



## Hướng Dẫn Kiểm Tra COVID-19 cho Các Doanh Nghiệp và Tổ Chức

CẬP NHẬT NGÀY 28 tháng Tư, 2021

### MỤC ĐÍCH CỦA TÀI LIỆU NÀY

Tài liệu này hướng dẫn kiểm tra những triệu chứng và tiếp xúc COVID-19 cho các doanh nghiệp và tổ chức để điều chỉnh hoạt động và được an toàn. Phải thực hiện thể thức kiểm tra COVID-19 cho tất cả nhân viên (như nhân viên, nhà thầu, người tự nguyện, v.v...) trước khi bắt đầu mỗi ca làm việc.

Dựa theo [Các Tiêu Chuẩn Tam Thời và Khẩn Cấp Cal/OSHA về COVID-19](#), bất cứ nhân viên nào **chưa chữa ngừa—dù có hoặc không có triệu chứng—gần đây tiếp xúc với COVID-19, đều không được phép vào nơi làm việc**. Bất cứ nhân viên nào đã được chữa ngừa đầy đủ, gần đây có tiếp xúc với COVID-19, nhưng vẫn không có triệu chứng, thì không còn bị cấm đi làm sau khi có tiếp xúc. Hãy xem [Các Tiêu Chuẩn Tam Thời và Khẩn Cấp Cal/OSHA về COVID-19](#) để biết thêm thông tin về tiêu chí miễn trừ ở nơi làm việc.

### Trở Lại Làm Việc sau khi Cô Lập hay Cách Ly

Ban Sức Khỏe Công Cộng Quận Alameda (Alameda County Public Health Department, hay ACPHD) tuân theo các sách lược dựa trên thời gian và triệu chứng của Trung Tâm Kiểm Ngừa Bệnh (Centers for Disease Control and Prevention, hay CDC) để xác định khi nào một người bị COVID-19 có thể **kết thúc cô lập tại gia**; ACPHD **không đòi hỏi hay khuyến khích** phải có kết quả thử nghiệm âm tính — hoặc bất cứ biện pháp cho phép thêm nào khác — để nhân viên trở lại làm việc. Xin xem [Thư Ngỏ của Quận Alameda cho Hãng Sở về Thử Nghiệm Cho Phép](#) và [Hướng Dẫn Cô Lập của CDC](#).

### KIỂM TRA NHÂN VIÊN

Tất cả nhân viên (như nhân viên, nhà thầu, người tự nguyện, v.v...) đều phải tự đo nhiệt độ và đánh giá các triệu chứng COVID-19 trước khi bắt đầu mỗi ca làm việc. Nhân viên có triệu chứng **không được** vào nơi làm việc. Xem [Hướng Dẫn Tự Đánh Giá COVID-19 cho Nhân Viên](#) để biết thêm thông tin.

### CÂU HỎI KIỂM TRA HÀNG NGÀY

Cần kiểm tra triệu chứng COVID-19 và tiếp xúc bệnh **cùng với** biện pháp phòng ngừa khác như rửa tay thường xuyên, đeo khăn che mặt, giữ khoảng cách 6 bộ với những người khác, cải tiến hệ thống thông gió và dựng tấm chắn bằng các vật liệu như Plexiglass để giảm thiểu lây lan COVID-19 trong những thời điểm không thể giữ khoảng cách.

Phải hỏi tất cả nhân viên những câu hỏi dưới đây, trước khi bắt đầu mỗi ca làm việc. Nếu trả lời “có” cho bất kỳ câu hỏi nào sau đây, nhân viên này phải về nhà và làm theo [các biện pháp cô lập/cách ly](#).



## CÂU HỎI KIỂM TRA TRIỆU CHỨNG COVID-19 VÀ TIẾP XÚC BỆNH

Trong vòng 10 ngày qua, quý vị có được chẩn đoán (tức là có kết quả thử nghiệm dương tính) bị COVID-19 không?	<input type="checkbox"/> Có	<input type="checkbox"/> Không
Trong vòng 14 ngày qua, quý vị có tiếp xúc gần * với bất cứ người nào có kết quả thử nghiệm dương tính với và/hoặc đang bị cô lập do COVID-19 không?	<input type="checkbox"/> Có	<input type="checkbox"/> Không
Trong vòng 24 giờ qua, quý vị có bị bất cứ triệu chứng nào sau đây không mà không thể giải thích được lý do nào khác ngoài việc có thể bị COVID-19 không?	<input type="checkbox"/> Có	<input type="checkbox"/> Không
<input type="checkbox"/> Sốt, ớn lạnh hoặc liên tục bị run rẩy/rùng mình	<input type="checkbox"/> Đau nhức cơ bắp	
<input type="checkbox"/> Ho	<input type="checkbox"/> Nhức đầu	
<input type="checkbox"/> Đau họng	<input type="checkbox"/> Chảy mũi	
<input type="checkbox"/> Thở ngắn, khó thở	<input type="checkbox"/> Nghẹt mũi	
<input type="checkbox"/> Thấy yếu người hoặc mệt mỏi bất thường	<input type="checkbox"/> Đi tiêu chảy	
<input type="checkbox"/> Mất vị giác hoặc khứu giác	<input type="checkbox"/> Buồn nôn và/hoặc nôn ói	

\* Tiếp xúc gần được định nghĩa là một người ở trong vòng 6 bộ trong tổng cộng 15 phút hoặc hơn trong vòng 2 ngày trước khi phát bệnh, bất kể người tiếp xúc có đeo khẩu trang hay không.

## XEM XÉT NHỮNG CÂU HỎI KIỂM TRA COVID-19

### Người nào sẽ được kiểm tra tiếp xúc bệnh và các triệu chứng COVID-19?

Xác định người nào sẽ được hỏi về các triệu chứng COVID-19 và nguy cơ tiếp xúc với COVID-19: chỉ nhân viên hay tất cả mọi người vào tòa nhà?

### Người nào sẽ hỏi câu hỏi kiểm tra COVID-19?

Cần nhắc sử dụng nền tảng kỹ thuật số để thu thập thông tin kiểm tra COVID-19. Nếu không thể sử dụng một nền tảng kỹ thuật số thì phải bảo đảm giảm thiểu số nhân viên đặt câu hỏi kiểm tra. Cần xem xét thêm những điều sau đây:

- Thời gian cần thiết để hỏi nhân viên câu hỏi kiểm tra có thể làm tắc nghẽn cổng vào, làm chậm giờ bắt đầu làm việc và phải xếp hàng dài.
- Theo [Lệnh Đeo Khăn Che Mặt của Tiểu Bang California](#), (những) người kiểm tra COVID-19 phải luôn đeo khăn che mặt hoặc khẩu trang, đặc biệt là trong lúc tương tác với người khác.

### Sẽ kiểm tra ở đâu?

Xác định nơi sẽ kiểm tra.

- Cần kiểm tra trước khi người nào vào tòa nhà, hoặc ngay sau đó.
- Nếu hỏi bằng lời thì nơi kiểm tra phải là nơi riêng tư.
- Nơi kiểm tra có đủ khoảng trống để mọi người giữ khoảng cách 6 bộ trong lúc chờ kiểm tra. Đánh dấu sàn nhà cách nhau 6 bộ để chỉ ra nơi đứng chờ thích hợp trong khi xếp hàng chờ được kiểm tra khi vào cửa.
- Tòa nhà có thể phải đóng một số lối vào để ngăn mọi người vào mà không được kiểm tra.



### Xem xét thêm về kiểm tra an toàn và theo dõi:

- Mọi người đều phải đeo khăn che mặt hoặc khẩu trang trong suốt thời gian kiểm tra đánh giá.
- Dựa theo hướng dẫn của tiểu bang California, mọi người phải mang khẩu trang khi được hỏi trực tiếp để kiểm tra. Những người không đeo khẩu trang hoặc khăn che mặt có thể được cung cấp một chiếc nếu có đủ tiếp liệu. Khăn che mặt này có thể đơn giản như khăn rằn hoặc khăn hình vuông bằng vải tương tự.
- Bỏ đi những vật dùng chung. Ví dụ, không dùng chung bút viết. Nếu cần dùng chung thì khử trùng vật dụng mỗi lần sử dụng.

### XEM XÉT ĐO NHIỆT ĐỘ

**Hầu hết nhiều doanh nghiệp không được khuyến cáo kiểm tra nhiệt độ.** Kiểm tra nhiệt độ không thay thế những cách kiểm soát khác như kiểm tra triệu chứng và tự đánh giá nguy cơ tiếp xúc COVID-19, giữ khoảng cách 6 bộ với những người khác, đeo khăn che mặt hoặc khẩu trang và lập rào ngăn cách như cửa sổ bằng kính hoặc tấm nhựa giữa những người không thể luôn giữ khoảng cách 6 bộ với người khác.

Lưu ý: Trước tiên, hãy kiểm tra triệu chứng COVID-19. Nhân viên trả lời có cho bất kỳ câu hỏi nào trong những câu hỏi về kiểm tra và tự đánh giá không cần phải kiểm tra nhiệt độ và phải ở nhà/về nhà.

Trong khi khuyến cáo hầu hết doanh nghiệp kiểm tra nhiệt độ, Trung Tâm Kiểm Ngừa Bệnh (CDC) khuyến cáo nên hỏi cả câu hỏi kiểm tra COVID-19 và đo nhiệt độ khi đến nơi làm việc cho các nhóm sau đây:

- Nhân viên có mặt và làm việc ở những cơ sở chăm sóc sức khỏe, bao gồm cả cơ sở điều dưỡng chuyên môn và chăm sóc dài hạn Xem [Cơ Cở Chăm Sóc Dài Hạn Quận Alameda](#) để biết thêm hướng dẫn.
- Nhân viên, khách thăm và những người bị giam giữ trong cơ sở cải huấn/giam giữ.
- Nhân viên ở Cơ Sở Hạ Tầng Quan Trọng được tiếp tục làm việc sau khi tiếp xúc gần với người nghi ngờ hoặc xác nhận bị COVID-19, bao gồm:
  - Thực thi luật liên bang, tiểu bang và địa phương
  - Nhân viên trung tâm tổng đài 911
  - Nhân viên trung tâm hỗ trợ
  - Người ứng phó với vật liệu nguy hiểm từ chánh phủ và khu vực tư
  - Nhân viên gác cổng và nhân viên trông coi khác
  - Người làm việc - gồm cả người cung cấp theo hợp đồng - trong lãnh vực thực phẩm và nông nghiệp, sản xuất quan trọng, công nghệ thông tin, chuyên chở, năng lượng và các cơ sở của chính phủ
  - Khách hàng đến nhà ở tạm cho người vô gia cư
  - Trẻ em đến các chương trình trông giữ trẻ em, bao gồm cả các chương trình pre-K (mẫu giáo)  
Hướng dẫn của CDC nêu rõ rằng các chương trình trông giữ trẻ em có thể cho phụ huynh đo nhiệt độ của trẻ bằng nhiệt kế trước hoặc khi đến nơi, rồi báo cáo nhiệt độ cho người giữ trẻ. Chương trình trông giữ trẻ bao gồm nhưng không giới hạn:
    - Chương trình trông giữ trẻ gia đình (tức là trông trẻ tại nhà)
    - Chương trình Pre-K (mẫu giáo) tại các trường tư và công lập
    - Chương trình Head Start (Khởi Đầu) và Early Head Start (Khởi Đầu Sớm)
    - Trung tâm trông trẻ tư nhân



## Những nơi làm việc khác — không có trong danh sách trên — có phải kiểm tra nhiệt độ của nhân viên và/hoặc những người khác đến địa điểm không?

Tại thời điểm này, Ban Sức Khỏe Công Cộng Quận Alameda không khuyến cáo tất cả nơi làm việc thường xuyên đo nhiệt độ của nhân viên để kiểm tra nguy cơ nhiễm COVID-19. Xin lưu ý rằng lợi ích của việc hỏi về triệu chứng *kết hợp* với đo nhiệt độ là tốt nhất trong các trường hợp sau đây:

- Khi nhiều nhân viên ở cơ sở hạ tầng quan trọng tiếp xúc với COVID-19 và tất cả nhân viên tiếp xúc phải cách ly tại nhà trong 14 ngày sẽ làm thiếu hụt nhân sự đáng kể
- Môi trường kín nơi COVID-19 có thể lan nhanh chóng nếu lây vào cơ sở, như nhà điều dưỡng, nhà tù và cơ sở giam giữ.
- Các hoàn cảnh khi biện pháp hiệu quả hơn như giữ khoảng cách 6 bộ và mọi người đeo khẩu trang/khăn che mặt là không khả thi, như những chương trình trông giữ trẻ em.
- Những nơi phục vụ những người có nguy cơ cao bị bệnh COVID-19 nghiêm trọng (như bệnh viện, bệnh xá, nhà điều dưỡng).

## Nơi làm việc có phải lưu thông tin về kiểm tra nhiệt độ và triệu chứng của nhân viên trong hồ sơ không?

Nơi làm việc có thể quyết định xem họ có muốn lưu giữ thông tin kiểm tra triệu chứng và tiếp xúc COVID-19 trong hồ sơ hay không. Nếu nơi làm việc muốn lưu giữ thông tin này thì Cal/OSHA đòi hỏi doanh nghiệp phải lưu giữ những tài liệu này trong 30 năm sau khi nhân viên rời tổ chức. Xem [Cal/OSHA: Tiêu Chuẩn Xem Hồ Sơ Y Tế và Tiếp Xúc của Nhân Viên \(8 CCR 3204\)](#) để biết thêm thông tin.

## XEM XÉT LẬP NƠI KIỂM TRA NHIỆT ĐỘ

- Quyết định dựa trên ba yếu tố sau đây cho mỗi đoạn [Xem Xét Câu Hỏi Kiểm Tra COVID-19](#) của tài liệu này: Người nào sẽ được kiểm tra các triệu chứng và tiếp xúc COVID-19? Người nào sẽ hỏi câu hỏi kiểm tra COVID-19? Sẽ kiểm tra ở đâu?
- Dụng cụ chắn, như cửa sổ kính hoặc tấm nhựa trong, giữa những người vào tòa nhà và (những) người đo nhiệt độ.
  - Những nơi kiểm tra phải cách nhau ít nhất 6 bộ và lập ra theo cách bảo vệ thông tin kín đáo của người được kiểm tra.
  - Nếu không thể đặt tấm chắn, người đo nhiệt độ phải mang dụng cụ bảo vệ cá nhân (personal protective equipment, hay PPE) sau đây: khẩu trang, kính bảo vệ mắt (kính bảo hộ hoặc tấm che mặt dùng một lần, che hết mặt trước và hai bên mặt) và găng tay dùng một lần. Tuy nhiên, chỉ dùng PPE thì không hiệu quả bằng dùng tấm chắn. Ngoài ra, nhân viên phải được huấn luyện về cách sử dụng PPE.



- Khi chọn loại nhiệt kế để sử dụng:
  - Đối với tất cả các loại nhiệt kế, nhiệt kế phẩm chất cao hơn sẽ có thể cho đo chính xác hơn. Tuân theo hướng dẫn của người sản xuất.
  - Ban Sức Khỏe Công Cộng Quận Alameda khuyến cáo sử dụng các loại nhiệt kế không chạm (hồng ngoại), với những lưu ý sau đây:
    - Nhiệt kế không chạm có xu hướng đo nhiệt độ thấp hơn so với nhiệt kế đo qua miệng, đặc biệt là khi sử dụng ngoài trời.
  - Nếu dùng nhiệt kế đo qua miệng, thì ăn hoặc uống thức uống lỏng và đồ ăn rắn trong vòng 30 phút có thể làm cho kết quả đo không chính xác.

### THẺ THỨC ĐO NHIỆT ĐỘ

Ban Sức Khỏe Công Cộng Quận Alameda coi bất cứ người nào có nhiệt độ từ 100 độ F (37.8 C) trở lên là sốt (bị sốt). **Bất cứ người nào có nhiệt độ từ 100 độ F (37.8 C) trở lên phải về nhà ngay và không được vào nơi làm việc.** Nên kiểm tra lại khi nhiệt độ dưới 96°F (35.6 ° C) để bảo đảm kết quả được chính xác.

Lưu ý: Bất cứ người nào có dấu hiệu sốt hoặc các triệu chứng COVID-19 khác phải rời khỏi nơi làm việc ngay, báo cho giám thị của họ và gọi cho người chăm sóc chánh hoặc nơi chăm sóc y tế của họ. Trẻ em trong các chương trình trông giữ trẻ em không được tham gia khi đang có triệu chứng. Đối với các nhóm khác, hãy tham khảo thẻ thức của tổ chức.

### Hướng dẫn đo nhiệt độ khi có tấm chắn (cách làm ưu tiên):

- Khi đến nơi đo nhiệt độ, luôn rửa tay và đeo găng tay dùng một lần. Khi sử dụng nhiệt kế đo không chạm (tia hồng ngoại) hoặc nhiệt kế đo ở thái dương, không cần phải thay găng tay trước lần kiểm tra nhiệt độ tiếp theo nếu người kiểm tra nhiệt độ không chạm vào những người được kiểm tra.
- Khi đo nhiệt độ, hãy đứng sau tấm chắn trong suốt, như cửa sổ kính hoặc vách ngăn bằng tấm nhựa, để mặt của quý vị không bị các giọt bắn hô hấp khi bệnh nhân hắt hơi, ho hoặc nói chuyện. Khi đến gần tấm chắn, (những) người đo nhiệt độ phải giữ mặt họ luôn ở sau tấm chắn.

### Hướng dẫn kiểm tra nhiệt độ khi có sẵn PPE nhưng không có tấm chắn:

- Khi đến nơi, rửa tay và đeo khẩu trang, kính bảo vệ mắt (kính bảo hộ hoặc tấm che mặt dùng một lần che hết mặt trước và hai bên mặt) và một đôi găng tay dùng một lần.
  - Làm theo khuyến cáo hiện tại của CDC cho [khẩu trang](#) và [dung cụ bảo vệ mắt](#).
  - Làm theo hướng dẫn của cơ sở của quý vị về cách đeo và tháo PPE theo cách an toàn. Nếu không có hướng dẫn thì tham khảo [CDC khuyến cáo thứ tự đeo và tháo PPE](#).
  - Kính mắt không được coi là bảo vệ mắt đầy đủ vì chúng không che được bên mặt. Chúng tôi rất khuyến khích sử dụng dụng cụ bảo vệ mắt như kính bảo hộ hoặc tấm che mặt dùng một lần che toàn bộ mặt trước và hai bên mặt.
  - Rửa tay bằng xà bông và nước trong 20 giây. Nếu không có sẵn xà bông và nước thì dùng chất sát trùng tay có ít nhất 60% cồn. Nếu tay bẩn nhiều thì nên sử dụng xà bông và nước trước khi sử dụng chất sát trùng tay có cồn.



- Kiểm tra nhiệt độ.
  - Nếu nhiệt độ dưới 96 °F (35.6 °C) thì hãy kiểm tra lại.
  - Khi sử dụng nhiệt kế đo không chạm (tia hồng ngoại) hoặc nhiệt kế đo ở thái dương, nếu quý vị không chạm vào người được kiểm tra thì không cần thay găng tay trước lần kiểm tra tiếp theo.
  - Nếu sử dụng nhiệt kế đo ở thái dương thì lau sạch nó bằng khăn tẩm cồn (hoặc cồn isopropyl trên tấm bông) giữa mỗi lần đo cho khách hàng. Quý vị có thể sử dụng lại cùng một khăn lau miễn là nó vẫn còn ướt.
  - Nếu sử dụng nhiệt kế đo qua miệng thì dùng một đôi găng tay sạch cho mỗi người và lau kỹ nhiệt kế giữa mỗi lần đo. Cũng có thể sử dụng nhiệt kế đo qua miệng có nắp đậy đầu đo dùng một lần.
- Khi kết thúc ca làm việc hoặc khi rời khỏi nơi kiểm tra (như để nghỉ ăn trưa) thì hãy tháo và thải bỏ PPE, đồng thời rửa tay như đã mô tả ở trên.

#### **Các điều kiện có thể ảnh hưởng đến kết quả đo nhiệt độ:**

- Nhiệt độ môi trường, ánh sáng mặt trời và gió có thể làm kết quả đo không chính xác khi đo bằng nhiệt kế đo trán (thái dương) hoặc nhiệt kế hồng ngoại khi sử dụng ngoài trời.
- Ăn đồ ăn và/hoặc đồ uống nóng hoặc lạnh trong vòng 30 phút có thể làm kết quả đo không chính xác khi dùng nhiệt kế đo qua miệng.
- Tập thể dục trong vòng 30 phút trước khi đo có thể làm tăng nhiệt độ với tất cả các thiết bị đo.
- Sử dụng thuốc giảm đau và thuốc hạ sốt như aspirin, acetaminophen (như Tylenol), ibuprofen (như Motrin hoặc Advil) hoặc naproxen (như Aleve) có thể làm kết quả đo không chính xác đối với những người có dấu hiệu sốt.
- Người cao niên và/hoặc người bị suy giảm miễn dịch có thể không bị sốt đáng kể.
- Bệnh nhân sống trong điều kiện lạnh có thể có nhiệt độ cơ thể thấp mặc dù bị nhiễm bệnh. Dụng cụ đo nhiệt độ sẽ cho thấy nhiệt độ cơ thể thực tế, nhưng nhiệt độ cơ thể có thể không tăng để phản ứng với nhiễm bệnh, tháo và thải bỏ PPE, và rửa tay như mô tả ở trên.