




ຄຳຊີ້ນຳກ່ຽວກັບສຸຂະພາບຢູ່ເຮືອນ/ການປົວຮະບັດຢູ່ເຮືອນສຳລັບ COVID-19

ສິ່ງຕໍ່ລົງໄປນີ້ແມ່ນຄຳຊີ້ນຳສຳລັບພະນັກງານຂອງອົງການການປົວຮະບັດຢູ່ເຮືອນ, ສຸຂະພາບຢູ່ເຮືອນ, ແລະການປົວຊຳຊາເພື່ອຈະໃຊ້ໃນເວລາຊ່ວຍເຫລືອລູກຄ້າ ຫລືຄົນເຈັບຢູ່ເຮືອນ, ຊ່ວຍເຫລືອເຂົາເຈົ້າກຳການເບິ່ງແຍງຜູ້ເຮືອນຕົວ, ຫລືການໃຫ້ການປົວພະຍາບານຢູ່ເຮືອນ.

ຄົນເຈັບຂອງທ່ານແມ່ນຢູ່ໃນການສ່ຽງສຳລັບການເຈັບປ່ວຍຮ້າຍແຮງ.



ບຸກຄົນທີ່ມີອາຍຸກາຍເກີນ 65 ປີ ແລະບຸກຄົນທຸກໆອາຍຸທີ່ມີສະພາບພະຍາບານແມ່ນຢູ່ໃນການສ່ຽງສຳລັບການເຈັບປ່ວຍຮ້າຍແຮງຈາກໂຮກ COVID-19.

ຖ້າຫາກວ່າທ່ານຢູ່ໃນການສ່ຽງສູງ...

ຖ້າຫາກວ່າທ່ານມີອາຍຸກາຍເກີນ 65 ປີ, ມີສະພາບການພະຍາບານ, ຫລືຖືພາຕັ້ງທ້ອງ, ເວົ້າເວລາພັກເຈັບປ່ວຍ ຫລືອໍເຣັດວຽກນຳລູກຄ້າທີ່ບໍ່ສະບາຍ ຍ້ອນໂຮກ COVID-19.

ຢ່າສູ້ໄປເຮັດວຽກ ຖ້າຫາກວ່າທ່ານບໍ່ສະບາຍດີ.



ກ່ອນເຮັດວຽກ

ວາງແຜນການລ່ວງໜ້າ

- ວາງແຜນການປົວທາງການສົນທະນາທາງໂທຣະສັບຫລືວິດີໂອ.
- ກະຕຽມສຳລັບເວລາທີ່ທ່ານຈະມີການສຳພັນໂດຍກົງນຳຄົນເຈັບຂອງທ່ານ.
- ເຮັດໝາຍນັດການຢ້ຽມຢາມເຮືອນນຳບຸກຄົນທີ່ມີຫລືອາດຈະມີໂຮກ COVID-19 ໃນເວລາຈົບລົງຂອງມື້.

ຄົ້ນຄວ້າຫາທາງເລືອກເອົາການປົວທາງຫ່າງໄກ

- ສຸຂະພາບທາງໂທຣະສັບ
- ການສົນທະນາກັນທາງວິດີໂອ

ຕັກເຕືອນສະມາຊິກຂອງຄອບຄົວເພື່ອຈະປ້ອງກັນເຂົາເຈົ້າ ແລະຄົນອື່ນໆໂດຍ:

-  ການຈຳກັດການຢ້ຽມຢາມຈາກບຸກຄົນອື່ນ ແລະການບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ພະນັກງານຫລືສະມາຊິກຄອບຄົວທີ່ບໍ່ສະບາຍເພື່ອຈະມາຢ້ຽມຢາມໃນເວລານັ້ນ.
-  ໃສ່ເຄື່ອງປົກຫນ້າເປັນຜ່າແຜເມື່ອເວລາອອກໄປໃນຊຸມນຸມຊົນ.

ບອກສະມາຊິກຄອບຄົວວ່າເຂົາເຈົ້າສາມາດຫລີກເວັ້ນການໄດ້ຮັບແລະການແພ່ຜ່າຍໂຮກ COVID-19.

ຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ

ປົກປ້ອງຕົວທ່ານເອງແລະຄົນອື່ນໆ

-   ລ້າງມືຂອງທ່ານຢູ່ສະເໝີດ້ວຍສະບູແລະນ້ຳຫລືໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອໂຮກທີ່ມີເຫລັກ ແອລໂກຣອລຢ່າງຫນ້ອຍ 60%.
-  ປິດປາກເວລາໄອອອກມາ ຫລືຈາມອອກມາ.
-  ໃສ່ຫນ້າກາກສຳລັບການຜ່າຕັດ ເລືອກເອົາຫນ້າກາກສຳລັບການຜ່າຕັດ, ບໍ່ແມ່ນສິ່ງປົກຫນ້າທີ່ເປັນຜ່າແຜ, ສຳລັບການປ້ອງກັນພຽງພໍ.

ທຳຄວາມສະອາດແລະຂ້າເຊື້ອໂຮກຕາມຫນ້າພຽງ

-   ທຳຄວາມສະອາດບໍລິເວນທີ່ຖືກສຳຜັດສູງກ່ວຍ ເຊິ່ງຊິເຊັດຂ້າເຊື້ອໂຮກຫລືພະລິດທະພັນທຳຄວາມສະອາດອື່ນໆ.
-  ນ້ຳຢາຟອກຂາວສຳລັບໃຊ້ຕາມເຮືອນທີ່ຖືກປົນນ້ຳສາມາດຂ້າເຊື້ອໂຮກຢູ່ຕາມຫນ້າພຽງໄດ້. ໃຫ້ປົນນ້ຳຢາຟອກຂາວ 1/3 ຈອກຕໍ່ນ້ຳນຶ່ງ ແຖມລອນຫລືນ້ຳຢາຟອກຂາວ 4 ບ່ວງນ້ຳຊາຕໍ່ນ້ຳນຶ່ງ ຄອດ. ຢ່າສູ້ປົນນ້ຳນຳສານເຄມີອື່ນໆ.

 ກວດເບິ່ງນຳແວບໄຊທ໌ຂອງຫ້ອງການປ້ອງກັນສະພາບແວດລ້ອມ, [epa.gov/coronavirus](https://www.epa.gov/coronavirus) ເພື່ອຮາຍຮະອຽດເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບຢາຂ້າເຊື້ອໂຮກຕ່າງໆ.

