

ជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមក្នុងរាង (COVID-19)

Los Angeles County Department of Public Health

ការណែនាំសម្រាប់និយោជក

Los Angeles County Department of Public Health (Public Health) កំពុងធ្វើសុំជំនួយរបស់អ្នកដើម្បីព្រមព្រៀង និងជួយបង្ការការរីករាលដាលរបស់មេរោគកូរ៉ូណាថ្មី (ថ្មី) នៅក្នុង Los Angeles County។ នៅក្នុងសកលលោក ចំនួនមនុស្សដែលបានឆ្លងមេរោគនេះបន្តកើនឡើង ដែលបណ្តាលឱ្យមាន "ជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមក្នុងរាង 2019" (ហៅកាត់ថា COVID-19) នៅក្នុងចំនួនដ៏រហូតមែន និងទឹកចំនួនផ្សេងទៀត។ យោងតាម Centers for Disease Control and Prevention និងអង្គការសុខភាពពិភពលោក (World Health Organization) និទាធានាសកលពេលវេជ្ជបណ្ឌិត ចង្អុលបង្ហាញថាមេរោគនេះអាចរីករាលដាលទូទាំងពិភពលោកដែលបង្កឱ្យមានជំងឺឆ្លងរាលដាលពិភពលោក (Pandemic)។ យើងចាំបាច់ត្រូវព្រមព្រៀងដើម្បីបង្ការការរីករាលដាលនៃជំងឺនេះនៅក្នុងស្រុក។

Public Health កំពុងធ្វើសកម្មភាពយ៉ាងសកម្មដើម្បីទប់ស្កាត់ការរីករាលដាលរបស់មេរោគនេះ។ យើងសូមណែនាំយ៉ាងមុតមាំឱ្យអង្គការទាំងអស់ធ្វើការពិនិត្យឡើងវិញ និងធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពគម្រោងសម្រាប់បង្ការមេរោគ និងពិចារណាពីវិធីដើម្បីបន្តសេវាកម្មសំខាន់ៗ បើសិនជាប្រតិបត្តិការនៅទីកន្លែងត្រូវកាត់បន្ថយជាបណ្តោះអាសន្ន។

កាលពីដើមខែនេះ យើងបានចែករំលែកការណែនាំអំពីមេរោគកូរ៉ូណាថ្មីសម្រាប់និយោជក (Novel Coronavirus Guidance for Employers) របស់យើងជាមួយអ្នក ដែលមានរាប់បញ្ចូលនូវវិធានការការពារខ្លួន និងការការពារជាមុនដើម្បីកាត់បន្ថយការរីករាលដាលរបស់មេរោគកូរ៉ូណាថ្មី។ បើសិនជាមានការឆ្លងជំងឺ COVID-19 នៅក្នុងសហគមន៍មួយដូចម្តេច បន្ថែមលើការបន្តផ្តោតលើវិធានការទាំងនោះ Public Health អាចចាំបាច់ត្រូវអនុវត្តសកម្មភាពបង្ការបន្ថែមទៀត ដូចជាស្វែងរកព្រឹត្តិការណ៍ និងបិទអាជីវកម្មដើម្បីជួយឱ្យតារាងការរីករាលដាលរបស់មេរោគ។ យើងស្នើឱ្យនិយោជកចាប់ផ្តើមព្រមព្រៀង ក្នុងករណីដែលចាំបាច់ត្រូវធ្វើសកម្មភាពទាំងនោះ។ លិខិតនេះសង្ខេបពីការណែនាំបច្ចុប្បន្នរបស់យើង ដើម្បីជួយទប់ស្កាត់ការរីករាលដាលរបស់មេរោគកូរ៉ូណាថ្មី។ បន្ថែមលើនេះ យើងសូមលើកទឹកចិត្តឱ្យអ្នកចូលទៅកាន់គេហទំព័រមេរោគកូរ៉ូណាថ្មីរបស់ DPH សម្រាប់ធនធានផ្សេងៗដូចជាការណែនាំសម្រាប់អាជីវកម្ម និងនិយោជក សំណួរដែលបានសួរញឹកញាប់ និងការបង្ហាញពីតំបន់ជាប្រាកដៗ: <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>.

ព័ត៌មានទូទៅ

តើគួរចាត់វិធានការទប់ស្កាត់ជំងឺនេះនៅកន្លែងការងារ ដើម្បីកាត់បន្ថយការរីករាលដាលនៃមេរោគកូរ៉ូណាថ្មី COVID-19?

- អប់រំ និងផ្តោតសំខាន់ៗលើសារៈសំខាន់នៃសកម្មភាពបង្ការឆ្លងជំងឺ (សូមមើលខាងក្រោម)។
- លើកទឹកចិត្ត និងគាំទ្របុគ្គលិក និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្ត ឱ្យស្ថិតនៅផ្ទះនៅពេលដែលពួកគេឈឺ។ លើកទឹកចិត្តឱ្យអ្នកប្រើប្រាស់ និងមិនមកធ្វើការសហការដល់ពួកគេដែលមានអាការៈគ្រុនក្តៅយ៉ាងតិច 24 ម៉ោងដោយមិនប្រើថ្នាំបញ្ចុះកម្តៅ។
- ផ្តល់ការផ្គត់ផ្គង់គ្រាប់គ្រាន់សម្រាប់អនាម័យល្អ ដូចជាការងាយស្រួលប្រើកន្លែងលាងសម្អាតដៃដែលស្អាត និងដំណើរការ សាប៊ូ ក្រដាសជូតដៃ និងទឹកអនាម័យលាងដៃដែលមានជាតិសាប៊ូ។
- លើកទឹកចិត្តឱ្យធ្វើការលាងសម្អាតដៃជាប្រចាំ រួមទាំងមុខញ៉ាអាហារ ក្រោយពីប្រើបន្ទប់ទឹក និងបន្ទប់ពីក្នុង និងកណ្តាល។
- បើសិនជាអាច ចូរកាត់បន្ថយការចំរើនជិតស្និទ្ធ និងការប្រើវេជ្ជសាស្ត្រ ដូចជាតែង ចំណីអាហារ និងកេសដូ។
- សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃ និងកន្លែងដែលបានប៉ះញឹកញាប់ជាប្រចាំ ដូចជាដៃទ្វារ បង្គោលដៃ ផ្ទៃធ្វើការ ក្បាលមូលរ៉ូម៉ាណូ និងទូសព្រួញ។ ប្រើទឹកសម្អាតធម្មតា និងអនុវត្តតាមការណែនាំនៅលើស្លាក។
- ផ្តល់ឱ្យនិយោជកនូវព័ត៌មានត្រឹមត្រូវអំពីមេរោគកូរ៉ូណាថ្មី និងសកម្មភាពដែលពួកគេអាចធ្វើបានដើម្បីការពារខ្លួនពួកគេ និងក្រុមគ្រួសាររបស់ពួកគេ។

សកម្មភាពការពារខ្លួនប្រចាំថ្ងៃមានដូចជា

- ស្ថិតនៅផ្ទះនៅពេលអ្នកឈឺ។ នៅផ្ទះយ៉ាងតិច 24 ម៉ោងបន្ទាប់ពីអ្នកដែលមានអាការៈគ្រុនក្តៅ ឬមានសញ្ញាគ្រុនក្តៅដោយមិនប្រើថ្នាំបញ្ចុះកម្តៅ។
- លាងដៃរបស់អ្នកឱ្យបានញឹកញាប់ជាមួយសាប៊ូ និងទឹករយៈពេលយ៉ាងតិច 20 វិនាទី។ បើសិនជាមិនមានសាប៊ូ និងទឹក ចូរប្រើទឹកអនាម័យលាងដៃដែលមានជាតិសាប៊ូយ៉ាងតិច 60%។
- គ្របមាត់របស់អ្នកពេលក្អក និងកណ្តាលដោយប្រើក្រដាសជូតមាត់ ដូចជាក្រដាសជូតមាត់នោះទេ មិនលាងសម្អាតដៃរបស់អ្នកឡើយ។ បើសិនជាអ្នកមិនមានក្រដាសជូតមាត់ សូមប្រើដៃអារបស់អ្នក (មិនមែនដៃរបស់អ្នកទេ)។
- ដាក់កម្រិតលើការចំរើនជិតស្និទ្ធជាមួយមនុស្សដែលឈឺ។
- សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគនៅលើគុ និងផ្ទៃដែលបានប៉ះញឹកញាប់ ដោយប្រើទឹកបាញ់លាងក្នុងផ្ទះធម្មតា ឬក្រណាត់ជូត។

តើអាជីវកម្មរបស់យើងគួរព្រមព្រៀងធ្វើដូចម្តេច បើសិនជាមានការឆ្លងជំងឺ COVID-19 កើនឡើងនៅក្នុងសហគមន៍

ការឆ្លងជំងឺ COVID-19 កើនឡើងនៅក្នុងសហគមន៍ ចង្អុលបង្ហាញពីហានិភ័យដែលកើនឡើងចំពោះសាធារណៈជនទូទៅ និងបង្ហាញថាការប្រុងប្រយ័ត្នជាមុនបន្ថែមអាចត្រូវបានធ្វើឡើង ដើម្បីបង្ការការឆ្លងក្នុងសហគមន៍មួយដង្កា។ អង្គការគួរតែមានវិធានការ និងព្រមព្រៀងដើម្បីធ្វើសកម្មភាពបន្ថែមទាំងនេះ បើសិនជាបានណែនាំដោយ Public Health។

- មានវេជ្ជសាស្ត្រទំនាក់ទំនងជាមួយបុគ្គលិក និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្តរបស់អ្នក។ ចូលទៅកាន់គេហទំព័ររបស់យើង publichealth.lacounty.gov សម្រាប់ព័ត៌មានដែលត្រឹមត្រូវ មានបច្ចុប្បន្នភាពដែលអាចប្រើសម្រាប់ការទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកបាន។
- អនុញ្ញាតឱ្យបុគ្គលិកនៅផ្ទះ បើសិនជាមានណាមួយក្នុងចំណោមរបស់ពួកគេឈឺ ឬការបិទសាលារៀនបានកើតឡើង។
- កុំទាមទារកំណត់សម្គាល់ពីអ្នកដល់សេវាថែទាំសុខភាពសម្រាប់និយោជក ឬអ្នកស្ម័គ្រចិត្ត ដែលមានជំងឺដូចម្តេច ដើម្បីបញ្ជាក់ពីសុពលភាពនៃជំងឺរបស់ពួកគេ ឬដើម្បីត្រឡប់មកធ្វើការវិញ។ ការិយាល័យអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាព និងមន្ទីរវេជ្ជសាស្ត្រនឹងជាប់ជំពាក់គ្នា ហើយនឹងមិនអាចផ្តល់ឯកសារបែបនោះបានទាន់ពេលវេលាឡើយ។



ជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមកូវីដ (COVID-19)

Los Angeles County Department of Public Health

ការណែនាំសម្រាប់និយោជក

- ចូរពិចារណាពីរបៀបការពារនិយោជិត ដែលមានហានិភ័យខ្ពស់សម្រាប់ ផលវិបាកសុខភាពមិនល្អ។ វាអាចជាបញ្ហាជម្ងឺស្រួចជា ការធ្វើការងារពីផ្ទះ និងម៉ោងវេលាវេលាជម្រក ដើម្បីបង្កើនចម្ងាយក្នុងចំណោមនិយោជិត បណ្តុះបណ្តាលជំនាញបន្ថែមដល់បុគ្គលិក និងស្វែងរកការធ្វើដំណើរដើម្បីអាជីវកម្មដែលមិនសំខាន់ និងកិច្ចប្រជុំ និងព្រឹត្តិការណ៍ដែលជួបមុខផ្ទាល់ជំងឺ។
- អាជីវកម្ម អាចត្រូវពិចារណាផ្តាច់ដំណើរការប្រតិបត្តិការ បើសិនជាចំនួនបុគ្គលិកជាច្រើនបានបិទបញ្ជាដឹកជញ្ជូនដោយសារការកំណត់ចំនួនបុគ្គលិកក្នុងមួយបន្ទប់។ បុគ្គលទាំងនោះ (ការបិទបញ្ជាដឹកជញ្ជូន) អាចត្រូវឱ្យស្ថិតនៅដាច់ពីអ្នកដទៃដល់ 14 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីការបិទបញ្ជា។ ការដាក់តារាងឱ្យមិនទ្រង់ទ្រាយទៅលើអាជីវកម្មជាច្រើន និងអាចកើតឡើង លុះត្រាតែមានការចម្លងក្នុងសហគមន៍ច្រើន ដែលមិនអាចគ្រប់គ្រងបានដោយជម្ងឺស្រួចផ្សេងទៀតប៉ុណ្ណោះ។
- កែប្រែ ផ្តាច់ ឬស្វែងរកស្ថិតិ ឬព្រឹត្តិការណ៍ដទៃ។ ព្រឹត្តិការណ៍ដែលមនុស្សស្ថិតនៅជិតគ្នាក្នុងរយៈពេលយូរ អាចទាមទារឱ្យមានការចម្លងក្នុងសហគមន៍ច្រើននៅក្នុងសហគមន៍ជាក់លាក់ ឬសហគមន៍ខុសគ្នា។ យើងនឹងធ្វើការជាមួយអាជីវកម្មដើម្បីរៀបចំការស្រាវជ្រាវ និងកំណត់ពីជម្ងឺស្រួចផ្សេងៗសម្រាប់ស្រាវជ្រាវដែលមានប្រសិទ្ធភាព។ ក្នុងករណីដែលយើងជួបប្រទះនូវការកើនឡើងយ៉ាងលឿននៃចំនួនករណីនៅទូទាំង County យើងអាចអំពាវនាវឱ្យលុបចោល ព្រឹត្តិការណ៍សាធារណៈប្រភេទខុសគ្នាជាច្រើន។
- អនុវត្តវិធីដើម្បីធានាបាននូវការបន្តសេវាកម្ម បើសិនជាបុគ្គលិកនៅទីកន្លែងត្រូវបានកាត់បន្ថយដោយការអានុ ដូចជាតាមរយៈការធ្វើការងារពីផ្ទះ និងកាលវិភាគអាចបត់បែនបានជាមួយនឹងការបណ្តុះបណ្តាលជំនាញបន្ថែមដល់បុគ្គលិក។

ការណែនាំបណ្តោះអាសន្នសម្រាប់អាជីវកម្ម និងនិយោជកដើម្បីផែនការ និងធ្វើការបន្តជំងឺរលាកផ្លូវដង្ហើមកូវីដ-2019 (COVID-19) រយៈពេល 2020 (Interim Guidance for Businesses and Employers to Plan and Respond to Coronavirus Disease 2019) របស់ CDC គួសបញ្ជាក់ពីការពិចារណាសំខាន់ៗ នៅពេលបង្កើតផែនការធ្វើការ ព្រមទាំងការណែនាំលម្អិត និងជម្រើសសម្រាប់និយោជកផងដែរ។

ស្ថាប័នព័ត៌មានដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបាន

ចូរប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះការពាក្យប្រាប់ ព័ត៌មានមិនត្រឹមត្រូវ និងការពាក្យបញ្ជាក់ផ្សេងៗដូចជាការកំណត់ចំនួនបុគ្គលិកក្នុងមួយបន្ទប់។ ព័ត៌មានដែលត្រឹមត្រូវ ដូចជាសេចក្តីប្រកាសអំពីករណីថ្មីៗនៅក្នុង LA County នឹងត្រូវបានផ្សព្វផ្សាយដោយ Public Health តាមរយៈសេចក្តីប្រកាសព័ត៌មាន បណ្តាញសង្គម និងគេហទំព័ររបស់យើងជាដើម។ គេហទំព័រនេះមានព័ត៌មានជាច្រើនអំពីជំងឺ COVID-19 ដែលមាន FAQs, ការបង្ហាញព័ត៌មានជាប្រាកដ និងការណែនាំដើម្បីដោះស្រាយភាពភាន់ភ័យ ព្រមទាំងគន្លឹះអំពីការលាងសម្អាតផងដែរ។

- Los Angeles County Department of Public Health (LACDPH, County)
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - បណ្តាញសង្គម: @lapublichealth
- The Los Angeles County Department of Mental Health Access Center 24/7 ខ្សែទូរស័ព្ទជំនួយ (800) 854-7771។

ប្រភពព័ត៌មានដែលអាចទុកចិត្តបានផ្សេងទៀតអំពីមេរោគកូវីដប្រភេទថ្មីគឺ៖

- California Department of Public Health (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>
- World Health Organization (WHO, អន្តរជាតិ)
 - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរហើយចង់ដឹងបន្ថែមអំពីការណែនាំសម្រាប់និយោជក ទូរស័ព្ទទៅខ្សែព័ត៌មានខោនធី Los Angeles 2-1-1 ដែលមាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ។

