

کووید-19

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس پاسخ به کووید-19 در محل کار

بروز رسانی‌های اخیر:

1/13/21: به منظور انعکاس سیاست جدید الزام آور قرارگیری در قرنطینه به مدت 10 روز، و خود ارزیابی علائم از روز 11 تا روز 14 پس از مواجهه آشکار با کووید-19 یا پس از سفر به لس آنجلس بروز رسانی شد.

با افزایش مبتلایان کووید-19 در شهرستان لس آنجلس، افراد باید در خانه بمانند و از تعامل با دیگران اجتناب کنند. با این حال، بسیاری از کارکنان ضروری همچنان باید سر کار بروند که این امر آنان را در معرض خطر ابتلا و انتشار کووید-19 قرار میدهد. در صورت شناسایی مورد ابتلای کووید-19 یا وجود مواجهه احتمالی با کووید-19 در محل کار، کارفرمایان باید آماده پاسخ باشند.

مورد ابتلا فردیست که تست ویروسی (سواب یا بزاق دهان) کووید-19 او مثبت شده یا پزشک به او گفته که به کووید-19 مبتلا است. کارفرمایان باید پیشاپیش برای زمانی که یک مورد ابتلا میان کارکنان گزارش شود، طرحی داشته باشند. این طرح باید شامل فرستادن مورد/موارد ابتلا به خانه برای ایزوله شخصی و همچنین هر کسی باشد که با مورد ابتلا یا مبتلایان تماس نزدیک داشته است تا در خانه خود را قرنطینه کند. به عنوان بخشی از این طرح، کارفرما باید فرآیندی برای اطمینان از این که تمامی کارکنان قرنطینه شده راهی برای انجام آزمایش در دسترس دارند در نظر بگیرد، تا اینگونه بتواند دریابد که میزان شیوع در محیط کار و میزان خطر متوجه سایر کارمندان یا مراجعان چقدر است.

پیشگیری در محیط کار

بهترین راه جلوگیری از شیوع آن است که مطمئن شوید همه افراد در محیط کار اصول ابتدایی پیشگیری را رعایت می‌کنند:

- **فاصله گذاری فیزیکی** (کارمندان، مشتریان و مراجعان همگی حداقل 6 فوت از یکدیگر فاصله بگیرند، حتی هنگام مکالمه)
- **پوشش صورت** الزامی برای تمامی کارکنان، مشتریان و مراجعان
- ترویج شستشوی مکرر دست (به این معنی است که سرویس‌های بهداشتی باید به میزان کافی از صابون، دستمال توالت و سایر لوازم مجهز شوند) و کارمندان باید زمانی برای شستشوی دست داشته باشند
- نظافت و ضد عفونی منظم سطوح پُر تماس
- اطمینان از آنکه سیستم‌های تهویه به خوبی کار می‌کنند، و افزایش جریان هوا، در صورت امکان. (برای اطلاعات بیشتر به راهنمای **تهویه** مراجعه نمایید.)
- سیاست‌های مرخصی استعلاجی که به کارکنان امکان می‌دهد در صورت بیماری و هنگام مراقبت از عضو (یا اعضای) بیمار خانوار، بدون خطر از دست دادن شغل یا کاهش ساعات کاری در خانه بمانند. مطمئن شوید کارکنان از این سیاست‌ها اطلاع داشته باشند.
- معاینات علائم را پیش از ورود کارکنان به محل کار انجام دهید

زمانی که فرد مبتلا یا شخصی در محل کار در معرض ابتلا قرار گرفته است

اگر کارمندی بیمار شود یا با فرد مبتلا (مطابق تعریف فوق) تماس داشته باشد، آن فرد باید فوراً به خانه فرستاده شده تا در صورت ابتلا خود را ایزوله کند یا در صورت قرارگیری در معرض ابتلا قرنطینه شود. به محض اینکه یک سرپرست مطلع شود فردی بیمار است یا در معرض ابتلا قرار گرفته باید از فضایی معین برای جدا سازی فرد مذکور که مورد ابتلا محسوب می‌شود یا در مواجهه با سایر کارکنان قرار گرفته است استفاده کند. این به معنای پیش بینی مکانی برای چنین فردیست تا در صورت لزوم در آنجا تا زمانی که قادر به ترک محل و بازگشت به خانه باشد، منتظر بماند. علاوه بر این:

- فرد باید در تمام مدت ماسک بر صورت داشته باشد
- اگر فرد به حدی بیمار است که به مراقبت نیاز دارد، دیگران باید ماسک بزنند، باید مدت زمانی که نزدیک او هستند را محدود کنند، و در صورت نیاز و دسترس پذیری باید سایر تجهیزات حفاظت شخصی (دستکش، لباس) را نیز بپوشند.

تمام کارفرمایان باید از **چک لیست بازگشایی مشاغل** اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس پیروی کرده تا از شیوع کووید-19 در محل کار خود جلوگیری نمایند. در بیشتر مواقع، این اقدامات می‌تواند از شیوع بیشتر کووید-19 در محل کار جلوگیری کرده یا سرعت آن را کاهش دهد.

کووید-19

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس پاسخ به کووید-19 در محل کار

بررسی مخاطبین

پس از شناسایی یک مورد ابتلا در بین کارکنان، کارفرما باید اقداماتی اتخاذ کند تا کلیه مخاطبین نزدیک (اعم از کارکنان و افراد دیگری که در این محل زمان سپری کرده‌اند) و در دوره واگیرداری فرد مبتلا با او مواجهه شده‌اند، شناسایی شوند.

- فرد مبتلا از 2 روز پیش از شروع نخستین مرتبه بروز علائم تا پایان دوره ایزوله‌شان، واگیردار محسوب می‌شود (به [دستورالعمل‌های انزوای خانگی](#) برای افراد مبتلا به کووید-19 مراجعه نمایید).
- فردی که هیچ‌گونه علائمی ندارد اما تست کووید-19 او مثبت شده، از 2 روز قبل از انجام آزمایش تا 10 روز پس از آن، واگیردار محسوب می‌شود.

مخاطب نزدیک هر یک از افراد حاضر در محل کار هستند که ضمن واگیرداری بیماری فرد مبتلا، در معرض وی قرار گرفته‌اند:

- در فاصله 6 فوتی از فرد مبتلا برای مجموعاً 15 دقیقه یا بیشتر در یک بازه زمانی 24 ساعته حضور داشته‌اند، یا
 - تماس با مایعات بدن و/یا ترشحات فرد مبتلا، برای مثال، سرفه/عطسه این فرد مبتلا به سمت وی، اشتراک گذاری نوشیدنی یا ظروف غذا.
- هر شخصی که با فرد مبتلا تماس نزدیک داشته باید به مدت 10 روز در خانه قرنطینه شود. قرنطینه آنها می‌تواند پس از روز 10 به پایان رسد، چنانچه به علائمی مبتلا نشده باشند و کماکان از روز 11 تا روز 14، سلامت خود را زیر نظر بگیرند و در خصوص اقدامات پیشگیرانه کووید-19 بسیار احتیاط به خرج دهند. از کلیه مخاطبین نزدیک فرد مبتلا درخواست می‌شود تا برای کووید-19 آزمایش دهند. کارکنانی که باید ایزوله یا قرنطینه شوند و قادر نیستند دورکاری کنند، باید مرخصی استعلاجی با حقوق دریافت نمایند.

توجه داشته باشید که قرنطینه 10 روزه، برای هر یک از پرسنلی که از هر جایی خارج از کالیفرنیا جنوبی به شهرستان لس آنجلس سفر کرده است، چه در حال بازگشت به خانه باشد یا به تازگی وارد این شهرستان شده باشد، الزامیست. باید به کارمندانی که پس از سفر به محل کار می‌آیند ابلاغ شود که در پی پیروی از مقررات قرنطینه مشروح در فوق به خانه بازگردند. این قانون صرف نظر از اینکه فرد علائم کووید-19 یا هر گونه شناختی نسبت به مواجهه با بیماری داشته باشد یا خیر، اعمال می‌شود. برای مشاهده جزئیات مربوط به قرنطینه سفر به [فرمان مسافرت افسر بهداشت](#) و سؤالات متداول مراجعه نمایید.

آزمایش هدفمند

آزمایش هدفمند می‌تواند برای ارزیابی انتشار، پس از شناسایی یک یا چند مورد ابتلا در محل کار مورد استفاده قرار گیرد. با آزمایش افرادی که کار می‌کردند یا دارای ارتباطی با مورد یا موارد ابتلا بوده‌اند، کارفرما می‌تواند متوجه شود که شیوع تا چه اندازه در محیط کار گسترش پیدا کرده است. توجه داشته باشید که اگر آزمایش هدفمند مورد ابتلای دومی را شناسایی کند، باید تحقیقات جدیدی پیرامون مورد جدید آغاز گردد تا مشخص شود آیا مناطق بیشتری تحت شیوع قرار گرفته‌اند یا خیر.

منابع آزمایش

- به کارکنان دارای باید با پزشک خود تماس گرفته و سپس نتایج را به کارفرما گزارش کنند.
- کارمندان فاقد بیمه یا کسانی که پزشک آنان قادر به ارائه آزمایش نیست، می‌توانند برای دریافت کمک جهت یافتن محل آزمایش رایگان به نشانی [covid19.lacounty.gov/testing](https://www.covid19.lacounty.gov/testing) مراجعه نمایند یا با شماره 1-1-2 تماس بگیرند. نتایج این آزمایش‌ها باید به کارفرما گزارش شود.
- در محل‌های کاری بزرگ ممکن است سلامت کارکنان (Employee Health) ممکن است قادر به ارائه آزمایش یا آوردن شرکتی خصوصی برای انجام آزمایش باشد.
- هر جا که آزمایش مخاطبین نزدیک انجام می‌شود، کارکنان باید نتایج را به کارفرما گزارش دهند. این امر به کارفرما اجازه می‌دهد چرخه‌های تکمیلی شناسایی مخاطبین، قرنطینه و آزمایش را در صورت مثبت شدن نتیجه آزمایش مخاطبین نزدیک فرد مبتلای مورد نظر انجام دهد.

نقش آزمایش هدفمند

- نکتهٔ حائز اهمیت این است که بدانیم آزمایش هدفمند چه کاری می‌تواند انجام دهد و چه کاری نمی‌تواند انجام دهد و چگونه باید بر سامان‌بخشی بیمار تأثیر بگذارد. آزمایش هدفمند ممکن است به موارد زیر کمک کند:
- شناسایی کارکنان بدون علامت کووید-مثبت از میان افرادی که شناسایی شده‌اند یا گمان می‌رود با فرد مبتلا در تماس بوده‌اند تا بتوان شیوع گسترده تر بیماری را محدود یا از آن جلوگیری نمود.
 - آزمایش هدفمند شامل موارد زیر نمی‌شود:
 - رفع نیاز بررسی تا دریا باید چه کسانی با فرد مبتلا در تماس بوده‌اند تا بتوان مخاطبین نزدیک را قرنطینه کرد.

کووید-19

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس پاسخ به کووید-19 در محل کار

- ارائه تصویر دقیق از اینکه چه کسانی به واسطه فرد مبتلا آلوده شده‌اند. آزمایش اطلاعاتی در خصوص یک مبدأ زمانی خاص در اختیار شما قرار می‌دهد. نتیجه آزمایش فرد ممکن است تا چند روز پس از تماس نزدیک با فرد مبتلا منفی شود و او در روز 5 یا 6 بعد از تماس بیمار شود. این بدان معنیست که هر یک از مخاطبین نزدیک باید ضمن پیروی از اقدامات پیشگیرانه (پوشیدن ماسک، فاصله گذاری فیزیکی و شستشوی دست)، برای 10 روز کامل قرنطینه شوند و حتی در صورت دریافت جواب آزمایش منفی، 4 روز بیشتر بر وضعیت سلامتی خود نظارت کند.
- اگر سه یا تعداد بیشتری از موارد ابتلای تأیید شده آزمایشگاهی کووید-19 در محل کار وجود داشته باشد، کارفرما باید این دسته از افراد مبتلا را به اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس به شماره 1-888-397-3993 گزارش دهد.

بازگشت به کار

اگر یک کارمند بیمار که با داشتن تب یا علائم دیگری که می‌تواند نشان از کووید-19 باشد به خانه فرستاده شود، و تست کووید-19 او منفی شود یا پزشک او به ایشان بگوید که به کووید-19 مبتلا نیست، او مجاز است 24 ساعت پس از قطع تب خود بدون استفاده از داروهای تب بر و بهبودی علائم خویش به محل کار بازگردد.

اگر این افراد نتوانند آزمایش دهند یا پزشک نتواند آنان را معاینه کند، باید در خانه بمانند و به مدت 10 روز کامل پس از آغاز علائم‌شان و 24 ساعت پس از قطع کامل تب بدون استفاده از داروهای تب بر و بهبودی علائم‌شان، همچنان در ایزوله باشند. اگر با این حال آنان هنوز هم در روز 10 بیمار هستند، باید تا زمان بهبودی علائم خود و قطع کامل تبشان به مدت 24 ساعت بدون کمک هیچ داروی تب بری، در خانه بمانند.

مبتلایان می‌توانند پس از پایان ایزوله به کار خود بازگردند. مخاطبین و افرادی که سفر کرده‌اند پس از پایان قرنطینه‌شان، اگر در طول زمانی که سر کار نبوده‌اند دچار هیچ علائمی نشده باشند، مجازند به محل کار بازگردند. کارکنانی که دوره ایزوله یا قرنطینه را به اتمام رسانده‌اند، می‌توانند به محل کار بازگردند و فعالیت‌های معمول خود را از سر گیرند. برای بازگشت کارکنان به کار به نامه از اداره بهداشت عمومی یا نتیجه آزمایش منفی کووید-19 احتیاجی نیست.

پاسخ شیوع

در صورت وجود خوشه مبتلایان در محل کار، اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس پاسخ خوشه‌ای را آغاز خواهد کرد. تعریف خوشه، 3 یا تعداد بیشتری از موارد ابتلای کووید-19 میان افرادیست که ممکن است در محل کار میزانی از تماس را داشته‌اند. پاسخ خوشه‌ای ارائه رهنمودها و توصیه‌های کنترل سرایت، پشتیبانی فنی و تدابیر کنترلی مختص محل را شامل می‌شود. در راستای کمک به هدایت پاسخ محل کار، یک مدیر هماهنگی بالینی اداره بهداشت عمومی به این تحقیقات خوشه‌ای اختصاص می‌یابد.

خلاصه

با انتشار وسیع کووید-19 در سطح جامعه، کارفرمایان باید چنان رفتار کنند که گویی همه افراد در محل کار ممکن است به کووید-19 مبتلا باشند و هر یک مسئولیت پیشگیری از شیوع را بر عهده گیرند. این به معنای اطمینان از است که همه افراد پوشش صورت بپوشند و کارکنان حداقل 6 فوت از یکدیگر فاصله داشته باشند. بهتر است تعداد افراد حاضر در محل کار محدود شده و نظافت و بهداشت دست رعایت شود. برای مدیریت خوشه‌ها در هنگام وقوع، با اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس تماس حاصل فرمایید. آزمایش هدفمند مخاطبین نزدیک بدون علامت در محل کار، ابزاری توصیه شده برای کارفرمایان است که می‌توانند از آن برای ارزیابی اینکه آیا تعداد موارد ابتلای بیشتری در محل کار رخ داده است یا خیر استفاده نمایند.

اطلاعات تکمیلی

- سؤالات متداول کووید-19 برای مدیران. <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/business/FAQ- Managers.pdf>
- دستورالعمل‌های قرنطینه خانگی برای مخاطبین نزدیک در معرض کووید-19 ph.lacounty.gov/covidquarantine
- دستورالعمل‌های انزواي خانگی برای افراد مبتلا به کووید-19 ph.lacounty.gov/covidisolation

برای منابع تکمیلی مرتبط با کووید-19 به [وب سایت](#) کووید-19 اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس مراجعه نمایید.