

حفظ ایمنی در محل کار هنگام

شیوع کووید-19

در طول یک شیوع، اماکن کاری ملزم به پیروی از شیوه نامه های خاص برای کاهش انتشار کووید هستند. با رعایت این دستورالعمل ها، ایمنی خود و همکارانتان را حفظ کنید:

اگر احساس بیماری می کنید، در خانه بمانید

اگر احساس بیماری می کنید، به جای رفتن به محل کار در خانه بمانید و از دیگران فاصله بگیرید. در اسرع وقت آزمایش دهید. در صورت مثبت بودن جواب آزمایش، به محل کار خود اطلاع دهید و مقررات جداسازی مندرج در ph.lacounty.gov/covidisolation را دنبال کنید.

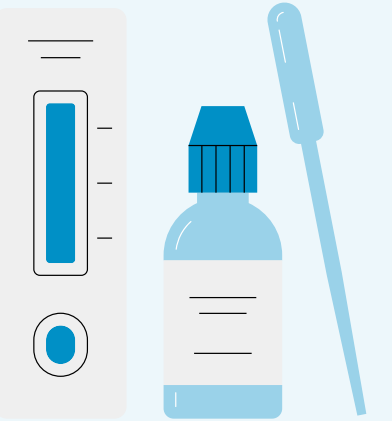
اگر در معرض خطر بالای ابتلا به بیماری شدید ناشی از کووید-19 قرار دارید، با پزشک یا خدمات بهداشتی تلفنی از راه دور اداره بهداشت عمومی تماس بگیرید تا در صورت مثبت بودن جواب آزمایش، در مورد داروهای درمان کووید-19 از آنها سوال کنید.



آزمایش دهید

اگر در محل کار مخاطب نزدیک فرد مبتلا به کووید-19 هستید، 3 تا 5 روز پس از قرار گرفتن در معرض، آزمایش دهید. برای کسب اطلاعات بیشتر از ph.lacounty.gov/covidcontacts دیدن کنید.

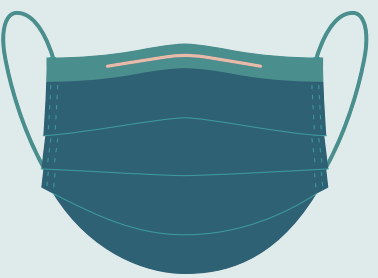
از کارفرمای خود در مورد منابع در دسترس رایگان برای انجام آزمایش در ساعات کاری با دستمزد، سوال کنید.



ماسک محافظ پوشید

در طول شیوع بیماری، هنگام کار در فضاهای سرپوشیده، وسایل نقلیه مشترک و فضاهای روباز (اگر نمی توانید 6 فوت از دیگران فاصله داشته باشید)، باید از ماسک با برازش مناسب بر روی دهان و بینی خود استفاده کنید. ماسک های تنفسی با برازش مناسب (N95,KN95,KF94) بیشترین محافظت را فراهم می کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر از ph.lacounty.gov/masks دیدن کنید.

از کارفرمای خود بخواهید ماسک پزشکی یا تنفسی رایگان در اختیار شما قرار دهد. اگر تنفس از پشت ماسک دشوار شد یا دیگر برازش مناسب ندارد، آن را تعویض کنید.



علائم را تحت نظر قرار دهید

اگر در معرض فرد مبتلا به کووید-19 قرار می گیرید، به نظارت سلامتی خود ادامه دهید و به مدت 10 روز پس از مواجهه، در اطراف دیگران از ماسکی با برازش مناسب استفاده کنید.

اگر هرگونه علائمی مشاهده می کنید، بلافاصله آزمایش دهید و در خانه دور از دیگران بمانید.



فاصله خود را حفظ کنید

تا حد امکان، فاصله 6 فوتی از دیگران را حفظ کنید. هنگامی که برای خوردن یا نوشیدن در زمان استراحت باید ماسک خود را بردارید، این کار را در فضای باز یا دور از دیگران انجام دهید.

از کارفرمای خود در مورد راه های بهبود تهویه در فضاهای کاری مشترک، سوال کنید.



1 شیوع بیماری به صورت 3 یا چند مورد مبتلا به کووید-19 مرتبط با هم در یک محیط غیر خدمات درمانی، در یک دوره 14 روزه تعریف می شود.

2 اگر جواب آزمایش کووید 19 شما مثبت شود، آن را با پزشک خود در میان بگذارید. اگر پزشک ندارید، با خدمات بهداشتی تلفنی از راه دور اداره بهداشت عمومی به شماره 1-833-540-0473 تماس بگیرید.

برای کسب اطلاعات بیشتر، ph.lacounty.gov/covidmedicines را ملاحظه کنید

