



ការណែនាំអំពីការវាយតម្លៃខ្លួនឯងទៅលើជំងឺ COVID-19 សម្រាប់បុគ្គលិក (និយោជិត អ្នកជាប់កិច្ចសន្យា អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត)

បានធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពនៅថ្ងៃ 6/5/2020

សេចក្តីផ្តើម

មានការរីករាលដាលជំងឺ COVID-19 តាមសហគមន៍សំខាន់ៗនៅក្នុងខោនធី Alameda ។ សេចក្តីបង្គាប់ឱ្យស្នាក់នៅមួយកន្លែងនៅក្នុងខោនធី Alameda តម្រូវឱ្យពលរដ្ឋក្នុងខោនធី Alameda បន្តស្នាក់នៅផ្ទះ ឱ្យបានច្រើនតាមដែលអាចធ្វើបាន ពាក់ប្រដាប់គ្របការពារមុខ លាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់ សម្រាកនៅផ្ទះនៅពេលមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួន ទទួលបានការធ្វើតេស្តប្រសិនបើបានប៉ះពាល់ផ្ទាល់ទៅនឹងជំងឺ និងអនុវត្តតាមបម្រុងប្រយ័ត្នផ្សេងៗដែលបានជួយឱ្យតំបន់របស់យើងមានការអវិជ្ជាប្រសើរឡើង ដើម្បីកាត់បន្ថយការរីករាលដាលជំងឺ COVID-19 ។

មន្ត្រីសុខាភិបាលនៅខោនធី Alameda កំពុងតាមដានទិន្នន័យដោយប្រុងប្រយ័ត្នពាក់ព័ន្ធនឹងការរីករាលដាលជំងឺ COVID-19 នៅក្នុងខោនធីរបស់យើង និងកំពុងអនុវត្តវិធីសាស្ត្រចាត់វិធានការឆ្ពោះទៅរកការបើកអាជីវកម្ម និងសកម្មភាពឡើងវិញ។

សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីសេចក្តីបង្គាប់របស់មន្ត្រីសុខាភិបាលប្រចាំខោនធី សូមចូលទៅ [ទី១៤](#) ។ សម្រាប់បញ្ជីវាយតម្លៃអាជីវកម្ម និងសកម្មភាពដែលទទួលបានការអនុញ្ញាតឱ្យបើកដំណើរការឡើងវិញនៅក្នុងខោនធី Alameda សូមចូលទៅ [ទី១៤](#) ។

ការទទួលខុសត្រូវរបស់និយោជករបស់អ្នក

អាជីវកម្មដែលទទួលបានការអនុញ្ញាតឱ្យបើកដំណើរការឡើងវិញនៅក្នុងខោនធី Alameda តម្រូវឱ្យបង្កើតនូវផែនការការពារជាក់លាក់តាមទីតាំងដោយរៀបរាប់លម្អិតថា តើអាជីវកម្មនេះនឹងត្រូវបង្ការ និងគ្រប់គ្រងការរីករាលដាលនៃជំងឺ COVID-19 ដោយរបៀបណា ។ ផែនការដែលត្រូវចាំបាច់ មានទីតាំងនៅ [ទី១៤](#) ។ សម្រាប់ជាផ្នែកមួយនៃផែនការនោះ និយោជកត្រូវតែផ្តល់ការបណ្តុះបណ្តាលដល់និយោជិត និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្តអំពីរបៀបរក្សាកម្រិតនៃការរីករាលដាលនៃជំងឺឱ្យនៅតិចតួចបំផុត រួមទាំងរបៀបក្នុងការពិនិត្យមើលដោយខ្លួនឯងនូវអាកសញ្ញា ឬការប្រឈមនឹងការរីករាលដាលនៃជំងឺក៏មាន។

ការទទួលខុសត្រូវរបស់អ្នក

គោលបំណងនៃឯកសារនេះ គឺត្រូវពន្យល់បកស្រាយអំពីលក្ខខណ្ឌតម្រូវសម្រាប់បុគ្គលិក (និយោជិត អ្នកចុះកិច្ចសន្យា អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត) អំពីអាជីវកម្មសំខាន់ៗ និងអាជីវកម្មផ្សេងទៀតដែលទទួលបានការអនុញ្ញាតឱ្យដំណើរការដើម្បីវាយតម្លៃថា តើពួកគេបានប្រឈមនឹងការរីករាលដាលជំងឺ COVID-19 ឬមានអាកសញ្ញា COVID-19 ដែរឬអត់។

រៀងរាល់ថ្ងៃដែលអ្នកធ្វើការ អ្នកត្រូវតែឆ្លើយសំណួរនៅក្នុងការវាយ តម្លៃខ្លួនឯងនេះ ហើយអាចតម្រូវឱ្យផ្តល់ចម្លើយដល់និយោជករបស់អ្នក មុនពេលអ្នកចាប់ផ្តើមជនការងាររបស់អ្នកដោយ ផ្ទាល់ឬតាមទូរស័ព្ទ ឬតាមមធ្យោបាយអេឡិចត្រូនិកផ្សេងទៀត។ ប្រសិនបើអ្នកឆ្លើយ បាទ/ចាស ទៅកាន់សំណួរណាមួយនៅលើការវាយតម្លៃខ្លួនឯងនេះ អ្នកត្រូវតែផ្តល់ដំណឹងដល់និយោជករបស់អ្នក ហើយ**មិនត្រូវចូលទៅធ្វើការទេ** ទាក់ទងទៅកាន់អ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពធម្មតារបស់អ្នកសម្រាប់ការណែនាំបន្ថែម។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានអ្នកផ្តល់សេវាថែទាំសុខភាពនោះទេ ឬសម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីការធ្វើតេស្តជំងឺ COVID-19 ប្រសិនបើអ្នកមានជំងឺ COVID-19 សូមចូលទៅកាន់ [ទី១៤](#) ។

ធនធានសម្រាប់និយោជិត

ប្រសិនបើអ្នក និង/ឬក្រុមគ្រួសារអ្នកទទួលបានផលប៉ះពាល់នៃជំងឺ COVID-19 អ្នកអាចមានលក្ខណសម្បត្តិ ទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ និងការការពារជាក់លាក់នានា ដោយមិនគិតពីរយៈពេលធ្វើការងារ ស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ ឬកត្តាផ្សេងទៀតនោះទេ ។ អ្នកអាចស្វែងរកព័ត៌មាន និងការណែនាំបន្ថែមអំពីសិទ្ធិរបស់បុគ្គលិក និងការការពារ ការឈប់សម្រាកដោយទទួលបានប្រាក់កម្រៃ ជំនួយពេលគ្មានការងារធ្វើ និងជំនួយផ្នែកការងារដែលពាក់ព័ន្ធនឹងជំងឺ COVID-19 ផ្សេងទៀត [ទី១៤](#) ។

ការវាយតម្លៃខ្លួនឯងលើជំងឺ COVID-19 សម្រាប់បុគ្គលិក

ផ្នែកទី 1: ឆ្លើយសំណួរទាំងនេះ

អ្នកត្រូវតែឆ្លើយសំណួរទាំងបីនេះ មុនពេលចាប់ផ្តើមការងាររបស់អ្នករៀងរាល់ថ្ងៃដែលអ្នកធ្វើការ។ អ្នកអាចនឹងតម្រូវឱ្យផ្តល់ចម្លើយដោយផ្ទាល់ ឬតាមទូរស័ព្ទ អ៊ីម៉ែល ឬមធ្យោបាយអេឡិចត្រូនិកផ្សេងទៀតទៅដល់អាជីវកម្ម មុនពេលចាប់ផ្តើមការងារនីមួយៗ។ ប្រសិនបើចម្លើយណាមួយមានការផ្លាស់ប្តូរនៅពេលអ្នកស្ថិតនៅកន្លែងធ្វើការ សូមផ្តល់ដំណឹងជាបន្ទាន់ដល់អ្នកគ្រប់គ្រងរបស់អ្នកតាមទូរស័ព្ទ អ៊ីម៉ែល ឬក្នុងចម្ងាយ 6 ហ្វីត (1.82 ម៉ែត្រ) ហើយចាកចេញពីកន្លែងធ្វើការ។

1. ក្នុងរយៈពេល 10 ថ្ងៃចុងក្រោយនេះ តើអ្នកបានធ្វើតេស្តវិទ្យុធាតុដើម្បីពិនិត្យមេរោគ COVID-19 ឬមានការធ្វើតេស្តដែលបញ្ជាក់ថាអ្នកមានវីរុសនេះដែរឬទេ?

បាទ/ចាស
 ទេ

2. តើអ្នករស់នៅក្នុងគ្រួសារតែមួយជាមួយនរណាម្នាក់ ឬតើអ្នកធ្លាប់បានប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់* ក្នុងរយៈពេល 14 ថ្ងៃចុងក្រោយជាមួយនរណាម្នាក់ដែលធ្លាប់បានដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកដោយសារជំងឺ COVID-19 ឬមានការធ្វើតេស្ត ដែលបញ្ជាក់ថាពួកគេមានវីរុសនេះដែរឬទេ?

បាទ/ចាស
 ទេ

3. តើអ្នកមានធាតុសញ្ញាណាមួយក្នុងចំណោមធាតុសញ្ញាទាំងនេះដែរឬទេនៅថ្ងៃនេះ ឬក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោងមុន ដែលជាធាតុសញ្ញា និងមិនអាចពន្យល់បកស្រាយដោយហេតុផលណាមួយបានក្រៅតែពីលទ្ធភាពដែលអាចកើតមានជំងឺ COVID-19?

- គ្រុនក្តៅ គ្រុនរងាវ ឬញាក់/ស្រៀវស្រាញាតត្រហាកត្រហាន
 - ក្អក
 - ឈឺក
 - ដង្ហក់ ពិបាកដកដង្ហើម
 - មានអារម្មណ៍ខ្សោយ ឬអស់កម្លាំងខ្លាំងខុសប្រក្រតី
 - បាត់បង់រស់ជាតិរហាម ឬក្លិន

- ឈឺសាច់ដុំ
 - ឈឺក្បាល
 - ហៀរសំបោរ ឬតឹងច្រមុះ
 - វាគូស
 - រកកល់ចង់ក្អក និងក្អកចង្ហាម

បាទ/ចាស
 ទេ

* “ការប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ” ត្រូវបានកំណត់និយមន័យថាជាការរស់នៅក្នុងផ្ទះជាមួយគ្នា ជាដៃគូជិតស្និទ្ធ អ្នកផ្តល់ការថែទាំ ឬការស្ថិតក្នុងចម្ងាយ 6 ហ្វីត (1.82 ម៉ែត្រ) ក្នុងរយៈពេលលើសពី 15 នាទីពីបុគ្គលណាម្នាក់ដែលមានជំងឺ COVID-19។

ផ្នែកទី 2: ជំហានបន្ទាប់

- ប្រសិនបើអ្នកឆ្លើយ **បាទ/ចាស** ចំពោះសំណួរទី 1• ភ្នំនៅធ្វើការ៖
អនុវត្តតាមជំហានស្តីពីការដាក់ឱ្យនៅដាច់ដោយឡែក តាមរយៈ៖ <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- ប្រសិនបើអ្នកឆ្លើយ **បាទ/ចាស** ចំពោះសំណួរទី 2• ភ្នំនៅធ្វើការ៖
អនុវត្តតាមជំហានស្តីពីការធ្វើតេស្តឡីស៊ីក តាមរយៈ៖ <http://www.acphd.org/2019-ncov/resources-residents/quarantine-and-isolation.aspx>
- មិនត្រូវ ត្រឡប់ទៅធ្វើការវិញទេ ប្រសិនបើអ្នកបានឆ្លើយ **បាទ/ចាស** ទៅចំពោះសំណួរទី 1 & 2 រហូតដល់អ្នកបំពេញតាមលក្ខខណ្ឌវិនិច្ឆ័យដើម្បីត្រឡប់ទៅធ្វើការវិញ តាមរយៈ៖ <http://www.acphd.org/media/568880/acphd-covid-19-release-from-iso-or-quar-and-return-to-work-criteria-english.pdf>
- ប្រសិនបើអ្នកឆ្លើយ **បាទ/ចាស** ចំពោះសំណួរទី 3• ភ្នំនៅធ្វើការ៖
អ្នកអាចមានជំងឺ COVID-19 ហើយក៏ប្រើទៅកាន់គ្រូពេទ្យសម្រាប់ការវាយតម្លៃ និងការណែនាំបន្ថែម។ គ្រូពេទ្យរបស់អ្នក នឹងសម្រេចចិត្តថាតើអ្នកគប្បីត្រូវទទួលការធ្វើតេស្តរកមេរោគ COVID-19 ឬយ៉ាងណា។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានគ្រូពេទ្យទេ សូមទូលទៅកាន់ [ទីនេះ](#) សម្រាប់ទីតាំងធ្វើតេស្តជំងឺ COVID-19 និង/ឬអនុវត្តតាមការណែនាំស្តីពីការត្រឡប់ទៅធ្វើការវិញ [ទីនេះ](#)។