

ពិធីការបើកឡើងវិញសម្រាប់កន្លែងបោះតង់នៅពេលថ្ងៃ ឧបសម្ព័ន្ធ K

មានប្រសិទ្ធភាពគិតត្រឹមថ្ងៃសុក្រទី 12 ខែមិថុនាឆ្នាំ 2020

បច្ចុប្បន្នភាពថ្មី៖ (ការផ្លាស់ប្តូរត្រូវបានរំលេចដោយពណ៌លឿង)

8/11/20៖ របាំងមុខមិនត្រូវបានតម្រូវសម្រាប់សកម្មភាពដែលទាមទារឲ្យប្រើកម្លាំងខ្លាំងឡើយ ដរាបណា អាចរក្សាគម្លាត 8 ហ្វីតពីអ្នកដទៃ។

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles កំពុងអនុវត្តវិធីសាស្ត្រតាមដំណាក់កាល ដែលបានកំណត់ ដោយវិទ្យាសាស្ត្រ និងជំនាញការសុខភាពសាធារណៈ ដើម្បីអនុញ្ញាតឲ្យទីកន្លែងជាក់លាក់បើកទ្វារឡើងវិញដោយ សុវត្ថិភាព។ សេចក្តីតម្រូវខាងក្រោមគឺជាកំណត់សម្រាប់កន្លែងបោះតង់នៅពេលថ្ងៃ (Day Camps) ដែលបានអនុញ្ញាត ឲ្យបើកទ្វារដោយសេចក្តីបង្គាប់ពីមន្ត្រីសុខាភិបាលសាធារណៈរដ្ឋ។ បន្ថែមលើលក្ខខណ្ឌដែលបានដាក់ចុះដោយអភិបាល រដ្ឋទៅលើទីកន្លែងជាក់លាក់ទាំងនេះ អាជីវកម្មប្រភេទទាំងនេះត្រូវគោរពតាមលក្ខខណ្ឌដែលបានចែងនៅក្នុងបញ្ជី ត្រួតពិនិត្យសម្រាប់កន្លែងបោះតង់នៅពេលថ្ងៃ (Checklist for Day Camps) នេះផងដែរ។

កន្លែងបោះតង់នៅតាមឆ្នេរសមុទ្រ និងកន្លែងបោះតង់ជិះទឹករលក ត្រូវតែអនុវត្តតាមពិធីការកន្លែងបោះតង់នៅ ពេលថ្ងៃនេះ និងដាក់ស្នើបញ្ជីត្រួតពិនិត្យដែលបានបំពេញរួចទៅសមត្ថកិច្ចឆ្នេរសមុទ្រសមស្រប (ទីក្រុង ខោនធី ឬរដ្ឋ) ដើម្បីទទួលការអនុញ្ញាត

សូមកត់សម្គាល់៖ ឯកសារនេះអាចនឹងត្រូវបានធ្វើបច្ចុប្បន្នភាព នៅពេលដែលមានព័ត៌មាន និងធនធានបន្ថែម ដូច្នេះសូមប្រាកដថាពិនិត្យមើលគេហទំព័រ LA County <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> ជាប្រចាំសម្រាប់បច្ចុប្បន្នភាពផ្សេងៗទៅលើឯកសារនេះ។

បញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះគ្របដណ្តប់៖

- (1) គោលការណ៍កន្លែងធ្វើការ និងការអនុវត្តដើម្បីការពារសុខភាពបុគ្គលិក
- (2) វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ
- (3) វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការគ្រប់គ្រងការឆ្លងជំងឺ
- (4) ការទំនាក់ទំនងជាមួយបុគ្គលិក និងសាធារណជន
- (5) វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការប្រើប្រាស់សេវាកម្មសំខាន់ៗដោយស្មើភាព

ចំណុចសំខាន់ៗទាំងប្រាំនេះ ត្រូវតែបានដោះស្រាយ ស្របពេលដែលទីកន្លែងរបស់អ្នកបង្កើតពិធីការបើកឡើងវិញ ណាមួយ។

កន្លែងបោះតង់នៅពេលថ្ងៃទាំងអស់ដែលត្រូវបានគ្របដណ្តប់ដោយការណែនាំនេះ ត្រូវតែដាក់ចុះ នូវវិធានការណ៍ដែលអាចអនុវត្តបានទាំងអស់ ដែលមានរាយនៅខាងក្រោម និងត្រូវត្រៀមខ្លួនដើម្បីព្យួរ ពីមូលហេតុនៃវិធានការណ៍ណាមួយដែលមិនត្រូវបានអនុវត្ត គឺមិនអាចអនុវត្តបានសម្រាប់ទីកន្លែងបោះតង់។

ឈ្មោះកន្លែងបោះតង់ពេលថ្ងៃ៖ _____

អាសយដ្ឋានទីកន្លែង៖ _____

A. គោលការណ៍ និងការអនុវត្តនៅកន្លែងធ្វើការដើម្បីការពារសុខភាពបុគ្គលិក (ត្រូវធ្វើទាំងអស់ដែលអនុវត្តសម្រាប់ទីកន្លែង)

- មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលអាចបំពេញកិច្ចការរបស់ខ្លួនពីផ្ទះ ត្រូវបានណែនាំឱ្យធ្វើដូច្នោះ។
- បុគ្គលិកងាយរងគ្រោះ (អ្នកដែលមានអាយុលើ 65 ឆ្នាំ អ្នកដែលមានបញ្ហាសុខភាពរ៉ាំរ៉ៃ) ត្រូវបានកំណត់ឱ្យធ្វើការងារដែលអាចធ្វើបានពីផ្ទះនៅគ្រប់ពេលដែលអាចធ្វើទៅបាន។
- ដំណើរការការងារត្រូវបានកែទម្រង់ឡើងវិញទៅតាមកម្រិតដែលអាចធ្វើបាន ដើម្បីបង្កើនឱកាសសម្រាប់ឱ្យបុគ្គលិកធ្វើការងារពីផ្ទះ។ ពិចារណាផ្តល់ជម្រើសឱ្យបុគ្គលិក មគ្គុទេសក៍ អ្នកហាត់ការ និងបុគ្គលិកស្ម័គ្រចិត្តដែលស្នើសុំកែប្រែការកិច្ច ដែលកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់របស់ពួកគេជាមួយអ្នកដទៃ និងបុគ្គលិកផ្សេងទៀត (ឧ. ការគ្រប់គ្រងសារពើភ័ណ្ឌជាងការធ្វើការជាអ្នកគិតលុយ ឬគ្រប់គ្រងតម្រូវការរដ្ឋបាលតាមរយៈការធ្វើការពីចម្ងាយ (telework))។
- ម្យ៉ាងវិញទៀត កាលវិភាគឆ្លាស់វេនគ្នា ឬប្តូរវេនគ្នាត្រូវបានអនុវត្តដើម្បីបង្កើនការរក្សាគម្លាតរាងកាយជាអតិបរមា។
- បុគ្គលិកទាំងអស់ (រាប់បញ្ចូលទាំងបុគ្គលិកទទួលប្រាក់ឈ្នួល និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្ត ត្រូវបានសំដៅជារួមថា "បុគ្គលិក") ត្រូវបានប្រាប់ថាគួរកុំធ្វើការបើសិនជាលើ ឬបើសិនជាពួកគេបានប៉ះពាល់ជាមួយមនុស្សដែលមានជំងឺ COVID-19។ បុគ្គលិកយល់និងអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ DPH សម្រាប់ការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក និងការនៅដាច់ពីគេ បើសិនជាអាចអនុវត្តបាន។ គោលការណ៍សុំច្បាប់ឈប់សម្រាកនៅកន្លែងធ្វើការ ត្រូវបានពិនិត្យឡើងវិញ និងបានកែប្រែដើម្បីធានាថាបុគ្គលិកមិនត្រូវបានពិន័យនៅពេលពួកគេស្ថិតនៅផ្ទះដោយសារជំងឺ។
- បន្ទាប់ពីទទួលបានព័ត៌មានថាមានបុគ្គលិកម្នាក់ ឬច្រើននាក់ធ្វើតេស្តវិជ្ជមាន ឬមានរោគសញ្ញាដែលដូចគ្នាជាមួយជំងឺ COVID-19 (ករណី) និយោជកមានគម្រោង ឬពិធីការដើម្បីឱ្យករណីទាំងនោះដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះ និងតម្រូវឱ្យមានការនៅដាច់ពីគេដោយខ្លួនឯងតាមរយៈសម្រាប់បុគ្គលិកដែលមានការប៉ះពាល់ជាមួយករណីនៅកន្លែងធ្វើការ។ គម្រោងរបស់និយោជកគួរតែពិចារណាពីពិធីការសម្រាប់បុគ្គលិកដែលបាននៅដាច់ពីគេទាំងអស់ ដើម្បីអាចទទួលបាន ឬធ្វើតេស្តរកជំងឺ COVID-19 ដើម្បីកំណត់ថាតើមានការប៉ះពាល់នៅកន្លែងធ្វើការបន្ថែមទៀតឬក៏អត់ ដែលអាចតម្រូវឱ្យមានវិធានការណ៍គ្រប់គ្រងជំងឺ COVID-19 បន្ថែម។
- ការត្រួតពិនិត្យបុគ្គលិក** ត្រូវបានធ្វើឡើងមុនពេលបុគ្គលិកអាចនឹងចូលមកកាន់កន្លែងធ្វើការ។ ការត្រួតពិនិត្យ ត្រូវតែរាប់បញ្ចូលការពិនិត្យទាក់ទងនឹងការក្អក ការដកដង្ហើមខ្លី ការពិបាកដកដង្ហើម និងអាការ្យគ្រុនក្តៅឬគ្រុនរងា និងថាតើបុគ្គលិកបានប៉ះពាល់ជាមួយបុគ្គលដែលត្រូវបានគេដឹងថាបានឆ្លងជំងឺ COVID-19 ក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃចុងក្រោយឬក៏អត់។ ការត្រួតពិនិត្យទាំងនេះអាចធ្វើបានពីចម្ងាយ ឬដោយផ្ទាល់នៅពេលបុគ្គលិកមកដល់។ ការពិនិត្យសីតុណ្ហភាពក៏គួរតែធ្វើឡើងនៅកន្លែងធ្វើការផងដែរ បើសិនជាអាចធ្វើបាន។
- នៅក្នុងករណីដែលរកឃើញមាន 3 ករណីឬច្រើនជាងនេះនៅកន្លែងធ្វើការក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ នោះនិយោជកគួររាយការណ៍ពីក្រុមនេះទៅនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈតាមរយៈលេខ (888) 397-3993 ឬ (213) 240-7821។
- បុគ្គលិកដែលមានការប៉ះពាល់ជាមួយអ្នកដទៃទទួលបានរបាំងមុខសមស្របដែលគ្របច្រមុះ និងមាត់ដោយឥតគិតថ្លៃ។ បុគ្គលិកត្រូវពាក់របាំងមុខនេះគ្រប់ពេលវេលាក្នុងអំឡុងថ្ងៃធ្វើការ នៅពេលប៉ះពាល់ ឬទំនងជាប៉ះពាល់ជាមួយអ្នកដទៃ។ បុគ្គលិកដែលត្រូវបានណែនាំដោយអ្នកផ្តល់សេវារដ្ឋសាស្ត្ររបស់ខ្លួនថាពួកគេមិនគួរពាក់របាំងមុខ គួរពាក់សន្ទះរបាំងមុខដែលមានក្រណាត់រឹតមខាងក្រោម ដើម្បីអនុលោមតាមបទបញ្ជារបស់រដ្ឋ ដរាបណាស្ថានភាពសុខភាពរបស់ពួកគេអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើដូច្នោះ។ ក្រណាត់ដែលមានទម្រង់រឹតតឹងខាងក្រោមចង្កាគឺជាការល្អ។ មិនគួរប្រើម៉ាស់ដែលមានវាល់មួយផ្លូវឡើយ។ បុគ្គលិកមិនចាំបាច់ពាក់ក្រណាត់របាំងមុខពេលនៅម្នាក់ឯងនៅក្នុងការិយាល័យឯកជន ឬបន្ទប់តូចដែលមានរបាំងវិងការពារខ្ពស់ជាងកម្ពស់បុគ្គលិកនៅពេលឈរនោះទេ។
- បុគ្គលិកត្រូវបានណែនាំឱ្យចោកកក់ឬប្តូររបាំងមុខរបស់ខ្លួនជារៀងរាល់ថ្ងៃ។
- បុគ្គលិកទទួលបានស្រោមដៃសម្រាប់កិច្ចការដែលតម្រូវឱ្យពួកគេចាត់ចែងផ្ទៃដែលបានប៉ះពាល់ជាញឹកញាប់ ឬសម្រាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងអំឡុងពេលពិនិត្យរករោគសញ្ញា។
- បុគ្គលិកត្រូវបានណែនាំឱ្យរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិចប្រាំមួយ (6) ហ្វីតពីភ្ញៀវ និងពីបុគ្គលិកដូចគ្នានៅក្រៅកន្លែងទាំងអស់នៃកន្លែងបោះតង់នៅពេលថ្ងៃ។ បុគ្គលិកអាចមកជិតជាបណ្តោះអាសន្ន តាមការចាំបាច់ដើម្បីជួយកុមារ ឬទៅតាមការចាំបាច់។
- បន្ទប់ទឹក និងទីកន្លែងទូទៅផ្សេងទៀត ត្រូវបានសម្អាតមេរោគជាញឹកញាប់ទៅតាមកាលវិភាគដូចខាងក្រោម៖
 - បន្ទប់ទឹក _____
 - ផ្សេងទៀត _____
- សារធាតុសម្អាតមេរោគ និងការផ្គត់ផ្គង់ដែលពាក់ព័ន្ធគឺមានសម្រាប់បុគ្គលិកនៅទីតាំងដូចខាងក្រោម៖ _____

- ទឹកអនាម័យលាងដៃដែលមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងជំងឺ COVID-19 គឺមានសម្រាប់បុគ្គលិកទាំងអស់នៅទីតាំងដូចខាងក្រោម៖

- បុគ្គលិកត្រូវបានរំលឹកឲ្យលាងដៃរបស់ខ្លួនឲ្យបានញឹកញាប់។
- ច្បាប់ចម្លងនៃពិធីការនេះត្រូវបានចែកចាយទៅបុគ្គលិកនីមួយៗ។
- ឲ្យច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន បុគ្គលិកនីមួយៗត្រូវបានកំណត់ឧបករណ៍ខ្លួនផ្ទាល់ និងត្រូវបានណែនាំឲ្យចៀសវាងការប្រើទូរសព្ទ ថេប៊ូត វិទ្យុ ឬ គ្រឿងផ្គត់ផ្គង់ការងារផ្សេងទៀត ឬឧបករណ៍ការិយាល័យរួមគ្នា នៅគ្រប់ពេលដែលអាចធ្វើបាន។ ពួកគេក៏ត្រូវបានណែនាំមិនឲ្យចែករំលែក PPE ជាដាច់ខាតផងដែរ។
- នៅពេលដែលត្រូវតែប្រើវត្ថុរួមគ្នា វត្ថុទាំងនោះត្រូវបានសម្លាប់មេរោគដោយប្រើផលិតផលសម្អាតដែលសមស្របសម្រាប់ផ្ទៃរាងវេនធ្វើការ ឬការប្រើប្រាស់ម្តងៗ មួយណាដែលញឹកញាប់ជាង ដោយរាប់បញ្ចូលវត្ថុដូចខាងក្រោម៖ ម៉ាស៊ីនថតចម្លង ម៉ាស៊ីនទូរសារ ម៉ាស៊ីនបោះពុម្ព ទូរសព្ទ ក្តារចុច ប្រដាប់កិប ប្រដាប់ដោះគ្រាប់កិប ប្រដាប់បើកសំបុក ផ្ទៃធ្វើការនៅកន្លែងទទួលភ្ញៀវ ស្ថានីយការងាររួមគ្នា ឧបករណ៍សំឡេងនិងវីដេអូ អាយកូប ។ល។
- ពេលវេលាត្រូវបានផ្តល់ឲ្យបុគ្គលិកដើម្បីអនុវត្តការសម្អាតក្នុងអំឡុងវេនធ្វើការរបស់ខ្លួន។ កិច្ចការសម្អាតត្រូវបានកំណត់ក្នុងអំឡុងម៉ោងធ្វើការ ជាផ្នែកមួយនៃការកិច្ចការងាររបស់បុគ្គលិក។ បើចាំបាច់ កែប្រែម៉ោងដើម្បីធានាបាននូវការសម្អាតជាប្រចាំ និងហ្វាត់ចត់ តាមការគួរ។ ជម្រើសសម្រាប់ក្រុមហ៊ុនសម្អាតរបស់ភាគីទីបីដើម្បីជួយជាមួយតម្រូវការសម្អាតកើនឡើង ត្រូវបានផ្តល់ឲ្យ តាមការចាំបាច់។
- ត្រួតពិនិត្យមើលការនិយមអវត្តមានរបស់បុគ្គលិក និងមានក្រុមបុគ្គលិកបម្រុងដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល។
- គោលការណ៍ទាំងអស់ដែលបានពិពណ៌នានៅក្នុងបញ្ជីត្រួតពិនិត្យនេះក្រៅពីគោលការណ៍ដែលទាក់ទងនឹងលក្ខខណ្ឌការងារត្រូវបានអនុវត្តទៅលើបុគ្គលិកដឹកជញ្ជូន និងក្រុមហ៊ុនផ្សេងៗទៀតដែលអាចស្ថិតនៅទីតាំងនោះក្នុងនាមជាភាគីទីបី។
- ស្រេចចិត្ត—ពិពណ៌នាពីវិធានការណ៍ផ្សេងទៀត៖

B. វិធានការណ៍ដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ

ការមកដល់ និងការចាកចេញ

- ដាក់កម្រិតចំនួនមនុស្សនៅក្នុងកន្លែងបោះតង់ឲ្យបានសមស្របដើម្បីរក្សាបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- បើសិនជាយានយន្តដឹកជញ្ជូន (ឧ. រថយន្តក្រុង) ត្រូវបានប្រើដោយកន្លែងបោះតង់ អ្នកបើកបរត្រូវតែអនុវត្តសកម្មភាព និងពិធីការសុវត្ថិភាពទាំងអស់ ដូចដែលបានចង្អុលបង្ហាញសម្រាប់បុគ្គលិកផ្សេងទៀត (ឧ. អនាម័យដៃ ក្រណាត់បាំងមុខ និងការរក្សាគម្លាតរាងកាយ)។
- អ្នកបោះតង់ និងភ្ញៀវទាំងអស់កំពុងពាក់ក្រណាត់បាំងមុខនៅពេលមកដល់ និងពេលចាកចេញ។
- កាត់បន្ថយការប៉ះពាល់ជាអប្បបរមារវាងបុគ្គលិកកន្លែងបោះតង់ អ្នកបោះតង់ និងក្រុមគ្រួសារនៅពេលចាប់ផ្តើម និងពេលបញ្ចប់។
- ឆ្ងាស់ម៉ោង និងទីតាំងមកដល់ និងទម្លាក់ឲ្យបានខ្ជាប់ខ្ជួនតាមដែលអាចអនុវត្តបាន ដើម្បីកាត់បន្ថយបញ្ហាប្រឈមនៃការកំណត់កាលវិភាគសម្រាប់គ្រួសារ។
- កំណត់ផ្លូវសម្រាប់ចូល និងចេញ ដោយប្រើប្រាស់ច្រកចូលច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន។ ដាក់ចុះនូវពិធីការផ្សេងទៀតដើម្បីដាក់កម្រិតលើការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ជាមួយអ្នកដទៃឲ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចអនុវត្តបាន។
- ផ្តល់ការណែនាំជាក់ស្តែង ដូចជាបង់ស្តិតនៅលើកម្រាលឥដ្ឋ ឬចិញ្ចឹមផ្លូវ និងស្លាកសញ្ញាលើជញ្ជាំង ដើម្បីធានាថាបុគ្គលិកកន្លែងបោះតង់ និងអ្នកបោះតង់រក្សាគម្លាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតជាផ្លូវ និងនៅពេលផ្សេងទៀត (ឧ. ការណែនាំសម្រាប់ការបង្កើត "ផ្លូវតែមួយ" នៅក្នុងផ្លូវដើរក្នុងអគារ)។
- បើកបង្អួច និងបង្កើនគម្លាតជាអតិបរមារវាងអ្នកបោះតង់ និងអ្នកបើកបរនៅលើយានយន្តដឹកជញ្ជូននៅពេលដែលអាចធ្វើបាន។

ទិដ្ឋភាពទូទៅ

- អ្នកបោះតង់គួរតែស្ថិតនៅក្នុងទិដ្ឋភាពដូចគ្នា និងនៅក្នុងក្រុមតូច និងស្ថិតស្ថេរបំផុតតាមដែលអាចអនុវត្តបាន។ រក្សាអ្នកបោះតង់ និងបុគ្គលិកជាមួយក្រុមនីមួយៗ និងរាប់បញ្ចូលអ្នកបោះតង់មកពីគ្រួសារតែមួយនៅក្នុងក្រុមតែមួយឲ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន។ អត្រាអ្នកចូលរួមរៀបចំនឹងបុគ្គលិកដែលបានណែនាំគួរតែ 12:1។
- ភ្ញៀវ និងអ្នកបោះតង់ទាំងអស់ត្រូវបានតម្រូវឲ្យពាក់ក្រណាត់បាំងមុខ ខណៈពេលនៅកន្លែងបោះតង់ លើកលែងតែពេលវេលាទឹក ពេលកេងមួយភ្លែត ពេលបរិភោគ/ផឹក ឬចូលរួមក្នុងសកម្មភាពខាងក្រៅអគារដែលទាមទារឲ្យប្រើកម្លាំងខ្លាំង។ (ដូចជាការរត់ហាត់ប្រាណ។ សកម្មភាពប្រើកម្លាំងខ្លាំងទាំងនេះគួរធ្វើឡើង ខណៈដែលរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិច 8 ហ្វីតពីអ្នកដទៃ)។ នេះអនុវត្តទៅលើមនុស្សទាំងអស់ និងកុមារដែលមានអាយុចាប់ពី 2 ឆ្នាំឡើងទៅ។ មានតែបុគ្គលដែលត្រូវបានណែនាំមិនឲ្យពាក់របាំងមុខដោយអ្នកផ្តល់សេវាវេជ្ជសាស្ត្រប៉ុណ្ណោះទើបត្រូវបានលើកលែងពីការពាក់នេះ។ ដើម្បីគាំទ្រសុវត្ថិភាពបុគ្គលិករបស់អ្នក និងភ្ញៀវផ្សេងទៀត គួរផ្តល់របាំងមុខឲ្យភ្ញៀវដែលមកដល់ដោយគ្មានវា។
- បង្កើនគំលាតរាងកន្លែងអង្គុយ តុ និងក្រៅ ពិចារណាពីវិធីដើម្បីបង្កើតការបំបែកអ្នកបោះតង់តាមរយៈមធ្យោបាយផ្សេងទៀតឧទាហរណ៍ គំលាតប្រាំមួយហ្វីតចន្លោះកន្លែងអង្គុយ រនាំងបាំងរាងកន្លែងអង្គុយ ការសម្គាល់នៅលើកម្រាលឥដ្ឋដើម្បីលើកកម្ពស់ការរក្សាគម្លាត ការរៀបចំកន្លែងអង្គុយក្នុងបែបបទមួយដែលកាត់បន្ថយការទាក់ទងទល់មុខគ្នា។
- ពិចារណារៀបចំសកម្មភាពឡើងវិញសម្រាប់ក្រុមតូចៗ ក៏ដូចជារៀបចំគ្រឿងសង្ហារឹម និងទិដ្ឋភាពកម្សាន្តឡើងវិញដើម្បីរក្សាការបំបែកគ្នា។
- បុគ្គលិកគួរតែបង្កើតការណែនាំសម្រាប់ការរក្សាគម្លាតជាអតិបរមា និងវិធីកាត់បន្ថយការផ្លាស់ទីទាំងក្នុងទិដ្ឋភាពខាងក្នុងនិងខាងក្រៅអគារ ដែលងាយស្រួលយល់សម្រាប់កុមារ និងសមស្របតាមកម្រិតលូតលាស់។
- រឹតបន្តឹងភ្ញៀវ អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត និងសកម្មភាពមិនចាំបាច់ដែលចូលរួមជាមួយក្រុមផ្សេងទៀតក្នុងពេលតែមួយ។
- រឹតបន្តឹងសកម្មភាពក្នុងសហគមន៍នៅពេលដែលអាចធ្វើបាន។ បើសិនជាមិនអាចអនុវត្តបាន ចូរផ្តល់ការប្រើប្រាស់ដាក់ឲ្យអ្នកចូលរួមនៅឃ្លាតពីគ្នាសមស្រប រក្សាក្រុមតូចនិងស្ថិតស្ថេរ និងសម្លាប់មេរោគបន្ទាប់ពីប្រើរួចម្តងៗ។
- ដាក់កម្រិតលើការប្រមូលផ្តុំ និងសកម្មភាពក្រៅកម្មវិធីសិក្សាសម្រាប់អ្នកដែលអាចរក្សាគម្លាតរាងកាយ និងគាំទ្រអនាម័យដៃឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។
- ប្រើប្រាស់ទិដ្ឋភាពផ្សេងតាមការចាំបាច់ ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងការប្រើប្រាស់ទិដ្ឋភាពខាងក្រៅជាប្រចាំ បើអាកាសធាតុអំណោយផល។ ឧទាហរណ៍ ពិចារណាពីវិធីដើម្បីបង្កើនទិដ្ឋភាពខាងក្រៅជាអតិបរមា និងការប្រើប្រាស់អាហារដ្ឋាន និងទិដ្ឋភាពផ្សេងទៀតសម្រាប់ប្រើប្រាស់ដើម្បីអនុញ្ញាតឲ្យមានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- កាត់បន្ថយចលនាជាក្រុមឲ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចអនុវត្តបាន។
- សម្រាប់សកម្មភាពដែលបង្កើតគំណក់ទឹកតូចៗពីផ្លូវដើម ដូចជាការខំប្រឹងខ្លាំង ឬការច្រៀង ចូរបង្កើនគំលាតរាងបុគ្គលដល់ 8 ហ្វីត និងព្យាយាមធ្វើសកម្មភាពទាំងនេះនៅខាងក្រៅ។

អាហារ

- ឲ្យអ្នកបោះតង់យកអាហារផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ពួកគេតាមដែលអាចធ្វើបាន និងអនុវត្តការរក្សាគម្លាតរាងកាយនៅពេលបរិភោគ ឬបរិភោគនៅក្នុងក្រុមតូចរបស់ខ្លួន ជំនួសឲ្យសាលបរិភោគលក្ខណៈសហគមន៍ ឬអាហារដ្ឋាន។ ធានាបាននូវសុវត្ថិភាពរបស់កុមារដែលមានអាលែកហ្សឺអាហារ។
- ប្រើប្រាស់ប្រដាប់ប្រដាប់បរិភោគអាហារដែលអាចបោះចោលបាន (ឧ. ប្រដាប់ប្រដា និងបាន)។ បើសិនជាមិនអាចប្រើប្រាស់ប្រដាប់ប្រដាប់ដែលអាចបោះចោលបាន ចូរធ្វើឲ្យប្រាកដថាប្រដាប់ប្រដាប់បរិភោគអាហារដែលមិនអាចបោះចោលទាំងអស់ ត្រូវបានចាក់ចែងដោយពាក់ស្រោមដៃ និងលាងជាមួយសាប៊ូ និងទឹកក្តៅ ឬនៅក្នុងម៉ាស៊ីនលាងបាន។ បុគ្គលម្នាក់ៗគួរលាងដៃរបស់ខ្លួន បន្ទាប់ពីដោះស្រោមដៃ ឬបន្ទាប់ពីចាក់ចែងប្រដាប់ប្រដាប់បរិភោគអាហារដែលបានប្រើរួចដោយផ្ទាល់។
- បើសិនជាអាហារត្រូវបានផ្តល់ជូនក្នុងព្រឹត្តិការណ៍ណាមួយ ចូរមានប្រអប់ឬថង់រេចខ្ចប់ជាមុនសម្រាប់អ្នកចូលរួមម្នាក់ៗ ជំនួសឲ្យអាហារបែបបូកបញ្ជី ឬអាហារបែបគ្រួសារ។ ចៀសវាងការចែករំលែកម្ហូបអាហារ និងប្រដាប់ប្រដាប់។

C. វិធានការណ៍ដើម្បីគ្រប់គ្រងការឆ្លងជំងឺ

- ធ្វើឲ្យប្រាកដថាបុគ្គលិកកន្លែងបោះតង់ និងគ្រួសារទាំងអស់ដឹងពីការអនុវត្តអនាម័យដែលបានធ្វើឲ្យប្រសើរឡើង គោលការណ៍ណែនាំអំពីការរក្សាគុណភាពអាកាស និងសារៈសំខាន់របស់វា ការប្រើប្រាស់សមស្រប ការដោះ និងការបោកកក់ក្រណាត់បាំងមុខ ការអនុវត្តត្រួតពិនិត្យ និងលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យមិនរាប់បញ្ចូលជាការសម្រាប់ជំងឺ COVID-19។
- ចាត់តាំងបុគ្គលិកម្នាក់ (ឧ. គិលានុបដ្ឋាយិកានៅកន្លែងបោះតង់ ឬអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព) ឲ្យទទួលខុសត្រូវលើការឆ្លើយតបនឹងការព្រួយបារម្ភអំពីជំងឺ COVID-19។ បុគ្គលិកកន្លែងបោះតង់ និងគ្រួសារទាំងអស់ គួរតែដឹងថាជននេះជានរណា និងធ្វើដូចម្តេចដើម្បីទាក់ទងពួកគេ។ បុគ្គលិកនេះគួរទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាល ដើម្បីសម្របសម្រួលដល់ការធ្វើឯកសារ និងការតាមដានការប៉ះពាល់ដែលអាចកើតឡើង ដើម្បីជូនដំណឹងដល់ មន្ត្រីសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋាន បុគ្គលិក និងគ្រួសារក្នុងបែបបទមួយដែលរហ័ស និងមានការទទួលខុសត្រូវ។
- សម្រាប់ទីកន្លែងដែលមានការបែងចែកភូមិសាស្ត្រច្រើន ចូរពិចារណាវិធានការចូលរួមសម្រាប់អ្នកបោះតង់ ដែលរស់នៅក្នុងតំបន់ភូមិសាស្ត្រក្នុងមូលដ្ឋាន និងស្នើឲ្យអ្នកបោះតង់ចៀសវាងការដើរហើររវាងកន្លែងបោះតង់។
- ធានាថាមានការផ្គត់ផ្គង់គ្រប់គ្រាន់ដើម្បីគាំទ្រដល់អាកប្បកិរិយាអនាម័យដែលមានសុខភាពល្អ ដែលមានដូចជាសាប៊ូ ក្រដាសជូតមាត់ ធុងសម្រាមមិនបាច់ប៉ះ និងទឹកអនាម័យលាងដៃដែលមានជាតិអាល់កុលអេទីលយ៉ាងតិច 60 ភាគរយសម្រាប់ឲ្យបុគ្គលិក និងអ្នកបោះតង់ទាំងនោះអាចប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។
- បង្រៀនអ្នកបោះតង់អំពីវិធានការណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួនដូចខាងក្រោម
 - o លាងដៃជាប្រចាំមុននិងក្រោយបរិភោគ បន្ទាប់ពីក្អកក្អាយ បន្ទាប់ពីទៅខាងក្រៅ និងបន្ទាប់ពីប្រើបន្ទប់ទឹក។
 - o ចៀសវាងការប៉ះភ្នែក ច្រមុះ និងមាត់របស់អ្នក
 - o គ្របមាត់ពេលក្អក និងកណ្តាស់
 - o ប្រើប្រាស់ក្រដាសជូតមាត់ដើម្បីជូតច្រមុះរបស់អ្នក និងក្អក/កណ្តាស់ដាក់ក្រដាសជូតមាត់ ឬកែងដែរបស់អ្នក។
- ពិចារណាពីទម្លាប់ដែលអាចឲ្យបុគ្គលិកកន្លែងបោះតង់ និងអ្នកបោះតង់លាងដៃរបស់ខ្លួនជាប្រចាំក្នុងចន្លោះពេលឆ្ងាស់គ្នា។
- អ្នកបោះតង់ និងបុគ្គលិកគួរតែលាងដៃរបស់ខ្លួនរយៈពេល 20 វិនាទីជាមួយសាប៊ូ ដោយដុសឲ្យបានសព្វល្អ និងប្រើក្រដាសជូតដៃ (ឬក្រណាត់កន្សែងដែលប្រើតែម្តង) ដើម្បីជូតដៃឲ្យស្អាតល្អ។
- បុគ្គលិកគួរតែធ្វើកុំរ និងអនុវត្តការលាងដៃ។ ឧទាហរណ៍ សម្រាប់អ្នកបោះតង់ក្មេងៗ ចូរប្រើប្រាស់ពេលវេលាបន្ទប់ទឹកជាឱកាសដើម្បីពង្រឹងទម្លាប់ដែលមានសុខភាពល្អ និងត្រួតពិនិត្យការលាងដៃដែលសមស្រប។
- អ្នកបោះតង់ និងបុគ្គលិកគួរតែប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃនៅពេលដែលមិនអាចលាងដៃបាន។ ត្រូវតែដុសទឹកអនាម័យលាងដៃទៅលើដៃរហូតដល់ស្ពាន់ទាំងស្រុង។ សម្គាល់៖ ការលាងដៃញឹកញាប់ មានប្រសិទ្ធភាពជាងការប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃ ជាពិសេសនៅពេលដែលដៃមើលទៅកខ្វក់។
- កុមារអាយុក្រោម 9 ឆ្នាំគួរប្រើប្រាស់ទឹកអនាម័យលាងដៃដោយមានការត្រួតពិនិត្យពីមនុស្សធំៗ។ ចូរទូរសព្ទទៅផ្នែកគ្រប់គ្រងការពុល (Poison Control) បើសិនជាលេចចូល៖ 1-800-222-1222។ ទឹកអនាម័យលាងដៃដែលមានជាតិអាល់កុលអេទីល ត្រូវបានជ្រើសរើស និងគួរត្រូវបានប្រើនៅពេលដែលអាចមានការប្រើប្រាស់របស់កុមារដែលមិនមានការត្រួតពិនិត្យ។ ទឹកអនាម័យលាងដៃអ៊ីសូប្រូពីល (Isopropyl) មានភាពពុលច្រើនជាង និងអាចស្រូបចូលតាមរយៈស្បែក។
- ពិចារណាពីស្ថានីយលាងដៃចល័តនៅទូទាំងទីកន្លែង ដើម្បីកាត់បន្ថយការផ្លាស់ទី និងការប្រមូលផ្តុំនៅក្នុងបន្ទប់ទឹកទៅតាមកម្រិតដែលអាចធ្វើបាន។
- អ្នកបោះតង់គួរតែត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឲ្យប្រើប្រាស់បាំងមុខ។ ព័ត៌មានគួរត្រូវបានផ្តល់ដល់បុគ្គលនៅកន្លែងបោះតង់ និងអ្នកបោះតង់ទាំងអស់អំពីការប្រើប្រាស់សមស្រប ការដោះនិងការបោកកក់ក្រណាត់បាំងមុខ។
- ពិចារណាពីការផ្អាកការប្រើប្រាស់ទឹកបាញ់សម្រាប់ជីក និងជំនួសមកវិញ លើកទឹកចិត្តឲ្យប្រើប្រាស់ប៊ែកដែលអាចប្រើប្រាស់ឡើងវិញ។
- ផ្ទៃដែលបានប៉ះពាល់ជាញឹកញាប់ដូចជាដៃទ្វារ កុងតាក់ភ្លើង ដៃកន្លែង ផ្ទៃក្នុងបន្ទប់ទឹក គុក់ដូចជាផ្ទៃនៅក្នុងយានយន្តដឹកជញ្ជូន គួរត្រូវបានសម្អាតយ៉ាងតិចជាងរៀងរាល់ថ្ងៃ និងឲ្យបានញឹកញាប់ជាងនេះពេញមួយថ្ងៃ បើអាចធ្វើបាន។

- ដាក់កម្រិតលើការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ស្តុកកម្មវិធីរួមគ្នាដោយដាក់កម្រិតសកម្មភាពរាងកាយ ដែលត្រូវការ ការប៉ះពាល់តិចជាមួយផ្ទៃទាំងនោះ។
- ដាក់កម្រិតលើការចែករំលែកក្តី និងឧបករណ៍ ដូចជា របស់ក្មេងលេង ហ្គេម និងគ្រឿងផ្គត់ផ្គង់សិល្បៈ ពុំនោះទេ ចូរសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគរាបន្ទាប់ពីប្រើម្តងៗ។
- នៅពេលជ្រើសរើសផលិតផលសម្អាត ចូរប្រើផលិតផលដែលបានអនុម័តឱ្យប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19 នៅលើបញ្ជី "N" ដែលបានរបស់ភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA) និងអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ផលិតផល។ ផលិតផលទាំងនេះមានផ្ទុកគ្រឿងផ្សំដែលមានសុវត្ថិភាពជាងសម្រាប់បុគ្គលដែលមានជំងឺរាគមន៍។
- ប្រើប្រាស់ផលិតផលសម្លាប់មេរោគដែលដាក់ស្លាកថាមានប្រសិទ្ធភាពប្រឆាំងភ្នាក់ងារមេរោគដែលកំពុងកើតឡើង អនុវត្តតាមការណែនាំលើស្លាកសម្រាប់អត្រាពង្រាវ និងពេលវេលាប៉ះពាល់សមស្រប។ ផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់បុគ្គលិកអំពីគ្រោះថ្នាក់នៃជាតិគីមី ការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត និងសេចក្តីតម្រូវ Cal/OSHA សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដែលមានសុវត្ថិភាព។
- បុគ្គលិកថែរក្សាដែលទទួលខុសត្រូវសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគទឹកនៃកន្លែង ត្រូវតែមានបំពាក់ជាមួយឧបករណ៍ការពារផ្ទាល់ខ្លួន ដែលមានដូចជាស្រោមដៃ ការការពារភ្នែក ការការពារផ្លូវដង្ហើម និងឧបករណ៍ការពារសមស្របផ្សេងទៀតតាមតម្រូវការណែនាំរបស់ផលិតផល។ ផលិតផលទាំងអស់ត្រូវតែដាក់ឱ្យផុតពីដៃក្មេង និងស្តុកនៅក្នុងកន្លែងដែលមិនសូវមានការប៉ះពាល់។
- នៅពេលសម្អាត បើកឱ្យខ្យល់ចេញមុនពេលអ្នកបោះកង់មកដល់។ ធ្វើផែនការសម្អាតល្អនៅពេលមិនមានវត្តមានអ្នកបោះកង់។ បើសិនជាប្រើម៉ាស៊ីនត្រជាក់ ចូរប្រើការកំណត់ដែលនាំយកខ្យល់ស្រស់ផ្លាចចូល។ ប្តូរនឹងពិនិត្យមើលតម្រងខ្យល់ និងប្រព័ន្ធប្រោះដើម្បីធានាបាននូវគុណភាពខ្យល់ល្អបំផុត។
- បើសិនជាការបើកបង្ហូរចេញបណ្តាលឱ្យប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព ឬសុខភាព ចូរពិចារណាពីយន្តសាស្ត្រផ្សេងដើម្បីកែលម្អខ្យល់ចេញចូល ដូចជាការប្រោះខ្យល់នៅកណ្តាលសម្រាប់ប្រព័ន្ធ HVAC (ការវាយតម្លៃតម្រងគោលដៅយ៉ាងតិច MERV 13)។
- ចាត់វិធានការណ៍ដើម្បីធានាថាប្រព័ន្ធទឹក និងលក្ខណៈពិសេសទាំងអស់ (ឧទាហរណ៍ទឹកបាញ់សម្រាប់ផឹក ទឹកបាញ់លម្អ) គឺមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ប្រើប្រាស់ បន្ទាប់ពីការបិទទឹកនៃកន្លែងក្នុងរយៈពេលយូរ ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យ (risk) នៃការឆ្លងជំងឺដូចជាជំងឺ Legionnaires ជាដើម។

ត្រួតពិនិត្យអ្នកបោះកង់

- បណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិក និងអប់រំអ្នកបោះកង់ និងគ្រួសាររបស់ពួកគេអំពីពេលវេលាដែលពួកគេគួរស្ថិតនៅផ្ទះ និងពេលវេលាដែលពួកគេអាចត្រឡប់មកកន្លែងបោះកង់បាន។ លើកទឹកចិត្តយ៉ាងសកម្មដល់បុគ្គលិក និងអ្នកបោះកង់ដែលឈឺ ឬដែលមានការប៉ះពាល់កាលពីពេលថ្មីជាមួយបុគ្គលដែលមានជំងឺ COVID-19 ឱ្យស្ថិតនៅផ្ទះ។
- បន្ថែមលើការត្រួតពិនិត្យបុគ្គលិកនៅពេលពួកគេមកដល់ អ្នកបោះកង់ទាំងអស់គួរត្រូវបានត្រួតពិនិត្យនៅពេលមកដល់ទឹកនៃកន្លែងផងដែរ។
 - ពិចារណាធ្វើការពិនិត្យសុខភាពខាងក្រៅរបស់អ្នកបោះកង់ទាំងអស់នៅពេលមកដល់។ វាមានដូចជាការវាស់សីតុណ្ហភាពអ្នកបោះកង់នៅពេលចាប់ផ្តើមថ្ងៃនីមួយៗដោយប្រើទ្រម៉ែត្រដែលមិនបាច់ប៉ះ។ បើសិនជាមិនមានទ្រម៉ែត្រដែលមិនបាច់ប៉ះ ការវាយតម្លៃសីតុណ្ហភាពដែលបានរាយការណ៍គឺអាចទទួលយកបាន។
 - សាកសួរបុគ្គលទាំងអស់អំពីរោគសញ្ញាជំងឺ COVID-19 ក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោងចុងក្រោយ និងថា តើមានរោគសញ្ញាណាមួយនៅក្នុងផ្ទះរបស់ពួកគេមានរោគសញ្ញាជំងឺ COVID-19 ឬមានតេស្តវិជ្ជមានឬក៏អត់។ **ការពិនិត្យរោគសញ្ញាត្រូវបានធ្វើឡើងមុនពេលភ្ញៀវអាចនឹងចូលក្នុងទឹកនៃកន្លែង។ ការត្រួតពិនិត្យ ត្រូវតែរាប់បញ្ចូលការពិនិត្យទាក់ទងនឹងការក្អក ការដកដង្ហើមខ្លី ការពិបាកដកដង្ហើម និងអាការ្យក្រុនក្តៅឬក្រុនរងា។ ការត្រួតពិនិត្យទាំងនេះអាចធ្វើបានដោយផ្ទាល់ ឬតាមរយៈវិធីផ្សេងដូចជាការចុះឈ្មោះចូលតាមអនឡាញ ឬតាមរយៈស្លាកសញ្ញាដែលបានបិទនៅច្រកចូលទឹកនៃកន្លែងដោយផ្ទៃថាភ្ញៀវដែលមានរោគសញ្ញាទាំងនេះមិនគួរចូលក្នុងទឹកនៃកន្លែងឡើយ។**
- មិនរាប់បញ្ចូលកុមារ ឪពុកម្តាយ អ្នកមើលថែ ឬបុគ្គលិកដែលបង្ហាញរោគសញ្ញាជំងឺ COVID-19។
- ត្រួតពិនិត្យបុគ្គលិក និងអ្នកបោះកង់ពេញមួយថ្ងៃរកមើលសញ្ញានៃជំងឺ បញ្ជូនអ្នកបោះកង់និងបុគ្គលិកដែលមានសីតុណ្ហភាព 100.4 អង្សាឬខ្ពស់ជាងនេះទៅផ្ទះ ការក្អក ឬរោគសញ្ញាជំងឺ COVID-19 ផ្សេងទៀត។ បញ្ជូនបុគ្គលទៅកាន់មន្ទីរវេជ្ជសាស្ត្រសមស្រប ជាជាងនៅផ្ទះរបស់ខ្លួន បើចាំបាច់។

បើសិនជាបុគ្គលិក ឬអ្នកបោះតង់ធ្លាក់ខ្លួនឈឺ

- កំណត់បន្ទប់ឬទីកន្លែងដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកដើម្បីបំបែកជនទាំងឡាយដែលចេញរោគសញ្ញាជំងឺ COVID-19។ (គ្រុនក្តៅ ក្អក ដកដង្ហើមខ្លី ឬពិបាកដកដង្ហើម គ្រុនរងា អស់កម្លាំង ឈឺសាច់ដុំឬឈឺខ្នងប្រាណ ឈឺក្បាល លែងដឹងរសជាតិឬក្លិន ឈឺពងក តឹងច្រមុះឬហៀរសំបោរ ចង្កោរឬក្អក រាករូស)
- ធ្វើឱ្យប្រាកដថាពួកគេកំពុងពាក់ក្រណាត់បាំងមុខ ឬម៉ាស់ពេទ្យ បើសិនជាពួកគេមានអាយុលើស 2 ឆ្នាំ និងមានបញ្ហាក្នុងការពាក់ ឬដោះម៉ាស់ ឬមានបញ្ហាក្នុងការដកដង្ហើមនៅពេលពាក់ម៉ាស់។
- អ្នកបោះតង់ ឬបុគ្គលិកដែលចេញរោគសញ្ញា គួរតែស្ថិតនៅក្នុងបន្ទប់ដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក រហូតដល់អាចបញ្ជូនទៅផ្ទះវិញ ឬទៅកាន់កន្លែងថែទាំសុខភាព ឱ្យបាននាបំបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន។
- បង្កើតដំណើរការដើម្បីដឹកជញ្ជូននរណាម្នាក់ដែលឈឺទៅផ្ទះរបស់ពួកគេ ឬកន្លែងថែទាំសុខភាពយ៉ាងមានសុវត្ថិភាពតាមការគួរ។ ទូរសព្ទទៅលេខ 9-1-1 ភ្លាមៗ បើសិនជាបុគ្គលចេញអាការៈចុះក្រហម ឬសម្ពាធក្នុងទ្រូង ភានិកាំង ឬបបូរមាត់ឬមុខឡើងពណ៌ខៀវ។
- ណែនាំកុំឱ្យបុគ្គលិក និងអ្នកបោះតង់ដែលឈឺត្រឡប់មកវិញ រហូតដល់ពួកគេបំពេញតាមលក្ខណៈវិជ្ជមាន CDC ដើម្បីបញ្ឈប់ការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះ រាប់បញ្ចូលទាំងរយៈពេល 24 ម៉ោងដែលមិនមានអាការៈគ្រុនក្តៅ រោគសញ្ញាបានចូរស្រាល និង 10 ថ្ងៃចាប់តាំងពីចេញរោគសញ្ញាដំបូង។
- ណែនាំឱ្យ អ្នកប៉ះពាល់ ជាមួយបុគ្គលឈឺ ស្ថិតនៅផ្ទះរយៈពេល 14 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីការប៉ះពាល់ចុងក្រោយ និងតាមដានរករោគសញ្ញានៃជំងឺ COVID-19 មើលការណែនាំសុខភាពសាធារណៈអំពីការនៅដាច់ពីគេសម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែម <http://ph.lacounty.gov/covidquarantine>
- នៅក្នុងករណីដែលរកឃើញមានករណីជំងឺ COVID-19 វិជ្ជមាន 3 ករណីឬច្រើនជាងនេះ ចូរជូនដំណឹងដល់មន្ត្រីសុខាភិបាលក្នុងមូលដ្ឋាន បុគ្គលិក និងគ្រួសារទាំងអស់ភ្លាមៗ ខណៈដែលរក្សាការសម្ងាត់ដូចបានតម្រូវដោយច្បាប់រដ្ឋ និងសហព័ន្ធ។
- បិទទីកន្លែងដែលបានប្រើដោយបុគ្គលដែលឈឺ និងកុំប្រើប្រាស់មុនពេលសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ។ បើអាចធ្វើបានរងចាំ 24 ម៉ោង ឬយូរបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបានមុនពេលសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគនៅទីកន្លែង។
- ធានាបាននូវការប្រើប្រាស់ផលិតផលសម្លាប់មេរោគប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងត្រឹមត្រូវ ដោយប្រើឧបករណ៍ការពារផ្លូវខ្លួន និងខ្យល់ចេញចូលដែលបានណែនាំសម្រាប់ការសម្អាត។ ទុកផលិតផលសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគឱ្យផុតពីដៃក្មេង។
- ក្នុងការប្រឹក្សាយោបល់ជាមួយនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈក្នុងមូលដ្ឋាន មន្ត្រីកន្លែងបោះតង់សមស្របអាចពិចារណាថា តើការបិទទ្វារត្រូវបានធានា ហើយរយៈពេលផ្អែកលើកម្រិតហានិភ័យ (risk) នៅក្នុងសហគមន៍ជាក់លាក់ ឬក៏អត់។

ដាក់កម្រិតលើការចែករំលែក

- រក្សាទ្រព្យសម្បត្តិរបស់អ្នកបោះតង់នីមួយៗដាច់ដោយឡែកពីគ្នា និងនៅក្នុងឧបករណ៍ផ្ទុក បន្ទប់ ឬទីកន្លែងដែលមានស្លាកផ្សេងៗពីគ្នា ។ ធ្វើឱ្យប្រាកដថាទ្រព្យសម្បត្តិត្រូវបានយកត្រឡប់ទៅផ្ទះវិញជារៀងរាល់ថ្ងៃ ដើម្បីសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ។
- ធានាបាននូវការផ្គត់ផ្គង់គ្រប់គ្រាន់ដើម្បីកាត់បន្ថយការចែករំលែកសម្ភារៈដែលមានការប៉ះពាល់ច្រើន (គ្រឿងផ្គត់ផ្គង់សិល្បៈ ឧបករណ៍ ។ល។) ទៅតាមកម្រិតដែលអាចធ្វើបាន ឬដាក់កម្រិតលើការប្រើប្រាស់គ្រឿងផ្គត់ផ្គង់ និងឧបករណ៍សម្រាប់កុមារមួយក្រុមក្នុងពេលតែមួយ ព្រមទាំងសម្អាត និងសម្លាប់មេរោគបន្ទាប់ពីប្រើម្តងៗ។
- ចៀសវាងការចែករំលែកឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិក សំលៀកបំពាក់ របស់ក្មេងលេង សៀវភៅ និងហ្គេមផ្សេងទៀត ឬគ្រឿងជំនួយការរៀនសូត្រឱ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអាចធ្វើបាន។

D. វិធានការណ៍ដែលទំនាក់ទំនងជាមួយសាធារណជន

- រក្សាប្រព័ន្ធទំនាក់ទំនងដែលអនុញ្ញាតឱ្យបុគ្គលិក និងគ្រួសាររាយការណ៍ពីរោគសញ្ញាដោយខ្លួនឯង និងទទួលបានការជូនដំណឹងភ្លាមៗអំពីការប៉ះពាល់ ការបិទ ខណៈដែលរក្សាការសម្ងាត់។
- ច្បាប់ចម្លងនៃពិធីការនេះត្រូវបានបិទផ្សាយនៅគ្រប់ច្រកចូលសាធារណៈទាំងអស់ក្នុងអគារ។
- ស្លាកសញ្ញាត្រូវបានបង្ហាញនៅគ្រប់ទីកន្លែង ដើម្បីរំលឹកដល់គ្រូបង្រៀន និងអ្នកបោះតង់អំពីភាពចាំបាច់នៃ ការរក្សាគុណភាពឆ្ងាយ និងការប្រើប្រាស់របាំងមុខ។
- ស្លាកសញ្ញាត្រូវបានបិទផ្សាយដែលណែនាំភ្ញៀវថាពួកគេគួរតែស្ថិតនៅផ្ទះ បើសិនជាឈឺដោយមានរោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើម។
- ច្រកអនុញ្ញាតរបស់អាជីវកម្ម (គេហទំព័រ បណ្តាញសង្គម ។ល។) ផ្តល់ព័ត៌មានច្បាស់លាស់អំពីការរក្សាគុណភាពឆ្ងាយ ការប្រើប្រាស់ក្រណាត់ជាងមុខ និងបញ្ហាផ្សេងៗទៀត។

E. វិធានការណ៍ដែលធានាបាននូវការប្រើប្រាស់សេវាកម្មសំខាន់ៗដោយស្មើភាព

- សេវាកម្មដែលចាំបាច់ខ្លាំងសម្រាប់អ្នកបោះតង់ត្រូវបានផ្តល់អាទិភាព។
- វិធានការណ៍ត្រូវបានអនុវត្តដើម្បីធានាបាននូវសេវាកម្មសម្រាប់អ្នកបោះតង់ដែលមានការលំបាកក្នុងការផ្លាស់ទី និង/ឬដែលមានហានិភ័យខ្ពស់នៅទីសាធារណៈ។

វិធានការណ៍បន្ថែមទាំងឡាយដែលខុសពីខាងលើ គួរត្រូវបានរាយនៅលើទំព័រដាច់ដោយឡែក ដែលអាជីវកម្មត្រូវភ្ជាប់ជាមួយឯកសារនេះ។

អ្នកអាចទាក់ទងបុគ្គលខាងក្រោមជាមួយសំណួរ ឬមតិអំពីពិធីការនេះ៖

ឈ្មោះទំនាក់ទំនងអាជីវកម្ម៖ _____

លេខទូរសព្ទ៖ _____

កាលបរិច្ឆេទតែសម្រួលចុងក្រោយ៖ _____