH lub website yog xav paub cov ntaub ntawv kho dua tshiab.



## Kev Npaj Tswj Xeeb Hauv Qhov Chaw Hauj Lwm

- Tsim ib qhov chaw sau ntawv, chaw hauj lwm tshwj xeeb los sau cov kev npaj tiv thaiv kab mob COVID-19 ntawm txhua qhov chaw, ua raws li cov kev ntsuas pheej hmoo kis mob ntawm txhua qhov chaw hauj lwm thiab txhua lub luag hauj lwm, thiab xaiv ib tus neeg hauv txhua qhov chaw teeb tsa los sib xyuas qhov kev npaj.
- Sib xyaw [CDPH Cov Lus Qhia Txog Kev Npog Ntsej Muag](#) hauv Qhov Kev Npaj Hauv Txhua Qhov Chaw Hauj Lwm Tshwj Xeeb thiab muaj tsab cai rau kev tuav tswj cov kev zam.
- Txheeb txog ntaub ntawv rau kev sib txuas lus rau chaw hauj lwm ntsig txog kev noj qab haus huv hauv zos qhov chaw uas ua hauj lwm rau kev sib txuas lus txog ntawm kab mob COVID-19 kev sib kis ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua.
- 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.
- Teeb tsa ua kev ntsuam xyuas tas li rau lub hom phiaj ua kom tau raws thiab ua ntaub ntawv thiab txheeb txog qhov tseem ua tsis tau zoo.
- 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. Kho txoj kev npaj raws li tsim nyog txhawm rau kom tiv thaiv txhob muaj neeg kis mob mus ntxiv.
- Cov qauv kev cai rau thaum lub chaws hauj lwm muaj kab mob sib kis, kom mus raws li [Hwm Tsav Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv \(CDPH\) cov lus qhia](#) thiab cov lus txib los sis cov lus qhia los ntawm lub chaw hauj lwm saib xyuas kev noj qab haus huv hauv zej zos.
- Kev txheeb xyuas kev nyob sib ze (tsis tshaj rau fij ntev txog 15 feeb los sis ntev dua) rau ntawm ib tug neeg ua hauj lwm uas raug tus kab mob thiab siv cov kauj ruam cais cov neeg ua hauj lwm uas raug Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab cov neeg tau nyob ze nrog tus neeg no cia nyias nyob nyias ib leeg.
- Sau ntawv ceeb toom rau txhua tus neeg ua hauj lwm, thiab cov tswv num txog cov neeg ua hauj lwm uas tau cog lus ua hauj lwm ntxiv, cov uas raug nyob ze rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab hais qhia lub chaw txog kev sib kis kab mob mus rau lub tsev saib xyuas kev noj qab haus huv hauv ib cheeb tsam. Yog xav paub lwm cov ntaub ntawv ntxiv hais txog tus tswv num tej luag hauj lwm raws hauv txoj cai [AB 685](#) (Tshooj 84, Tej Cai Lij

Choj ntawm 2020), hais txog [Cov Qauv Cai Yuam Siv Kom Ntau Ntxiv thiab Tus Tswv Num Qhov Kev Hais Qhia Tawm](#) los ntawm Cal/OSHA thiab [Tus Tswv Num Cov Nge Lus Nug txog AB 685](#) tuaj ntawm CDPH.

- Ua raws li cov lus qhia hauv qab no. Yog tias tsis ua li no tuaj yeem ua rau qhov chaw hauj lwm uas muaj cov neeg mob ntawv raug kaw ib ntus lossis raug txwv .



## Cov Ncauj Lus rau Kev Cob Qhia Neeg Ua Hauj Lwm

- Cov ntaub ntawv hais txog Tus Kab Mob Khaus [Viv-19](#) (COVID-19), [yuav tiv thaiv nws kom txhob sib kis, thiab](#) cov neeg uas muaj pheej hmoo kis mob tau zoo dua uas yuav ua rau mob nyhav los sis ua tau taug tau.
- Kuaj xyuas tus kheej hauv tsev, suv nrog kev ntsuas qhov kub txias hauv lub cev thiab/los sis kuaj cov tsos mob uas siv [CDC cov lus qhia](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm kev tsis tuaj hauj lwm:
  - Yog ib tug neg ua hauj lwm muaj cov yeeb yam mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) raws li [tau hais tseg los ntawm CDC](#), xws li ua npaws los sis no tshee, hnoos, ua pa txog siav los sis ua pa nyuaj, sab nkees, mob leeg nqaij los sis mob ib ce, mob taub hau, tsis qab los noj mov los sis tis hnov tus ntshiab, mob qas, tshaws ntswg los sis los kua ntswg, xeev siab, ntuav, los sis raws plab, LOS SIS
  - Yog ib tug neeg ua hauj lwm raug kuaj pom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab tseem tsis raug muab faib cais mus nyob ib leeg, LOS SIS
  - Yog, hauv lub sijhawm 14 hnuv, ib tug neeg ua hauj lwm uas tau nyob ze nrog tus neeg raug kuaj pom muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) thiab raug xam tias tseem muaj feem yuav kis tau tus kab mob (xws li tseem raug cais nyob ib leeg).
- Txhawm rau rov qab mus ua hauj lwm tom qab qhov kev tshuaj saib xyuas mob txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tsuas ua tau tom qab ua raug raws li [CDPH Cov Lus Qhia txog Kev Rov Qab mus Ua Hauj Lwm los sis mus Tim Tsev Kawm Ntawv Tau Tom Qab Tshuaj Xyuas Txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#).
- Yuav tau mob siab nrhiav kev kho yog lawv cov yeeb yam mob huam mob loj tuaj, suav nrog mob tas li los sis ceev rau ntawm hauv siab, feeb tsis meej, los sis di ncauj los sis ntsej muag doog xiav. Cov ntaub ntawv hloov kho thiab cov ntsiab lus muaj nyob ntawm [CDC nplooj ntawv saum haub cua](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm kev nquag ntxuav tes nrog xab npum thiab dej, xws li muab tsau xab npum cia li 20 xis nkoos (los sis siv cov tshuaj ntxuav tes

yam tsawg kawg muaj kuab cawv ethanol 60% (yuav tsum tau ua) los sis isopropanol 70% (yog tias tsis muaj cov no rau me nyuam yaus) thaum cov neeg ua hauj lwm tsis tuaj yeem nrhiav pom lub dab ntxuav tes los sis qhov chaw ntxuav tes, ua raws li [CDC cov lus qhia](#)). Tsis txhob siv cov tshuaj ntxuav tes ua muaj [methanol](#) vim nws muaj qhov tsi haum rau cov me nyuam yaus thiab cov neeg laus.

- Qhov tseem ceeb ntawm kev nyob sib nrug deb, suav nrog lub sij hawm ua hauj lwm thiab lub sij hawm lawj hauj lwm (saib tshooj lus qhia txog Kev Nyob Sib Nrug Deb hauv qab no).
- Kev siv cov ntaub ntawv npog ntsej muag kom raug zoo, muaj xws li:
  - Cov npog ntsej muag uas tsis yog khoom siv pov thaiv tus kheej (personal protective equipment, PPE).
  - Kev rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg tuaj yeem tiv thaiv tau cov neeg nyob ze, tab sis tsis hloov tau qhov tsim nyog ntawm qhov kev sib nrug thiab nquag ntxuav tes.
  - Cov ntaub npog ntsej muag yuav tsum npog tag nrho lub qhov ntswg thiab qhov ncauj.
  - Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum ntxuav tes los sis siv tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes ua ntej thiab tom qab siv los sis hloov kho cov ntaub npog ntsej muag.
  - Zam txhob chwv 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.
  - Qhov tseem ceeb ntawm cov neeg caij tsheb looj ntaub npog ntsej muag thiab tus neeg ua hauj lwm ntawv muaj cai tsis kam txais tus neeg tuaj yuav pib uas tsis looj ntaub npog ntsej muag.
- 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 xyauv 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.
- Nco ntsoov tias txhua tus neeg cog lus ua hauj lwm ywj pheej, ua hauj lwm ib ntus, lossis cov neeg ua hauj lwm uas muaj ntawv cog lus ntawm lub chaw hauj lwm yuav tsum tau txais kev qhia paub txog tsab cai kev tiv thaiv kab mob COVID-19 thiab muaj cov khoom siv uas tsim nyog thiab PPE. Sib tham txog cov luag hauj lwm ua ntej lub sij hawm uas cov koom haum xa cov neeg ua hauj lwm ib ncua thiab/los sis cov neeg ua hauj lwm muaj ntawv cog lus tuaj.



- Covntaub ntawv hais txog kev them cov nyiaj so rau cov neeg ua hauj lwm uas tej zaum yuav muaj cai tsim nyog los txais cov nyiaj pab txhawm rau pab ua rau kom muaj kev yooj yim rau thaum nyob tom tsev. Saib cov ntaub ntawv qhia ntawm [tsoom fww qib siab cov khoos kas pab txhawb nqa kev them nyiaj rau cov neeg mob Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), suav nrog cov neeg ua hauj lwm uas tau txais kev them nyiaj so hauj lwm vim muaj mob raws li cov cai [Rau Kev Tiv Thaiv Kab Mob Vais Lav Khaus Laus Nam \(Coronavirus Ua Ntej Tshaj Plaws Rau Cov Yim Neeg\)](#).



## Cov Cai Kav (maj tab kas) thiab Kev Tshuaj Ntsuas Xub Thawj Rau Tus Neeg

- Muab kev ntsuas lub cev kub txias thiab/los sis kuaj xyuas cov tsos mob rau txhua tus neeg ua hauj lwm thaum pib lawv zeeg ua hauj lwm thiab txhua cov neeg ntiav ua hauj lwm, cov cog lus ua hauj lwm, lsis lwm cov neeg ua hauj lwm uas nkag los hauv lub chaw teev tseg. Kom pom tias tau ntsuas qhov kub txias hauv lub cev/cov tsos mob zam tsia pub nyob ze nrog cov neeg ua hauj lwm kom deb raws li qhov ua tau.
- Yog tias yuav tsum tau kuaj mob tus kheej hauv tsev, uas yog ib txoj kev xaiv tsim nyog yuav tau kuaj ntawm ib qho chaw uas xaiv tseg, kom pom tias txhua tus tau kuaj mob ua ntej tus neeg mob tawm ntawm tsev mus rau lawv zeeg hauj lwm thiab ua raws li [CDC cov lus qhia](#), raws li tau piav qhia hauv Lub Ncauj Lus rau tshooj lus Kev Qhia Paub Rau Neeg Ua Hauj Lwm saum toj saud.
- 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 neeg ua hauj lwm yuav tsum tau txais thiab yuav tsum tau siv txhua cov cuab yeej tiv thaiv kab mob, xws li tiv thaiv qhov muag thiab hnab looj tes raws li qhov ua tau.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau siv lub hnab looj tes siv tas pov tseg nrog rau kev kev nquag ntxuav tes tas li los sis siv cov tshuaj ntxuav tes, piv txwv li cov neeg ua hauj lwm uas kuaj mob rau lwm tus neeg cov tsos mob los sis nquag kov cov khoom siv.
- Tus neeg nkag los hauv lub tsev hauj lwm yuav tsum raug txwv tsuas yog thaum raug xaiv ua lub luag hauj lwm kev tswj hwm thiab lawv yuav tsum tau ntsuas qhov kub txias hauv lub cev thiab/los sis cov tsos mob ua ntej nkag mus.
- Cov neeg caij tsheb zej tsoom thiab cov caij tsheb ntiag tug, cov hloov tsheb, cov thauj neeg mus los, thiab/los sis cov chaw tsheb ciav hlaus thiab cov chaw lag luam ntiag tug yuav tsum muaj lub luag hauj lwm ceeb toom rau zej tsoom sawv daws tias lawv yuav tsum tau npog ntsej muag (CDPH



[Cov Lus Qhia Txog Kev Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#)), kev nyob sib nrug deb, thiab zam kev chww ntsej muag nrog lwm tus neeg caij tsheb thaum uas tsis tuaj yeem nyob sib nrug deb tau. Lawv kuj yuav tsum tau sib tham txog kev hloov pauv kev caij tsheb mus los thiab txhua qhov kev hloov pauv rau cov kev pab uas nquag tshwm sim raws lub sijhawm rau zej tsoom. Zej tsoom kev sib tham tuaj yeem suav nrog cov uas muaj npe (saum toj saud) thiab kuj tseem suav nrog kev hloov kho kab ntawv lossis cov apps hloov tsheb.

- Tsheb tav xij, cov sib koom caij tsheb, cov chaw thauj neeg, tsheb limousine, thiab lwm cov neeg ua hauj lwm hauv chaw hloov tsheb yuav tsum ua cov kauj ruam kom pom tias cov neeg caij tsheb nkag siab zoo txog lub tuam txhab tsab cai tshiab thiab cov txheej txheem thaum caij cov tsheb. Cov neeg caij tsheb yuav tsum tau txais kev ceeb toom ua ntej yuav daim pib tsheb uas lawv yuav tsum siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg (tshwj tsis yog kev zam raws li [CDPH Cov Lus Qhia Txog Kev Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#)) thiab tus neeg ua hauj lwm muaj cai tsis kam txais tus neeg caij tsheb uas tsis siv daim npog ntsej muag.
- Yog tias ua tau, cov tav xij thiab cov kws tsav tsheb thauj neeg yuav tsum muab cov khoom npog ntsej muag rau cov neeg caij tsheb uas tuaj txog qhov chaw caij tsheb uas lawv tsis muaj cov npog ntsej muag.



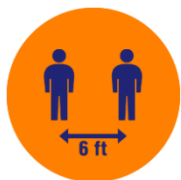
## **Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tsis Kis Kab Mob**

- Yog ua tau, mob siab rau kev teeb lub tshuab qus cua ua muaj ntxiaj ntim siab ua nqa tau, tsim kho lub lim cua kom muaj txiaj ntim zoo tshaj plaws rau ntawm lub chaw, thiab ua lwm yam kev hloov pauv kom cov cua sab rauv nkag los ntau ntxiv thiab nqus cov cua sab hauv thiab lwm qhov chaw tawm.
- Kuaj xyuas rau ntawm [CDPH website](#) tas li rau cov ntaub ntawv kho dua tshiab thiab cov lus qhia lim cua kom txhob muaj kab mob los ntawm cov cua phem tshwm sim rau sab hauv tej tsev.
- Kev ntxuav kom huv hauv cov chaw muaj neeg coob hauv cov chaw hloov tsheb thiab cov chaw caij tsheb ciav hlau, hauv cov chaw hloov tsheb thiab cov chaw caij tsheb hluav taws xob, thiab cov uas taug kev hauv dej xws li caij npav thiab caij nkoj, raws li qhov ib txwm ua. Cov chaw tuaj yeem suav nrog cov chav so, chav dej, chaw noj su, chaw sib hloov cov neeg nkag thiab neeg tawm, suv nrog cov taw ntaiv, theem ntaiv, thiab cov tswj ntaiv nqa, thiab lwm yam. Nquag muab tshuaj tua kab mob ntxuav cov chaw nquag siv, muaj xws li cov chaw muag khoom me, tshuab muag pib tsheb, chaw lem, tog zaum, pob nyem ntaiv nqa, cov duab qhia kev, cov qhov rooj, chav dej, chaw ntxuav tes, cov cuab yeej tuav, cov chaw kho khoom siv, thiab cov cuab yeej siv.

- Nco ntsoov ntxuav tas li thiab tua tshuaj rau cov chaw nquag kov nyob hauv txhua lub tsheb tau siv thauj neeg mus los, muaj xws li tab sis kuj tsis tas rau, cov tog zaum, cov lag khawm, cov qhov rooj, cov hlua khawm, cov qhov muag thiab cov qhib cua txias, cov phab ntsa thiab qhov rai, cov tes tuav, cov hlua rub thiab cov pob uas neeg caij tsheb siv thov kom nres tsheb.
- Ntxuav txhua qhov uas tus neeb tsav tsheb kov thaum hloov zeeg los sis hloov tus neeg siv, qhov twg los xij uas nquag tshwm sim. Muab lub sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm tau siv cov kev xyau ua kev tu ntxuav kom huv si nyob rau lawv cov caij ua 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.
- Thaum mus pab cov neeg caij tsheb uas caij lub laub lossis lwm cov cuab yeej pab mus kev, lossis cov neeg uas tus neeg ua hauj lwm yuav tau pab cuam, tus neeg ua hauj lwm yuav tsum siv tshuaj tua kab mob ntxuav lawv txhais tes ua ntej thiab tom qab mus pab.
- 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. Txhob koom siv PPE.
- Thaum xaiv cov khes mis los tua kab mob, cov tswv hauj lwm yuav tsum siv cov khoom uas tau kev pom zoo lawm rau kev tiv thaiv Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) nyob rau qhov [Koom Haum Pov Thaiv Huab Cua Ib Puag Ncig \(EPA\)-tau pom zoo rau](#) cov npe khoom siv thiab cov lus qhia siv. 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 cob qhia txog kev siv cov tshuaj khes mis, cov lus qhia los ntawm lub tsev tsim ua cov tshuaj, cov qauv cai lim cua, thiab cov qauv cai ntawm Cal/OSHA hais txog kev siv cov tshuaj kom muaj nyab xeeb qhia rau cov neeg ua hauj lwm. Cov neeg ua hauj lwm uas siv cov tshuaj tu ntxuav kom huv si thiab cov tshuaj tsuag tua kab mob yuav tsum rau hnab looj tes thiab lwm yam khoom siv pov thaiv raws li cov lus qhia txog qhov khoom tsim ntawd. Ua raws cov [tswm yim kev nthuav tus kab mob hawb pob](#) uas tau txais kev cob qhia los ntawm Feem Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab ua kom paub meej tias muaj kev tso huab cua nkag mus rau hauv txaus tsim nyog lawm.
- Txhawm rau txo qhov kev phom sij ntawm [kab mob Legionnaires](#) thiab lwm yam kab mob uas cuam tshuam nrog dej, [siv cov kauj ruam](#) los ua kom paub meej tias txhua cov ciav thiab kais dej (piv txwv li, cov kais dej haus, cov chaw txaus dej zoo nkauj) tias muaj kev nyab xeeb los siv tom qab lub chaw hauj lwm kaw cia ncua ntev.
- Teev kom muaj cov chaw nthuav tes hauv cov chaw hauj lwm, xws li cov chaw hauj lwm rau tsheb ntiav thiab tsheb ciav hlau, cov tsheb ntiav thiab tsheb ciav hlau, thiab cov tsheb thauj neeg, kom muaj xws li tshuaj ntxhuav

tes thiab phuam tua kab mob, thiab muab cov tshuaj ntshuav tes ua leej rau txhua tus neeg hauj lwm ntawm txoj kev khiav tsheb (piv txwv li, cov tub lag luam tsav tsheb thiab cov kws tsav tsheb).

- Saib xyuas kom cov chaw tu ntawd tseem ua hauj lwm tau thiab muaj txhij txhua rau txhua lub sijhawm thiab npaj tshuaj xab npum, ntaub so tes, thiab tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes ntxiv yog thaum xav tau.
- Yog ua tau, tsis txhob cheb tsev los sis siv lwm lub tswv yim ua kom tej kab mob ya mus raws huab cua tshwj tsis yog txhua tus neeg nyob hauv thaj chaw no muaj khoom siv PPE tsim nyog. Siv ib lub tshuab nqus puas plav uas muaj ib daim lim HEPA yog ua tau.



## Cov Lus Qhia Caiv Lub Cev Nyob Kom Sib Nrug Deb

- **CEEb TOOM:** kev nyob sib nrug deb ntawm lub cev nkaus xwb yuav tsis txaus rau kom tiv thaiv kev sib kis Tus Kab Mob Khau Viv-19 (COVID-19) hauv tsev.
- Txho kev nyob ua ke coob uas siab tshaj plaws nyob rau ntawm cov tsheb ntiav thiab tsheb ciav hlau thiab tej nkoj txhawm rau txhawb pab ncua kev sib nrug. Tshem los sis cia cov chaw zaum kom nrug txhawm rau txhob pab ncua kev sib nrug los sis siv cov ntaub nplaum kob los mus cim rau qhov chaw zaum qhia tias tso cai rau cov neeg caij zaum tau los sis txwv qhov chaw zaum tsis pub siv. Yog nyob rau qhov chaw ua tau, siv lub tsheb npav los sis tsheb ntiav ntxiv txhawm rau txhawb pab ncua kev thauj neeg coob dhau lawm ntawm cov kev khiav tsheb uas muaj neeg coob thiab yuav tsum ua kom muaj ncua kev sib nrug ntawm cov neeg caij.
- Siv cov kev ntsuas los xyuas kom paub meej txog ncua kev sib nrug tsawg kawg li ntawm rau fij ntawm cov tub lag luam tsav tsheb ntiav thiab tsheb ciav hlau thiab cov neeg caij tsheb. Qhov no suav nrog kev siv cov khoom los kem los sis kev ntsia kom nyob sib nrug (piv txwv li, kev cim hauv plag, lo ntaub nplaum kob, muab cov tog zaum los sis qhov chaw nyob ntawm cov neeg caij tsheb tshem tawm tsis pub siv, los sis taw qhia cov neeg caij tsheb tias qhov chaw twg uas lawv tsis tuaj yeem zaum rau los sis sawv ze rau tus tub lag luam tsav tsheb). Yog qhov chaw zaum nraug tshem tawm ntawm kev siv lawm, ua tib zoo los ua kom paub meej tias ua tau raws cov cai tseev kom ua qib qis ntawm qhov chaw zaum rau cov neeg tsis taus.
- Nyob rau cov tsheb ntiav hauv zej tsoom, piv txwv li cov tsheb npav hauv nroog, cov chaw zaum uas nyob ze li rau fij ntawm tus tub lag luam tsav tsheb yuav tsum muaj rho tawm kev siv thiab tsis pub siv rau cov neeg caij tsheb yog tias nws tsis cuam tshuam rau cov cai tseev kom ua ntawm qhov chaw zaum rau cov neeg tsis taus. cov neeg saib xyuas saum lub tsheb yuav muaj txoj kev xaiv los thov kom cov neeg caij tsheb zam txhob sawv los sis

zaum ze dua rau fij ntawm lawv sawv daws. Yog nyob rau qhov chaw ua tau, nruab cov iav kajPlexiglas thais cais los sis lwm yam kem uas tsim nyog rau hauv cov tsheb ntiav thiab cov tsheb ciav hlau txhawm rau txo kev sib kis kab mob ntawm cov neeg saib xyuas saum tsheb thiab cov neeg caij tsheb.

- Txiaiv txim siab ua raws li cov neeg ua hauj lwm uas thov kom hloov lub luag hauj lwm uas txo qis kev sib chww nrog cov neeg yuav khoom thiab lwm tus neeg ua hauj lwm (xws li tuav tswj kev ua hauj lwm hla kev siv xov tooj ua hauj lwm).
- Qhov kem lub sij hawm tuaj uas tus neeg ua hauj lwm siv, ua raws li tus nqi zog ntawm lub sij hawm ua hauj lwm, los tswj kom tau cov cai lub cev nyob sib nrug.
- Saib xyuas kom cov neeg ua hauj lwm caiv nyob kom sib nrug deb rau hauv tej chaw so, siv tej yam thaiv cais, tso cov rooj/cov rooj zaum kom sib nrug deb txaus rau ntawm cov neeg ua hauj lwm, thiab lwm yam ntxiv. Qhov ua tau, tsim cov chaw so sab nraum zoov kom muaj ntxoov ntxoo npog thiab cais cov kev zaum uas ua kom ntseeg tau tias tswj kev nyob sib nrug deb ntawm lwm tus. Txhawb kom cov neeg ua hauj lwm los ntawm qhov chaw los sib sau ua ke rau thaum lub sij hawm so thiab saib xyuas kom lawv txhob noj thiab txhob haus dej tig ntsej muag ua ke kom nyias nyob nyias sib nrug deb li rau fij.
- 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.
- Tseev kom cov neeg caij tsheb los yuav pib thiab ntxiv tus nyiaj cia rau cov npav tsheb ntiav thab tsheb ciav hlau hauv online txhawm rau txo kev siv cov tshuab nyob rau ntawm lub chaw nce tsheb.
- Txhim kho txoj kev npaj ntawm kev nce thiab nqis ntawm tus neeg caij tsheb txhawm rau txo cov sib cwv thiab kev sib txiv nrog rau lwm tus neeg caij tsheb nyob rau thaum nce thiab nqis lub tsheb ntiav.
- Thaum mus ncig raws lub nkoj thauj mus los hauv dej, xws li nkoj loj los sis nkoj me, kom cov neeg caij tshaj qhia rau cov neeg hauj lwm hauv nkoj yog lawv mus ncig ua ib ke raws li kev ua koom txoos, yog tsim nyog. Cov neeg hauj lwm hauv nkoj yuav los pab teev ua kab tos rau kev nce thiab nqis nkoj yam ua raws ncua kev sib nrug raws cov pab pawg me.
- Kev soj ntsuam txoj hauv kev mus uas yuav tsum muaj ncua kev sib nrug yog ib qhov nyuaj heev los ntawm neeg caij. Hloov kho txoj hauv kev mus ntawm cov tsheb bus thiab tsheb ntiav thiab teem caij los teev qhov kev xav tau cov tsheb npav, tsheb ciav hlau, thiab lwm cov tshiab thauj mus los ntxiv nyob rau thaum lub sij hawm muaj cov neeg caij coob ntawm txoj hauv kev khiav tsheb uas coob.



## Cov Kev Txheeb Xam Ntxiv rau Cov Neeg Ncaij Tsheb Uas Muaj Kab Mob (Tsheb Ntiav Taxis, Tsheb Caij Mus Los Rideshare, Cov Tsheb Xa Mus Los, Tsheb Ntiav Limousines, thiab lwm yam.)

- **Cov kev caij tsheb hauv pab pawg uas muaj los ntawm cov tuam txhab caij tsheb**, uas suav nrog muab txog kev xaiv ntawm hom pab pawg tsheb sib rau lwm hom kev thauj mus los nyob rau tib txoj hauv kev uas sib xws, **yuav tsum raug ncua kom txog thaum muaj lus qhia txog kev noj qab haus huv ntxiv rau kev rov qab qhib caij tsheb**.
- Cov tub lag luam tsav tsheb ntiav thiab tsheb taxi thiab cov tuam txhab thauj neeg ntiag tug yuav tsum txhim kho tus txheej txheem uas tso cai rau cov kws tsav tsheb thiab cov neeg caij tsheb kom los tshem kev caij tsheb tawm tau yam tsis raug nplua yog tias lwm tog tsis rau ntaub npog qhov ncauj. Tsab cai no yuav tsum qhia rau cov neeg caij tsheb ua ntej lawv yuav teev txog kev caij tsheb.
- Muab uas muaj cov khoom pab uas tsim nyog rau cov kws tsav tsheb kom los ntxuav tu thiab tua kab mob tas li rau tej plas uas nquag tuav mus los hauv lub tsheb. Cov kws tsav tsheb yuav tsum muaj taub tshuaj txaus ntxuav tu thiab tua kab thiab/los sis cov npuam so tua kab mob hauv lawv cov tsheb. Cov kws tsav tsheb yuav tsum ua raws li cov lus qhia ntawm lub khw tsim yam tshuaj ntawd txhawm rau tu ntxuav thiab tua kab mob kom tsim nyog hauv lub tsheb, suav nrog kev siv cov kev qhia tua ntxuav uas tsim nyog rau tej phab ntsa. Cov neeg tsav tsheb yuav tsum tau txais kev cob qhia txog cov kev phom sij ntawm qhov (cov) tshuaj ntawd thiab txhua qhov khoom pab tiv thaiv uas tsim nyog siv. Txheeb xyuas kom muaj cua kom txaus thaum tu ntxuav/tua kab mob hauv lub tsheb. Lub kauj tig tsheb, tus pas nkag kias, ob lub pob nyem teeb lem tsheb, thiab lwm yam khoom uas nyiam tuav hauv tsheb yuav tsum tau ntxuav thiab ntxuav kab mob tas li. Muab cov thoob ntim pov tseg ruab rau hauv lub tsheb kom tau muab cov phuam so tua kab thiab lwm yam khoom pom tseg rau yam tsim nyog.
- Qhov chaw uas nquag chwv rau heev uas cov neeg caij tsheb nyiam chwv rau yuav tsum tau quag ntxhuav tu thiab tua kab mob nyob thaum pib thiab xaus ntawm txhua qhov kev hloov sij hauj lwm, thiab nyob rau thaum xa cov neeg caij tsheb mus los. Qhov no suav nrog lub ntuag qhov rooj, cov tes tuav, cov qhov rai, cov hlua kiab ncaw zaum, thiab lub pob khawm. Muab sij hawm rau cov neeg hauj lwm los mus tu ntxuav ua ntej yuav rov mus thauj lwm cov neeg caij tsheb. Yog tias tau tu ntxhuav lub tsheb rau tus kws tsav tsheb lawm lawv yuav tsum tau them nyiaj kiag nyob rau lub sij hawm ntawd.

- Txheeb xam txog kev nruab lub loog uas nkag tsis tau rau ntawm lub rooj xub thawj thiab lub rooj tshav tsheb.
- Cov kws tsav tsheb yuav tsum txheeb xam txog qhov kev thov cov neeg caij tsheb kom thiab lawv cov hnab thiab khoom ntiag tug nyob rau thaum nce thiab nqis tsheb, yog tias ua tau. Yog hais tias muab cov kev pab cuam zoo li no, thov kom cov neeg caij tsheb tswj ncua kev sib nrug tsawg kawg nkaus yog rau fij. Tom qab kov cov peev txheej vaj tse ntawm cov neeg caij tsheb lawm, cov kws tsav tsheb yuav tsum siv cov tshuaj ntxuav tes.
- Cov neeg caij tsheb yuav tsum zaum ntawm cov tog zaum tom qab kom sib nrug deb tshaj plays rau ntawm tus neeg caij tsheb thiab tus kws tsav tsheb. Cov app Tsheb Rideshare yuav tsum ceeb toom txoj cai tseev kom ua thiab qhov ntim tau coob ntawm cov rooj zaum uas hloov tshiab no rau cov neeg caij tsheb paub thaum lawv teev kev caij tsheb thiab thov tuaj raws email, kev sau ntawv, los sis lwm yam cuab yeej sib txuas lus nrog cov neeg tuaj yuav khoom.
- Cov app Tsheb Rideshare thiab cov tub lag luam tsav tsheb ntiav taxi raws xov tooj yuav tsum ceeb toom cov neeg caij tsheb kom rau cov ntaub npog qhov ncauj thiab ceeb toom rau lawv tias kev caij tsheb yuav raug tshem tawm yog tias lawv tsis rau daim ntaub npog qhov ncauj.
- Zam kev siv txoj kev xaiv ua kev ncua nkag tau rau hauv lub ntsheb mus los thaum tus neeg caij tsheb tab tom mus los; qhov tsim nyog, siv lub tshuab tso nqus pa ntawm lub tsheb kom koj cov huab cua sab nraud thiab/los sis txo cov iav qhov rai tsheb kom qis.

---

<sup>1</sup>tsum tau txiav txim txog rau cov neeg uas tsis muaj zog. Cov kws muab kev siab xyuas neeg caij tsheb zej tsoom thiab ntiag tug, cov chaw hauj lwm thauj mus los, thiab cov tub lag luam tsav tsheb ciav hlau hla nroog yuav tsum ua raws txhua cov qauv cai [Cal/OSHA](#) thiab npaj los txhawm nws cov lus qhia kom zoo li qhov ua tau ntawm cov lus qhia los ntawm [Cov Chaw Tswj thiab Tiav Thaiv Kab Mob \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) thiab [Feem Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv \(California Department of Public Health, CDPH\)](#). Tsis tas li ntawd, cov chaw hauj lwm no yuav tsum npaj hloov lawv cov hauj lwm raws li kev hloov pauv ntawm cov lus qhia no.