

Նոր Կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն
Ուղղեցույց Բարեգործական սննդի գործակալությունների համար

Վերջին փոփոխություններ:

10/31/20: Սերտ շփումների սահմանումը փոխվել է, որպեսզի ներառի 6 ոտնաչափ հեռավորության սահմաններում 24 ժամվա ընթացքում ընդհանուր առմամբ 15 րոպե և ավել վարակված անձի հետ գտնվելը: Ախտանիշներ ունեցող անձանց խորհուրդ է տրվում դիմել բժշկի՝ քննարկելու թեստ հանձնելու և մեկուսանալու հարցը:

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչությունը (Հանրային Առողջապահության) հայցում է ձեր աջակցությունը Լոս Անջելես շրջանում նոր կորոնավիրուսի տարածումը կանխելու գործում: Մտորև ներկայացված խորհուրդները կօգնեն պահպանել ձեր աշխատակիցների և հաճախորդների առողջությունը:

Երբ կամավորները և աշխատակիցները հիվանդ են

- Վարակված աշխատակիցներին և կամավորներին խորհուրդ է տրվում մնալ տանը և աշխատանքի չվերադառնալ ախտանիշներն ի հայտ գալուց հետո առնվազն 10 օր և առանց ջերմիջեցնող դեղորայքի օգտագործման ջերմության բացակայության, ինչպես նաև ախտանիշների բարելավումից հետո (օրինակ՝ հազ, շնչարգելություն) առնվազն 24 ժամ: Եթե աշխատակիցը աշխատանքի է եկել հիվանդության նախանշաններով կամ նշանները հայտնվել են աշխատանքի ընթացքում, ապա անմիջապես նրան տուն ուղարկեք: Աշխատակիցները, ովքեր COVID-19 դրական են թեստավորվել, բայց ախտանշաններ չեն դրսևորում, պետք է տանը մնան թեստ հանձնելուց հետո 10 օր: COVID-19-ի թեստի դրական արդյունք ունեցող աշխատակիցները, որոնք ախտանիշներ չունեն, պետք է թեստից հանձնելուց հետո 10 օր մնան տանը: Հավելյալ տեղեկությունների համար՝ այցելեք ph.lacounty.gov/covidisolation:
- Յուրաքանչյուր անձ, ով սերտ շփում է ունեցել վարակված աշխատակցի հետ, պետք է վերջին շփման օրվանից սկսված 14 օր տևային կարանտինի մեջ լինի: Սերտ շփումը ներառում է բոլոր այն անձանց, որոնք 24 ժամվա ընթացքում վարակված անձի հետ գտնվել են 6 ոտնաչափ հեռավորության սահմաններում ընդհանուր առմամբ 15 րոպե կամ ավել: Բացի այդ, սերտ շփումը ներառում է ցանկացած անձի, ով չպաշտպանված շփում է ունեցել վարակված մարդու մարմնի հեղուկների և/կամ արտադրությունների հետ, օրինակ՝ վարակված մարդը հագացել կամ փռտացել է նրա վրա, համատեղ օգտագործել են սպասք, դիպչել է հիվանդի թքին կամ խնամել է հիվանդին առանց պաշտպանիչ հանդերձանք կրելու: COVID-19-ով վարակված անձը վարակակիր է համարվում ախտանիշների ի հայտ գալուց 2 օր առաջվանից մինչև այն պահը, երբ այլևս մեկուսացման անհրաժեշտություն չկա: COVID-19-ի թեստի դրական արդյունք ունեցող, բայց առանց ախտանիշների անձը վարակակիր է համարվում թեստ հանձնելուց 2 օր առաջվանից մինչև թեստ հանձնելուց 10 օր հետո: Հավելյալ տեղեկությունների համար՝ այցելեք ph.lacounty.gov/covidquarantine:

Նոր Կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն
Ուղղեցույց Բարեգործական սննդի գործակալությունների համար

Հաճախորդներ, որոնք հիվանդության նշաններ ունեն

- Հիվանդ հաճախորդներին խորհուրդ տվեք մնալ տանը և դիմել բժշկի թեստ հանձնելու և մեկուսանալու համար: Լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք՝ ph.lacounty.gov/covidcare: Խորհուրդ տվեք նրանց խնդրել իրենց ընկերոջը կամ հարևանին բերել իրենց սնունդը: Նրանք կարող են նաև այնպիսի ռեսուրսներ ձեռք բերել, ինչպիսիք են՝ սնունդը, դեղորայքը և այլ կարևոր պարագաները, զանգահարելով՝ 2-1-1, կամ այցելելով [211LA վեբ կայք](#), կամ [Հանրային Առողջապահության ռեսուրսների էջ](#) (տես՝ “օգնողներ” բաժնում տեղակայված տարբերակները):
- Նկատելի վայրերում տեղադրեք պաստառներ, որոնք խորհուրդ են տալիս հաճախորդներին մնալ տանը, եթե նրանք հիվանդ են և եթե նույնիսկ թեթև նախանշաններ ունեն: Հետևել այս կայք-էջին. <http://publichealth.lacounty.gov/acd/docs/StayHomeWhenSickCOVIDPoster.pdf>
- Հաճախորդներին տրամադրեք հավելյալ թաշկինակներ կամ անձեռոցիկներ հազալու կամ փռշտալու դեպքում օգտագործելու համար:
- Համոզված եղեք, որ զուգարանները ապահովված են օձառով, մեկանգամյա օգտագործման սրբիչներով կամ ձեռքերի չորացուցիչներով և առանց հպման աշխատող աղբամաններով:
- Խորհուրդ է տրվում հաճախորդներին տրամադրել առնվազն 60% սպիրտային հիմքով ձեռքերի ախտահանիչ միջոցներ:
- Սովորեցրեք կամավորներին և աշխատակիցներին, որոնք պատրաստում կամ մատուցում են սնունդը, հնարավորինս պահպանել 6 ոտնաչափ սոցիալական հեռավորություն միմյանց միջև և հիվանդության նշաններ ունեցող հաճախորդների միջև:

Ձեռքերի լվացման խորհուրդներ

- Լվացեք ձեռքերն ու բազուկները օձառով և գոլ ջրով առնվազն 20 վայրկյան նախքան՝
 - Ուտելը կամ խմելը
 - Ուտելիք պատրաստելը
 - Ձեռնոցներ հագնելը
 - Այնպիսի գործողություններից հետո, որոնք կարող են աղտոտել ձեր ձեռքերը:
- [Փակցրեք ձեռքերը լվանալու անհրաժեշտության պաստառներ](#) տեսողական հիշեցումների համար:
- Խորհուրդ տվեք, որպես հավելյալ միջոց, օգտագործել ձեռնոցներ, բայց կարևոր է հիշել, որ ձեռնոցները չեն փոխարինում ձեռքերը լվանալու անհրաժեշտությանը և ճիշտ հիգիենայի պահպանմանը:

Նվիրաբերված սննդի ընդունումը

- Անհատներից և մասնավոր տնային տնտեսություններից
 - Ընդունեք միայն չեփված և նախապես փաթեթավորված մթերքներ, ինչպիսիք են պահածոյացված մթերքները, տուփերով նախաձաճերը և այլն:
- Սննդի հաստատություններից

Նոր Կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն Ուղղեցույց Բարեգործական սննդի գործակալությունների համար

- Դուք կարող եք ընդունել ամբողջական բանջարեղեն, եփված սնունդ, նախապես փաթեթավորված սնունդ և թարմության համար ժամկետը անցած, բայց չփչացած սնունդ (բացառությամբ մանկական սննդամթերքի) արտոնված սննդի մատակարարներից, ինչպիսին են ռեստորանները, հյուրանոցները, նպարատները, սննդի վերամշակման և այլ սննդի սպասարկման օբյեկտներին:
- Նախքան տեղափոխումը նվիրաբերված սնունդը անհրաժեշտ է պահպանվի սահմանված ջերմաստիճանների հսկողության տակ, սառը սննդի համար 41 ° F կամ ավելի ցածր, իսկ տաք սննդի համար՝ 135 ° F և ավելի բարձր:
 - Նվիրաբերողին խնդրեք նախքան առաքումը ձեզ տեղեկացնեն սննդի ջերմաստիճանի մասին և ժամը, երբ ջերմաստիճանը ստուգված է:
 - Սնունդը ստանալուն պես գործակալության պատասխանատու անձը պետք է ստուգի սննդի ջերմաստիճանը և արձանագրի ստացման ժամը:
Եթե նվիրաբերողը կամ սնունդ տրամադրող ընկերությունը առաքում է սնունդը սառցարան-տրանսպորտի միջոցով, ապա այն պետք է պահվի 41 ° F-ից ցածր ջերմաստիճանում ամբողջ առաքման ընթացքում:
 - Եթե նվիրաբերողը կամ սննդի վերամշակման ընկերությունը չի առաքում սնունդը սառցարան-տրանսպորտի միջոցով, ապա սնունդը պետք է պիտակավորվի «Տեղավորել/սառեցնել անմիջապես» և սննդի պահպանման վերահսկողության ջերմաստիճանը (41 ° F կամ 135 ° F) չպետք է անցնի 2 ժամից ավելի:
 - Մի ընդունեք թարմության համար ժամկետը անցած ցանկացած մանկական սնունդ:

Սննդի մատուցումը և ընտրությունը

- Եթե ձեր գործակալությունը հաճախորդի ընտրության մոդելն է օգտագործում, ապա ցանկալի է նախընտրել սնունդը նախորոք տոպրակների մեջ փաթեթավորելու տարբերակը: Տոպրակները կարելի է արագ փոխանցել և ավելի քիչ մարդիկ կդիպչեն սննդին:
- Եթե ձեր գործակալությունը ցանկանում է պահպանել հաճախորդի ընտրության մոդելը, ապա պահանջեք հաճախորդներից, որպեսզի նրանք լվանան ձեռքերը և հագնեն ձեռնոցներ նախքան իրենց ուտելիքը ընտրելը:
- Երկարացրեք սպասարկման ժամերը կամ լրացուցիչ օրեր նշանակեք, որպեսզի հաճախորդները հնարավորություն ունենան սոցիալական հեռավորություն պահել և որպեսզի հերթերը խճողված չլինեն:
- Սահմանափակեք մարդկանց քանակը մթերանոցի (բուֆետի) մոտ: Եթե մթերանոցը փակ տարածքում է տեղակայված, ապա ցանկալի է այն տեղափոխել շենքից դուրս՝ հաշվի առնելով եղանակային պայմանները:
- Անձնակազմին և կամավորներին ապահովեք կտորից պատրաստված դիմակներով և հետևեք, որպեսզի նրանք դիմակները կրեն միմյանց, ինչպես նաև հաճախորդների հետ շփման ամբողջ ընթացքում:

Նոր Կորոնավիրուս (COVID-19)

Լոս Անջելես Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչություն Ուղղեցույց Բարեգործական սննդի գործակալությունների համար

- Հնարավորության դեպքում ցանկալի է մատուցողները ձեռնոցներ հագած սպասարկեն հաճախորդներին մթերանոցի մոտ:
- Նախքան հերթ կանգնելը հաճախորդներին առաջարկեք ձեռքերի ախտահանիչ միջոցներ/անձեռոցիկներ:
- Պարբերաբար մաքրեք բոլոր մակերեսները սննդից և այլ թափոններից:
- Հաճախակի փոխեք սպասքը:

Ընդհանուր մաքրման աշխատանքներ

- Պարտավորեցրեք կամավորներին կամ աշխատակիցներին օրվա ընթացքում պարբերաբար մաքրել և ախտահանել սեղանների մակերեսները, սննդի սայլակները, դռների բռնակները, գրիչները, հեռախոսները, համակարգչային կետերը և հաճախակի օգտագործման այլ իրերը:
- Օգտագործեք Բնապահպանական Գործակալության (EPA) կողմից գրանցված միջոցներ, որոք մաքրում (հեռացնում են մանրէները) և ախտահանում են (սպանում են մանրէները): Հետևեք այդ միջոցների և ախտահանիչների պիտակների վրա նշված ցուցումներին:

Արդյունավետ ախտահանիչներ

- Ախտահանիչ լուծույթ պատրաստելու համար 4 թեյի գդալ քլորային լուծույթը (բլիչ) խառնեք 4 բաժակ ջրի հետ: : Ավելի շատ քանակություն պատրաստելու համար 1/3 բաժակ քլորային լուծույթը խառնեք 1 գալլոն (16 բաժակ) ջրի հետ: Այս ախտահանիչ լուծույթը օգտագործեք 20 րոպեի ընթացքում:
- Կարող են օգտագործվել EPA-ի կողմից հաստատված այլ ախտահանիչներ, եթե դրանք արդյունավետ են կորոնավիրուսների դեմ: Հաճախորդը/սպառողը կարող է զանգահարել ապրանքի պիտակի վրա նշված 1-800 հեռախոսահամարով՝ COVID-19-ի դեմ դրա արդյունավետությունը ճշտելու համար:

Ախտահանիչների, իրերի և աղբի հետ ճիշտ վարվելաձևը

- Քիմիական նյութերը օգտագործեք միայն լավ օդափոխվող վայրերում:
- Խուսափեք անհամատեղելի քիմիական նյութերը խառնելուց (կարդացեք պիտակները):
- Կանխեք քիմիական նյութերի շփումը սննդի հետ մաքրման աշխատանքները իրականացնելիս:
- Աղբը հավաքեք զգուշությամբ և թափեք ապահով աղբամանի մեջ:

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար խնդրում ենք կապ հաստատել Տեղեկատու Ընկերության հեռախոսահամարով՝ (888) 700-9995:

COVID-19-ի մասին լրացուցիչ տեղեկությունների համար՝ այցելեք հետևյալ կայք-էջը.

<http://publichealth.lacounty.gov/>: