

# មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (COVID-19)

## នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles ការណែនាំសម្រាប់ការធ្វើយុទ្ធនាការនយោបាយ

ស្របពេលដែលការបោះឆ្នោតថ្នាក់ជាតិខិតជិតមកដល់ គណៈបក្សនយោបាយ និងយុទ្ធនាការរបស់ខ្លួននឹងធ្វើសកម្មភាពស្វែងរកការគាំទ្រសម្រាប់បេក្ខជនឈរឈ្មោះរបស់ខ្លួន ក៏ដូចជាវិធានការណ៍បោះឆ្នោតក្នុងមូលដ្ឋាន និងទូទាំងរដ្ឋ។ វានឹងជាការសំខាន់ក្នុងការពិចារណាពីវិធីទាក់ទងជាមួយអ្នកបោះឆ្នោតដែលរក្សាឱ្យសាធារណជន និងបុគ្គលិកយុទ្ធនាការមានសុខភាពល្អ និងកាត់បន្ថយឱកាសនៃការប៉ះពាល់ជាមួយជំងឺ COVID-19។ ទោះបីជាការធ្វើយុទ្ធនាការក្នុងអគារតាមធម្មតា និងការជួបជុំអង្គការសម្រាប់ ការចាប់ដៃ ឬការ "ជួប និងស្វាគមន៍" នៅតាមផ្ទះឯកជនមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតដោយក្តី គេមានវិធីជាច្រើនទៀតដើម្បីទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកបោះឆ្នោត។ ឯកសារណែនាំនេះ គូសបញ្ជាក់ពីវិធីជាច្រើនដែលយុទ្ធនាការអាចទាក់ទងជាមួយសាធារណជនម្ចាស់ឆ្នោតដោយសុវត្ថិភាព។

### ជម្រើសឌីជីថល

- សាលាក្រុងនិម្មិត ឬវីប៊ីណា (webinars) - វេទិកាឌីជីថលអាចអនុញ្ញាតឱ្យមានមនុស្សរាប់សិប រាប់រយ ឬរាប់ពាន់នាក់ចូលរួមក្នុងការហៅទូរសព្ទជាវីដេអូនៅលើទូរសព្ទ ថែប្លិត ឬកុំព្យូទ័ររបស់ខ្លួន។ យុទ្ធនាការអាចអញ្ជើញមនុស្សចូលរួមដោយផ្ញើអ៊ីមែល ឬផ្ញើសារជាអក្សរដែលមានផ្ទុកគណៈប្រលេខហៅចូលបាន។
- ការស្រ្តីមជ្ឈមណ្ឌល - គេអាចស្រ្តីមជ្ឈមណ្ឌលក្នុងពេលជាក់ស្តែងនៅលើវេទិកាប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសង្គម។
- អ៊ីមែល និងគេហទំព័រ - ការទំនាក់ទំនង និងការអង្កេតសម្រាប់ អាចធ្វើឡើងនៅលើគេហទំព័រ យុទ្ធនាការ និងតាមរយៈការទំនាក់ទំនងតាមអ៊ីមែល។
- ការផ្សាយពាណិជ្ជកម្មឌីជីថល

### ជម្រើសដែលមានហានិភ័យ (risk) ទាបបែបបុរាណ

- ការផ្សាយពាណិជ្ជកម្មតាមទូរទស្សន៍ និងវីទ្យូ
- ការតស៊ូមតិដោយគ្មានអ្នកទស្សនានៅខាងក្រៅអគាររវាងបេក្ខជនឈរឈ្មោះ ត្រូវបានអនុញ្ញាត បើសិនជាបុគ្គលស្ថិតនៅដោយឃ្លាតពីគ្នាយ៉ាងតិច 6 ហ្វីត។
- ការផ្តល់ព័ត៌មានសង្ខេបតាមទូរសព្ទ/សាលាក្រុងតាមទូរសព្ទ (TeleTownhalls) - ការទំនាក់ទំនង ជាមួយបុគ្គលច្រើនតាមរយៈការហៅទូរសព្ទជាសន្តិសីទខ្នាតធំ។
- ទូរសព្ទ និងការផ្ញើសារជាអក្សរ - ការទាក់ទងអ្នកបោះឆ្នោតមួយទល់មួយដើម្បីបញ្ជូនសារអំពីបញ្ហា និងទទួលបានមតិគ្រឿង។

### វិធីសាស្ត្រថ្មីៗដែលមានហានិភ័យ (risk) ទាប៖

ក្បួនដង្ហែររថយន្តដែលអនុលោមតាមការណែនាំសុខភាពសាធារណៈសម្រាប់ក្បួនដង្ហែរតាមយានយន្ត ត្រូវបានអនុញ្ញាតដោយរាប់បញ្ចូល ព្រឹត្តិការណ៍បើកចូលដែលបុគ្គលអាចទទួលបានសម្ភារៈយុទ្ធនាការ ឬថង់កាដូ (ត្រូវបានដាក់កម្រិតត្រឹមត្រូវដែលមិនខូចដែលបានរថខ្ពស់តាមបែបពាណិជ្ជកម្ម) ឬរត់ចែកពីអ្នករៀបចំខណៈដែលអ្នកចូលរួមស្ថិតនៅក្នុងយានយន្តរបស់ខ្លួន។

### សកម្មភាពដែលបានអនុញ្ញាតដោយមានហានិភ័យ (risk) កើនឡើង៖

ខណៈដែលព្រឹត្តិការណ៍បែបនិម្មិត ត្រូវបានណែនាំយ៉ាងមុតមាំដើម្បីដាក់កម្រិតលើឱកាសនៃការចម្លងជំងឺក្នុងសហគមន៍ ព្រឹត្តិការណ៍យុទ្ធនាការដោយផ្ទាល់ ត្រូវបានអនុញ្ញាតនៅក្នុងទីកន្លែងខាងក្រៅអគារតែប៉ុណ្ណោះ។ ម្ចាស់ឧបត្ថម្ភ និងអ្នកចូលរួមត្រូវតែអនុលោមតាមចំណុចដូចខាងក្រោម៖

- ការពិនិត្យរោគសញ្ញា ត្រូវបានធ្វើឡើងមុនពេលភ្ញៀវ ឬភ្នាក់ងារ អាចចូលទៅកាន់ទីកន្លែងខាងក្រៅអគារ។ ការពិនិត្យត្រូវតែរាប់បញ្ចូលការសាកសួរអំពីការក្អក ការដកដង្ហើមខ្លី ការពិបាកដកដង្ហើម គ្រុនក្តៅឬគ្រុនរងា និងថាតើបុគ្គលនោះកំពុងស្ថិតក្រោម



# មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (COVID-19)

## នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles ការណែនាំសម្រាប់ការធ្វើយុទ្ធនាការនយោបាយ

សេចក្តីបង្គាប់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក ឬឱ្យនៅដាច់ពីគេនាពេលបច្ចុប្បន្នឬក៏អត់។ ការត្រួតពិនិត្យទាំងនេះអាចធ្វើបានដោយផ្ទាល់ ឬតាមរយៈវិធីផ្សេងដូចជាប្រព័ន្ធចុះឈ្មោះតាមអនឡាញ កម្មវិធីទូរសព្ទ ឬតាមរយៈស្នាក់នៅដែលបានបិទនៅច្រកចូលទឹកកន្លែងដោយផ្អែមថាភ្លើងដែលមានរោគសញ្ញាទាំងនេះមិនគួរចូលក្នុងទឹកកន្លែងឡើយ។

- ភ្លើងដែលមកដល់ព្រឹត្តិការណ៍យុទ្ធនាការ ត្រូវបានរំលឹកឱ្យពាក់របាំងមុខនៅគ្រប់ពេលវេលា ខណៈពេលកំពុងនៅក្នុងព្រឹត្តិការណ៍ និងនៅទីកន្លែង។ នេះអនុវត្តទៅលើមនុស្សទាំងអស់ និងកុមារដែលមានអាយុចាប់ពី 2 ឆ្នាំឡើងទៅ។ មានតែបុគ្គលដែលត្រូវបានណែនាំមិនឱ្យពាក់របាំងមុខដោយអ្នកផ្តល់សេវាវេជ្ជសាស្ត្ររបស់ខ្លួនប៉ុណ្ណោះ ទើបត្រូវបានលើកលែងពីការពាក់នេះ។ ដើម្បីគាំទ្រសុវត្ថិភាពរបស់បុគ្គលិកអ្នក និងភ្លើងផ្សេងទៀត គេគួរផ្តល់របាំងមុខដល់ភ្លើងដែលមកដល់ដោយមិនមានវា។
- គេមិនត្រូវផ្តល់ម្ហូបអាហារ និងភេសជ្ជៈនៅក្នុងព្រឹត្តិការណ៍ទាំងនេះឡើយ
- វិធានការណ៍ត្រូវបានអនុវត្ត (ការចុះឈ្មោះជាមុន ការរាប់ចំនួនអ្នកចូលរួមនៅច្រកចូល) ដើម្បីធានាថាចំនួនអ្នកចូលរួមមិនលើសពីចំនួនមនុស្សដែលអាចសម្របសម្រួលនៅទីធ្លាខាងក្រៅអគារដោយមានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ (មនុស្សដែលមិនមែនជាសមាជិកគ្រួសារអង្គុយ ឬឈរដោយឃ្លាតពីគ្នា 6 ហ្វីត)។
- ចំណាយនយោបាយត្រូវបានរៀបចំឡើងវិញដើម្បីដាក់កម្រិតលើចំណុចប្រមូលផ្តុំ និងធានាបាននូវគំលាតសមស្រប (ឧទាហរណ៍ ដោយបិទកន្លែងចតចន្លោះៗនោះ)។
- ផ្លូវដើរច្បាស់លាស់ត្រូវបានកំណត់រាងកន្លែងចតយានយន្ត ក៏ដូចជាចំណុចទៅដល់ផ្សេងទៀត និងទីកន្លែងនៅលើទីធ្លាដែលការប្រមូលផ្តុំកំពុងប្រព្រឹត្តទៅដើម្បីកាត់បន្ថយហ្វូងមនុស្ស អនុញ្ញាតឱ្យមានការត្រួតពិនិត្យចំនួនមនុស្ស និងដើម្បីទុកពេលសម្រាប់ការត្រួតពិនិត្យរោគសញ្ញានៅពេលដែលបុគ្គលិក និងភ្លើងចូលមក។
- បុគ្គលិកម្នាក់ (ឬច្រើននាក់បើសិនជាមានផ្លូវដើរច្រើនជាងមួយ) ដែលពាក់ក្រណាត់របាំងមុខត្រូវបានដាក់ឱ្យប្រចាំការនៅចំណុចចាប់ផ្តើមនៃផ្លូវដើរ ប៉ុន្តែមានគំលាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតពីមនុស្សដែលមកដល់ឬចាកចេញ ដើម្បីត្រួតពិនិត្យការប្រើប្រាស់របាំងមុខ និងតាមដានចំនួនមនុស្ស។
- បើសិនជាអ្នកចូលរួមនៅព្រឹត្តិការណ៍ ចាំបាច់ត្រូវតែគម្រង់ជួររង់ចាំមុននឹងមានកន្លែងអង្គុយ ឬនៅចំណុចផ្សេងទៀតណាមួយក្នុងអំឡុងពេលដែលពួកគេមកដល់ទីកន្លែង ការសម្គាល់ផ្សេងៗត្រូវបានប្រើប្រាស់ដើម្បីបង្ហាញពីគំលាត 6 ហ្វីតដែលចាំបាច់រវាងបុគ្គលម្នាក់ៗ។
- ទីកន្លែងខាងក្រៅអគារត្រូវបានរៀបចំដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យមានការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។ បើសិនជាគោរមី បងអង្គុយ ឬទីធ្លាយត្រូវបានប្រើ ការរៀបចំនិងការគូសសម្គាល់ត្រូវបានប្រើដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យមានគំលាត 6 ហ្វីតរវាងបុគ្គលម្នាក់ៗ ឬក្រុមគ្រួសារនីមួយៗ ក៏ដូចជាក្រុមគ្រួសារឬបុគ្គលផ្សេងៗទៀត។
- បើអាចធ្វើបាន ផ្លូវរបៀងនៅក្នុងទីកន្លែងដែលប្រើសម្រាប់ព្រឹត្តិការណ៍ខាងក្រៅអគារ ត្រូវបានកំណត់ជាផ្លូវតែមួយទិសដើម្បីគាំទ្រការរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
- ជូនដំបូង (podium) វេទិកា និងទីកន្លែងវាគ្មិនផ្សេងទៀត ត្រូវបានរៀបចំឡើងវិញដើម្បីអនុញ្ញាតឱ្យមានគំលាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតរវាងវាគ្មិន។
- មីក្រូហ្វូន និងជូនដំបូង គួរត្រូវបានសម្អាតបន្ទាប់ពីវាគ្មិននីមួយៗ។
- បុគ្គលិកត្រូវបានណែនាំឱ្យរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតពីគ្នានៅគ្រប់កន្លែងទាំងអស់នៃទីកន្លែង។
- បើអាចធ្វើបាន ការចូលប្រើបែបនិម្មិត ត្រូវបានផ្តល់ជូនសម្រាប់ភ្លើងដែលចង់ចូលរួមប៉ុន្តែមានហានិភ័យ (risk) ខ្ពស់បើសិនជាប៉ះពាល់ជាមួយជំងឺ COVID-19។
- ការរៀបចំត្រូវបានធ្វើឡើងដើម្បីធ្វើឱ្យបន្ទប់ទឹកអាចប្រើប្រាស់បានប្រកបដោយសុវត្ថិភាពសម្រាប់អ្នកចូលរួមក្នុងព្រឹត្តិការណ៍យុទ្ធនាការនៅខាងក្រៅអគារ។



# មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (COVID-19)

## នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles ការណែនាំសម្រាប់ការធ្វើយុទ្ធនាការនយោបាយ

ទីកន្លែងអាចនឹងជ្រើសរើសផ្តល់បង្កន់ចល័តនៅខាងក្រៅ និងទីកន្លែងលាងដៃ និង/ឬបើកឲ្យប្រើបន្ទប់ទឹកក្នុងអគារ។ បើសិនជាទីកន្លែងក្នុងអគារត្រូវបានបើកឲ្យប្រើ គេត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់នូវការប្រុងប្រយ័ត្នដូចខាងក្រោម៖

- ផ្លូវដែលបានកំណត់ត្រូវបានសម្គាល់ពីទីកន្លែងខាងក្រៅអគារដែលបានប្រើសម្រាប់ព្រឹត្តិការណ៍ចូលទៅកាន់ទីតាំងបន្ទប់ទឹកនៅខាងក្នុងអគារ។
- បង់ស្តិត ឬការសម្គាល់ផ្សេងទៀតត្រូវបានប្រើដើម្បីធានាបាននូវការរក្សាគម្លាតរាងកាយ បើសិនជាអ្នកចូលរួមត្រូវតែគម្រងជួរដើម្បីប្រើបន្ទប់ទឹក។
- អ្នកចូលរួមត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឲ្យប្រើបន្ទប់ទឹកតាមការចាំបាច់ក្នុងអំឡុងព្រឹត្តិការណ៍ដើម្បីចៀសវាងការកកស្ទះនៅចុងបញ្ចប់។
- សម្ភារៈក្នុងបន្ទប់ទឹកគឺស្ថិតក្នុងសភាពដំណើរការល្អធម្មតា និងមានផ្ទុកទៅដោយសារប៊ូ និងកន្សែងសម្រាប់ប្រើមួយដងគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីអនុញ្ញាតឲ្យមានការលាងដៃដែលបានតម្រូវ។
- សម្ភារៈក្នុងបន្ទប់ទឹកត្រូវបានរៀបចំដើម្បីអនុញ្ញាតឲ្យមានការរក្សាគម្លាតរាងកាយនៅខាងក្រៅកូនបន្ទប់មានជញ្ជាំងបិទជិត។
- បុគ្គលិកម្នាក់ (ឬច្រើននាក់បើសិនជាមានបន្ទប់ទឹកក្នុងអគារច្រើនជាងមួយ) ដែលពាក់ក្រណាត់បាំងមុខ ត្រូវបានដាក់ឲ្យប្រចាំការនៅច្រកចូលបន្ទប់ទឹក ប៉ុន្តែមានគម្លាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតពីមនុស្សដែលមកដល់ចាក់ចេញ ដើម្បីត្រួតពិនិត្យការប្រើប្រាស់របាំងមុខ និងតាមដានចំនួនមនុស្ស។
- បុគ្គលិកត្រូវបានណែនាំឲ្យរក្សាគម្លាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតពីគ្នានៅគ្រប់កន្លែងទាំងអស់នៃទីកន្លែង ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងកន្លែងធ្វើការក្នុងអគារទាំងឡាយ។

### បានអនុញ្ញាត ប៉ុន្តែមិនត្រូវបានណែនាំ។

ការផ្សព្វផ្សាយពីផ្ទះមួយទៅផ្ទះមួយ ស្ថិតក្នុងប្រភេទនេះ។ វាជាការសំខាន់ដែលបុគ្គលិក ឬអ្នកស្ម័គ្រចិត្តទាំងឡាយដែលធ្វើសកម្មភាពផ្សព្វផ្សាយពីផ្ទះមួយទៅផ្ទះមួយ យល់ដឹងពីហានិភ័យ (risk) ពាក់ព័ន្ធនឹងការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយបុគ្គលក្រៅគ្រួសាររបស់ខ្លួន ដែលអាចនឹងមិនមានពាក់របាំងមុខ។ បុគ្គលិកដែលចូលរួមក្នុងសកម្មភាពទាំងនេះ គួរទទួលបានការបណ្តុះបណ្តាលសមស្របដើម្បីអនុវត្តតាមសកម្មភាពដូចខាងក្រោម៖

- ស្ថិតគម្លាតយ៉ាងតិច 6 ហ្វីតពីបុគ្គលដែលជាម្ចាស់ផ្ទះ និងអ្នកដទៃទៀតដែលអ្នកជួបប្រទះនៅពេលអ្នកដើរពីផ្ទះមួយទៅផ្ទះមួយ។
- ពាក់របាំងមុខចាប់ពីដើមរហូតដល់ចប់ការប្រាស្រ័យទាក់ទង។ (អ្នកដែលមិនអាចពាក់របាំងមុខដោយសារមូលហេតុវេជ្ជសាស្ត្រ គួរត្រូវបានលើកលែងពីការទៅជួបដល់ផ្ទះ)
- ស្ថិតនៅខាងក្រៅផ្ទះក្នុងអំឡុងការទៅជួបទាំងស្រុង។ ពន្យល់ដល់បុគ្គលនោះថា អ្នកមិនត្រូវបានអនុញ្ញាតឲ្យចូលក្នុងផ្ទះរបស់ពួកគេឡើយ ហើយកំពុងរក្សាគម្លាតដើម្បីរក្សាឲ្យពួកគេមានសុវត្ថិភាព។
- កុំចាប់ដៃ។ ដាក់កម្រិតលើការស្វាគមន៍របស់អ្នកត្រឹមការណែនាំផ្ទាល់មាត់។
- ចៀសវាងការចែកសម្ភារៈដូចជាខិតប័ណ្ណផ្សព្វផ្សាយ ឬកាដូផ្សេងៗ។ បើសិនជាអ្នកនឹងធ្វើការចែកសម្ភារៈ ចូរប្រាកដថាសាកសួរទៅបុគ្គលនោះថា តើគេចាប់អារម្មណ៍ចង់ទទួលយកសម្ភារៈនោះឬក៏អត់ជាមុនសិន។ បើសិនជាពួកគេសម្រេចចិត្តថាពួកគេមិនចង់បានសម្ភារៈបន្ទាប់ពីទទួលយកវាពីអ្នកចូរស្នើឲ្យពួកគេបោះវាចោល ចូរកុំយកវាមកវិញ។
- យកទឹកអនាម័យលាងដៃតាមខ្លួន និងចូរប្រាកដថាប្រើវា បន្ទាប់ពីប៉ះ ផ្ទៃដែលបានប៉ះពាល់ ញឹកញាប់ ដូចជាដៃទ្វារ ដៃកាន់ និងកណ្តឹងទ្វារ។



# មេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (COVID-19)

## នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles ការណែនាំសម្រាប់ការធ្វើយុទ្ធនាការនយោបាយ

- បើសិនជាបុគ្គលដែលបើកទ្វារ មិនមានពាក់ម៉ាស់ និង/ឬមើលទៅដូចជាមានរោគសញ្ញា ចូរច្របាច់ពួកគេថាអ្នកនឹងត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នទៅតាមច្បាប់ និងចូរផ្ញើព័ត៌មានទៅពួកគេ តាមប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក ឬតាមប្រអប់សំបុត្រ។

### ស្គាល់ពិភពលោកដែលដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបាន

ចូរប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះការបោកប្រាស់ ព័ត៌មានមិនពិត និងការបោកបញ្ឆោតផ្សេងៗជុំវិញមេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី។ ព័ត៌មានដែលត្រឹមត្រូវ ដូចជាសេចក្តីប្រកាសអំពីករណីថ្មីៗនៅក្នុង LA County នឹងត្រូវបានផ្សព្វផ្សាយដោយ Public Health តាមរយៈសេចក្តីប្រកាសព័ត៌មាន បណ្តាញសង្គម និងគេហទំព័ររបស់យើងជានិច្ច។ គេហទំព័រនេះមានព័ត៌មានជាច្រើនអំពីជំងឺ COVID-19 ដែលរួមមាន FAQs, ការបង្ហាញព័ត៌មានជាក្រាហ្វិក និងការណែនាំដើម្បីដោះស្រាយភាពភាន់ភ័យ ព្រមទាំងកន្លឹះអំពីការលាងសម្អាតដៃ

- នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរបស់ខោនធី Los Angeles (LACDPH, ខោនធី)
  - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
  - បណ្តាញសង្គម: @lapublichealth

ប្រភពព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបានផ្សេងទៀតអំពីមេរោគកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មីគឺ៖

- នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋ California (CDPH, ថ្នាក់រដ្ឋ)
  - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ថ្នាក់ជាតិ)
  - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

បើសិនជាអ្នកមានសំណួរ និងចង់ជជែកជាមួយនរណាម្នាក់ ចូរតេទៅខ្សែទូរសព្ទព័ត៌មានរបស់ Los Angeles County តាមរយៈលេខ 2-1-1 ដែលអាចទាក់ទងបាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ។

