ជំងឺអុតស្វា

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ហាងអាជីវកម្ម ហើយនិងម្ចាស់អាជីវកម្ម ឬកន្លែងការងារ

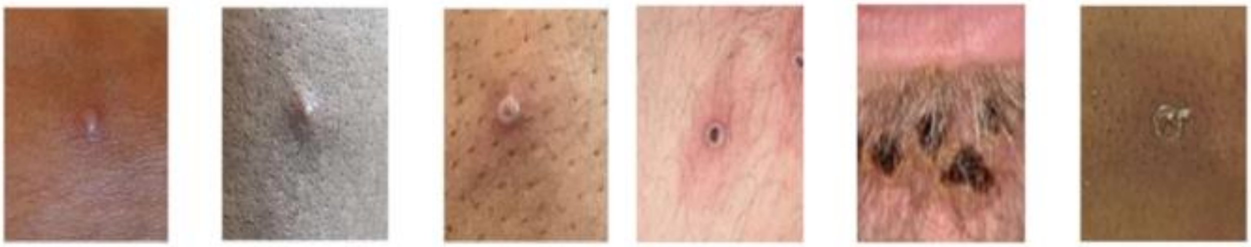
សេចក្តីផ្តើម

នាពេលឥឡូវនេះ មានការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺអុតស្វានៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិក និងទូទាំងសកលលោកផងដែរ។ ជំងឺអុតស្វាបង្កឡើងដោយមេរោគមួយប្រភេទ ដែលកម្ររកឃើញនៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកណាស់ រហូតមកដល់ខែឧសភា ឆ្នាំ 2022 នេះ។ ហានិភ័យនៃការចម្លងជំងឺអុតស្វាចំពោះពលរដ្ឋទូទៅ និងនៅក្នុងកន្លែងធ្វើការភាគច្រើន សម្រាប់ពេលបច្ចុប្បន្ននេះ នៅមានកម្រិតទាបនៅឡើយ។ សេចក្តីណែនាំនេះផ្តល់ជូននូវព័ត៌មានសម្រាប់ហាងអាជីវកម្ម ហើយនិងម្ចាស់អាជីវកម្ម ឬកន្លែងការងារទាំងឡាយ អំពីការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺអុតស្វានាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ និងបង្ហាញអំពីវិធានការណ៍នានា សម្រាប់ការកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគ និងការចម្លងមេរោគនៅក្នុងកន្លែងធ្វើការផងដែរ។

អំពីជំងឺអុតស្វា

ជំងឺអុតស្វាគឺជាជំងឺមួយដែលបង្កឱ្យឡើងកន្ទួលរមាស់ ហើយដែលអាចនឹងធ្វើឱ្យមានការឈឺចាប់យ៉ាងខ្លាំងទៀតផង។ កន្ទួលរមាស់នោះអាចនឹងមើលទៅដូចជាដុំពក ពងបែក ដំបៅបើកមុខ ឬឡើងក្រមរ។ ជំងឺនេះក៏អាចបណ្តាលឱ្យអ្នកជំងឺមានចេញរោគសញ្ញានានាដូចគ្រុនផ្តាសាយធំ (flu) ដែលរួមទាំងគ្រុនក្តៅផងដែរ។ ជំងឺអុតស្វា មិនងាយនឹង ឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀត ដូចជំងឺ COVID-19 ឡើយ។

ឧទាហរណ៍នៃកន្ទួលរមាស់ជំងឺអុតស្វា



របៀបដែលជំងឺអុតស្វារីករាលដាល

ជំងឺអុតស្វាត្រូវបានដឹងថាអាចរីករាលដាលបានតាមរយៈទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ និង/ឬ ទំនាក់ទំនងរយៈពេលយូរជាមួយនឹងនរណាម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា រួមទាំងតាមរយៈ៖

- ការប៉ះពាល់ស្បែកនិងស្បែកដោយផ្ទាល់ ជាមួយនឹងកន្ទួលរមាស់ ឬក្រមរ ឬក៏ដំបៅអុតស្វា។
- ការប៉ះពាល់ជាមួយនឹងសារធាតុរាវតាមផ្លូវដង្ហើម។ កត្តានេះអាចកើតឡើងក្នុងអំឡុងពេលមានទំនាក់ទំនងទល់មុខគ្នារយៈពេលយូរ ឬការប៉ះពាល់ខ្លួនប្រាណដោយជិតស្និទ្ធជាដើម។
- ការប៉ះពាល់ជាមួយនឹងរបស់របរ និងសាច់ក្រណាត់នានា (ដូចជាសម្លៀកបំពាក់ និងកម្រាលពូក ឬស្រោមខ្នើយដែលមិនទាន់បានបោកគក់សម្អាត និងការប្រើប្រាស់កន្សែងជូតខ្លួនរួមគ្នា) ដែលបានប្រើប្រាស់រួចដោយបុគ្គលណាម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វា និងមិនទាន់បានបោកគក់សម្អាត ឬលាងសម្អាត។

បុគ្គលម្នាក់ដែលមានជំងឺអុតស្វាអាចចម្លងមេរោគនោះទៅកាន់អ្នកដទៃបាន គិតចាប់តាំងពីពេលដែលរោគសញ្ញានានា ចាប់ផ្តើមលេចឡើង រហូតដល់ពេលដែលកន្ទួលរមាស់បានជាសះស្បើយ ហើយមានស្រទាប់ស្បែកថ្មីដុះឡើងវិញ។ ជាធម្មតា មានរយៈពេលចន្លោះពី 2 ទៅ 4 សប្តាហ៍។

អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រនៅតែកំពុងស្រាវជ្រាវបន្ថែមទៀតអំពីរបៀបដែលជំងឺអុតស្វារីករាលដាល រួមទាំងថាតើមេរោគនោះអាចចម្លងបាននៅពេលដែលអ្នកជំងឺមិនមានចេញ រោគសញ្ញា ផងដែរ ឬយ៉ាងណា និងថាតើមេរោគនោះអាចចម្លងតាមរយៈសារធាតុរាវតាមផ្លូវដង្ហើមញឹកញាប់កម្រិតណា និងប្រភេទនៃការទំនាក់ទំនង ឬសកម្មភាពណាខ្លះដែលអាចនឹងបណ្តាលឱ្យមនុស្សប្រឈមនឹងហានិភ័យខ្ពស់ជាងមុន។ សុខភាពសាធារណៈ (Public Health) នឹងបន្តធ្វើការចែករំលែកព័ត៌មាន នៅពេលដែលយើងខ្ញុំបានស្វែងយល់បន្ថែមអំពីជំងឺនោះ។

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ph.lacounty.gov/monkeypox សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិត និងព័ត៌មានថ្មីៗបំផុត។

ការអនុវត្តន៍ទូទៅចំពោះការទប់ស្កាត់ការឆ្លងមេរោគ សម្រាប់កន្លែងធ្វើការទាំងអស់

- ជំរុញ និងគាំទ្រដល់បុគ្គលិកទាំងអស់ ឱ្យនៅតែផ្ទះនៅពេលពួកគេឈឺ។
- ប្រើប្រាស់វិធីសាស្ត្រនិងសម្ភារសម្រាប់ការលាងសម្អាត និងការសម្លាប់មេរោគ ដែលមានតាមគំរូត្រឹមត្រូវ។ អនុវត្តតាមគោលការណ៍លាងសម្អាតនៅតាមទីតាំងរបស់អ្នក រួមទាំងការបោកគក់សម្អាតនៃកម្រាលពូក ឬស្រោមខ្នើយ កន្សែងជូតខ្លួន និងឯកសណ្ឋានផ្សេងៗ ការលាងសម្អាតឧបករណ៍រវាងការប្រើប្រាស់ម្តងៗ ហើយនិងការជូតសម្អាតផ្ទៃនានាដែលបានប៉ះពាល់រួច ។ល។ មានការណែនាំជាទូទៅឱ្យពាក់ស្រោមដៃដែលប្រើប្រាស់រួចអាចបោះចោលបាន ក្នុងអំឡុងពេលធ្វើការលាងសម្អាត ឬការសម្លាប់មេរោគ។
- គាំទ្រលើការធ្វើអនាម័យដៃ។ ប្រាកដថាមានផ្តល់ជូនទីតាំងសម្រាប់លាងសម្អាតដៃ និង/ឬ ទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ សម្រាប់អ្នកធ្វើការ និងអតិថិជនទាំងអស់ ដោយឥតគិតថ្លៃ។ ត្រូវប្រាកដថាបុគ្គលិកទាំងអស់មានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ សម្រាប់លាងសម្អាតដៃរបស់ពួកគេក្នុងអំឡុងម៉ោងធ្វើការ។
    - ជំរុញឱ្យបុគ្គលិកទាំងអស់លាងសម្អាត ឬធ្វើការសម្លាប់មេរោគនៅលើដៃរបស់ពួកគេភ្លាមៗ មុនពេល និងក្រោយពេលផ្តល់ជូនសេវាកម្មនានា។ នរណាម្នាក់ដែលប៉ះពាល់នឹងដំបៅ ឬកំសម្លៀកបំពាក់ កម្រាលក្រណាត់ ឬផ្ទៃនានាដែលមិនទាន់បានលាងសម្អាត ហើយដែលអាចនឹងបានប្រឡាក់ទៅនឹងដំបៅ គួរតែពាក់ស្រោមដៃដែលប្រើប្រាស់រួចអាចបោះចោលបាន នៅមុនពេល និងក្រោយ ពេលផ្តល់ជូនសេវាកម្មនានា ហើយគួរតែ លាងសម្អាតដៃរបស់ពួកគេ ភ្លាមៗបន្ទាប់ពីនោះ។
    - លាងសម្អាតដៃជាមួយនឹងសាប៊ូនិងទឹកក្តៅឧណ្ហៗឱ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ 20 វិនាទី។
    - ចំពោះទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃ គួរតែមានផ្ទុកជាតិអាល់កុលយ៉ាងហោចណាស់ 60%។
    - ផ្ទាំងរូបភាពផ្សព្វផ្សាយជាច្រើនភាសាដែល រំឭកដល់មនុស្សរាល់គ្នាឱ្យលាងសម្អាត ឬសម្លាប់មេរោគនៅលើដៃរបស់ពួកគេ ហើយនិងបង្ហាញពី វិធីលាងសម្អាតដៃរបស់ពួកគេ ផងដែរនោះ អាចរកបាន នៅទីនេះ។
- ជំរុញ និងធ្វើឱ្យមានភាពងាយស្រួលសម្រាប់បុគ្គលិកទាំងអស់ក្នុងការធ្វើឱ្យថ្នាំបង្ការនានាដែលពួកគេមានសិទ្ធិទទួលចាក់នោះ នៅតែគ្រប់លក្ខណៈនិងទាន់ពេលវេលា។
- ប្រើប្រាស់ស្លាកសញ្ញាផ្តល់ព័ត៌មានដែលអាចមើលឃើញច្បាស់ល្អ នៅតាមច្រកចូលហាងអាជីវកម្មរបស់អ្នក និងនៅក្នុងការទំនាក់ទំនងតាមប្រព័ន្ធអេឡិចត្រូនិក (ដូចជា គេហទំព័រ បណ្តាញសង្គម និងការបញ្ជាក់តាមអ៊ីម៉ែលជាដើម) ដើម្បីរំឭកដល់ភ្ញៀវទាំងអស់ថា កុំចូលទៅកាន់ទីតាំងណាមួយ ប្រសិនបើពួកគេឈឺ ឬមានចេញរោគសញ្ញា។

សុខភាពសាធារណៈ (Public Health) បន្តណែនាំយ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់ ឱ្យធ្វើការពាក់ម៉ាស់នៅខាងក្នុងអគារ ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការឆ្លងមេរោគ COVID-19។

ប្រសិនបើមានករណីឆ្លងនៃជំងឺអុតស្វាច្បាស់លាស់មួយ កើតឡើងនៅក្នុងទីតាំងរបស់អ្នក សូម៖

- យោងទៅលើ សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ការសម្លាប់មេរោគនៅផ្ទះនិងទីតាំងដែលមិនមែនជាកន្លែងថែទាំសុខភាព របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC)។
- ប្រសិនបើមានបុគ្គលិកណាម្នាក់មានជំងឺអុតស្វា សូមមើល សេចក្តីណែនាំស្តីអំពីការដាក់ខ្លួនឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកសម្រាប់បុគ្គលដែលមានជំងឺអុតស្វា ដែលមានជាច្រើនភាសានៅលើគេហទំព័រ៖ ph.lacounty.gov/monkeypox។
- ប្រសិនបើមានបុគ្គលិកណាម្នាក់បានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគអុតស្វា សូមមើល សេចក្តីណែនាំសម្រាប់បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលបានប៉ះពាល់ទៅនឹងមេរោគអុតស្វា ដែលមានជាច្រើនភាសានៅលើគេហទំព័រ៖ ph.lacounty.gov/monkeypox។

កាត់បន្ថយហានិភ័យ ដោយការលាងសម្អាត (នៅតាម កន្លែងថែរក្សាសម្ផស្សនិងសុខភាព [spa] សណ្ឋាគារ ក្លឹបហាត់ប្រាណ និងកន្លែងផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំផ្ទាល់ខ្លួនដទៃទៀត)

ផ្ទៃ និងឧបករណ៍នានា ដែលបានប្រើប្រាស់រួចដោយភ្ញៀវ ឬបុគ្គលិក៖
ផ្ទៃ និងឧបករណ៍នានាដែលបានប៉ះពាល់ញឹកញាប់ (ដូចជានៅក្នុងក្លឹបហាត់ប្រាណ ហើយនិងកន្លែងថែរក្សាសម្ផស្សនិងសុខភាព) គួរតែត្រូវបានលាងសម្អាត និងធ្វើការសម្លាប់មេរោគ ដោយអនុវត្តតាមគោលការណ៍លាងសម្អាតដែលមានគំរូត្រឹមត្រូវ និងប្រើប្រាស់ផលិតផលដែលបានចុះនៅក្នុងបញ្ជីរបស់ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA) ដែលសមស្របសម្រាប់ការប្រឆាំងនឹងមេរោគអុតស្វាបាន (សូមមើលផ្នែកខាងក្រោម)។ បុគ្គលិកគួរតែពាក់ស្រោមដៃដែលប្រើប្រាស់រួចអាចបោះចោលបាន នៅពេលលាងសម្អាត ឬធ្វើការសម្លាប់មេរោគ។ ស្រោមដៃគួរតែដោះបោះចោលបន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់រួច បន្ទាប់មកត្រូវលាងសម្អាតដៃ។

ចាន និងឧបករណ៍បរិភោគអាហារ៖
ចាន និងឧបករណ៍បរិភោគអាហារដែលប្រឡាក់ អាចដាក់លាងនៅក្នុងម៉ាស៊ីនលាងចាន ជាមួយនឹងសាប៊ូលាងចាននិងទឹកក្តៅបាន ឬដោយដៃជាមួយនឹងទឹកក្តៅ និងសាប៊ូលាងចានផងដែរ។

កម្រាលក្រណាត់ កន្សែងជូតខ្លួន និងសម្លៀកបំពាក់៖
អាចមានការបោកគក់សម្អាតកម្រាលក្រណាត់ កន្សែងជូតខ្លួន និងសម្លៀកបំពាក់ (ឧទាហរណ៍ ដូចជានៅក្នុងក្លឹបហាត់ប្រាណ សណ្ឋាគារ និង កន្លែងអាជីវកម្មផ្សេងៗ ដែលផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន) ជាមួយនឹងសាប៊ូបោកគក់សម្លៀកបំពាក់ធម្មតា។ ចំពោះរបស់របរដែលបានប្រឡាក់ គួរតែដាក់នៅក្នុងថង់សម្រាប់ដាក់របស់របរដែលត្រូវបោកគក់មួយ ដោយថ្នមៗ និងត្រឹមត្រូវ ហើយនិងមិនត្រូវរលាស់ ឬចាប់កាន់ក្នុងរបៀបដែលអាចនឹងសាយភាយភាគល្អិតតូចៗដែលអាចនឹងចម្លងមេរោគនោះឡើយ។ មានការណែនាំឱ្យអ្នកធ្វើការផ្នែកចាត់ចែងកម្រាលក្រណាត់ កន្សែងជូតខ្លួន និងសម្លៀកបំពាក់ ដែលមិនទាន់បានបោកគក់សម្អាត និងដែលបានប្រើប្រាស់រួចដោយអ្នកដទៃនោះ ធ្វើការពាក់ស្រោមដៃដែលប្រើប្រាស់រួចអាចបោះចោលបាន និងស្លៀកពាក់សម្លៀកបំពាក់ ឬពាក់អាវវែងដែលគ្របជិតទៅលើស្បែកទាំងអស់។

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [សេចក្តីណែនាំសម្រាប់ការសម្លាប់មេរោគនៅផ្ទះ និងនៅទីតាំងដែលមិនមែនជាកន្លែងថែទាំសុខភាព] របស់មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC) សម្រាប់សេចក្តីណែនាំអំពីការលាងសម្អាត និងការសម្លាប់មេរោគនៅតាមកន្លែងផ្សេងៗ ក្នុងអំឡុងពេល និងក្រោយពេលមានការឆ្លងជំងឺអុតស្វា។

ផលិតផលលាងសម្អាត៖
ទីភ្នាក់ងារការពារបរិស្ថាន (EPA) នៃសហរដ្ឋអាមេរិក មានតារាងនៃផលិតផលសម្លាប់មេរោគដែលបានចុះបញ្ជីសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ប្រឆាំងនិងមេរោគអុតស្វា។ តារាងនោះរួមមានទាំងផលិតផលពេញនិយមផ្សេងៗ ដែលហាងអាជីវកម្ម និងបុគ្គលផ្ទាល់ខ្លួនជាច្រើន ធ្លាប់បានប្រើប្រាស់ផងដែរ។ តារាងនោះអាចរកបាននៅលើ [គេហទំព័ររបស់ EPA] ដែលមានផ្នែកស្វែងរកមួយ សម្រាប់រកមើលផលិតផលសម្លាប់មេរោគតាមចំណុចផ្សេងៗ ដូចជាឈ្មោះផលិតផល រយៈពេលនៃការប៉ះពាល់ និងប្រភេទផ្ទៃជាដើម។

ពិនិត្យថាផលិតផលរបស់អ្នកមានចុះនៅក្នុងបញ្ជីរបស់ EPA៖ ស្វែងរកលេខបញ្ជីរបស់ EPA នៅលើផលិតផលនោះ។
- អានការណែនាំ៖ ពិនិត្យមើលលើ “ទីតាំងប្រើប្រាស់ (use sites)” និង “ប្រភេទផ្ទៃ (surface types)” ដើម្បីប្រាកដថានោះជាផលិតផលដែលត្រឹមត្រូវសម្រាប់ការប្រើប្រាស់លើផ្ទៃរបស់អ្នក។ បន្ទាប់មក អាន “សេចក្តីថ្លែងការណ៍អំពីការប្រុងប្រយ័ត្ននានា (precautionary statements)”។
- លាងសម្អាតផ្ទៃជាមុន៖ ប្រាកដថាបានលាងសម្អាតផ្ទៃជាមួយនឹងសាប៊ូនិងទឹក ប្រសិនបើការណែនាំនៅលើផលិតផលនោះមានបញ្ជាក់ថាឱ្យធ្វើការលាងសម្អាតជាមុន ឬប្រសិនបើផ្ទៃនោះអាចមើលឃើញច្បាស់ថាកខ្វក់។ ធូលីដីអាចរារាំងផលិតផលសម្លាប់មេរោគពីការដំណើរការបានត្រឹមត្រូវ។
- អនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំនៃរយៈពេលនៃការប៉ះពាល់៖ ផ្ទៃនោះគួរតែទុកឱ្យសើមទៅតាមរយៈពេលដែលបានប្រាប់នៅលើផលិតផលនោះ ដើម្បីធានាថាផលិតផលមានប្រសិទ្ធិភាព។ បាញ់ ឬលាបម្តងទៀត ប្រសិនបើចាំបាច់។

កាត់បន្ថយហានិភ័យពីការផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន

សេវាកម្មផ្នែកថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន ដូចជាការម៉ាស្សា និងការថែទាំស្បែក គួរតែមានហានិភ័យនៃការចម្លងមេរោគអុតស្វាក្នុងកម្រិតទាប ដរាបណាមានការអនុវត្តន៍ទៅតាមបទដ្ឋាននៃគោលការណ៍គ្រប់គ្រងការឆ្លង និងការទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង ដែលបានបង្កើតរួចស្រាប់នោះ។
- ធ្វើការសម្លាប់មេរោគលើឧបករណ៍ដែលបានប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ទៅនឹងស្បែករបស់ភ្ញៀវ ដែលរួមមានដូចជា តុ កៅអី និងទម្រមុខ (face cradle) ជាដើម។
- បោកគក់សម្អាតកន្សែងជូតខ្លួន និងកម្រាលក្រណាត់បន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់រួច។ មិនត្រូវប្រើប្រាស់កន្សែងជូតខ្លួន និងកម្រាលក្រណាត់នោះម្តងទៀតទេ ប្រសិនបើមិនទាន់បានបោកគក់សម្អាត។
- លាងសម្អាតដៃរបស់អ្នកភ្លាមៗ មុនពេល និងក្រោយពេលផ្តល់សេវាកម្មដែលមានការប៉ះពាល់ទៅនឹងស្បែករបស់ភ្ញៀវរួច។

ជាទូទៅ ដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ទៅនឹងមេរោគដែលអាចនឹងកើតឡើងនោះ ត្រូវពាក់ស្រោមដៃដែលប្រើប្រាស់រួចអាចបោះចោលបាន និងប្រាកដថាស្បែករបស់អ្នកត្រូវបានគ្របជិតល្អក្នុងអំឡុងពេលផ្តល់សេវាកម្ម ដែលមានការប៉ះពាល់ទៅនឹងស្បែករបស់ភ្ញៀវ និងពេលចាប់កាន់ អាវវែង កន្សែងជូតខ្លួន និងកម្រាលពូក ក៏ដូចជារបស់របរដទៃទៀតនោះ។ ដើម្បីកាត់បន្ថយការប៉ះពាល់ទៅនឹងសារធាតុរាវតាមផ្លូវដង្ហើម សូមពាក់ម៉ាស់ក្នុង

អំឡុងពេលផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន ជាពិសេសចំពោះសេវាកម្មដែលមានការទំនាក់ទំនងទល់មុខរយៈពេលយូរ។ ការពាក់ម៉ាស់សម្រាប់ទាំងអ្នកធ្វើការ និងភ្ញៀវ គឺជាវិធីល្អបំផុតក្នុងការកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺ COVID-19 ហើយថែមទាំងអាចនឹងជួយកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការឆ្លងជំងឺអុតស្វាផងដែរ។

បន្ថែមពីនេះ មានការណែនាំឱ្យ៖

- បិតស្លាកសញ្ញាផ្តល់ព័ត៌មានណែនាំដល់ភ្ញៀវទាំងឡាយឱ្យពន្យារការទទួលសេវាកម្ម ប្រសិនបើពួកគេមានគ្រុនក្តៅ ឬចេញកន្ទួលរមាស់ថ្មីខុសប្រក្រតី។
- សាកសួរអតិថិជន ឬភ្ញៀវ មុនពេលផ្តល់សេវាកម្មជូនពួកគេ ថាតើពួកគេមានចេញរោគសញ្ញាណាមួយដែលស្រដៀងគ្នាទៅនឹងគ្រុនផ្តាសាយធំ (flu) ឬទេ (ដូចជាគ្រុនក្តៅជាដើម) ឬមានចេញកន្ទួលរមាស់ដែលថ្មី ឬខុសប្រក្រតីដែរ ឬទេ។ ស្នើសុំឱ្យពួកគេធ្វើការណាត់ជួបជាថ្មីម្តងទៀត សម្រាប់ការទទួលសេវាកម្ម ប្រសិនបើពួកគេមានចេញរោគសញ្ញាដូចដែលបានលើកឡើងនៅខាងលើនេះ។
- ពិនិត្យមើលឱ្យបានច្បាស់លាស់នៅតំបន់ស្បែកដែលនឹងត្រូវប៉ះពាល់។
- មិនត្រូវប៉ះពាល់នឹងកន្ទួលរមាស់ឡើយ (រួមទាំងដុំពក ពងបែក ពងបែកមានខ្ទុះ ដំបៅ ឬក៏ក្រមរដំបៅ) ដែលអាចនឹងចម្លងមេរោគបន្តបាននោះ (សូមមើលរូបភាពនៅផ្នែកខាងលើ)។

អនុវត្តតាមតម្រូវការចាំបាច់ដែលសមស្របទៅនឹងប្រភេទអាជីវកម្ម ឬកន្លែងការងាររបស់អ្នក ដូចជា៖

- ក្រុមទីប្រឹក្សានៃអាជីវកម្មដែលផ្តល់សេវាកម្មទាក់ទងនឹងសក់និងសម្រស់ក្នុងរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា (California Board of Barbering and Cosmetology)
- ផ្នែកសុខភាពបរិស្ថាននៃនាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈខោនធី LA (LAC DPH Environmental Health)-អាជីវកម្មដែលផ្តល់សេវាកម្មម៉ាស្សា (Massage establishments)

ព័ត៌មានបន្ថែម

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈ ខោនធី Los Angeles
ph.lacounty.gov/monkeypox

មជ្ឈមណ្ឌលគ្រប់គ្រងនិងទប់ស្កាត់ជំងឺឆ្លង (CDC)
cdc.gov/poxvirus/monkeypox/index.html

នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈនៃរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា
cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Monkeypox.aspx