



ការណែនាំអំពីការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះនិងការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកពីអ្នកដទៃសម្រាប់អ្នកដែលមានការឆ្លងវីរុសកូរ៉ូណា-2019 (ជំងឺកូវីដ-19) និងគ្រួសារឬមនុស្សដែលទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ

- 1) ប្រសិនបើអ្នកមានការបញ្ជាក់ពីមន្ទីរពិសោធន៍ឬការធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យរបស់វេជ្ជបណ្ឌិតអំពី ជំងឺកូវីដ-19 អ្នកនឹងត្រូវស្ថិតក្រោមបទបញ្ជានៃការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែករបស់មន្ត្រីសុខភាព
<http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>
- 2) ប្រសិនបើអ្នកជាគ្រួសារឬមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នកដែលមានជំងឺកូវីដ-19 អ្នកត្រូវស្ថិតនៅក្រោមបទបញ្ជានៃការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេរបស់មន្ត្រីសុខភាព
<http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>
- 3) សម្រាប់និយោជិក និងបុគ្គលិកផ្នែកសុខាភិបាលដែលមានអនាម័យសញ្ញាដែលកំពុងធ្វើតេស្តដែលជាផ្នែកមួយនៃការប្រឹងប្រែងជាធម្មតាតាមកន្លែងធ្វើការ វាមិនជាការចាំបាច់ទេក្នុងការនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះខណៈពេលកំពុងរង់ចាំលទ្ធផលតេស្ត។ ការដាក់នៅដាច់ដោយឡែកគឺត្រូវតែសម្រាប់អ្នកដែលលទ្ធផលតេស្តវិជ្ជមាន ហើយសម្រាប់នរណាម្នាក់ដែលត្រូវបានធ្វើតេស្តដោយសារតែមានការសង្ស័យរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19

សេចក្តីណែនាំអំពីការនៅដាច់ដោយឡែកនៅផ្ទះ	សេចក្តីណែនាំអំពីការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេ
<p>ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញថាមានជំងឺកូវីដ-19 ឬអ្នកកំពុងរង់ចាំលទ្ធផលតេស្តជំងឺកូវីដ-19 អ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមជំហានទាំងឡាយនៃការនៅដាច់ដោយឡែកដើម្បីការពារការរីករាលដាលនៃជំងឺ។</p> <p>ប្រសិនបើអ្នកត្រូវបានធ្វើតេស្តដោយសារមានការសង្ស័យថាអ្នកមានរោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 ហើយកំពុងរង់ចាំលទ្ធផលនៃការធ្វើតេស្ត, សូមធ្វើតាមការណែនាំអំពីការនៅដាច់ដោយឡែករហូតដល់ចេញលទ្ធផល។ ប្រសិនបើលទ្ធផលរបស់អ្នកអវិជ្ជមាន, គ្មានអ្វីដែលត្រូវធ្វើបន្ថែមទៀតឡើយ, ការណែនាំទាំងនេះមិនអនុវត្តចំពោះអ្នកនោះទេ។</p>	<p>ប្រសិនបើអ្នករស់នៅក្នុងគ្រួសារតែមួយឬមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយនរណាម្នាក់ដែលត្រូវបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញថាមានជំងឺកូវីដ-19 (រាប់បញ្ចូលទាំងទំនាក់ទំនងពី 48 ម៉ោងមុនពេលពួកគេមានរោគសញ្ញាណាមួយរហូតដល់ពួកគេនៅដាច់ដោយឡែកពីអ្នកដទៃដោយខ្លួនឯង) អ្នកត្រូវតែធ្វើតាមជំហានទាំងឡាយនៃការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេនៅផ្ទះ។ វាអាចចំណាយពេលពី 2 ទៅ 14 ថ្ងៃដើម្បីបង្ហាញរោគសញ្ញា ដូច្នេះអ្នកប្រហែលជាមិនដឹងរហូតដល់ 14 ថ្ងៃថាអ្នកឆ្លងឬមិនឆ្លង។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការស្នាក់នៅផ្ទះនិងតាមដានសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកក្នុងអំឡុងពេលនេះដើម្បីការពារពីការឆ្លងដែលអាចកើតមានដល់អ្នកណាម្នាក់។</p>
<p>ស្នាក់នៅផ្ទះរហូតដល់អ្នកបានជាសះស្បើយ</p> <ul style="list-style-type: none"> • មនុស្សភាគច្រើនដែលមានជំងឺកូវីដ-19 នឹងមានជំងឺស្រាលហើយអាចធ្វើស្រាលដោយការថែទាំតាមផ្ទះបានត្រឹមត្រូវដោយមិនចាំបាច់ទៅជួបអ្នកផ្តល់សេវាឡើយ។ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុ 65 ឆ្នាំឡើងទៅ, មានផ្ទៃពោះឬមានស្ថានភាពសុខភាពដូចជាជំងឺបេះដូង, ជំងឺហឺត, ជំងឺសួត, ជំងឺទឹកនោមផ្អែម, ជំងឺតម្រងនោម ឬប្រព័ន្ធភាពសុំចុះខ្សោយ, អ្នកប្រឈមនឹងជំងឺឬផលវិបាកធ្ងន់ធ្ងរជាងនេះ។ • កុំទៅធ្វើការ សាលារៀន ឬកន្លែងសាធារណៈ។ • នៅផ្ទះឱ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ 10 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីថ្ងៃអ្នកបានចាប់ផ្តើមឈឺដំបូង ហើយយ៉ាងហោចណាស់ 3 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីអ្នកបានជាសះស្បើយ។ <p>ការជាសះស្បើយមានន័យថាការគ្រុនក្តៅរបស់អ្នកបានបាត់អស់រយៈពេល 72 ម៉ោងដោយមិនប្រើថ្នាំបន្ថយគ្រុនក្តៅឡើយ (ឧ. ថ្នាំ Tylenol®) និងរោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើមរបស់អ្នក</p>	<p>នៅផ្ទះដើម្បីមើលថាតើអ្នកមានរោគសញ្ញាឬទេ</p> <ul style="list-style-type: none"> • ថ្ងៃចុងក្រោយនៃការនៅដាច់ពីគេរបស់អ្នកគឺ 15 ថ្ងៃចាប់ពីពេលដែលអ្នកមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នកដែលមានជំងឺកូវីដ-19។ ប្រសិនបើអ្នកបន្តទំនាក់ទំនងយ៉ាងជិតស្និទ្ធរយៈពេលនៃការនៅដាច់ពីគេរយៈពេល 15 ថ្ងៃនឹងត្រូវចាប់ផ្តើមឡើងវិញ។ <ul style="list-style-type: none"> ○ ទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធមានន័យថាអ្នកបានស្ថិតនៅក្នុងចម្ងាយ 6 ហ្វីតពីមនុស្សដែលមានជំងឺកូវីដ-19 អស់រយៈពេលជាង 15 នាទីឬប៉ះវត្តរាវឬសារធាតុសំណល់ពីក្នុងខ្លួនដោយមិនមានការប្រុងប្រយ័ត្នបានត្រឹមត្រូវ។ ○ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចជៀសផុតពីទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ, អ្នកត្រូវតែស្ថិតនៅដាច់ពីគ្នារហូតដល់ 15 ថ្ងៃចាប់ពីពេលដែលអ្នកដែលមានជំងឺកូវីដ-19 បញ្ចប់រយៈពេលការនៅដាច់ដោយឡែករបស់ពួកគេ។ នេះទំនងជាយ៉ាងហោចណាស់ 24 ថ្ងៃ។

<p>(ឧទាហរណ៍ ក្អក, ការដកដង្ហើមខ្លីៗ) មានភាពប្រសើរឡើង។</p> <ul style="list-style-type: none"> • ប្រសិនបើអ្នកមិនដែលឈឺទេ ប៉ុន្តែមានជំងឺកូវីដ-19, ចូរស្នាក់នៅផ្ទះយ៉ាងតិច 10 ថ្ងៃបន្ទាប់ពីកាលបរិច្ឆេទនៃការធ្វើតេស្តរបស់អ្នក។ • មនុស្សនៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នកដៃ គូជិតស្និទ្ធនឹងអ្នកមើលថែរបស់អ្នកត្រូវបានគេចាត់ទុកថាជា “មនុស្សជិតស្និទ្ធ” ហើយគួរតែធ្វើតាមសេចក្តីណែនាំអំពីការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេនៅផ្ទះ។ នេះរាប់បញ្ចូលទាំងមនុស្សដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នកចាប់ពី 48 ម៉ោងមុនរោគសញ្ញារបស់អ្នកចាប់ផ្តើម ចេញរហូតដល់អ្នកនៅដាច់ឆ្ងាយពីគេដោយខ្លួនឯង។ សូមចែករំលែកឯកសារនេះជាមួយពួកគេ។ <p>តើមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើអ្នកមិនអាចនៅដាច់ដោយឡែកពីអ្នកដទៃបាន?</p> <ul style="list-style-type: none"> • អ្នកណាម្នាក់ដែលនៅតែមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នកនឹងត្រូវចាប់ផ្តើមវដ្តថ្មីនៃការនៅដាច់ពីគេរយៈពេល 15 ថ្ងៃ ចាប់ពីថ្ងៃចុងក្រោយដែលពួកគេមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នកឬពីកាលបរិច្ឆេទដែលអ្នកត្រូវបានចេញពីការនៅដាច់ដោយឡែក។ 	<p>តើមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើអ្នកចេញរោគសញ្ញា?</p> <ul style="list-style-type: none"> • រោគសញ្ញាជំងឺកូវីដ-19 មានរួមក្នុង, ដកដង្ហើមផុតៗ ឬពិបាកដង្ហើម, គ្រុន, រងាញដដែលៗ, ឈឺសាច់ដុំ, ឈឺក្បាល, ឈឺបំពង់ក ឬបាត់បង់រស់ជាតិ ឬក្លិន។ • ប្រសិនបើអ្នកមានចេញរោគសញ្ញា, អ្នកអាចនឹងមានជំងឺកូវីដ-19 ហើយអ្នកគួរតែអនុវត្តតាមសេចក្តីណែនាំអំពីការនៅដាច់ដោយឡែកក្នុងផ្ទះ។ • ចូរតាមដានរោគសញ្ញារបស់អ្នកឱ្យបានដិតដល់ហើយស្វែងរកការព្យាបាលប្រសិនបើរោគសញ្ញាកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ។ អ្នកមិនចាំបាច់ធ្វើតេស្តដើម្បីបញ្ជាក់ពីការឆ្លងមេរោគនោះទេពីព្រោះមនុស្សភាគច្រើនដែលមានការឆ្លងមេរោគផ្តូវដង្ហើមរួមទាំងជំងឺកូវីដ-19 នឹងមានជំងឺស្រាលដែលអាចធ្វើស្រាលជាមួយនឹងការថែទាំតាមផ្ទះ។ ប្រសិនបើអ្នកស្វែងរកការធ្វើតេស្តលទ្ធផលតេស្តអវិជ្ជមានក្នុងអំឡុងពេល 14 ថ្ងៃ មិនមានន័យថាអ្នកនឹងមិនមានលទ្ធផលវិជ្ជមានថ្ងៃក្រោយទេ។ អ្នកត្រូវតែដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេពេញក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃ។ <p style="text-align: right;">ព័ត៌មានបន្ថែមនៅទំព័របន្ទាប់</p>
---	--

ការរឹតត្បិតនិងព័ត៌មានដែលត្រូវអនុវត្តចំពោះអ្នកទាំងពីរនៅដាច់ដោយឡែកក្នុងផ្ទះនិងការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេ

- នៅផ្ទះ។ កុំទៅធ្វើការ សាលារៀន ឬកន្លែងសាធារណៈ។
- នៅដោយឡែក ពីអ្នកដទៃនៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក។
ស្នាក់នៅក្នុងបន្ទប់ជាក់លាក់មួយនិងឆ្ងាយពីមនុស្សផ្សេងទៀតនៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នកតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។ វាមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ក្នុងការនៅឱ្យឆ្ងាយពីមនុស្សដែលមានហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។
- ប្រើបន្ទប់ទឹកដាច់ដោយឡែកប្រសិនបើមាន។
- កុំរៀបចំឬបម្រើអាហារដល់អ្នកដទៃ
- កុំឱ្យភ្ញៀវចូលផ្ទះរបស់អ្នក។
- កុំប្រើការដឹកជញ្ជូនសាធារណៈ ការជិះរួមគ្នា ឬតាក់ស៊ី។

ការពារការរីករាលដាល៖

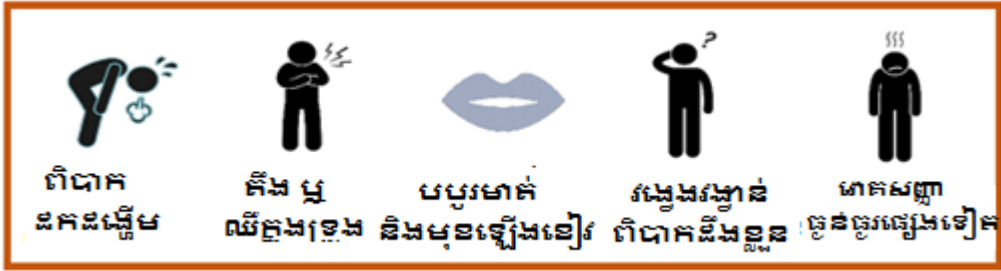
- ខ្ទប់មាត់និងច្រមុះរបស់អ្នកពេលអ្នកក្អកនិងកណ្តាស់។
ខ្ទប់មាត់និងច្រមុះរបស់អ្នកដោយកន្សែងឬកណ្តាស់ចូលក្នុងដៃអាវរបស់អ្នក - មិនមែនដាក់ក្នុងដៃរបស់អ្នកទេ - បន្ទាប់មកបោះចោលក្រដាសដូកនោះទៅក្នុងធុងសំរាមហើយលាងដៃភ្លាមៗ។
- លាងដៃរបស់អ្នកឱ្យបានញឹកញាប់និងហ្មត់ចត់ជាមួយសាប៊ូនិងទឹកយ៉ាងហោចណាស់ 20 វិនាទី - ជាពិសេសបន្ទាប់ពីក្អកកណ្តាស់ ឬការញើសសំបោររបស់អ្នកឬបន្ទាប់ពីចូលបន្ទប់ទឹក។
ទឹកអនាម័យដែលមានជាតិអាល់កុលដែលមានជាតិអាល់កុលអប្បបរមា 62% អាចប្រើជំនួសសាប៊ូនិងទឹកប្រសិនបើមិនប្រឡាក់។
- ជៀសវាងការប្រើប្រាស់របស់របរក្នុងផ្ទះរួមគ្នា។ កុំប្រើប្រាស់បានបាយ ពែង គ្រឿងប្រដាប់ប្រដារផ្ទះបាយ កន្សែងកម្រាលពូកនិងរបស់របរផ្សេងៗរួមគ្នាជាមួយមនុស្សនៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នក។ បន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់របស់ទាំងនេះ ចូរលាងសម្អាតវាឱ្យបានហ្មត់ចត់ជាមួយសាប៊ូនិងទឹក។
សម្លៀកបំពាក់អាចត្រូវបានបោកសម្អាតនៅក្នុងម៉ាស៊ីនបោកកក់ស្តង់ដារជាមួយ

ទឹកក្តៅនិងសាប៊ូបោកខោអាវ, អាចបន្ថែមសាប៊ូធ្វើឱ្យស ប៉ុន្តែមិនចាំបាច់ទេ។

- សម្អាតនិងលាងផ្ទៃដែលប៉ះច្រើនជាងគេឱ្យបានរាល់ថ្ងៃ។ ផ្ទៃដែលប៉ះពាល់ច្រើនជាងគេរួមមាន ឧ. បញ្ជី ផ្ទៃលើកុប្រដាប់កាន់បើកទ្វារ ឧបករណ៍ភ្ជាប់ បង្កន់ ទូរស័ព្ទ កេឡេទូរទស្សន៍ កូនសោ ក្តារចុច តុនិងតុនៅក្បាលគ្រែ។ សម្អាតនិងរម្ងាប់មេរោគនៅលើផ្ទៃដែលអាចមានវត្តារពីក្នុងខ្លួន។ ប្រើការលាងសម្អាតក្នុងផ្ទះនិងថ្នាំបាញ់ថ្នាំរម្ងាប់មេរោគឬថ្នាំតាមការណែនាំក្នុងស្លាកផលិតផល។

អនុវត្តការថែទាំនៅផ្ទះ៖

- សម្រាក ពិសេសឱ្យបានច្រើន លេបថ្នាំអាសេតាមីណូហ្វេន (Tylenol®) ដើម្បីបន្ថយគ្រុនក្តៅនិងការឈឺចាប់។
 - សូមកត់សម្គាល់ថាកុំមានអាយុតិចជាង 2 ឆ្នាំមិនគួរឱ្យលេបថ្នាំគ្រជាក់ហួសកម្រិតដោយមិនបានពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតជាមុនឡើយ។
 - សូមកត់សម្គាល់ថាថ្នាំមិន “ព្យាបាល” ជំងឺកូវីដ-19 ឡើយ ហើយវាមិនបញ្ឈប់អ្នកពីការចម្លងមេរោគឡើយ។
- ស្វែងរកការព្យាបាលប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់អ្នកកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរជាពិសេសប្រសិនបើអ្នកមានហានិភ័យខ្ពស់នៃជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ។
- **រោគសញ្ញាដែលបង្ហាញថាអ្នកគួរតែស្វែងរកការព្យាបាលរួមមាន៖**



- បើអាចធ្វើបានសូមទូរស័ព្ទទៅមុនពេលទៅកាន់ការិយាល័យគ្រូពេទ្យឬមន្ទីរពេទ្យរបស់អ្នក ហើយប្រាប់ពួកគេថាអ្នកកំពុងស្ថិតក្នុងការនៅដាច់ដោយឡែកដោយសារជំងឺកូវីដ-19 ដើម្បីគេរៀបចំបុគ្គលិកថែទាំសុខភាពសម្រាប់ការមកដល់របស់អ្នកនិងការពារអ្នកដទៃពីការឆ្លងមេរោគ។
 - ក្នុងករណីនៅក្នុងបន្ទប់រង់ចាំណាមួយហើយពាក់រោងមុខគ្រប់ពេលប្រសិនបើអាចធ្វើបាន។
 - ប្រសិនបើអ្នកទូរស័ព្ទទៅលេខ 911 អ្នកត្រូវតែជូនដំណឹងដល់អ្នកបញ្ជូននិងគ្រូពេទ្យថាអ្នកកំពុងស្ថិតនៅដាច់ដោយឡែកពីគេដោយសារជំងឺកូវីដ-19។
 - កុំប្រើមធ្យោបាយធ្វើដំណើរសាធារណៈ។

តើសុខភាពសាធារណៈនឹងជូនដំណឹងកន្លែងការងាររបស់ខ្ញុំឬទេ?

សុខភាពសាធារណៈនឹងមិនជូនដំណឹងឬផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានផ្ទាល់ខ្លួនណាមួយអំពីអ្នកទៅកាន់កន្លែងធ្វើការរបស់អ្នកទេលើកលែងតែចាំបាច់ត្រូវធ្វើដើម្បីការពារសុខភាពរបស់អ្នកឬសុខភាពអ្នកដទៃ។

សូមអនុលោមតាមការណែនាំរបស់អ្នកក្នុងបញ្ហាសុខភាពសាធារណៈដ៏សំខាន់នេះ។

ជំងឺកូវីដ-19 អាចនាំឱ្យមានភាពតានតឹងផ្លូវចិត្តសម្រាប់មនុស្សជាច្រើន, ខាងក្រោមនេះគឺជាគន្លឹះខ្លះៗសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងសុខភាពផ្លូវចិត្តក្នុងអំឡុងពេលមិនច្បាស់លាស់៖ <http://www.acphd.org/media/558462/covid19-managing-emotional-health-20200306.pdf>.

កំណែពង្រីកបន្ថែមនៃការណែនាំ និងបទបញ្ជាមន្ត្រីសុខភាពអាចរកបាននៅក្នុងគេហទំព័រ៖ <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>. ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរបន្ថែម សូមចូលទៅ www.acphd.org, សូមទូរស័ព្ទមកផ្នែកជំងឺកូវីដ-19 ទូរស័ព្ទរបស់យើងតាមលេខ 510-268-2101 ឬអ៊ីមែលមកយើងតាមរយៈ ncov@acgov.org.



បទបញ្ជាមន្ត្រីសុខភាពសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងជំងឺកូវីដ-19 លេខ 20-05c
បទបញ្ជានៃការនៅដាច់ដោយឡែកសម្រាប់សភាព អាសន្ននៃសុខភាពសាធារណៈ
កាលបរិច្ឆេទការចេញ បទបញ្ជា៖ ថ្ងៃទី3 ខែមេសា ឆ្នាំ2020 កែប្រែ ថ្ងៃទី4 ខែឧសភា ឆ្នាំ2020
និងធ្វើវិសោធនកម្មថ្ងៃទី ៨ ខែមិថុនាឆ្នាំ ២០២០
បទបញ្ជានេះចូលជាធរមានរហូតដល់មានការលុបចោលជា លាយលក្ខណ៍អក្សរដោយមន្ត្រីសុខភាព។

សេចក្តីសង្ខេបនៃបទបញ្ជា

រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ាស្ថិតក្នុងភាពអាសន្នដោយសារតែជំងឺរាតត្បាតជំងឺ កូវីដ-19។ ការរីករាលដាលនៃវីរុសកូរ៉ូណា (ជំងឺកូវីដ-19) គឺជាគ្រោះថ្នាក់ ដ៏ធំមួយចំពោះសុខភាពរបស់សាធារណៈជននៅក្នុងខណ្ឌ អាឡាមេដា។ កូវីដ-19 អាចឆ្លងយ៉ាងងាយស្រួលរវាងមនុស្សដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធនឹងគ្នា។ បទបញ្ជានេះត្រូវបានចេញដោយផ្អែកលើភស្តុតាងវិទ្យាសាស្ត្រ និងការអនុវត្តល្អបំផុតដែលត្រូវបានគេទទួលស្គាល់និងបានធ្វើកន្លងមកដើម្បីការពារសមាជិកសាធារណៈដែលងាយរងគ្រោះពីហានិភ័យដែលអាចជៀសផុតពីជំងឺធ្ងន់ធ្ងរឬមរណភាពដែល បណ្តាលមកពីការប៉ះពាល់នឹងជំងឺវីរុសកូរ៉ូណា (ជំងឺកូវីដ-19)។ អាយុ, ស្ថានភាព និងសុខភាពនៃផ្នែកសំខាន់របស់ប្រជាជននៅខណ្ឌ អាឡាមេដា ("ខោនធី") ទាក់ទងនឹងហានិភ័យនៃផលវិបាកសុខភាព ធ្ងន់ធ្ងរឬទាំងការស្លាប់ដោយសារជំងឺកូវីដ-19។ មានការកើនឡើងនូវភស្តុតាងនៃហានិភ័យនៃការឆ្លងពីអ្នកដែលឆ្លងជំងឺមុនពេលចាប់ផ្តើមចេញរោគសញ្ញា។ ដូច្នេះបុគ្គលទាំងអស់ដែលប៉ះពាល់ជំងឺកូវីដ-19, ដោយមិនគិតពីកម្រិតនៃរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ (គ្មានរោគសញ្ញា, កម្រិត ស្រាល ឬកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ)អាចធ្វើឱ្យសមាជិកសាធារណៈដែលងាយរងគ្រោះមានហានិភ័យខ្ពស់។ បច្ចុប្បន្ននេះមិនមានវ៉ាក់សាំងការពារដើម្បីការពារប្រឆាំងនឹងជំងឺកូវីដ-19 និងមិនមានការព្យាបាលជាក់លាក់ណាមួយឡើយ។

ដើម្បីពន្លឺការរីករាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19, ការពារបុគ្គលងាយរងគ្រោះនិងការពារប្រព័ន្ធសុខភាពនៅខណ្ឌ អាឡាមេដា មិនឱ្យមានភាពធ្ងន់ធ្ងរ វាចាំបាច់នាយកដ្ឋានសុខភាព សាធារណៈរបស់អាឡាមេដា ("សុខភាពសាធារណៈ") ដាក់ឱ្យនៅដោយឡែកបុគ្គលដែលមានជំងឺកូវីដ-19។

តាមច្បាប់ផ្នែកសុខភាពនិងសុវត្ថិភាពកាលីហ្វ័រញ៉ា លេខ 101040, 101085 និង 120175, បទបញ្ជាមន្ត្រីសុខភាពខណ្ឌអាឡាមេដា៖

បុគ្គលទាំងអស់ដែលត្រូវបានគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យថាមានឬទំនងជាមានជំងឺកូវីដ-19 ត្រូវតែនៅដាច់ដោយឡែកពីគេដោយខ្លួនឯង។

មនុស្សទាំងនេះតម្រូវឱ្យធ្វើតាមការណែនាំទាំងអស់នៅក្នុងបទបញ្ជានេះនិងឯកសារណែនាំស្តីពីសុខភាពសាធារណៈដែលយោងនៅក្នុងបទបញ្ជានេះ។

ការបំពានបទបញ្ជានេះគឺជាបទឧក្រិដ្ឋមួយដែលត្រូវផ្តន្ទាទោសពិន័យជាទឹកប្រាក់រហូតដល់ 10,000 ដុល្លារនិង/ឬជាប់ ពន្ធនាគារមួយឆ្នាំ។ (សុខភាពនិងសុវត្ថិភាព។ ក្រម §§ 120295 ជាដើម; កាលីហ្វ័រញ៉ា ក្រមព្រហ្មទណ្ឌ §§ 69 & 148)



តម្រូវការឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកសម្រាប់បុគ្គលដែលត្រូវបានធ្វើ រោគវិនិច្ឆ័យថាមានឬទំនងជាមាន ជំងឺកូវីដ-19

A. បុគ្គលទាំងអស់ដែលត្រូវបានគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យថាមានឬទំនងជាមានជំងឺកូវីដ-19 ត្រូវចាត់វិធានការដូចខាងក្រោមជាបន្ទាន់៖

1. ដាក់ខ្លួននៅដាច់ដោយឡែកក្នុងផ្ទះឬកន្លែងស្នាក់នៅផ្សេងទៀត។
ពួកគេអាចនឹងមិនចាកចេញពីកន្លែងស្ថិតនៅដាច់ដោយឡែក របស់ខ្លួន ឬចូលកន្លែងសាធារណៈឬឯកជនផ្សេងទៀតលើកលែងតែការទទួលបានការព្យាបាលចាំបាច់។
2. ពិនិត្យឡើងវិញដោយយកចិត្តទុកដាក់និងអនុវត្តឱ្យបានដិតដល់នូវរាល់តម្រូវការដែលមានក្នុង“ សេចក្តីណែនាំអំពីការនៅដាច់ ដោយឡែកក្នុងផ្ទះ” ដែលបានចុះផ្សាយនៅ <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation> និងភ្ជាប់ទៅនឹងបទបញ្ជានេះ
3. ចូរប្រាប់មនុស្សដែលពួកគេមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ ថាខ្លួនត្រូវការនៅដាច់ពីគេ។ មនុស្សដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធដែលគួរតែត្រូវបានជូន ដំណឹងអំពីការនៅដាច់ពីគេដោយខ្លួនឯងគឺជាមនុស្សដែលនៅ ជាមួយពួកគេក្នុងអំឡុងពេលឆ្លងរោគ។ រយៈពេលឆ្លងចាប់ផ្តើមពី 48 ម៉ោងមុនពេលចេញរោគសញ្ញា (ឬកាលបរិច្ឆេទនៃការធ្វើតេស្តវិជ្ជមានប្រសិនបើមិនមានរោគសញ្ញា) និងបញ្ចប់នៅពេលដែលរយៈពេលនៅដាច់ដោយឡែកចប់ (សូមមើលផ្នែក គ ខាងក្រោម)។ មនុស្សដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធគឺជាមនុស្សដែល៖
 - រស់នៅឬបានស្នាក់នៅក្នុងលំនៅដ្ឋានរបស់ពួកគេ ឬ
 - ជាដៃគូរួមភេទជិតស្និទ្ធ ឬ
 - ផ្តល់ឬបានផ្តល់ការថែទាំដល់ពួកគេដោយមិនពាក់ម៉ាស់ សម្លៀកបំពាក់ការពារ និងស្រោមដៃ ឬ
 - បានស្ថិតក្នុងចំងាយ 6 ហ្វីតក្នុងករណីពន្យារពេល (>15 នាទី)។
4. សូមយោងទៅ“ សេចក្តីណែនាំអំពីការនៅដាច់ពីគេក្នុងផ្ទះ” ដែលបានចុះផ្សាយនៅ <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>, ដែល ពិពណ៌នាអំពីជំហាននានាដែលគ្រួសារ មនុស្សមានទំនាក់ ទំនងជិតស្និទ្ធ ដៃគូជិតស្និទ្ធ និងអ្នកថែទាំនិងអ្នកមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធនឹងគ្នាត្រូវតែចាត់វិធានការដើម្បីការពារការរីករាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19។ មនុស្សដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធទំនងជាត្រូវបានប៉ះពាល់ទៅនឹងជំងឺកូវីដ-19 ហើយប្រសិនបើមានការឆ្លងមេរោគអាច ងាយឆ្លងរាលដាលជំងឺកូវីដ-19 ដល់អ្នកដទៃសូម្បីតែពួកគេមានរោគសញ្ញាស្រាលក៏ដោយ។

B. បុគ្គលម្នាក់ៗត្រូវបានតម្រូវឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកពីព្រោះពួកគេមានឬទំនងជាមានជំងឺកូវីដ-19។

ការប្តេជ្ញាចិត្តនេះផ្អែកលើកត្តាមួយឬច្រើនដូចខាងក្រោម៖

- a) ការធ្វើតេស្តមន្ទីរពិសោធន៍វិជ្ជមានសម្រាប់វីរុសកូវីដ-19 (ដែលត្រូវបានគេ ស្គាល់ថា SARS-CoV-2) ដែលបណ្តាល អោយមានជំងឺកូវីដ-19
- b) សញ្ញានិងរោគសញ្ញាដែលត្រូវនឹងជំងឺកូវីដ-19 ក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃនៃការទាក់ ទងជិតស្និទ្ធជាមួយមនុស្សដែលមានឬត្រូវបានគេជឿថាមានជំងឺកូវីដ-19 ។



c) អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពបានជូនដំណឹងដល់បុគ្គលម្នាក់ៗថាពួកគេទំនងជាមានជំងឺកូវីដ-19។
 ការនៅដោយឡែកដោយខ្លួនឯងត្រូវបានទាមទារពីព្រោះមនុស្សម្នាក់ដែលឆ្លងជំងឺកូវីដ-19
 អាចចម្លងមេរោគទៅអ្នកដទៃបាន យ៉ាងងាយស្រួល។ ការនៅដោយ
 ឡែកបំបែកបុគ្គលដែលមានជំងឺទាំងនេះ ពីអ្នកដទៃដើម្បីការពារការរីករាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19។

C. បុគ្គលដែលនៅដោយឡែកត្រូវតែនៅដាច់ឆ្ងាយពីគេនៅក្នុងលំនៅដ្ឋាន និងធ្វើតាមការណែនាំទាំងអស់នៅក្នុងបទបញ្ជានេះ រហូតដល់ពួកគេលែងមានហានិភ័យក្នុងការចម្លងជំងឺកូវីដ-19 ដោយផ្អែកលើលក្ខណៈវិនិច្ឆ័យដូចខាងក្រោម៖

- a) យ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 3 ថ្ងៃ (72 ម៉ោង) បានកន្លងផុត ទៅតាំងពីការជាសះស្បើយដែលបានកំណត់ជាដំណោះស្រាយនៃការគ្រុនក្តៅ ដោយមិនប្រើថ្នាំបន្ថយការគ្រុនក្តៅ និង ភាពប្រសើរនៃការក្អក ការដកដង្ហើមខ្លីៗនិងរោគសញ្ញាផ្សេងទៀត; និង
- b) យ៉ាងហោចណាស់ 10 ថ្ងៃបានកន្លងផុតទៅចាប់តាំងពីរោគសញ្ញារបស់ ពួកគេបានចាប់ផ្តើម; ណាមួយនៅពេលក្រោយ។
- c) បុគ្គលដែលមានតេស្តវិជ្ជមានដែលមិនដែលរីករោគសញ្ញាត្រូវនៅដាច់ដោយឡែករយៈពេល 10 ថ្ងៃគិតចាប់ពីថ្ងៃធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យវិជ្ជមានទីមួយមក។

មន្ត្រីសុខាភិបាលអាចចាត់វិធានការបន្ថែមដែលអាចរាប់បញ្ចូលការឃុំខ្លួនជនស៊ីវិលឬតម្រូវឱ្យនរណាម្នាក់ស្នាក់នៅក្នុងមណ្ឌលសុខភាពឬទីតាំងផ្សេងទៀតដើម្បីការពារសុខភាពសាធារណៈប្រសិនបើបុគ្គលណាម្នាក់ដែលរំលោភឬខកខានមិនបានអនុវត្តតាមបទបញ្ជានេះ។ ការរំលោភបទបញ្ជានេះក៏ជាបទល្មើសត្រូវផ្តន្ទាទោសដាក់ពន្ធនាគារ ជាភពិន័យឬទាំងពីរ។

បទបញ្ជាបានចេញនៅ៖

Erica Pan

ថ្ងៃទី ៨ ខែមិថុនាឆ្នាំ ២០២០
 កាលបរិច្ឆេទ

វេជ្ជបណ្ឌិត អេរិក ភ៉ាន (Dr. Erica Pan)
 មន្ត្រីសុខភាពស្តីទី, ខណ្ឌអាឡាមេដា



បទបញ្ជាមន្ត្រីសុខភាពសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងជំងឺកូវីដ-19 លេខ 20-06 c

បទបញ្ជានៃការដាក់នៅឱ្យដាច់ពីគេសម្រាប់សភាពអាសន្នផ្នែកសុខភាពសាធារណៈ
កាលបរិច្ឆេទចេញបទបញ្ជា៖ ថ្ងៃទី3 ខែមេសា ឆ្នាំ2020 កែប្រែ ថ្ងៃទី4 ខែឧសភា ឆ្នាំ2020
និងធ្វើវិសោធនកម្មថ្ងៃទី ៨ ខែមិថុនាឆ្នាំ ២០២០

បទបញ្ជានេះចូលជាធរមានរហូតដល់មានការលុបចោលជា លាយលក្ខណ៍អក្សរដោយមន្ត្រីសុខភាព។

សេចក្តីសង្ខេបនៃបទបញ្ជា

រដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ាស្ថិតក្នុងភាពអាសន្នដោយសារតែជំងឺរាតជំងឺ កូវីដ-19។ ការរីករាលដាលនៃវីរុស កូវីដ-19 (ជំងឺកូវីដ-19) គឺជាគ្រោះថ្នាក់ ដ៏ធំមួយចំពោះសុខភាពរបស់សាធារណៈជននៅក្នុងខណ្ឌ អាឡាមេដា។ កូវីដ-19 អាចឆ្លងយ៉ាងងាយស្រួលរវាងមនុស្សដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធនឹង គ្នា។ បទបញ្ជានេះត្រូវបានចេញដោយផ្អែកលើភស្តុតាងវិទ្យាសាស្ត្រ និងការអនុវត្តល្អបំផុត ដែល ត្រូវបាន គេទទួលស្គាល់និងបានធ្វើ កន្លងមកដើម្បីការពារសមាជិកសាធារណៈដែលងាយរងគ្រោះ ពី ហានិភ័យដែលអាចជៀសផុតពីជំងឺធ្ងន់ធ្ងរឬមរណភាពដែល បណ្តាលមកពីការប៉ះពាល់នឹងជំងឺវីរុសកូវីដ-19)។ អាយុ, ស្ថានភាព និងសុខភាពនៃផ្នែកសំខាន់របស់ប្រជាជននៅខណ្ឌ អាឡាមេដា ("ខោនធី") ទាក់ទងនឹងហានិភ័យនៃផលវិបាកសុខភាព ធ្ងន់ធ្ងររួមទាំងការស្លាប់ ដោយសារជំងឺកូវីដ-19 មានការកើនឡើងនូវភស្តុតាងនៃហានិភ័យនៃការឆ្លងពីអ្នកដែលឆ្លងជំងឺមុនពេលចាប់ផ្តើមចេញរោគសញ្ញា។ ដូច្នេះបុគ្គលទាំងអស់ដែលប៉ះពាល់ជំងឺកូវីដ-19, ដោយមិន គិតពីកម្រិតនៃរោគសញ្ញារបស់ពួកគេ (គ្មានរោគសញ្ញា, កម្រិតស្រាល ឬកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ) អាច ធ្វើឱ្យសមាជិកសាធារណៈដែលងាយរងគ្រោះមានហានិភ័យខ្ពស់។ បច្ចុប្បន្ននេះមិនមានវ៉ាក់សាំងការពារដើម្បីការពារប្រឆាំងនឹងជំងឺកូវីដ-19 និងមិនមានការព្យាបាលជាក់លាក់ណាមួយឡើយ។

ដើម្បីពន្លឺការរីករាលដាលនៃជំងឺកូវីដ-19, ការពារបុគ្គលងាយរងគ្រោះនិងការពារប្រព័ន្ធ សុខាភិបាលនៅខណ្ឌ អាឡាមេដា មិនឱ្យមានភាពធ្ងន់ធ្ងរ វាចាំបាច់សម្រាប់មន្ត្រីសុខាភិបាលសាធារណៈ របស់ អាឡាមេដា (" មន្ត្រីសុខាភិបាល") ទាមទារឱ្យមានការដាក់នៅដាច់ពីគ្នាចំពោះមនុស្សដែល ប៉ះពាល់បុគ្គលដែលត្រូវបានគេធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យឃើញថាមានជំងឺកូវីដ-19។ ការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពី គ្នាសម្រាប់មនុស្សដែលបានប៉ះពាល់មនុស្សដែលមានជំងឺកូវីដ-19 ពីអ្នកដទៃ រហូតដល់គេបាន កំណត់ថាពួកគេមិនមានហានិភ័យចំពោះការរាលដាលជំងឺនេះទេ។

តាមច្បាប់ផ្នែកសុខភាពនិងសុវត្ថិភាពកាលីហ្វ័រញ៉ា លេខ 101040, 101085 និង 120175, បទបញ្ជាមន្ត្រីសុខភាពខណ្ឌអាឡាមេដា៖

សមាជិកគ្រួសារទាំងអស់, ដៃគូជិតស្និទ្ធនិងអ្នកថែទាំអ្នកដែលមានជំងឺកូវីដ-19 និងបុគ្គលទាំងឡាយណាដែលមានការទាក់ទងជិតស្និទ្ធជាមួយនឹងជនដែលមាន ជំងឺកូវីដ-19 ត្រូវតែ ដាក់ឱ្យរស់នៅដាច់ដោយឡែកពីគេ។ មនុស្សទាំងនេះតម្រូវឱ្យធ្វើតាមការណែនាំទាំងអស់នៅក្នុងបទបញ្ជានេះនិងឯកសារណែនាំស្តីពី សុខភាពសាធារណៈដែលយោងនៅក្នុងបទបញ្ជានេះ។



ការបំពានបទបញ្ជានេះគឺជាបទឧក្រិដ្ឋមួយដែលត្រូវផ្ដន្ទាទោសពិន័យជាទឹកប្រាក់រហូតដល់ 10,000 ដុល្លារនិង / ឬជាប់ពន្ធនាគារមួយឆ្នាំ។ (សុខភាពនិងសុវត្ថិភាព។ ក្រម §§ 120295 ជាដើម; កាលប្បវេណី ក្រមព្រហ្មទណ្ឌ §§ 69 & 148)

**តម្រូវការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេសម្រាប់គ្រួសារដែលមានទំនាក់ទំនង,
 ដែលជិតស្និទ្ធនិងអ្នកថែទាំអ្នក
 និងអ្នកដែលមានទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធនិងអ្នកដែលមានមេរោគកូវីដ-19។**

ទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយអ្នកដែលមានជំងឺកូវីដ-19 (" អ្នកជំងឺ") ត្រូវបានកំណត់ថាជាបុគ្គលដែល៖

- រស់នៅឬបានស្នាក់នៅក្នុងលំនៅដ្ឋានរបស់អ្នកជំងឺឬ
- គឺជាដៃគូផ្លូវភេទជិតស្និទ្ធរបស់អ្នកជំងឺ ឬ
- ផ្តល់ឬបានផ្តល់ការថែទាំអ្នកជំងឺដោយមិនបានពាក់ម៉ាស សម្លៀកបំពាក់ការពារនិងស្រោមដៃ ឬ
- ស្ថិតក្នុងចំងាយ 6 ហ្វីតក្នុងករណីពន្យារពេល (> 15 នាទី)។

និង

ទំនាក់ទំនងនេះបានកើតឡើងខណៈពេលដែលអ្នកជំងឺត្រូវបានគេកំណត់ថាឆ្លងរោគ។ អ្នកជំងឺឆ្លងរោគចាប់ពី 48 ម៉ោងមុនពេលពួកគេចេញរោគសញ្ញាហើយរហូតដល់ពួកគេត្រូវបាន ដោះលែងពីការដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេ។

បុគ្គលទាំងអស់ដែលត្រូវបានគេកំណត់ថាជាមនុស្សជិតស្និទ្ធនិងអ្នកដែលមានជំងឺកូវីដ-19 ត្រូវចាត់វិធានការដូចខាងក្រោមជាបន្ទាន់៖

1. ស្នាក់នៅក្នុងផ្ទះរបស់ខ្លួនឬកន្លែងស្នាក់នៅផ្សេងទៀតរហូតដល់ 14 ថ្ងៃគិតចាប់ពីថ្ងៃចុងក្រោយដែលពួកគេបានទាក់ទងជាមួយអ្នកដែលឆ្លងឬទំនងជាឆ្លងជំងឺកូវីដ -19។ ស្នាក់នៅក្នុងផ្ទះរបស់ខ្លួនឬកន្លែងស្នាក់នៅផ្សេងទៀតរហូតដល់ 14 ថ្ងៃគិតចាប់ពីថ្ងៃចុងក្រោយដែលពួកគេបានទាក់ទងជាមួយអ្នកដែលឆ្លងឬទំនងជាឆ្លងជំងឺកូវីដ -19។
2. មនុស្សដែលត្រូវបានគេដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេមិនអាចចាកចេញពីកន្លែងដែលត្រូវបានគេដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេឬចូលកន្លែងសាធារណៈឬឯកជនផ្សេងទៀតលើកលែងតែទទួលបានការព្យាបាលចាំបាច់។
3. សូមពិនិត្យមើលនិងតាមដានលក្ខខណ្ឌតម្រូវទាំងអស់ដែលមាននៅក្នុង"សេចក្តីណែនាំអំពីការដាក់នៅដាច់ពីគេនៅផ្ទះ" ដោយយកចិត្តទុកដាក់ នៅ

<http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation> ។



- ប្រសិនបើមនុស្សដែលត្រូវបានគេដាក់ឱ្យនៅដាច់ពីគេជាក់ខ្លួនឈឺ គ្រុនក្តៅ ក្អក ឬដង្ហើមខ្លីៗ (ទោះបីជាអាចសញ្ញារបស់ពួកគេស្រាលក៏ដោយ) ពួកគេគួរតែស្ថិតនៅដាច់ពីគេនៅផ្ទះ និងឆ្ងាយពីមនុស្សផ្សេងទៀតហើយអនុវត្តតាម“ សេចក្តីណែនាំអំពីដាក់ឱ្យនៅដាច់ ពីគេ នៅផ្ទះ” ដែលបានដាក់ផ្សាយនៅ <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources/quarantine-and-isolation>. នេះដោយសារតែពួកគេទំនង ជាមានជំងឺ កូវីដ-19 ហើយបើដូច្នោះមែន អាចចម្លងវាទៅមនុស្សដែលងាយរងគ្រោះ។

មន្ត្រីសុខាភិបាលអាចចាត់វិធានការបន្ថែមដែលអាចរាប់បញ្ចូលការឃុំខ្លួនជនស៊ីវិលឬគម្របឱ្យនរណាម្នាក់ស្នាក់នៅក្នុងមណ្ឌលសុខភាពឬទីតាំងផ្សេងទៀតដើម្បីការពារសុខភាពសាធារណៈប្រសិនបើបុគ្គលណាម្នាក់ដែលរំលោភឬខកខានមិនបានអនុវត្តតាមបទបញ្ជានេះ។ ការរំលោភបទបញ្ជានេះក៏ជាអំពើដែលត្រូវផ្ដន្ទាទោសដាក់ពន្ធនាគារ ជាកពិន័យឬទាំងពីរ។

បទបញ្ជាបានចេញនៅ៖

Erica Pan

វេជ្ជបណ្ឌិត អេរិក ភែន (Dr. Erica Pan)
មន្ត្រីសុខភាពស្តីទី, ខណ្ឌអាឡាមេដា

ថ្ងៃទី ៨ ខែមិថុនាឆ្នាំ ២០២០
កាលបរិច្ឆេទ