



Hnub Tim: Lub Rau Hlis Ntuj 30, 2021

Cov Lus Muab Tswv Yim Qhia rau Cov Koom Haum Saib Xyuas Lab Npauv Kev Siv Tsheb Thauj Xa Neeg Mus Los

Cov lus muab tswv yim qhia no tsis yog ib co lus uas yuav tsum tau ua raws, tab sis xav txhawb siab kom cov koom haum saib xyuas lab npauv kev siv tsheb thauj xa neeg mus los ua raws li hais ntawd.

Cov koom haum saib xyuas lab npauv kev siv tsheb thauj xa neeg mus los yuav tsum tau:

- Ua raws li Lub Chaw Ua Hauj Lwm Txog Kev Tswj Xyuas thiab Kev Tiv Thaiv Kab Mob (Centers for Disease Control and Prevention) [Qhov Kev Cai Uas Yuav Tsum Ua Kom Tau uas siv rau Cov Neeg kom Rau Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg Thaum nyob rau ntawm Cov Chaw Xa Khoom thiab ntawm Cov Khoom Siv Rau Fab Kev Caij Tsheb Mus Los](#) (Lub Ib Hlis Ntuj 29, 2021), pib siv tau Lub Ob Hlis Ntuj 1, 2021, uas xam nrog rau:
 - Kev hais kom tus neeg twg los xij uas muaj hnub nyoog ob (2) xyoos los sis muaj hnub nyoog los sis laus dua ntawd yuav tsum tau rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg uas tau raws li cov kev cai uas yuav tsum ua kom tau ntawm tsoom fww
 - Kev muab siab sib zog ua tshaj plaws txhawm rau cia cov tib neeg uas rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg nce tau (txwv tsis pub cov neeg uas rau ib daim nab kaj npog ntsej muag nce raws li tsab ntawv txib los ntawm tsoom fww tshwj tsis yog tias tus neeg ntawd muaj kev xiam oob qhab raws li tau tshab txhais tseg nyob rau hauv Tsab Cai Hais Txog Cov Neeg Mes Kas uas Xiam Oob Qhab (Americans with Disabilities Act, ADA))
 - Kev muab siab sib zog ua tshaj plaws txhawm rau muab txhuam tus tib neeg uas tsis kam ua raws li qhov kev cai uas yuav tsum ua kom tau txog rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg tshem tawm kom ntxov li ntxov tau.
- Ua raws li tag nrho cov kev cai uas yuav tsum ua kom tau hais txog ntawm Xeev Oregon Lub Chaw Ua Hauj Lwm Tswj Xyuas Kev Nyab Xeeb thiab Kev Noj Qab Haus Huv Fab Kev Ua Hauj Lwm (Oregon Occupational Safety and Health Administration, OR-OSHA) [uas siv tau](#).

Cov Ntsiab Lus Tshab Txhais: Rau cov hom phiaj ntawm cov lus muab tswv yim qhia no, siv tau rau lub ntsiab lus tshab txhais nram qab no:

- “Tu Ntxuav Kom Huv Si” los sis “Kev Tu Ntxuav Kom Huv Si” txhais hais tias yog kev siv xab npum los sis cov tshuaj ntxuav vaj tsev thiab dej ntxuav cov chaw (npoo los sis

ntug) txhawm rau txo los sis ntxuav tshem cov kab mob tawm ntawm cov chaw (npoo los sis ntug), pab txo kev pheed hmoo txog ntawm kev nthuav txav kev sib kis kab mob kom muaj tsawg los ntawm cov chaw (npoo los sis ntug).

Tej zaum cov koom haum saib xyuas lab npauv kev siv tsheb thauj xa neeg mus los yuav tau:

- Siv cov phab ntsa tiv thaiv lub cev los sis cov cim uas qhov muag ntsia pom (piv txwv li, daim ntaub tape muaj tsos, los sis cov paib qhia) hais kom cov neeg caij tsheb sawv ntsug thiab zaum kom sib nrug deb li rau (6) fij (feet) ntawm cov neeg tsav tsheb.
- Rau cov tsheb ciav hlau, yuav tsum tso daim paib qhia kom tseeb txog kev nyob sib nrug deb ntawm cov tsheb ciav hlau. Yuav tsum hais tshaj tawm txog qhov nyob kom sib nrug deb li cas ua ntej thiab tom qab txhua zaus lub tsheb yuav nres.
- Tso paib qhia kom pom tseeb, sau ua ntau hom lus, (muaj nyob rau ntawm healthoregon.org/coronavirus) rau ntawm cov paib nres tsheb/cov chaw nres tsheb npav uas hais txog cov yeeb yam mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), hais kom cov neeg caij tsheb uas muaj cov yeeb yam mob nyob twj ywm rau hauv tsev, thiab txheeb xyuas seb yuav tau hu los yog tiv toj rau leej twg yog lawv xav tau kev pab. Yog ib tug neeg muaj cov yeeb yam mob uas yuav tsum dhia kev mus sab nrauv, thov siv lwm cov tsheb mus los yog muaj.
- Nrhiav cov tshuaj xab npum, dej, thiab lwm yam khoom siv rau cov neeg ua hauj lwm hauv lub tsheb thauj neeg, los sis siv yam tshuaj tsuag tua kab mob uas muaj kuab cawv xyaw tsawg kawg 60-95% tso rau ntawm lawv lub chaw ua hauj lwm.
- Siv ib seem kev mus nrog rau nce lub qhov rooj sab pem hau ntej thiab tawm lub qhov rooj sab tom qab.
- Siv cov paib qhia tso rau ntawm cov chaw nres tsheb txhawm rau kom nyob sib nrug deb thaum nyob tos tsheb npav/tsheb ciav hlau.
- Teeb cov chaw cia cov tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tes uas muaj kuab cawv xyaw ntau txog 60-95% rau ntawm txhua lub tsheb npav/tsheb ciav hlau yog ua tau.
- Ua zoo xav txog kev nruab cov khoom thaiv hom roj hmab (plastic) uas pom tseeb rau ntawm nruab nrab ntawm tus neeg tsav tsheb thiab cov neeg caij tsheb.
- Tsim txoj cai tswj hwm thiab nqis tes qhia rau cov neeg caij tsheb uas muaj mob thiab xav tau kev pab thauj mus kho mob kom txhob kis tau tus kab mob mus rau cov neeg ua hauj lwm ntawm lub tsheb thiab lwm cov neeg pej xeem sawv daws.

Cov Chaw Muab Kev Pab Cuam Ntau Ntxiv:

- [Qhov Kev Cai Uas Yuav Tsum Ua Kom Tau Ntawm Lub Chaw Ua Hauj Lwm Txog Kev Tswj Xyuas thiab Kev Tiv Thaiv Kab Mob \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\) uas siv rau Kev Rau Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg nyob rau ntawm Cov Chaw Muaj Kev Siv Tsheb Thauj Xa Zej Tsoom Mus Los thiab nyob rau ntawm Cov Chaw Rau Kev Siv Tsheb Thauj Xa Neeg Mus Los](#)

- [Cov Lus Muab Tswv Yim Qhia Ntawm Feem Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm Pej Xeeem: Kev Rau Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg, Cov Ntaub Npog Ntsej Muag thiab Cov Nab Kaj Npog Ntsej Muag thiab Kev Txuag Lub Cev Nyob Kom Sib Nrug Deb nyob rau hauv Cov Chaw Muaj Zej Tsoom Nyob Coob](#)
- [Lub Chaw Ua Hauj Lwm Txog Kev Tswj Xyuas thiab Kev Tiv Thaiv Kab Mob \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\) Cov Lus Qhia: Kev Tu Ntxuav Kom Huv Si thiab Kev Tsuag Tshuaj Tua Kab Mob Rau Koj Lub Chaw](#)

Kev muaj peev xwm nkag cuag tau rau daim ntaub ntawv: Rau cov tib neeg uas muaj kev xiam oob qhab los sis cov tib neeg uas hais tau ib hom lus uas tsis yog Lus Askiv, Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon (Oregon Health Authority, OHA) tuaj yeem muab tau cov lus qhia paub sau ua lwm hom ntaub ntawv xws li kev txhais lus, muab sau ua tus tsiaj ntawv loj, los sis muab sau ua cov ntawv su uas cov neeg tsis pom kev siv tau. Tiv tauj rau Lub Chaw Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Cov Lus Qhia Paub Txog Fab Kev Noj Qab Haus Huv (Health Information Center) ntawm tus xov tooj 1-971-673-2411, 711 TTY los sis COVID19.LanguageAccess@dhsaha.state.or.us.