

د شیدو د ناروغو غواگانو سره د کار کولو پرمهال د مرغانو له زکام څخه ځان وژغورئ



د مرغانو زکام کولی شي له غواگانو څخه خلکو ته خپره شي او تاسو ناروغه کړئ.

- یاد ویروس کېدای شي په خامو شیدو، د څارویو په مایعاتو یا په سطحو کې موجود وي.
- دا کولی شي په هوا کې د اوبو شیندل، دورو یا څاڅکو له لارې خپور شي. دا کېدای شي سترگو، پوزې، خولې او سږو ته داخل شي.
- دا په داسې حال کې هم خپرېدلی شي که تاسو اخته شوې سطحې لمس کړئ او بیا خپل مخ لمس کړئ.

خپلې سترګې، پوزه او خوله خوندي کړئ.

د لوړ خطر لرونکو دندو ترسره کولو پر مهال د شخصي خونديتوب تجهیزات (PPE) واغوندئ لکه:

- غواګانې لوېشل، خامې شیدې سمبالول یا د غوا د لوېشلو د ځای پاکول
- د ناروغو غواګانو پالنه یا د هغوی د ساتلو د ځای پاکول
- د میرو شویو غواګانو سمبالول یا د هغوی د ځای پاکول

په هوا کې د ویروس څخه ساتنې لپاره N95 تنفسي ماسک یا لا ډېر اغېزمن تنفس کوونکی



د خونديتوب عینکې یا هغه عینکې چې سترګې په بشپړ ډول پوښي (په غیر مستقیم ډول د هوا د وتلو وړ عینکې) یا د مخکې د خونديتوب لري ترڅو د پاشل شوو څاڅکو څخه ساتنه وشي. یادې عینکې د مخ د خونديتوب په پرتله ډېرې خوندي دي. د مخکې ساتونکي ماسکونه وچ ساتئ.



د کار کولو پر مهال، لاسونه په صابون او اوبو سره ډېر ځله وویښئ یا یې پاک کړئ. کور ته د تلو مخکې، خپل لاسونه او مخ وویښئ.



دستکشې واغوندئ او خپل مخ مه لمس کړئ. د دندو ترمنځ دستکشې بدلې کړئ.



سربېره پردې، هغه پوښاکونه چې ټول بدن پټوي، د اوبو ضد لباسونه (کله چې اړتیا وي)، بوټان او د سر یا ویښتو د پټولو لباس واغوندئ. کارګمارونکي ټول PPE وړیا چمتو کوي. د کار د بدلون وروسته، ټول PPE لیرې کړئ او شاور واخلي.

د مرغانو د زکام د نښو نښانو لپاره ځان وڅارئ.

که تاسو د سترګو سوروالی یا د اوبینکو راتلو په شمول د زکام په څېر نښې نښانې ولرئ، خپلې ځایي روغتیا څانګې ته ورشئ. کارګمارونکي باید د هغو کارګرانو لپاره د کارګرانو د خسارې امتیازات چمتو کړي چې د کار پرمهال د مرغانو په زکام اخته کېږي. د کارګرانو د خسارې او د ناروغۍ معاش لرونکي رخصتۍ په اړه نورو معلوماتو لپاره، 1-800-736-7401 شمېرې ته زنگ ووهئ.

د نورو معلوماتو لپاره:

د CDPH د مرغانو د زکام اړوند وېب پاڼه: go.cdph.ca.gov/birdflu

د خطر ارزونې سیستم او د معلوماتو خدمت د کار ځای د خطر د مرستې کرښه: (866) 282-5516

د فارم د کارګرانو د روغتیا ملي مرکز د روغتیا اړوند مرستې کرښه: (800) 377-9968 یا د WhatsApp

له لارې په (737) 999-4162 +1 شمېره اړیکه ونیسئ

