ປ້ອງກັນຕົວເອງຈາກໄຂ້ຫວັດນົກ ເມື່ອເຮັດວຽກກັບງົວນົມທີ່ຕິດເຊື້ອ

ໄຂ້ຫວັດນົກສາມາດແຜ່ກະຈາຍຈາກສັດໄປສູ່ຄົນ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເຈົ້າເປັນໄຂ້ໄດ້.

- ໄວຣັສສາມາດຢູ່ໃນນົມດິບ, ຂອງແຫຼວຂອງສັດ ຫຼື ເທິງພື້ນຜິວ.
- ມັນສາມາດແຜ່ກະຈາຍຜ່ານການກະເດັນຂອງຂອງແຫຼວ, ຂີ້ຝຸ່ນ ຫຼື ລະອອງນ້ຳໃນອາກາດ. ສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ສາມາດເຂົ້າໄປໃນຕາ, ດັງ, ປາກ ແລະ ປອດໄດ້.
- ນອກຈາກນີ້ ມັນຍັງສາມາດແຜ່ກະຈາຍໄດ້ ຫາກເຈົ້າສຳຜັດກັບພື້ນຜິວທີ່ຕິດເຊື້ອ ແລະ ຈາກນັ້ນສຳຜັດກັບໜ້າຂອງເຈົ້າ.

ປ້ອງກັນຕາ, ດັງ ແລະ ປາກຂອງເຈົ້າ.

ສວມໃສ່ຊຸດເຄື່ອງມືປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ (PPE) ເມື່ອເຮັດໜ້າວຽກທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ ເຊັ່ນ:

- ການລີດນົມງົວ, ການຈັດການກັບນົມງົວດິບ ຫຼື ການອະນາໄມຫ້ອງລີດນົມ.
- ການດູແລງົວທີ່ບໍ່ສະບາຍ ຫຼື ການອະນາໄມຄອກຂອງພວກມັນ.
- ການຈັດການກັບງົວທີ່ຕາຍແລ້ວ ຫຼື ການອະນາໄມຄອກຂອງພວກມັນ.

ສວມໃສ່**ແວ່ນຕານິລະໄພ** (ແວ່ນຕານິລະໄພແບບມີຊ່ອງລະບາຍອາກາດທາງອ້ອມ) ຫຼື **ໜ້າກາກປ້ອງກັນ**ເພື່ອປ້ອງກັນຂອງແຫຼວກະເດັນ. ແວ່ນຕານິລະໄພຈະປ້ອງກັນໄດ້ດີກວ່າໜ້າກາກປ້ອງກັນ. ໜ້າກາກປ້ອງກັນຈະຊ່ວຍເຮັດໃຫ້ຜ້ານຸ່ງປາກແຫ້ງ.

ສວມໃສ່**ເຄື່ອງຊ່ວຍຫາຍໃຈ N95** ຫຼື ທີ່ດີກວ່າເພື່ອປ້ອງກັນຈາກໄວຣັສໃນອາກາດ.

ສວມໃສ່**ຖົງມື** ແລະ ຢ່າສຳຜັດກັບໜ້າຂອງເຈົ້າເດັດຂາດ.

ລ້າງ ຫຼື **ອະນາໄມມືຂອງເຈົ້າ** ເລື້ອຍໆຂະນະທີ່ເຮັດວຽກ.

ກ່ອນໜ້າຈະກັບບ້ານ, ໃຫ້ລ້າງມື ແລະ ລ້າງໜ້າ.

ນາຍຈ້າງຂອງເຈົ້າຕ້ອງເປັນຄົນຈັດຫາຊຸດ PPE ທັງໝົດໂດຍບໍ່ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ.

ຫາກເຈົ້າມີອາການຄ້າຍກັບເປັນໄຂ້ຫວັດ ລວມທັງຕາແດງ ຫຼື ມີນ້ຳມູກໄຫຼ, ກະລຸນາຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສາທາລະນະສຸກໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງເຈົ້າ.

ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມ ເຕີມ:

ໜ້າເວບກ່ຽວກັບໄຂ້ຫວັດນົກຂອງ CDPH: **go.cdph.ca.gov/birdflu**

ຄຳຖາມ: ລະບົບການປະເມີນອັນຕະລາຍ ແລະ ການເຜີຍແຜ່ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ (HESIS)

ສາຍດ່ວນອັນຕະລາຍໃນສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ: **(866) 282-5516**

ເດືອນທັນວາ 2024 · © 2024, ກົມສາທາລະນະສຸກແຫ່ງລັດຄາລີ ຟໍເນຍ