ការពារខ្លួនអ្នកពីជំងឺគ្រុនផ្តាសាយបក្សី នៅពេលធ្វើការជាមួយសត្វគោ ចិញ្ចឹមយកទឹកដោះដែលមានមេរោគ

ជំងឺផ្តាសាយបក្សីអាចឆ្លងពីសត្វគោទៅមនុស្ស និងធ្វើឱ្យអ្នកឈឺបាន។

- មេរោគអាចមាននៅក្នុងទឹកដោះគោឆៅ វត្ថុរាវក្នុងខ្លួនសត្វ ឬនៅផ្ទៃខាងក្រៅ។
- វាអាចរីករាលដាលតាមរយៈបន្សាយទឹក ធូលី ឬដំណក់ទឹកក្នុងខ្យល់។ របស់ទាំងនេះអាចចូលភ្នែក ច្រមុះ មាត់ និងសួត។
- វាក៏អាចឆ្លងរាលដាលផងដែរ ប្រសិនបើអ្នកប៉ះផ្ទៃខាងក្រៅដែលមានមេរោគ រួចប៉ះមុខរបស់អ្នក។

ការពារភ្នែក ច្រមុះ និងមាត់របស់អ្នក។

ពាក់ឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) នៅពេលធ្វើការងារដែលមានហានិភ័យខ្ពស់ដូចជា៖

- ការយកទឹកដោះ ការប៉ះពាល់ទៅនឹងទឹកដោះឆៅ ឬការសម្អាតកន្លែងយកទឹកដោះ
- ការថែទាំគោឈឺ ឬការសម្អាតក្រោលរបស់ពួកវា
- ការប៉ះពាល់សត្វគោដែលងាប់ ឬសម្អាតក្រោលរបស់ពួកវា

វ៉ែនតាការពារភ្នែក (វ៉ែនតាដែលមានខ្យល់ចេញចូលដោយប្រយោល) ឬរបាំងមុខដើម្បីការពារពីបន្សាយទឹក។ វ៉ែនតាការពារភ្នែកអាចការពារបានល្អ
ជាងរបាំងមុខ។ របាំងមុខរក្សារម៉ាស់ឱ្យ ស្ងួត។

ឧបករណ៍ដកដង្ហើម N95 ឬ ឧបករណ៍ដកដង្ហើមដែលមានប្រសិទ្ធភាពជាងនេះ ដើម្បីការពារ ពីមេរោគក្នុងខ្យល់

ពាក់ស្រោមដៃ ហើយកុំប៉ះមុខរបស់ អ្នក។ ប្តូរស្រោមដៃពីកិច្ចការមួយ ទៅកិច្ចការមួយទៀត។

លាងដៃ ឬលាងសម្អាតដៃដោយប្រើសាប៊ូនិងទឹកឱ្យបានញឹកញាប់ពេលកំពុងធ្វើការ។ មុនពេលទៅផ្ទះ ត្រូវលាងដៃនិងមុខ។

បន្ថែមពីលើនេះ ពាក់ខោអាវការពាររាងកាយទាំងមូល អៀមការពារជម្រាបទឹក (នៅពេលចាំបាច់) ស្បែកជើងកវែង និងថង់គ្របការពារក្បាលឬសក់។ និយោជកផ្តល់ឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) ទាំងអស់ដោយឥតគិតថ្លៃ។ បន្ទាប់ពីបញ្ចប់វេនធ្វើការ ដោះឧបករណ៍ការពារខ្លួន (PPE) ទាំងអស់ចេញ និងងូតទឹក។

តាមដានខ្លួនអ្នកក្រែងលោមានរោគសញ្ញាជំងឺផ្តាសាយបក្សី។

ប្រសិនបើអ្នកមានរោគសញ្ញាដូចជំងឺគ្រុនផ្តាសាយ រួមមានក្រហមភ្នែក ឬមានហូរទឹកភ្នែក សូមទាក់ទងទៅនាយកដ្ឋានសុខភាពក្នុងតំបន់របស់អ្នក។ និយោជកត្រូវតែផ្តល់អត្ថប្រយោជន៍សំណងទូទាត់ដល់កម្មករ សម្រាប់កម្មករណាដែលកើតជំងឺផ្តាសាយបក្សីពេលបំពេញការងារ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីសំណងទូទាត់ដល់កម្មករ និងច្បាប់ឈប់សម្រាកពេលមានជំងឺដោយមានប្រាក់ឈ្នួល សូមហៅទូរសព្ទទៅលេខ 1-800-736-7401។

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម៖

គេហទំព័រអំពីជំងឺផ្តាសាយបក្សីរបស់ CDPH៖ **go.cdph.ca.gov/birdflu**
ខ្សែទូរសព្ទជំនួយគ្រោះថ្នាក់នៅកន្លែងការងារនៃសេវាប្រព័ន្ធវាយតម្លៃគ្រោះថ្នាក់ និងសេវាព័ត៌មាន៖ (866) 282-5516
ខ្សែទូរសព្ទជំនួយសម្រាប់ព័ត៌មានសុខភាព នៃមជ្ឈមណ្ឌលជាតិសម្រាប់សុខភាពកម្មករក្នុងកសិដ្ឋាន៖ +1 (800) 377-9968 ឬតាម WhatsApp តាមរយៈលេខ + 1 (737) 999-4162

ខែឧសភា ២០២៥ © ២០២៥, នាយកដ្ឋានសុខភាពសាធារណៈរដ្ឋកាលីហ្វ័រញ៉ា