ປົກປ້ອງຕົວທ່ານເອງຈາກ ໄຂ້ຫວັດນົກເມື່ອເຮັດວຽກກັບ ສັດປີກທີ່ຕິດເຊື້ອ

ໄຂ້ຫວັດນົກສາມາດຕິດຕໍ່ຈາກສັດປີກສູ່ຄົນໄດ້ ແລະ ເຮັດໃຫ້ທ່ານເຈັບປ່ວຍໄດ້.

- ໄວຣັດອາດຈະຢູ່ໃນຂີ້, ຂອງແຫຼວ ຫຼື ຂົນຂອງສັດປີກທີ່ປ່ວຍໄດ້.
- ມັນສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້ຜ່ານຂອງແຫຼວກະເດັນ, ຝຸ່ນ ຫຼື ລະອອງນ້ຳໃນອາກາດ. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ສາມາດເຂົ້າໄປໃນຕາ, ດັງ ແລະ ປອດຂອງທ່ານໄດ້.
- ມັນຍັງສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້ ຫາກທ່ານສຳຜັດກັບພື້ນຜິວທີ່ຕິດເຊື້ອ ແລະ ຈາກນັ້ນສຳຜັດກັບໃບໜ້າຂອງທ່ານ.

ປ້ອງກັນຕາ, ດັງ ແລະ ປາກຂອງທ່ານ.

ສວມໃສ່ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ (Personal Protective Equipment, PPE) ສະເໝີ ເມື່ອເຮັດວຽກກັບສັດປີກທີ່ອາດຈະປ່ວຍ.

ສວມໃສ່ແວ່ນປ້ອງກັນ (ທີ່ມີຊ່ອງລະບາຍອາກາດທາງອ້ອມ).

ສວມໃສ່ໜ້າກາກ N95 ຫຼື ເຄື່ອງຊ່ວຍຫາຍໃຈທີ່ມີປະສິດທິພາບຫຼາຍກວ່າ.

ສວມໃສ່ຖົງມື ແລະ ຫ້າມສຳຜັດໃບໜ້າຂອງທ່ານ.

ລ້າງ ຫຼື ອະນາໄມມືເລື້ອຍໆໃນຂະນະທີ່ກຳລັງເຮັດວຽກ.

ນອກຈາກນີ້, ສວມຊຸດປົກຄຸມ, ເກີບໂບກ ແລະ ຜ້າຄຸມຫົວ ແລະ ຜົມ.

ຈຳເປັນຕ້ອງມີອຸປະກອນ PPE ເພີ່ມເຕີມສຳລັບໜ້າວຽກທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ.

ວຽກບາງປະເພດອາດຈະເຮັດໃຫ້ທ່ານສຳຜັດກັບໄວຣັດ ຫຼື ສານເຄມີທີ່ເປັນອັນຕະລາຍໄດ້ຫຼາຍຂຶ້ນ, ສະນັ້ນ ຈຳເປັນຕ້ອງມີການປ້ອງກັນຫຼາຍຂຶ້ນ. ວຽກເຫຼົ່ານີ້ມີຄື:

- ການລົດຈຳນວນຝູງສັດ;
- ການເຄື່ອນຍ້າຍ ຫຼື ການຝັງສົບສັດປີກທີ່ຕາຍແລ້ວ;
- ການອະນາໄມ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອໂຮງເຮືອນ;
- ຫຼື ວຽກອື່ນໆໃນຮົ່ມ ຫຼື ພື້ນທີ່ປິດລ້ອມ ທີ່ອາດມີໄວຣັດສະສົມໄດ້.

ໃນສະຖານະການເຫຼົ່ານີ້, ໜ້າກາກ N95 ຍັງບໍ່ພຽງພໍທີ່ຈະປ້ອງກັນປອດຂອງທ່ານ. ນອກຈາກນັ້ນ, ຈົ່ງຢ່າລືມດູແລຕາຂອງທ່ານໃຫ້ປອດໄພອີກດ້ວຍ. ສວມໃສ່ຢ່າງໃດຢ່າງໜຶ່ງ:

ໜ້າກາກປ້ອງກັນຝຸ່ນແບບເຄິ່ງໜ້າ (ຊະນິດຢາງ) ທີ່ມີຕົວກອງ P-100 ແລະ ແວ່ນຕາທີ່ມີປ່ອງລະບາຍອາກາດທາງອ້ອມ.

ໜ້າກາກປ້ອງກັນຝຸ່ນແບບເຕັມໜ້າ (ຊະນິດຢາງ) ທີ່ມີຕົວກອງ P-100

ໜ້າກາກຊ່ວຍຫາຍໃຈຟອກອາກາດແບບໃຊ້ ພະລັງງານ (PAPR) ທີ່ມີຕົວກອງອາກາດອະນຸພາກປະສິດທິພາບສູງ (HEPA)

- ຫາກວຽກເຫຼົ່ານີ້ກ່ຽວຂ້ອງກັບສານເຄມີ, ໃຫ້ເລືອກກ່ອງທີ່ຖືກຕ້ອງ.
- ຄວນສວມໃສ່ຊຸດປົກຄຸມທີ່ປ້ອງກັນຂອງແຫຼວ ເມື່ອອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອໂຮງເຮືອນ.
- ນາຍຈ້າງຂອງທ່ານຄວນຈັດຫາອຸປະກອນ PPE ທັງໝົດໃຫ້ໂດຍບໍ່ຄິດຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ.
- ຫຼັງຈາກກະເຮັດວຽກຂອງທ່ານ, ໃຫ້ຖອດອຸປະກອນ PPE ທັງໝົດອອກ ແລະ ອາບນ້ຳ.

ເຝົ້າລະວັງອາການໄຂ້ຫວັດນົກຂອງຕົວທ່ານເອງ.

ຫາກທ່ານມີອາການທີ່ຄ້າຍໆໄຂ້ຫວັດ ລວມທັງຕາແດງ ຫຼື ນ້ຳມູກໄຫຼ, ໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາພະແນກສຸຂະພາບໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ. ນາຍຈ້າງຕ້ອງຈັດ ໃຫ້ມີຜົນປະໂຫຍດຄ່າຊົດເຊີຍໃຫ້ພະນັກງານ ສຳລັບພະນັກງານທີ່ຕິດເຊື້ອໄຂ້ຫວັດນົກໃນລະຫວ່າງເຮັດວຽກ. ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບ ຄ່າຊົດເຊີຍໃຫ້ພະນັກງານ ແລະ ການລາພັກເຈັບປ່ວຍທີ່ໄດ້ຮັບເງິນ, ໃຫ້ໂທຫາ 1-800-736-7401.

ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ:

ໜ້າເວັບໄຊທ໌ CDPH Bird Flu: **go.cdph.ca.gov/birdflu**

ສາຍດ່ວນໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອກ່ຽວກັບອັນຕະລາຍໃນບ່ອນເຮັດວຽກຂອງລະບົບການປະເມີນອັນຕະລາຍ ແລະ ການບໍລິການຂໍ້ມູນ: (866) 282-5516

ສາຍດ່ວນດ້ານສຸຂະພາບຂອງສູນແຫ່ງຊາດເພື່ອສຸຂະພາບພະນັກງານຟາມ Call for Health: +1 (800) 377-9968 ຫຼື ຜ່ານທາງ WhatsApp ໄດ້ທີ່ + 1 (737) 999-4162

ພຶດສະພາ 2025 © 2025, ກົມສາທາລະນະສຸກຂອງລັດແຄລິຟໍເນຍ