

ຂໍ້ກຳນົດ ແລະ ຄຳແນະນຳເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ໃນໂຮງຮຽນ K-12, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການເບິ່ງແຍງເດັກ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການຮຽນຮູ້ກ່ອນໄວຮຽນ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການພັດທະນາ ໄວຫນຸ່ມ, ແລະ ໂຄງການຕັ້ງແຄ້ມພັກກາງເວັນ.

ສະຫຼຸບການປ່ຽນແປງວັນທີ 7 ມີນາ 2022 – ມີຜົນບັງຄັບໃຊ້ຕັ້ງແຕ່ວັນທີ 12 ມີນາ 2022 ບັນດັ້ນໄປ

- ຂະນະທີ່ການຮຽນການສອນ K-12 ຂອງວໍຊິງຕັນ ເຂົ້າສູ່ເດືອນທຳອິດຂອງສົກສຶກສາປີ 2021-2022, ເອກະສານສະບັບນີ້ຈະສະຫຼຸບຂໍ້ກຳນົດທີ່ຍັງເຫຼືອສຳລັບໂຮງຮຽນ K-12, ສະຖານທີ່ໃຫ້ ການເບິ່ງແຍງເດັກ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການຮຽນຮູ້ກ່ອນໄວຮຽນ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການພັດທະນາໄວ ຫນຸ່ມ, ແລະ ໂຄງການຕັ້ງແຄ້ມພັກກາງເວັນ, ພ້ອມກັບທາງເລືອກທີ່ຈະພິຈາລະນາເມື່ອ ສ້າງກອບການຄວບຄຸມ ໂຄວິດ-19 ແລະ ການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງໃນສຳຜັດເຊື້ອໃນສະ ຖານທີ່ການສຶກສາ ແລະ ການດູແລເດັກ.
 - [ສ່ວນທີ 1](#) ໄດ້ກຳນົດມາດຕະການ **ທີ່ອຳເປັນ**.
 - [ສ່ວນທີ 2](#) ແລະ [ສ່ວນທີ 3](#) ລວມມີທາງເລືອກ ແລະ ຂໍ້ພິຈາລະນາເພີ່ມເຕີມສຳລັບ ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ. ມາດຕະການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ແມ່ນຂໍ້ກຳນົດ.
 - [ສ່ວນທີ 4](#) ແລະ [ເອກະສານອື່ນໆທ້າຍ](#) ປະກອບມີແຫຼ່ງຂໍ້ມູນ ແລະ ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ.
- ຂໍ້ກຳນົດ K-12 ທີ່ຜ່ານມາສຳລັບສົກສຶກສາ 2021-2022 ແລະ ຂໍ້ພິຈາລະນາເພີ່ມເຕີມຂອງ K-12 ໄດ້ຖືກລວມເຂົ້າເປັນເອກະສານດຽວກັນ ແລະ ບັບປຸງແລ້ວ.
- ຄຳແນະນຳທີ່ຜ່ານມາສຳລັບສະຖານທີ່ໃຫ້ການເບິ່ງແຍງເດັກ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການຮຽນຮູ້ກ່ອນໄວຮຽນ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການພັດທະນາໄວຫນຸ່ມ, ແລະ ໂຄງ ການຕັ້ງແຄ້ມພັກກາງເວັນ ໄດ້ຖືກລວມເຂົ້າໃນເອກະສານທີ່ສົມບູນແລະສອດຄ່ອງກັບ ຂໍ້ກຳນົດສະບັບນີ້.

ສຳລັບຈຸດປະສົງຂອງເອກະສານນີ້:

- ໂຮງຮຽນ** ໝາຍເຖິງ ໂຮງຮຽນລັດ ແລະ/ຫຼືເອກະຊົນທີ່ໃຫ້ບໍລິການຕັ້ງແຕ່ຊັ້ນອະນຸບານເຖິງ ຊັ້ນມັດທະຍົມປີທີ່12(K-12).
- ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ** ໝາຍເຖິງສະຖານທີ່ໃຫ້ການເບິ່ງແຍງເດັກ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການຮຽນຮູ້ກ່ອນ ໄວຮຽນ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການພັດທະນາໄວຫນຸ່ມ, ແລະ ໂຄງການຕັ້ງແຄ້ມພັກກາງເວັນ. ສຳລັບລາຍຊື່ໂປແກມທີ່ຮວມຢູ່ໃນກຸ່ມນີ້, ກະລຸນາເບິ່ງທີ່ [ອຳສັບ](#).

ສາລະບານ

ສະຫຼຸບການປ່ຽນແປງວັນທີ 7 ມີນາ 2022 – ມີຜົນບັງຄັບໃຊ້ຕັ້ງແຕ່ວັນທີ 12 ມີນາ 2022 ເປັນຕົ້ນໄປ..... 1

ສ່ວນທີ 1: ຂໍ້ກຳນົດກຳນົດຕ່າງໆ..... 3

ການສັກຢາວັກຊີນປ້ອງກັນພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຂອງພະນັກງານ..... 3

ການຍແຍກບຸກຄົນທີ່ມີອາການພະຍາດ ໂຄວິດ-19..... 3

ມາດຕະການການແຍກປ່ຽວຢູ່ເຮືອນ ແລະການກັບໄປໂຮງຮຽນ, ສະຖານການເບິ່ງແຍງ ຫຼື ໂຄງການໃດໜຶ່ງ..... 3

ການແຍກປ່ຽວກໍລະນີຕິດໂຄວິດ-19 ພາຍໃນສະຖານທີ່..... 4

ການແຈ້ງກຸ່ມ ຫຼື ບຸກຄົນກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການສຳຜັດເຊື້ອທີ່ອາດເປັນໄປໄດ້..... 4

ຮັບປະກັນການເຂົ້າເຖິງການກວດຫາເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19..... 5

ການລາຍງານກໍລະນີຕິດໂຄວິດ-19 ແລະ ການລະບາດ ແລະ ການເຮັດວຽກກັບ Public Health..... 6

ການຕອບສະໜອງຈຸດເກີດການລະບາດ ແລະ ການລະບາດຕ່າງໆ 6

ສ່ວນທີ 2: ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບກຍຸດທະສາດທີ່ອາດນຳມາໃຊ້ເພື່ອການປ້ອງກັນອີກຂັ້ນ 6

ການສັກຢາວັກຊີນ 8

ໜ້າກາກ..... 8

ການກວດຄັດກອງ 9

 Test to Stay 9

ການລະບາຍອາກາດ 10

ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງທາງກາຍ..... 11

ການຂົນສົ່ງໂດຍລົດເມ..... 11

ການລ້າງມື ແລະ ແນວທາງການປ້ອງກັນໂລກທາງເດີນຫາຍໃຈ 11

ການອະນາໄມ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອ 12

ສ່ວນທີ 3: ຂໍ້ພິຈາລະນາເພີ່ມເຕີມ 12

ດ້ານພຶດຕິກຳ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດ..... 12

ຄວາມເທົ່າທຽມ..... 13

ບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ ແລະ ຜູ້ພິການ 13

ການດູແລເດັກເກີດໃໝ່ ແລະ ເດັກນ້ອຍ 14

ການກັບຄືນໄປໂຮງຮຽນ ຫຼືໂຄງການຫຼັງຈາກການເດີນທາງ..... 14

ການກວດຄັດກອງສຳລັບກິດຈະກຳ ແລະ/ຫຼື ຫຼັງຈາກພັກຮຽນ..... 14

ການສະແດງສິລະປະ 14

ນັກກິລາ..... 15

ການກວດຄັດກອງສຳລັບການກິລາ, ການສະແດງສິລະປະ, ຫຼື ກິດຈະກຳ/ງານອື່ນໆ 15

ກິດຈະກຳຮ່ວມຫຼັກສູດ ຫຼື ກິດຈະກຳອອກຫຼັກສູດອື່ນໆ (CTSO, ສະໂມສອນ, ກຸ່ມທີ່ສົນໃຈ, ງານຕະຫຼາດນັດ STEM, ການໄປທັດສະນະສຶກສາ, ແລະ ອື່ນໆ)..... 15

ສ່ວນທີ 4: ຂໍ້ມູນ ແລະ ແຫວ່ງຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບ ໂຄວິດ-19..... 16

ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບ ໂຄວິດ-19 ສຳລັບໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ..... 16

ແຫວ່ງຂໍ້ມູນທົ່ວໄປກ່ຽວກັບ ໂຄວິດ-19..... 16

ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍ A: ນິຍາມຄຳສັບ 17

ສ່ວນທີ 1: ຂໍ້ກຳນົດກຳນົດຕ່າງໆ

ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ **ຈະຕ້ອງ** ສືບຕໍ່ປະຕິບັດຕາມຂໍ້ກຳນົດໃນພາກນີ້ເມື່ອມີ:

- [ການສັກຢາວັກຊີນປ້ອງກັນພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຂອງພະນັກງານ](#)
- [ການແຍກຄົນທີ່ມີອາການຕ່າງໆຂອງພະຍາດ ໂຄວິດ-19](#)
- [ມາດຕະການການແຍກປ່ຽວຢູ່ເຮືອນ ແລະ ການກັບໄປໂຮງຮຽນ, ສະຖານການເບິ່ງແຍງ ຫຼື ໂຄງການໃດໜຶ່ງ](#)
- [ການແຍກປ່ຽວກໍລະນີຕິດໂຄວິດ-19 ພາຍໃນສະຖານທີ່](#)
- [ການແຈ້ງການໃຫ້ ກຸ່ມ ຫຼື ບຸກຄົນຮັກຮຽງກັບຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການສຳຜັດເຊື້ອ](#)
- [ຮັບປະກັນການເຂົ້າເຖິງການກວດຫາເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19](#)
- [ການລາຍງານກໍລະນີຕິດໂຄວິດ-19 ແລະ ການລະບາດ ແລະ ການເຮັດວຽກກັບ Public Health \(ໜ່ວຍງານສາທາລະນະສຸກ\)](#)
- [ການຕອບສະໜອງຈຸດເກີດການລະບາດ ແລະ ການລະບາດຕ່າງໆ](#)

ໂຮງຮຽນ, ເມືອງ, ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ, ໂບແຕກມ, ແລະ/ຫຼື ໜ່ວຍງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳ ທ້ອງຖິ່ນ ອາດຈະເລືອກທີ່ຈະວາງນະໂຍບາຍປ້ອງກັນເພີ່ມເຕີມ, ເຊິ່ງ**ຈະຕ້ອງ**ປະຕິບັດຕາມ.

ການສັກຢາວັກຊີນປ້ອງກັນພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຂອງພະນັກງານ

ພະນັກງານທັງໝົດໃນສະຖານທີ່ໃຫ້ການສຶກສາ **ຈະຕ້ອງ** ໄດ້ຮັບການສັກຢາວັກຊີນຢ່າງຄົບຖ້ວນ ຫຼື ໄດ້ຮັບການຍົກເວັ້ນທາງການແພດ ຫຼື ທາງສາສະໜາຕໍ່ [ການຖະແຫຼງການຂອງເຈົ້າຄອງສະບັບ 21-14.3](#) (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ການຍແຍກບຸກຄົນທີ່ມີອາການພະຍາດ ໂຄວິດ-19

ນັກຮຽນ, ເດັກນ້ອຍ ແລະ ພະນັກງານທີ່ມີອາການຂອງ **ໂຄວິດ-19** (ເປັນພາສາອັງກິດ), ແມ່ນ **ຈະຕ້ອງ** ຢູ່ບ້ານ ແລະ ຄວນໄດ້ຮັບການກວດຫາເຊື້ອ ແລະ/ຫຼືເຂົ້າພົບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການທາງການແພດ ແລະ ປະຕິບັດຕາມ ຂັ້ນຕອນການກັບຄືນໄປບ່ອນເຮັດວຽກ/ການດູແລເດັກ/ໂຮງຮຽນຕາມຄວາມເໝາະສົມ (ເບິ່ງສ່ວນ [ວະບຽບການແຍກປ່ຽວຢູ່ບ້ານ ແລະການກັບໄປທີ່ໂຮງຮຽນ ຫຼືໂບແຕກມ](#)). ນອກຈາກນີ້ຍັງສາ ມາດເບິ່ງຜັງ [ຈະເຮັດແນວໃດຖ້າມີຄົນຜູ້ໜຶ່ງມີອາການຢູ່](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ) ເປັນຂໍ້ມູນອ້າງອີງ.

ເດັກນ້ອຍ, ນັກຮຽນ ຫຼື ພະນັກງານທຸກຄົນທີ່ກວດໂຄວິດ-19 ເປັນບວກ **ຈະຕ້ອງ** ແຍກປ່ຽວຢູ່ບ້ານ ແລະປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳປັດຈຸບັນຂອງ Department of Health (DOH, ພະແນກສາທາ ລະນະສຸກ) (ເບິ່ງສ່ວນ [ວະບຽບການແຍກປ່ຽວຢູ່ບ້ານ ແລະການກັບໄປທີ່ໂຮງຮຽນ ຫຼືໂບແຕກມ](#)) ແລະ [Centers for Disease Control and prevention\(CDC, ສູນຄວບຄຸມ ແລະ ປ້ອງກັນພະຍາດ\)](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ). ຄຳແນະ ນຳການແຍກປ່ຽວນີ້ນຳໃຊ້ ບໍ່ວ່າຈະຢູ່ໃນສະຖານະການສັກຢາວັກຊີນຫຼືບໍ່

ມາດຕະການການແຍກປ່ຽວຢູ່ເຮືອນ ແລະການກັບໄປໂຮງຮຽນ, ສະຖານການເບິ່ງແຍງ ຫຼື ໂຄງການໃດໜຶ່ງ

ເດັກນ້ອຍ, ນັກຮຽນ ຫຼື ພະນັກງານທີ່ກວດໂຄວິດ-19 ເປັນບວກ **ຈະຕ້ອງ** ແຍກປ່ຽວ, ບໍ່ວ່າຈະສັກ ວັກຊີນຫຼືບໍ່ກໍຕາມ.

ບຸກຄົນດັ່ງກ່າວອາດສາມາດກັບຄືນໄປທີ່ໂຮງຮຽນ/ສະຖານທີ່ໃຫ້ການດູແລເດັກໄດ້ຫຼັງຈາກແຍກ ປ່ຽວ 5 ມື້ ເຕັມຖ້າຫາກວ່າ:

- [ອາການ](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ) ຂອງພວກເຂົາດີຂຶ້ນຫຼືບໍ່ມີອາການ, ແລະ
- ພວກເຂົາບໍ່ມີໄຂ້ມາເປັນເວລາ 24 ຊົ່ວໂມງໂດຍບໍ່ຕ້ອງໃຊ້ຢາລົດໄຂ້.

ຖ້າກັບຄືນໄປໂຮງຮຽນ/ສະຖານທີ່ໃຫ້ການດູແລເດັກຫຼັງຈາກ 5 ມື້, ບຸກຄົນນັ້ນຕ້ອງ:

- ໄດ້ຮັບການ [ແນະນຳຢ່າງສູງ](#) ໃຫ້ໃສ່ໜ້າກາກອະນາໄມ ຫຼື ໜ້າກາກທີ່ມີຜ້າຄຸມດັງໃນລະ ຫວ່າງມື້ທີ່ 6-10 ຂອງໄລຍະການແຍກປ່ຽວ, ຫຼື

- ມີຜົນກວດເປັນລົບເມື່ອໃຊ້ຊັດກວດແອນຕີເຈນ ຫຼື ຊຸດກວດທີ່ບ້ານໃນມື້ໃດກໍ່ໄດ້ຫຼັງຈາກ ມື້ທີ່ 5. ທັງນີ້ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງກວດຫຼັງຈາກມື້ທີ່ 10 ໄປແລ້ວ.

ຖ້າບຸກຄົນທີ່ບໍ່ສາມາດໃສ່ໜ້າກາກທີ່ເໝາະສົມຫຼືໜ້າກາກທີ່ມີຜ້າຄຸມດັງ, ແລະ ບໍ່ໄດ້ກວດເປັນ ລົບ, ພວກເຂົາຄວນສືບຕໍ່ແຍກປ່ຽວຈົນເຖິງມື້ທີ່ 10.

ນອກຈາກນີ້ຍັງສາມາດເບິ່ງຜັງ [ສິ່ງທີ່ຄວນເຮັດຖ້າມີບຸກຄົນໃດໜຶ່ງມີອາການຢູ່](#) ເປັນຂໍ້ມູນອ້າງອີງ.

ການແຍກປ່ຽວກໍລະນີຕິດໂຄວິດ-19 ພາຍໃນສະຖານທີ່

ເດັກ, ນັກຮຽນ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ທີ່ລາຍງານ ຫຼື ສະແດງ [ອາການຄ້າຍຄືພະຍາດ ໂຄວິດ-19](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ) **ຈະຕ້ອງ** ແຍກປ່ຽວທັນທີຈາກຜູ້ອື່ນ, ສົ່ງກັບບ້ານ ແລະ ຖືກສົ່ງໄປກວດເພື່ອວິນິດໄສທັນທີທີ່ເປັນໄປໄດ້, ບໍ່ວ່າຈະຢູ່ໃນສະຖານະການສັກຢາວັກຊີນ ຫຼື ບໍ່ກໍ່ຕາມ. ໃນຂະນະທີ່ລໍຖ້າອອກຈາກໂຮງຮຽນ ຫຼື ໂປຣແກຣມ, ບຸກຄົນທີ່ມີອາການ **ຈະຕ້ອງ** ຖືກແຍກປ່ຽວຢູ່ໃນບ່ອນແຍກປ່ຽວທີ່ກຳນົດໄວ້. ພວກເຂົາ **ຈະຕ້ອງ** ໃສ່ໜ້າກາກອະນາໄມທີ່ພໍດີ, ຖ້າສາມາດເຮັດໄດ້ ແລະ ເໝາະສົມກັບອາຍຸ. ໃຜກໍ່ຕາມທີ່ໃຫ້ການດູແລ ຫຼື ການປະເມີນຜົນແກ່ບຸກຄົນທີ່ແຍກປ່ຽວ **ຈະຕ້ອງ** ສວມໃສ່ [ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ ທີ່ເໝາະສົມ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ເດັກ, ພະນັກງານ ແລະ ແຂກທຸກຄົນທີ່ມີອາຍຸ 2 ປີຂຶ້ນໄປ **ຈະຕ້ອງ** ໃສ່ໜ້າກາກອະນາໄມໃນຫ້ອງ ພະຍາບານ/ຫ້ອງກວດສຸຂະພາບ ແລະ ຫ້ອງແຍກຕົວ ເນື່ອງຈາກສະຖານທີ່ເຫຼົ່ານີ້ຖືເປັນສະພາບ ແວດລ້ອມສຳລັບການດູແລສຸຂະພາບ.

ພະນັກງານອາດຈະຕ້ອງໃຊ້ອຸປະກອນປ້ອງທາງເຕັມ ຫາຍໃຈໃນລະດັບໃດໜຶ່ງ ເມື່ອເຮັດວຽກກັບບຸກຄົນທີ່ກຳລັງແຍກປ່ຽວຊຶ່ງແນ່ໃຈ ຫຼື ສົງໃສວ່າເປັນ ໂຄວິດ-19. ອີງໃສ່ [ຂໍ້ກຳນົດໃນການປົກປິດໃບໜ້າ ແລະ ການໃສ່ໜ້າກາກອະນາໄມປ້ອງກັນ ໂຄໂຣນາໄວຣັດ](#) (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ຂອງ Department of Labor and Industries (L&I, ກົມແຮງງານ ແລະ ອຸດສາຫະກຳ) ສຳລັບລາຍລະອຽດເພີ່ມເຕີມ.

ພື້ນທີ່ແຍກປ່ຽວທີ່ກຳນົດໄວ້ສຳລັບບຸກຄົນທີ່ມີອາການຄ້າຍຄືໂຄວິດ-19 ແມ່ນ **ຈະຕ້ອງ** ແຍກອອກ ຈາກພື້ນທີ່ປະຖົມພະຍາບານທົ່ວໄປ ຫຼື ພື້ນທີ່ແຈກຢາໃນໂຮງຮຽນ, ຫຼືແຍກຈາກພື້ນທີ່ໃຊ້ຮ່ວມກັບ ເດັກນ້ອຍຄົນອື່ນໃນສະຖານລ້ຽງເດັກ/ການຮຽນຮູ້ກ່ອນໄວຮຽນ. ສຳລັບໂຮງຮຽນ, ຖ້າຫ້ອງການ ພະຍາບານມີຫ້ອງກວດທີ່ຖືກອອກແບບໃຫ້ມີການໄຫຼຂອງອາກາດຕິດລົບ ແລະ ອາກາດທີ່ ລະບາຍອອກໂດຍກົງ, ໂຮງຮຽນຄວນໃຊ້ຫ້ອງນີ້ເປັນຫ້ອງແຍກປ່ຽວ. ຖ້າຫາກບໍ່ສາມາດເຮັດໄດ້, ຫ້ອງທີ່ໃຊ້ແຍກປ່ຽວຄວນຈະເປັນຫ້ອງທີ່ມີປະຕູທີ່ສາມາດປິດ ແລະ ບ່ອງຢຽມທີ່ສາມາດເປີດໄດ້ ເພື່ອເພີ່ມການລະບາຍອາກາດ. ເຄື່ອງກັ່ນຕອງອາກາດ ເຄື່ອງກອງອາກາດອະນຸ ພາກທີ່ມີ ປະສິດທິພາບສູງ ຂະໜາດທີ່ເໝາະສົມສາມາດຖືກນຳໃຊ້ເພື່ອເພີ່ມການກອງ, ເບິ່ງ [ຄຳແນະນຳການລະບາຍອາກາດຂອງ DOH](#) (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມ ເຕີມ.

ຖ້າຫາກວ່າບໍ່ມີພື້ນທີ່ໃນຮູ່ມທີ່ເໝາະສົມ (ເຊັ່ນ: ມີຄົນຢູ່ແລ້ວ) ແລະ ນັກຮຽນ ຫຼື ເດັກສາມາດຢູ່ ພາຍໃຕ້ການດູແລ ແລະ ສ້າງຄວາມສະດວກສະບາຍໄດ້, ການຈັດສະຖານທີ່ກາງແຈ້ງເປັນທາງ ເລືອກສຸກເສີນທີ່ຍອມຮັບໄດ້ ຖ້າຫາກມີຄວາມເອື້ອອຳນວຍດ້ານສະພາບອາກາດ ແລະ ຄວາມ ເປັນສ່ວນຕົວ.

ການແຈ້ງກຸ່ມ ຫຼື ບຸກຄົນກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການສຳຜັດເຊື້ອທີ່ອາດເປັນໄປໄດ້

ພະນັກງານແມ່ນ **ຈະຕ້ອງ** ໄດ້ຮັບແຈ້ງກ່ຽວກັບການສຳຜັດຕາມຂໍ້ກຳນົດໃນ [WAC 296-62-600](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ). ເບິ່ງເອກະສານແນະນຳຂອງ L&I ສຳລັບ [ຄຳຖາມ ແລະຄຳຕອບ: ຂໍ້ກຳນົດການລາຍງານ ແລະ ການແຈ້ງການນຳໃຊ້ Health Emergency Labor Standards Act \(HELSEA, ບົດບັນຍັດກຳນົດມາຕະຖານແຮງງານ ສຳລັບ ເຫດສຸກເສີນທາງສຸຂະພາບ\) ແລະ ເຄື່ອງປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ນອກຈາກນີ້, ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການແມ່ນ **ຈະຕ້ອງ** ແຈ້ງໂດຍກົງກັບນັກຮຽນທີ່ຖືກລະບຸວ່າ ມີພູມຄຸ້ມກັນບົກຜ່ອງ, ມີຄວາມສ່ຽງທາງການແພດ, ຫຼືອື່ນໆທີ່ [ມີຄວາມສ່ຽງສູງ](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ) ທີ່ຈະມີອາການ ໂຄວິດ-19

ຮ້າຍແຮງໃນການສຳຜັດທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ. ຄວນແຈ້ງໃຫ້ພະນັກງານທຸກຄົນ ແລະ ບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງຮູ້, ບໍ່ວ່າຈະໄດ້ສັກວັດຊີນ ຫຼື ເພິ່ງຕິດເຊື້ອພາຍໃນ 90 ວັນທີ່ຜ່ານມາກໍ່ ຕາມ.

ສຳລັບປະຊາກອນທີ່ເຫຼືອໃນໂຮງຮຽນແລະສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການແກ່ຍາວະຊົນທົ່ວໄປ, ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ **ຈະຕ້ອງ** ມີຂະບວນການແຈ້ງໃຫ້ເດັກ, ນັກຮຽນ, ຄອບຄົວ, ແລະ ພະນັກງານ ຮູ້ໃນເວລາທີ່ມີການລະບາດຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ. ໃຊ້ພາສາໃນການສື່ສານທີ່ຄອບຄົວສາມາດເຂົ້າໃຈໄດ້. ຫາກມີຊັບພະຍາກອນຈຳກັດ, ໃຫ້ເນັ້ນໃສ່ການແຈ້ງໃຫ້ເດັກ, ນັກຮຽນ, ຄອບຄົວ, ແລະ ພະນັກງານ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງທາງການແພດ, ລວມທັງຜູ້ອື່ນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງກ່ອນສະເໝີ.

ຂ້າງລຸ່ມນີ້ແມ່ນທາງເລືອກໃນການແຈ້ງກ່ຽວກັບກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ແລະ ການລະບາດໃຫ້ຄອບຄົວຮູ້:

- ຈິດຫມາຍຂ່າວປະຈຳອາທິດ ຫຼື ກະດານບອດອອນໄລນ໌ຂອງກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ຫຼື ການ ລະບາດ.
- ການແຈ້ງເຕືອນ (ເຊັ່ນ: ທາງອີເມລ໌ ຫຼື ລະບົບສົ່ງຂໍ້ຄວາມ) ເປັນ “ກຸ່ມ” ແທນທີ່ຈະຈຳກັດສະ ເພາະ “ຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດ.” ກຸ່ມເຫຼົ່ານີ້ຄວນປະກອບໄປດ້ວຍໝູ່ຮ່ວມຫ້ອງຮຽນ, ໝູ່ຮ່ວມທີມ ຮຽນ, ໝູ່ຮ່ວມຊັ້ນຮຽນ, ກຸ່ມຄະນະ, ຜູ້ຂັບຂີ່ ຫຼື ຜູ້ອື່ນໆ.
- ການແຈ້ງເຕືອນເປັນກຸ່ມອາດຈະເໝາະສົມໃນກໍລະນີທີ່ມີກຈຸດເກີດລະບາດ ຫຼື ການ ລະບາດ.
- ອາດມີບາງກໍລະນີທີ່ຕ້ອງຕິດຕາມການສຳຜັດເປັນລາຍຄົນ (ເຊັ່ນ: ໃນຊ່ວງທີ່ມີການ ລະບາດ). ປຶກສາກັບໜ່ວຍງານຄອບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານ.

ໂດຍບໍ່ຄຳນຶງເຖິງສະຖານະການສັກວັກຊີນ, ນັກຮຽນ, ເດັກນ້ອຍ, ແລະ ພະນັກງານທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຕໍ່ການສຳຜັດໂຄວິດ-19 ຄວນໄດ້ຮັບການແນະນຳດັ່ງນີ້:

- ຕິດຕາມ [ອາການ \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#), ແລະ
- ພິຈາລະນາໃສ່ໜ້າກາກທີ່ພໍດີ (ຖ້າອາຍຸເໝາະສົມ) ເປັນເວລາ 10 ມື້ຫຼັງຈາກມີສຸດທ້າຍຂອງ ການສຳຜັດ, ໂດຍສະເພາະໃນລະຫວ່າງກິດຈະກຳຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ກິລາໃນຮົ່ມທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ສູງ, ການສະແດງສີລະປະ, ແລະ ອື່ນໆ., ແລະ
- ໄດ້ຮັບການກວດ 3-5 ມື້ຫຼັງຈາກການສຳຜັດ. ສາມາດໃຊ້ຊຸດກວດໄມເລກຸນ (Polymerase chain reaction (PCR), ປະຕິກິລິຍາລູກໂສໂຟຣິເມີເຮສ)/Nucleic Acid Amplification Tests (NAAT, ການກວດ ສານພັນທຸກຳ), ແອນຕີເຈນ, ແລະ ຊຸດກວດທີ່ບ້ານແມ່ນໃຊ້ໄດ້. ຖ້າຜົນກວດພວກເຂົາ ເປັນບວກ, ພວກເຂົາຈະຕ້ອງ [ແຍກປ່ຽນ](#).
 - ສຳລັບຜູ້ຕິດເຊື້ອ (ພາຍໃນ 90 ວັນທີ່ຜ່ານມາ), ຄວນໃຊ້ການກວດແອນຕີເຈນ ເນື່ອງຈາກຜົນກວດ PCR ອາດເປັນບວກຕະຫຼອດ ແລະ ບໍ່ສາມາດລະບຸໄດ້ວ່າເປັນ ການຕິດເຊື້ອໃໝ່ ຫຼື ເຊື້ອເກົ່າ.

ນອກຈາກນີ້ຍັງສາມາດເບິ່ງຜັງ [ສິ່ງທີ່ຈະຕ້ອງເຮັດຖ້າທ່ານໄດ້ຮັບແຈ້ງວ່າທ່ານມີການສຳຜັດເຊື້ອ](#) ເປັນຂໍ້ມູນອ້າງອີງ.

ເດັກ, ນັກຮຽນ, ແລະ ພະນັກງານຜູ້ທີ່ສຳຜັດເຊື້ອອາດຈະສາມາດສືບຕໍ່ມີສ່ວນຮ່ວມໃນການຮຽນ ການສອນ ແລະ ການດູແລດ້ວຍຕົນເອງທັງໝົດໄດ້, ລວມທັງກິລາ, ການສະແດງສີລະປະ, ແລະ ກິດຈະກຳນອກຫຼັກສູດອື່ນໆ, ຕາບໃດທີ່ເຂົາເຈົ້າບໍ່ມີອາການ. ແຕ່ຖ້າຫາກເດັກ, ນັກຮຽນ, ຫຼື ພະນັກງານທີ່ສຳຜັດເຊື້ອເລີ່ມມີອາການ, ພວກເຂົາ **ຈະຕ້ອງ** ໄດ້ແຍກຕົວຢູ່ທີ່ບ້ານທັນທີໂດຍປະຕິ ບັດຕາມມາດຕະການທີ່ລະບຸໄວ້ໃນສ່ວນ [ການແຍກຜູ້ທີ່ມີອາການຂອງ ໂຄວິດ-19](#).

ຮັບປະກັນການເຂົ້າເຖິງການກວດຫາເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19

ໂຮງຮຽນ K-12 **ຈະຕ້ອງ** ຮັບປະກັນການເຂົ້າເຖິງການກວດເພື່ອວິນິດໄສທີ່ທັນເວລາສຳລັບນັກ ຮຽນ ແລະ ພະນັກງານທີ່ມີອາການ ຫຼື ຜູ້ອາດສຳຜັດເຊື້ອທີ່ຕ້ອງການກວດ. ອັນນີ້ສາມາດເຮັດໄດ້ ຢູ່ໂຮງຮຽນ, ຢູ່ໃນຈຸດສູນກາງຂອງເມືອງ, ແລະ/ຫຼື ຮ່ວມມືກັບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການກວດພະຍາດ ທີ່ເຊື້ອຖື ໄດ້ ແລະ ເຂົ້າເຖິງຊຸມຊົນ ແລະ ສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນ. ການກວດຫາອາການຂອງນັກຮຽນ ແລະ ພະນັກງານໃຫ້ທັນເວລາຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນມື້ຂອງການສູນເສຍການຮຽນແບບເຊິ່ງໜ້າ. ນອກຈາກນັ້ນ, ບຸກຄົນທີ່ມີອາການທີ່ມີຜົນກວດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19 ເປັນລົບອາດຈະສາມາດ ກັບຄືນໄປໂຮງຮຽນໄດ້ໄວກວ່າເກົ່າ.

ສາມາດໃຊ້ຊຸດກວດໂມເລກຸນ (PCR/NAAT), ແອນຕິເຈນທີ່ຈຸດ ປິ້ນປົວ (POC), ແລະ ຊຸດກວດທີ່ບ້ານແມ່ນໃຊ້ໄດ້.

ໂບແຕມການທົດສອບ [Learn to Return \(ຮຽນຮູ້ເພື່ອໃຫ້ກັບຄືນສູ່ບຶກກະຕິ\)](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ຂອງ DOH ຈະຊ່ວຍໃຫ້ໂຮງຮຽນ K-12 ປະຕິບັດໄດ້ຕາມຂໍ້ກຳນົດການກວດວິໃຈ. ໂຮງຮຽນ ຫຼື ເມືອງທີ່ຕ້ອງການຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບໂບແຕມກວດຫາເຊື້ອໂຄວິດ-19 ຄວນຕິດຕໍ່ຫາ schools@healthcommonsproject.org. ເບິ່ງຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມໃນໜ້າ [ການກວດຫາເຊື້ອໃນໂຮງຮຽນ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ຂອງ DOH ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ.

ການລາຍງານກໍລະນີຕິດໂຄວິດ-19 ແລະ ການລະບາດ ແລະ ການເຮັດວຽກກັບ Public Health

ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການມີບົດບາດສຳຄັນໃນການກຳນົດກໍລະນີຕິດໂຄວິດ-19 ແລະ ການສຳ ຜັດໃກ້ຊິດ ແລະ ຈຳກັດການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດໂຄວິດ-19. ໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖານທີ່ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ **ຈະຕ້ອງ** ລາຍງານທຸກໆກໍລະນີຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19 ໃຫ້ [ໜ່ວຍງານຄວບຄຸມ ດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນ/DOH](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ຕາມຄຳແນະນຳຂອງໜ່ວຍງານ ຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນ/DOH ແລະ ກົດໝາຍຂອງລັດວໍຊິງຕັນ ([WAC 246-101](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ)). ແລະ **ຈະຕ້ອງ** ລາຍງານທຸກໆການແຜ່ລະບາດຂອງໂຄວິດ-19 ຕໍ່ໜ່ວຍງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນ/ຜູ້ອອກໃບອານຸຍາດ ([WAC 246-101](#)) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ). ຜົນກວດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຄວນຖືກລາຍງານໃຫ້ DOH ຕາມຄຳແນະນຳທີ່ມີຢູ່ໃນໜ້າເວັບ [ກຳລັງລາຍງານຜົນກວດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ ເທົ່ານັ້ນ). ນອກຈາກນັ້ນ, ໂຮງຮຽນ, ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ ແລະ ປະຊາຊົນທົ່ວໄປ **ຈະຕ້ອງ** ຮ່ວມມືກັບເຈົ້າ ໜ້າທີ່ສາທາລະນະສຸກໃນການສືບສວນກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ແລະ ການລະບາດທີ່ອາດຈະພົວພັນກັບ ໂຮງຮຽນ ຫຼື ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ ([WAC 246-101](#)) (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ນາຍຈ້າງ **ຈະຕ້ອງ** ແຈ້ງໃຫ້ L&I ຮູ້ກ່ຽວກັບການແຜ່ລະບາດທີ່ມີພະນັກງານຕິດເຊື້ອ 10 ຄົນ ຂຶ້ນໄປໃນສະຖານທີ່. ເບິ່ງເອກະສານແນະນຳຂອງ L&I ສຳລັບ [ຄຳຖາມ ແລະ ຄຳຕອບ: ຂໍ້ກຳນົດການລາຍງານ ແລະ ການແຈ້ງການນຳໃຊ້ HELSA ແລະ ເຄື່ອງປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ການຕອບສະໜອງຈຸດເກີດການລະບາດ ແລະ ການລະບາດຕ່າງໆ

ກຸ່ມແລະການແຜ່ລະບາດໝາຍເຖິງສະຖານະການທີ່ສະພາບແວດລ້ອມໃນໂຮງຮຽນຫຼືຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຄວນປະສານງານກັບສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນເພື່ອພິຈາລະນາ ແລະ **ອາດຈຳຕ້ອງ** ໃຊ້ຄວາມ ພະຍາຍາມບັນເທົາທີ່ບັບປຸງໃຫ້ດີຂຶ້ນ ລວມເຖິງບາງກຸຍາດທະສາດທີ່ລະບຸໄວ້ໃນ [ສ່ວນທີ 2](#) ເພື່ອປ້ອງ ກັນການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດ.

ສ່ວນທີ 2: ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບກຸຍາດທະສາດທີ່ອາດນຳມາໃຊ້ເພື່ອການປ້ອງກັນອີກຂັ້ນ

Department of Health (DOH) ຂອງລັດວໍຊິງຕັນ ແນະນຳໃຫ້ໂຮງຮຽນ ປະສານງານກັບໜ່ວຍງານ ຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນ ໃນການຕັດສິນໃຈທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບກຸຍາດທະສາດ ທາງເລືອກທີ່ລະບຸໄວ້ໃນເອກະສານນີ້. ໃນຂະນະທີ່ພວກເຮົາກຳລັງເກົ້າເຂົ້າສູ່ໄລຍະໃໝ່ຂອງການແຜ່ ລະບາດທົ່ວໂລກ, ໂຄວິດ-19 ຍັງຄົງຢູ່ກັບພວກເຮົາ ແລະພວກເຮົາຄວນຍອມຮັບວ່າການຮັບມືກັບ ການແຜ່ລະບາດທົ່ວໂລກຂອງໂຄວິດ-19 ຕ້ອງມີຄວາມຍືດຍຸ່ນກັບຄວາມເປັນໄປໄດ້ທີ່ຈະມີ ການປ່ຽນແປງທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນໃນລະດັບລັດ ແລະ ທ້ອງຖິ່ນ. **ເງື່ອນໄຂຕ່າງໆອາດຕ້ອງໃຊ້ເນວທາງປະຕິບັດໃນການບັນເທົາເພີ່ມເຕີມເພື່ອລົດຜົນກະທົບຂອງພະຍາດໃນໂຮງຮຽນ ແລະສະຖານປະກອບການຂອງຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ ແລະ ເພື່ອໃຫ້ມັນໃຈວ່າຈະຍັງຄົງມີການຮຽນການສອນແລະການດູແລດ້ວຍຕົນເອງໄດ້ຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ.**

ການທີ່ຈະຈຳກັດການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ແລະເພີ່ມການຮຽນການສອນດ້ວຍຕົວເອງໃຫ້ ປະສົບຜົນສຳເລັດນັ້ນ ໂຮງຮຽນ, ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ, ແລະ ເຈົ້າໜ້າທີ່ສາທາລະນະສຸກໃນທ້ອງຖິ່ນ ຕ້ອງມີການສື່ສານກັນ. ການສື່ສານບາງຢ່າງນີ້ອາດຈະລວມເອົາຂໍ້ມູນສ່ວນຕົວທີ່ຕົກຢູ່ພາຍໃຕ້ Family Educational Rights and Privacy Act (FERPA, ກົດໝາຍວ່າດ້ວຍສິດທິການສຶກສາ ແລະ ຄວາມເປັນສ່ວນຕົວຂອງຄອບຄົວ). [FERPA](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ)

ອະນຸຍາດໃຫ້ໂຮງຮຽນແບ່ງ ບັນຊ້ມູນສ່ວນຕົວທີ່ສາມາດລະບຸໄດ້ກັບສາທາລະນະສຸກໃນທ້ອງຖິ່ນໂດຍບໍ່ໄດ້ຮັບຄວາມເຫັນ
ພ້ອມເມື່ອຕອບສະຫນອງພາວະສຸກເສີນດ້ານສຸຂະພາບ.

ຂໍ້ມູນຕໍ່ໄປນີ້ ແມ່ນ ນໍາມາຈາກວິທະຍາສາດໃນບັດຈຸບັນ^{1,2} ແລະໃຊ້ຂໍ້ມູນຈາກ [ຄຸ້ມສໍາລັບການ ບ້ອງກັນ ໂຄວິດ-19 ໃນໂຮງຮຽນ K-12 ແລະ ຄຸ້ມຄຳແນະນຳໂຄວິດ-19 ໃນການດຳເນີນການເບິ່ງ ແຍາເດັກ ແລະການສຶກສາ/ໂບແກມດູແລເດັກ \(ເບິນພາສາອັງກິດ\)](#) ຂອງ Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

ຫຼັກການມາຮອດປະຈຸບັນຊື້ໃຫ້ເຫັນວ່າເມື່ອນຳຍຸດທະສາດການບ້ອງກັນໄປໃຊ້ເສີມກັນຢ່າງຖືກຕ້ອງ, ຈະສາມາດຈຳກັດອັດຕາການແຜ່ເຊື້ອໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ໂບແກມການດູແລເດັກໄດ້. ນອກຈາກ ນີ້, ການແຜ່ເຊື້ອ SARS-CoV-2 (ໄວຣັດທີ່ເຮັດໃຫ້ເປັນໂຄວິດ-19) ໃນຊຸມຊົນມີຄວາມເຊື່ອມໂຍງກັບ ເຫດການມີຜູ້ຕິດເຊື້ອໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖານຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ. ເມື່ອຊຸມຊົນມີອັດຕາໂຄວິດ-19 ສູງ, ກໍ່ຈະຖືກນຳເຊິ່ງຄວາມເປັນໄປໄດ້ວ່າມີ SARS-CoV-2 ເພີ່ມຂຶ້ນ, ແລະອາດຈະມີການແຜ່ເຊື້ອ ພາຍໃນສະພາບແວດລ້ອມຂອງໂຮງຮຽນ ຫຼື ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ.

ບົດຮຽນທີ່ຖອດຖອນໄດ້ໃນໄລຍະສອງປີທຳອິດຂອງການແຜ່ລະບາດໄດ້ລະບຸເຖິງຄວາມສຳຄັນຂອງການຕິດຕາມເພື່ອບ້ອງກັນການ ແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ແລະ ການລະບາດທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ:

- ຕິດຕາມຂ່າວສານກ່ຽວກັບ [ການສັກຢາວັກຊີນ](#).
- ສວມໃສ່ [ໜ້າກາກ](#) ເພື່ອການປົກປ້ອງສ່ວນບຸກຄົນ ແລະການຄວບຄຸມແຫຼ່ງທີ່ເກີດ.
- ເສີມສ້າງ [ການລະບາຍອາກາດ](#) ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ກະຈາຍຂອງເຊື້ອໄວຣັດທີ່ເປັນ ລະອອງ.
- ຢູ່ບ້ານເມື່ອບໍ່ສະບາຍ.
- ດຳເນີນການກວດຫາເຊື້ອແບບໄວ.
- ມີການປະຕິບັດທີ່ດີຕໍ່ [ແນວທາງການບ້ອງກັນໂລກທາງເດີນຫາຍໃຈ ແລະ ສຸຂະອະນາໄມມື](#).
- ໃຫ້ບໍ່ປະຕິບັດຕາມ [ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ](#) ໃນລະດັບທີ່ເໝາະສົມ ແລະ ສາມາດປະຕິບັດໄດ້.
- [ການອະນາໄມ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອ](#) ຕາມທີ່ໄດ້ລະບຸໄວ້.
- ເພີ່ມກົດຈະກຳກາງແຈ້ງ.

ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຈຳເປັນຕ້ອງຮັກສາຄວາມຍືດຍຸ່ນໃນການນຳວິທີການຫຼຸດຜ່ອນຜົນ ກະທົບໄປໃຊ້. ການຍົກເລີກໃຊ້ການປົກປ້ອງບາງຢ່າງອາດຈະຖືກດຳເນີນໂດຍບັດໃຈເພີ່ມລະນາ ເຊັ່ນ: ລະດັບການແຜ່ເຊື້ອໃນຊຸມຊົນ, ການແຜ່ລະບາດໃນທ້ອງຖິ່ນ, ແລະ ອັດຕາການສັກວັກຊີນ. ນອກຈາກນີ້ ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຄວນກວດສອບໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າສະພາບແວດລ້ອມຂອງ ຕົນພ້ອມທີ່ຈະຮອງຮັບບຸກຄົນຜູ້ທີ່ເລືອກຈະໃຊ້ແນວທາງບ້ອງກັນຕໍ່ເນື່ອງເຊັ່ນ, ການໃສ່ໜ້າກາກ. ເມື່ອພະຍາດມີການແຜ່ລະບາດເພີ່ມຂຶ້ນ, ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຄວນພິຈາລະນາທີ່ຈະນຳ ມາດຕະການບ້ອງກັນຫຼືບັນເທົາກັບມາໃຊ້. ການປະສານງານກັບສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນຈະຊ່ວຍໃນການປະຕິບັດຍຸດທະສາດເຫຼົ່າ ນີ້ໄດ້ດີທີ່ສຸດເພື່ອຮັບປະກັນຄວາມປອດໄພຂອງເດັກ, ນັກຮຽນ, ພະນັກງານ, ຄອບຄົວ ແລະ ຊຸມຊົນ.

ບຸກຄົນຜູ້ທີ່ເລືອກຈະສືບຕໍ່ໃຊ້ມາດຕະການບ້ອງກັນເອງຄວນໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນ. ບໍ່ຄວນສະແດງຄຳຄິດເຫັນຫຼືວິພາກວິຈານກ່ຽວກັບຄວາມເຊື່ອຫຼືສະພາວະທາງສຸຂະພາບຂອງຄົນອື່ນ. ໂຮງຮຽນແລະໂບແກມບໍ່ຄວນປ່ອຍໃຫ້ມີການລະເມີດ ຫຼື ຂົ່ມເຫັງໃດໆ.

¹ [Science Brief: Transmission of SARS-CoV-2 in K-12 Schools and Early Care and Education Programs - Updated | CDC](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/transmission_k_12_schools.html) https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/transmission_k_12_schools.html (ເຂົ້າເຖິງວັນທີ 03/06/2022)
² <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/indicators-monitoring-community-levels.html> (ເຂົ້າເຖິງວັນທີ 03/06/2022)

ການສັກຢາວັກຊີນ

ການສັກວັກຊີນເປັນຍຸດທະສາດການປ້ອງກັນທີ່ມີປະສິດທິຜົນທີ່ສຸດເພື່ອປົກປ້ອງເດັກ ແລະ ຜູ້ໃຫຍ່ທີ່ມີສິດໄດ້ຮັບວັກຊີນເພື່ອປ້ອງກັນຕໍ່ການຕໍ່ຮຸນແຮງທີ່ສຸດຈາກການເປັນ ໂຄວິດ-19. ດັ່ງທີ່ໄດ້ກ່າວໄວ້ຂ້າງເທິງ, ພະນັກງານທັງໝົດໃນສະຖານທີ່ໃຫ້ການສັກສາຈຳຕ້ອງໄດ້ຮັບການສັກ ຢາວັກຊີນຢ່າງຄົບຖ້ວນ ຫຼື ໄດ້ຮັບການຍົກເວັ້ນທາງການແພດ ຫຼື ທາງສາສະໜາຕໍ່ [ການຖະແຫຼງ ການຂອງເຈົ້າຄອງສະບັບ 21-14.3](#) (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ໂຮງຮຽນແລະຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຄວນສົ່ງເສີມໃຫ້ເດັກ, ນັກຮຽນ, ພະນັກງານ, ແລະ ຄອບຄົວທີ່ມີສິດເຂົ້າຮັບວັກຊີນໃຫ້ຄົບ [ຕາມຄຳແນະນຳລ່າສຸດ \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#) ລວມທັງວັກຊີນໂຄວິດ-19. DOH ໄດ້ສ້າງ [ຊຸດເຄື່ອງມື ວັດຊີນປ້ອງກັນໂຄວິດ-19 ສຳລັບໂຮງຮຽນ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ເພື່ອເປັນເອກະສານ ແລະ ແຫຼ່ງ

ຂໍ້ມູນທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ໂຮງຮຽນສາມາດຕອບຄຳຖາມຂອງຜູ້ປົກຄອງ ແລະ ສົ່ງເສີມການຊັກວັກຊີນປ້ອງ ກັນໂຄວິດ-19. DOH ຍັງໄດ້ສ້າງ [ຊຸດເຄື່ອງມືຄລິນິກວັກຊີນປ້ອງກັນໂຄວິດ-19 ສຳລັບໂຮງຮຽນ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ການປະສານງານດ້ານຄລິນິກກັບຄູ່ຮ່ວມມືໃນຊຸມ ຊົນ ແລະ ສົ່ງເສີມການສັກວັກຊີນປ້ອງກັນພະຍາດໂຄວິດ-19. ຊຸດເຄື່ອງມືທັງສອງຢູ່ທີ່ໜ້າເວັບ [ການສ້າງພູມຕົ້ນທາງໃນໂຮງຮຽນແລະສະຖານລ້ຽງເດັກ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ຂອງ DOH.

ຍັງສາມາດເບິ່ງ [ຄຳແນະນຳຂອງ CDC \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#) ວ່າ [ໂຮງຮຽນສາມາດສົ່ງເສີມການສັກຢາກັນພະຍາດແນວ ໃດ \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#). ໄປທີ່ໜ້າເວັບ [ຂໍ້ມູນວັກຊີນຂອງ DOH \(ພາສາລາວ\)](#) ເພື່ອເບິ່ງຂໍ້ມູນທົ່ວໄປກ່ຽວກັບວັກຊີນປ້ອງ ກັນໂຄວິດ-19, ລວມເຖິງເຄື່ອງມື [ຕົວລະບຸຕຳແໜ່ງວັກຊີນ \(ພາສາລາວ\)](#).

ໜ້າກາກ

ການໃສ່ໜ້າກາກທີ່ພໍດີຫຼືອຸປະກອນປິດໃບໜ້າຢ່າງຖືກຕ້ອງຈະຊ່ວຍປ້ອງກັນຜູ້ຮ່ວມໃສ່ ແລະ ຜູ້ອື່ນໆ ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງຊ່ວຍປ້ອງກັນການແຜ່ເຊື້ອໂຄວິດ-19.

ເຖິງແມ່ນວ່າໜ້າກາກແມ່ນບໍ່ຈຳເປັນໃນທຸກສະພາບແວດລ້ອມຂອງໂຮງຮຽນ ຫຼື ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ, ຈະມີສະຖານະການ DOH ແລະ/ຫຼື ໜ່ວຍງານສາທາລະນະສຸກຮຽກຮ້ອງໃຫ້ມີການນຳໃຊ້ໜ້າກາກທີ່ ເໝາະສົມຊໍ່ຄາວສຳລັບບຸກຄົນ (ເຊັ່ນ, ມັ້ທີ່ 6-10 ເມັດນັກຮຽນ, ເດັກນ້ອຍ, ຫຼື ພະນັກງານກັບຄົນ ມາຈາກການແຍກປ່ຽວຫຼັງຈາກ 5 ມື້, ໃຫ້ເບິ່ງພາກສ່ວນ [ລະບຽບການແຍກປ່ຽວຢູ່ທີ່ບ້ານ ແລະ ການກັບຄືນໄປໂຮງຮຽນ ຫຼື ໂຄງການ](#)). ນອກຈາກນີ້ຍັງອາດຈຳເປັນຕ້ອງໃສ່ໜ້າກາກທຸກທີ່ໃນຊ່ວງ ທີ່ມີການແຜ່ລະບາດເປັນກຸ່ມແລະ/ຫຼືການແຜ່ລະບາດໃນຫ້ອງຮຽນຫຼືກັບນັກຮຽນໃນຫຼາຍໆກຸ່ມ (ເຊັ່ນ: ຫ້ອງຮຽນປະສານສຽງ ຫຼື ທີມກິລາ) ຫຼືໃນສະພາບແວດລ້ອມຂອງຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ ເພື່ອຈຳກັດ ການແຜ່ເຊື້ອໂຮດແລະຊ່ວຍໃຫ້ສາມາດດຳເນີນການຮຽນການສອນແລະດູແລດ້ວຍຕົວເອງໄດ້ (ເບິ່ງໃນສ່ວນ [ການຕອບສະໜອງເມື່ອເກີດມີກຸ່ມແລະການລະບາດ](#)).

ເດັກ, ນັກຮຽນ, ແລະ ພະນັກ ງານສາມາດເລືອກໄດ້ວ່າຈະໃສ່ໜ້າກາກຢູ່ໂຮງຮຽນ ແລະ/ຫຼືສະຖານ ທີ່ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຫຼືບໍ່, ໂດຍຄວນເຄົາລົບທາງເລືອກຂອງຜູ້ອື່ນອີກດ້ວຍ. ບາງຄົນອາດຈະຕ້ອງໃສ່ ໜ້າກາກເນື່ອງຈາກຕົວເອງຫຼືຄົນໃນບ້ານ [ມີຄວາມສ່ຽງສູງ \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#) ທີ່ຈະມີອາການເຈັບປ່ວຍຮຸນແຮງຈາກ ໂຄວິດ-19.

ເດັກ, ນັກຮຽນ, ແລະ ພະນັກງານທີ່ມີພູມຄຸ້ມກັນປົກຜ່ອງ, ສຸຂະພາບບໍ່ແຂງແຮງ, ແລະ/ຫຼື ມີ ຄວາມສ່ຽງສູງທີ່ຈະມີອາການຮ້າຍແຮງຄວນປຶກສາຜູ້ໃຫ້ບໍລິການດູແລດ້ານສຸຂະພາບວ່າຄວນຈະສືບຕໍ່ໃສ່ໜ້າກາກຕໍ່ໄປຫຼືບໍ່. ພະນັກງານທີ່ສະໜອງການດູແລແກ້ນັກຮຽນ ແລະ ເດັກພິການທີ່ ຕ້ອງມີການສຳພັດໃກ້ຊິດ ຄວນພິຈາລະນາສວມໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນທີ່ເໝາະສົມໃນ ເວລາໃຫ້ການດູແລ. ນອກຈາກນັ້ນ, ໂຮງຮຽນຄວນໃຊ້ມາດຕະການຫຼຸດຜ່ອນທີ່ແນະນຳເພື່ອຕອບ ສະໜອງຄວາມຕ້ອງການຂອງປະຊາກອນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງຂອງພວກເຂົາ, ປະຕິບັດຕາມກົດ ຫມາຍຂອງລັດ ແລະ

ລັດຖະບານກາງທີ່ມີຢູ່ທັງຫມົດ.

ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຄວບຄຸມສະໜອງໜ້າກາກ ແລະ ເຄື່ອງປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນທີ່ເໝາະ ສົມອັນໃຫ້ແກ່ພະນັກງານ, ນັກຮຽນ, ແລະ ເດັກນ້ອຍຕາມຄວາມຕ້ອງການ ຫຼື ຈໍາເປັນຕ້ອງໃຊ້.

ໃນຂະນະທີ່ນໍາໃຊ້ໜ້າກາກອະນາໄມຢ່າງຖືກຕ້ອງຈະຊ່ວຍປ້ອງກັນການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19, ມີຂໍ້ຄົງເວັ້ນສະເພາະຕໍ່ກັບຄໍາແນະນໍາການນໍາໃຊ້ໜ້າກາກທີ່ອີງໃສ່ອາຍຸ, ການພັດທະນາການ ຫຼື ຄວາມພິການ. ເບິ່ງ [ຄໍາແນະນໍາຂອງ DOH ກ່ຽວກັບການປົກປິດໃບໜ້າ \(ເປັນພາສາອັງກິດ ເທົ່ານັ້ນ\)](#) ແລະ [ຄໍາແນະນໍາຂອງ CDC ກ່ຽວກັບການນໍາໃຊ້ຜ້າປົກປິດໃບໜ້າ](#) ສໍາລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ. ພະນັກງານມີສິດທີ່ຈະເລືອກໃສ່ໜ້າກາກ ຫຼື ເລືອກໜ້າກາກປ້ອງກັນທີ່ເໝາະສົມກວ່າ. ອ້າງເຖິງ [ຄວາມຕ້ອງການປົກປິດໃບໜ້າ ແລະ ການໃສ່ໜ້າກາກອະນາໄມປ້ອງກັນໂຄໂຣນາໂວຣັດ](#) (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ຂອງ L&I ສໍາລັບລາຍລະອຽດເພີ່ມເຕີມ.

ການກວດຄັດກອງ

ນັກຮຽນ, ເດັກ, ແລະ ເຈົ້າໜ້າທີ່ບໍ່ຈໍາເປັນຕ້ອງກວດຄັດກອງ (ແບບຄັ້ງດຽວ ຫຼື ເປັນອາທິດ) ແຕ່ສາມາດຊ່ວຍການລະບຸໄດ້ບຸກຄົນທີ່ໄດ້ຕິດເຊື້ອ ແລະ ແຜ່ເຊື້ອສູ່ຄົນອື່ນໄດ. ການລະບຸຕົວຕົນອາດຈະເຮັດໃຫ້ມີການຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ລະບາດໂດຍການຮັບປະກັນວ່າຜູ້ຕິດເຊື້ອໄດ້ຖືກແຍກປ່ຽວຢ່າງທ່ວງທັນການເພື່ອຈໍາກັດການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດຕົ້ມອີກ.

ນອກຈາກການເຂົ້າເຖິງການກວດວິນິດໄສແລ້ວ, ໂຄງການ Learn to Return ຍັງສາມາດຊ່ວຍສະໜັບສະໜູນການກວດກັ້ນກອງສໍາລັບນັກຮຽນ ແລະ/ຫຼື ພະນັກງານໃນບັນດາໂຮງຮຽນທີ່ເລືອກທີ່ ຈະໃຊ້ຍຸດທະສາດນີ້. ໂຮງຮຽນ ຫຼື ເມືອງທີ່ຕ້ອງການຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບໂຄງການກວດ ໂຄວິດ-19 ຄວນຕິດຕໍ່ schools@healthcommonsproject.org.

ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນການກວດສໍາລັບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການອາດຈະຕ້ອງຮ້ອງຂໍຜ່ານໜ່ວຍງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈໍາທ້ອງຖິ່ນ. ເຂົ້າໄປທີ່ໜ້າເວັບ [ການກວດຫາເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 \(ເປັນພາສາລາວ\)](#) ຂອງ DOH ເພື່ອເບິ່ງຂໍ້ມູນທົ່ວໄປກ່ຽວກັບວິທີຮັບຊຸດກວດຫາເຊື້ອ, ລວມທັງຊຸດກວດຢູ່ເຮືອນ, ແລະ ສະຖານທີ່ຮັບການກວດຫາເຊື້ອ.

Test to Stay

ໂຮງຮຽນຫຼາຍແຫ່ງ, ຮ່ວມມືກັບສາທາລະນະສຸກທ້ອງຖິ່ນ, ໃນການຈັດຕັ້ງໂປແກມ Test to Stay (ກວດເພື່ອຢູ່ເຮັດວຽກຕໍ່ໄປ) ທີ່ເຊື້ອຖືໄດ້ ເພື່ອເປັນອີກທາງເລືອກໜຶ່ງແທນການກັກໂຕຢູ່ບ້ານ ໂດຍມີຈຸດປະສົງເພື່ອໃຫ້ເດັກໄດ້ມາໂຮງຮຽນ ແລະເຂົ້າຮ່ວມໂປແກມຂອງຜູ້ໃຫ້ບໍລິການລ້ຽງເດັກ ຖ້າບໍ່ເຈັບປ່ວຍ ຫຼືມີຜົນກວດ ໂຄວິດ-19 ເປັນບວກ. ເຖິງແມ່ນວ່າໂຮງຮຽນຈະບໍ່ຕິດຕາມຜູ້ສໍາ ຜັດໃກ້ຊິດອີກຕໍ່ໄປແລ້ວ, ແຕ່ຍັງສາມາດສືບຕໍ່ໃຊ້ໂປແກມກວດຫາເຊື້ອໃນປັດຈຸບັນຕໍ່ໄປໄດ້ ເພື່ອໃຫ້ເດັກໄດ້ເຂົ້າໂຮງຮຽນເຕັມເວລາດ້ວຍຕົນເອງຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ.

ການພິຈາລະນາການມີສ່ວນຮ່ວມໃນກົດບັງຄັບ Test to Stay ລວມມີ, ແຕ່ບໍ່ຈໍາກັດສໍາລັບ:

- ການສໍາພັດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ [ເຊັ່ນ: ກິລາໃນຮົ່ມທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ, ກິດຈະກຳທີ່ຜະລິດລະ ອອງຜອຍສູງ (ເຊັ່ນ: ການເຊຍໃນຮົ່ມ, ການຮ້ອງເພງ, ຫຼື ການຫຼິ້ນເຄື່ອງດົນຕີປະເພດເຄື່ອງເບົ້າ), ການອອກກຳລັງກາຍຢູ່ໃນຫ້ອງຝັກອົບຮົມ, ຫຼື ເວລາປະເມີນຜົນບຸກຄົນທີ່ ເຈັບປ່ວຍ].
- ການສໍາພັດເຊື້ອໃນບ້ານ, ເຊິ່ງມີໂອກາດໄດ້ຮັບເຊື້ອຊໍ້າໆເປັນເວລາຍາວນານ.
- ບຸກຄົນທີ່ຮູ້ວ່າມີການສໍາພັດທີ່ຍິ່ງບໍ່ທັນໄດ້ຮັບການສັກຢາວັກຊີນປ້ອງກັນໂຄວິດ-19 ຄົບຖ້ວນຕາມກຳນົດຫຼ້າສຸດ.
- ບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ພະຍາດສໍາຄັນ.
- ໃນຊ່ວງລະຫວ່າງເກີດການລະບາດເປັນກຸ່ມ ແລະ ລະບາດທົ່ວໄປເພື່ອໃຫ້ຍັງຄົງດຳເນີນການ ຮຽນການສອນດ້ວຍຕົນເອງ.

ມາດຕະການ Test to Stay

ບຸກຄົນອາດຈະສືບຕໍ່ເຂົ້າຮ່ວມວຽກ, ເຂົ້າຫ້ອງຮຽນ, ສະຖານທີ່ໃຫ້ການດູແລເດັກ, ແລະ ເຂົ້າຮ່ວມ
ໃນກິດຈະການອກຫຼັກສູດໃນຂະນະທີ່ໄດ້ປະຕິບັດຄົບຕາມກົດບັງຄັບຂອງໂຄງການ Test to Stay, ຖ້າພວກເຂົາ:

- ໄດ້ຮັບການກວດຫາເຊື້ອ* ຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງໃນໄລຍະ 10 ມື້ (ເຊັ່ນ: ສອງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດ) ຕາມກົດ ບັງຄັບ ແລະ
- ບໍ່ສະແດງອາການ.

ບຸກຄົນທີ່ປະຕິບັດຄົບຕາມກົດບັງຄັບຂອງໂຄງການ Test to Stay ແມ່ນແນະນຳຢ່າງຍິ່ງໃຫ້ຕິດ ຕາມອາການ ແລະ
ໃສ່ໜ້າກາກທີ່ພັດມື້ອຸ່ນໃກ້ກັບຜູ້ອື່ນ. ບຸກຄົນໃດກໍ່ຕາມເມື່ອຖືກກວດພົບວ່າມີເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19, ພວກເຂົາຕ້ອງໄດ້ແຍກ
ປ່ຽນຢູ່ເຮືອນແລະປະຕິບັດຕາມ [ຄຳແນະນຳການແຍກປ່ຽນ](#) ຂອງ DOH.

*ເປັນທີ່ຍອມຮັບໄດ້ ແລະ ຄວນໃຊ້ຊຸດກວດແອນຕິເຈນ ຫຼື ຊຸດກວດລະດັບໂມເລກູນ (POC, ກວດ ທີ່ຈຸດຮັກສາຄົນເຈັບ),
ຊຸດກວດຫາເຊື້ອທີ່ກວດໄດ້ຢູ່ເຮືອນທີ່ສາມາດໃຫ້ຜົນກວດໃນເວລາບໍ່ເທົ່າ ໃດນາທີ ແລະ
ໄດ້ຕາມຄວາມຕ້ອງການໃນການລະບຸຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອ ແລະ ແຍກປ່ຽນ ທ່ວງທັນເວລາ.

ການເກັບຕົວຢ່າງເພື່ອວິນິດໄສສຳລັບບຸກຄົນທີ່ບໍ່ມີອາການໃນໄລຍະຂອງມາດຕະການ Test to Stay ອາດເກີດຂຶ້ນໃນໂຮງຮຽນ,
ສະຖານທີ່ດູແລສຸຂະພາບ, ຫຼື ສະຖານທີ່ອື່ນໆທີ່ຢູ່ພາຍໃຕ້ການເບິ່ງແຍງ ລູແລຂອງໂຮງຮຽນ ຫຼື ພະນັກງານແພດ.

ໂຮງຮຽນຕ້ອງໄດ້ຮັບອະນຸຍາດຈາກພໍ່ແມ່/ຜູ້ປົກຄອງນັກຮຽນເພື່ອຮັບການກວດຢູ່ໂຮງຮຽນ.

ການລະບາຍອາກາດ

ການມີການລະບາຍອາກາດ ແລະ ມີຄຸນນະພາບຂອງອາກາດທີ່ດີພາຍໃນເຮືອນແມ່ນມີຄວາມ
ສຳຄັນຕໍ່ການຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ເຊື້ອທາງອາກາດຕໍ່ກັບເຊື້ອພະຍາດທາງເດີນຫາຍໃຈ, ລວມເຖິງພະຍາດ ໂຄວິດ-19, ແລະ
ສານເສມີ ແລະ ກິ່ນ.

DOH ແນະນຳການປະຕິບັດກ່ຽວກັບການລະບາຍອາກາດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ຍົກລະດັບການກັ່ນຕອງເປັນ Minimum Efficiency Reporting Value (MERV, ຄຳການລາຍງານປະສິດທິພາບຂັ້ນຕໍ່າ) 13 ຖ້າລະບົບສາມາດຮັບມືກັບແຮງດຶງຂອງອາກາດ.
- ໃຫ້ລະບາຍອາກາດດ້ານນອກເຂົ້າໃຫ້ຫຼາຍເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້ - ໂດຍຜ່ານ HVAC (Heating, ventilation, and air conditioning, ປັບຄວາມຮ້ອນ, ການລະບາຍອາກາດ, ແລະ ການປັບຄວາມເຢັນ) ຫຼື ໂດຍການເປີດປ່ອງຢ້ຽມຂອງຫ້ອງ.
- ປຶກສາກັບວິສະວະກອນມີອາຊີບ ຫຼື ຜູ້ຊ່ຽວຊານດ້ານ HVAC ເພື່ອກຳນົດວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດ ເພື່ອເພີ່ມປະສິດທິພາບລະບົບໃຫ້ການລະບາຍອາກາດ ແລະ ຄວາມສາມາດການກອງ ອາກາດ ສຳລັບແຕ່ລະພື້ນທີ່ໃນອາຄານ.
- ຄວນໃຊ້ພັດລົມລະບາຍຄວາມຮ້ອນ. ພັດລົມຕ້ອງພັດຈາກຜູ້ຄົນໄປໃນທີ່ອື່ນ. ຖ້າຫາກ ເປັນພັດລົມເພດານ, ໃຫ້ປັ້ນທິດທາງການພັດລົມ ເພື່ອສົ່ງລົມຂຶ້ນເທິງ ຫຼື ປິດພວກມັນໄວ້.
- ເຄື່ອງທຳຄວາມສະອາດອາກາດ ເຄື່ອງກອງອາກາດອະນຸ ພາກທີ່ມີ ປະສິດທິພາບສູງ ແບບພິກພາສາມາດສະຫນອງອາກາດ ສຳລັບຫ້ອງທີ່ມີ ການລະບາຍອາກາດທີ່ບໍ່ດີ ຫຼື ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽນ. ເລືອກເຄື່ອງທຳຄວາມສະອາດອາ ກາດ ເຄື່ອງກອງອາກາດອະນຸ ພາກທີ່ມີ ປະສິດທິພາບສູງ ທີ່ໄດ້ຮັບການຮັບຮອງຈາກຄະນະກຳມາທິການ California Air Resources Board (ແຫຼ່ງສະໜອງເຄື່ອງປັບ ອາກາດຂອງລັດຄາລິຟໍເນຍ) ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ປ່ອຍໂອໂຊນໃນລະດັບ ອັນຕະລາຍ. ຫ້າມໃຊ້ເຄື່ອງສ້າງໂອໂຊນ, ເຄື່ອງເຮັດນ້ຳຝົນໄຟຟ້າສະຖິດ ແລະ ທາດໄອ ອອນ, ເຄື່ອງຟອກອາກາດລົບ, ແລະ ອື່ນໆ ເພາະສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ສາມາດຜະລິດຜົນລັບທີ່ເປັນອັນ ຕະລາຍໄດ້. ຢ່າໃຊ້ເຄື່ອງຟອກອາກາດສ່ວນຕົວ.

ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ ແລະ ທາງເລືອກທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການລະບາຍອາກາດ, ເບິ່ງຄຳແນະນຳຂອງ DOH ສຳລັບ
[ການລະບາຍອາກາດ ແລະ ຄຸນນະພາບອາກາດເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ລະບາດຂອງ ພະຍາດໂຄວິດ-19](#)

(ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ), [ຄໍາແນະນຳຂອງ CDC ສໍາລັບ ບັນດາບຸກຄົນລະບາຍ ອາກາດ ແລະ ເພີ່ມການຕອງ](#) ໃນໂຮງຮຽນ, ແລະ [Association for Heating, Ventilating and Air-Conditioning Engineers \(ASHRAE\)](#) [ຄໍາແນະນຳກ່ຽວກັບການລະບາຍອາກາດໃນລະຫວ່າງພະຍາດ ໂຄວິດ-19](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງທາງກາຍ

ຂໍ້ກຳນົດໃນການຮັກສາໄລຍະຫ່າງທາງກາຍບໍ່ຄວນເປັນອຸປະສັກກົດຂວາງໂຮງຮຽນໃນການໃຫ້ ການຮຽນເຕັມເວລາ, ຮຽນແບບເຊິ່ງໜ້າໃຫ້ແກ່ນັກຮຽນ/ຄອບຄົວທັງໝົດ, ບໍ່ວ່າຈະເປັນອຸປະສັກ ກົດຂວາງຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຈາກການໃຫ້ການດູແລ. ເລືອກຍຸດທະສາດເພື່ອເພີ່ມໄລຍະຫ່າງທາງກາຍ ທີ່ຈະໃຊ້ໄດ້ສໍາລັບໂຮງຮຽນຂອງທ່ານ ແລະ ໂຄງການໃນພື້ນທີ່ທີ່ມີຢູ່. ອາດຈະມີຊ່ວງເວລາເຊັ່ນ: ຄົນອື່ນຢ່າງຜ່ານຫ້ອງໂຖງ ຫຼື ໃນເວລາຫຼິ້ນ ໃນເວລາພັກຜ່ອນ ເມື່ອເດັກ ແລະ ນັກຮຽນບໍ່ໄດ້ຢູ່ຫ່າງ ກັນຢ່າງເຕັມທີ່ຈາກກັນ. ຂະຫຍາຍໂອກາດໃນການເພີ່ມພື້ນທີ່ລະຫວ່າງນັກຮຽນ ແລະ ເດັກໃນລະດັບທີ່ເປັນໄປໄດ້ໃນລະຫວ່າງການເຮັດກິດຈະກຳທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ທັງໝົດ ແລະ ຈຳກັດການເຂົ້າສຳ ພັດໃນສະຖານທີ່ທີ່ມີຄົນຫຼາຍ.

ຂະຫຍາຍໄລຍະຫ່າງລະຫວ່າງເດັກ ແລະ ນັກຮຽນໃຫ້ສູງສຸດເຖິງລະດັບທີ່ເປັນໄປໄດ້ສໍາລັບສະຖານະ ການຕໍ່ໄປນີ້:

- ເມື່ອຢູ່ໃນໂຮງອາຫານ.
- ໃນເຂດທີ່ໄປນອກຫ້ອງຮຽນ.
- ໃນລະຫວ່າງກິດຈະກຳທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງໃນເວລາມີການຫາຍໃຈອອກ ຫຼື ລະອອງລອຍ ເພີ່ມຂຶ້ນ (ເຊັ່ນ: ກິລາ ຫຼື ການອອກກຳລັງກາຍໃນຮົ່ມ, ການຮ້ອງເພງ ຫຼື ການຫຼິ້ນເຄື່ອງດົນຕີ ແລະ ການເຊຍ ຫຼື ຮ້ອງຂຶ້ນ). ກິດຈະກຳເຫຼົ່ານີ້ຄວນຖືກຍ້າຍອອກໄປນອກ ຫຼື ໄປບ່ອນກວ້າງ, ມີການລະບາຍອາກາດໄດ້ດີທຸກຄັ້ງທີ່ເປັນໄປໄດ້.

ໂຮງຮຽນແລະຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຕ້ອງປະຕິບັດຕາມກົດທີ່ມີຢູ່ໃນໃບອະນຸຍາດກ່ຽວກັບກຸ່ມແລະຂະໜາດອັດຕາສ່ວນພະນັກງານ.

ການຂົນສົ່ງໂດຍລົດເມ

ຍຸດທະສາດເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ລະຫວ່າງໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການການຂົນສົ່ງຂອງລວມມີ:

- ຄວນພິຈາລະນາສວມໃສ່ໜ້າກາກທີ່ພິດ.
- ຮັກສາໃຫ້ຜູ້ຂັບຂີ່ຢູ່ຫ່າງໄກກັນເທົ່າທີ່ສາມາດເຮັດໄດ້ໃນລົດເມ.
- ເພີ່ມການລະບາຍອາກາດໃນລົດເມໃຫ້ໄດ້ຫຼາຍສຸດໂດຍການເປີດປ່ອງຢ້ຽມດ້ານໜ້າໄວ້ 2 ປ່ອງ ແລະ ດ້ານຫຼັງໄວ້ 2 ປ່ອງ ຢ່າງໜ້ອຍດ້ານລະສອງສາມນັ້ນ.
- ຢ່າຂ້າເຊື້ອໃຫ້ລົດເມໂດຍເຮັດໃຫ້ມີຄ່ວນ. ເປີດປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອລະບາຍອາກາດອອກ ຫຼັງຈາກເສັ້ນການຂົນສົ່ງ ແລະ ທ່າຄວາມສະອາດຕາມຄວາມຈຳເປັນ.
- ສົ່ງເສີມການຢ່າງ ຫຼື ຂີ່ລົດຖີບ ໃນບ່ອນ ທີ່ບອດໄພ.
- ສົ່ງເສີມໃຫ້ນັກຮຽນລ້າງ ຫຼື ອະນາໄມມືເມື່ອອອກຈາກເຮືອນ ຫຼື ຫ້ອງຮຽນກ່ອນຂຶ້ນລົດເມ.

ການລ້າງມື ແລະ ແນວທາງການປ້ອງກັນໂລກທາງເດີນຫາຍໃຈ

ໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຄວນສືບຕໍ່ຊຸກຍູ້ໃຫ້ມີການລ້າງມືເລື້ອຍໆ ແລະ ແນວທາງການປ້ອງ ກັນໂລກທາງເດີນຫາຍໃຈທີ່ດີ ເພື່ອປ້ອງກັນການສຳຜັດ ແລະ ການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດຕິດ ຕໍ່, ລວມທັງພະຍາດ ໂຄວິດ-19.

ໂດຍຜ່ານໜ່ວຍງານສຶກສາສຸຂະພາບຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ ແລະ ບົດຮຽນ, ສອນເດັກນ້ອຍໃຫ້ລ້າງມືຢ່າງຖືກຕ້ອງ ແລະ ເສີມສ້າງພຶດຕິກຳ. ສະໜັບສະໜູນ [ສຸຂະອະນາໄມ ສຸຂະພາບ](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ) ພຶດຕິກຳໂດຍການສະໜອງອຸປະກອນທີ່ພຽງພໍ, ລວມທັງສະບູ, ວິທີການເຮັດມືໃຫ້ ແຫ້ງ, ເຈລັບທິຊຸ່, ແລະ ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອແບບຫ້າມສຳພັດ/ ມີບ່ອນຢຽບ. ຮັບປະກັນໃຫ້ພະນັກງານປະຕິບັດການລ້າງມື ແລະ ແນວທາງການປ້ອງກັນໂລກທາງເດີນຫາຍໃຈຢ່າງເໝາະສົມ.

ການອະນາໄມ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອ

ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອພື້ນຜິວທີ່ມີການສຳຜັດປະຈຳ ເຊັ່ນ ລູກບິດປະຕູ, ບ່ອນຈັບເປີດ-ປິດ ກ້ອກ ນ້ຳ, ສະຖານທີ່ຮາຍນ້ຳ, ເຄົາເຕີເຊັກອິນ, ແລະ ຫ້ອງນ້ຳ. ໂດຍທົ່ວໄປ, ການທຳຄວາມສະອາດມື້ລະຄັ້ງ ແມ່ນພຽງພໍທີ່ຈະກຳຈັດໄວຣັສທີ່ອາດຢູ່ເທິງພື້ນຜິວ. ເຮັດຄວາມສະອາດໂຕະດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳ. ພຽງແຕ່ຂ້າເຊື້ອໂຕະເມື່ອຕິດຕາບຮາກ, ເລືອດ, ຫຼື ອາຈິມ, ຫຼື ໃນລະຫວ່າງການແຜ່ລະບາດ. ລ້າງມື ຫຼັງຈາກທ່ານທຳຄວາມສະອາດ.

ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອແລະທຳຄວາມສະອາດຕ້ອງເປັນກຳຈັດເປັນປະຕິບັດທີ່ເຮັດຂຶ້ນທະບຽນກັບ Environmental Protection Agency (EPA, ອົງການປ້ອງກັນສິ່ງແວດລ້ອມ). ຖ້າບໍ່ໄດ້ລົງທະບຽນຜ່ານ EPA, ແມ່ນຜະ ລິດຕະພັນທີ່ບໍ່ເໝາະສົມ. ສຳລັບ ໂຄວິດ-19, ໃຫ້ເລືອກນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ຂຶ້ນທະບຽນສຳລັບໃຊ້ກຳຈັດ [ໄວຣັດ SARS-CoV-2 \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#). ເມື່ອເປັນໄປໄດ້, ເລືອກຢາຂ້າເຊື້ອໂລກ ແລະ ຢາລ້າງມື ຂ້າເຊື້ອທີ່ບໍ່ມີກິ່ນທີ່ປອດໄພກວ່າ.

ຜະລິດຕະພັນທີ່ເຮັດຈາກໂຮໂດເຈນເພື່ອອັດໄຊຫຼືເຫຼົ້າແມ່ນປອດ ໄພຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງມະນຸດກວ່າ ແລະ ດີກວ່າສຳລັບຜູ້ເປັນໂຮໂດເຈນຫອບຫຼິດ.

ແນວທາງປະຕິບັດເພື່ອຄວາມປອດໄພທົ່ວໄປ:

- ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອໃນບໍລິເວນທີ່ມີອາກາດຖ່າຍເທ. ຄວນໃຊ້ຜະລິດຕະພັນຢາຂ້າເຊື້ອໃນປະລິມານໃຫ້ຫຼາຍເມື່ອບໍ່ມີເດັກນ້ອຍຢູ່ນຳ. ສິ່ງອ່ານວຍຄວາມສະດວກຄວນມີເວລາພຽງພໍໃນ ການລະບາຍອາກາດອອກກ່ອນທີ່ຈະມີຄົນກັບມາ (ເຊັ່ນ: ໃນຕອນທ່ຳຍຂອງວັນ).
- ໃຊ້ ຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນໃນປະລິມານທີ່ເໝາະສົມ.
- ທຳຄວາມສະອາດພື້ນຜິວກ່ອນໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອສະເໝີ.
- ບ່ອຍ ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອໄວ້ບິນພື້ນຜິວຕາມໄລຍະເວລາສຳຜັດປຽບກັບກຳນົດໃຫ້.
- ປະຕິບັດຕາມ ຄຳເຕືອນ ແລະ ຄຳແນະນຳຂອງຜະລິດຕະພັນສຳລັບການນຳໃຊ້ເຄື່ອງປ້ອງ ກັນສ່ວນບຸກຄົນເຊັ່ນ: ຖົງມື, ການປ້ອງກັນຕາ ແລະ ການລະບາຍອາກາດ.
- ຈັດເກັບສານເຄມີທັງໝົດໃຫ້ພື້ນຜິວເດັກນ້ອຍ. ເດັກນ້ອຍອາຍຸຕ່ຳກວ່າ 18 ປີບໍ່ສາມາດ ນຳໃຊ້ ຢາທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ຈັດທະບຽນຂອງ EPA, ລວມທັງທົບຊຸຂ້າເຊື້ອ.
- ສິ່ງອ່ານວຍຄວາມສະດວກ ຕ້ອງມີເອກະສານຂໍ້ມູນຄວາມປອດໄພຂອງວັດຖຸ Safety Data Sheet (SDS), ອຸ່ມໃຫ້ຂໍ້ມູນດ້ານຄວາມປອດໄພ) ສຳລັບສານເຄມີແຕ່ລະຊະນິດທີ່ໃຊ້ໃນສະ ຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ.
- ພິມແຜ່ ແລະ ພະນັກງານບໍ່ຄວນແຈກຈ່າຍຢາຂ້າເຊື້ອ ແລະ ນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດ.
- ໃຊ້ທົບຊຸບຽກ ຫຼື ເອວກໍຣ໌ isopropyl 70% ເພື່ອທຳຄວາມສະອາດແບ້ນຜິວ ແລະ ເຄື່ອງເອເລັກໂຕຣນິກ.
- ຫ້າມໃຊ້ວິທີການຜິ່ນໝອກຄວັນ, ການລົມຄວັນ ຫຼື ການສີດພິ່ນໃນພື້ນທີ່ກ້ວາງເພື່ອຄວບຄຸມການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດ ໂຄວິດ-19. ວິທີການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ມີປະສິດຕິຜົນ, ຫ້າມອະນາ ໄມພື້ນຜິວທີ່ບິນເປື້ອນ ແລະ ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງມະນຸດ.

ຊອກຫາຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບການທຳຄວາມສະອາດ, ການຂ້າເຊື້ອ, ແລະ ການເລືອກຜະລິດຕະ ພັນທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທີ່ປອດໄພກວ່າໃນ [ຄຳແນະນຳການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທີ່ ປອດໄພສຳລັບສະຖານທີ່ສາທາລະນະ](#) (ສະເພາະພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ສ່ວນທີ 3: ຂໍ້ພິຈາລະນາເພີ່ມເຕີມ

ດ້ານພືດຕິກຳ ແລະ ສຸຂະພາບຈິດ

ຄວາມຮູ້ສຶກວິຕົກກາງວົນກ່ຽວກັບການປ່ຽນແປງທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນກັບກິດຈະວັດຂອງໂຮງຮຽນ/ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ, ເຊັ່ນ: ການຢຸດເຊົາການໃສ່ໜ້າກາກ, ຫຼືເມື່ອການຕິດເຊື້ອມີລະດັບເພີ່ມຂຶ້ນ, ເປັນ ເລື່ອງປົກກະຕິ ແລະ ອາດວ່າຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້. ປະສົບການຂອງເດັກ, ໄວລຸ້ນ, ຄອບຄົວ, ແລະ ພະນັກ ງານໃນຊ່ວງການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ມັກຈະມີຄວາມສັບຊ້ອນ ແລະ

ທ່າທາຍ; ເຊິ່ງສົ່ງຜົນ ກະທົບຕໍ່ຮ່າງກາຍ, ຈິດໃຈ, ແລະ ອາລົມ. ໃນຂະນະທີ່ເດັກ, ໄວລຸ້ນ, ພໍ່ແມ່, ຜູ້ເບິ່ງແຍງ, ແລະ ພະນັກ ງານໂຮງຮຽນມຸ່ງໜ້າທຳຄວາມເຂົ້າໃຈໄລຍະຕໍ່ໄປຂອງການແຜ່ລະບາດທີ່ໂລກ ແລະ ຜົນກະທົບທີ່ ຈະມີຕໍ່ໂຮງຮຽນ ແລະ ຄອບຄົວ, ບັດໃຈເຫຼົ່ານີ້ອາດສົ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ການເຮັດວຽກຂອງຮ່າງກາຍໃນ ດ້ານອາລົມຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນ. ນັກຮຽນບາງຄົນຈະຮູ້ສຶກໂລງ ແລະ ສະບາຍໃຈ, ແຕ່ບາງຄົນອາດວິ ຕົກກັງວົນ ແລະ ຍັງບໍ່ພ້ອມໃນການປ່ຽນແປງ. ເຊິ່ງຈະໃຊ້ເວລາໃຫ້ທຸກຄົນບັບຕົວໃຫ້ເຂົ້າ ໂຮງຮຽນ ຈະຕ້ອງມອບການສະໜັບສະໜູນ ແລະ ໃຫ້ຄຳແນະນຳນັກຮຽນ, ວອມເຖິງການໃຫ້ເວລາບັບຕົວ ກັບຄຳແນະນຳໃໝ່, ແລະ ອະນຸຍາດໃຫ້ເຄົາລົບຊົນ ແລະ ພະນັກງານມີສິດເລືອກທີ່ຈະໃສ່ໜ້າກາກ ຫຼື ຮັກສາໄລຍະຫ່າງຕໍ່ໄປຖ້າຫາກພວກເຂົາຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍໃຈກັບການປ່ຽນແປງ.

ການປະຊຸມດ້ານຄວາມປອດໄພກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳດ້ານສຸຂະພາບສຳລັບຄອບຄົວ: ການຊ່ວຍເຫຼືອ ເດັກນ້ອຍ ແລະ ໄວລຸ້ນ ໃນລະຫວ່າງການລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 (ມພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ໃຫ້ຂໍ້ມູນ

ທີ່ໄປກ່ຽວກັບປະຕິກິລິຍາທາງອາລົມທີ່ໄປຂອງເດັກນ້ອຍ, ໄວລຸ້ນ, ແລະ ຄອບຄົວໃນລະຫວ່າງໄພ ພິບັດ. ມັນຍັງມີຄຳແນະນຳກ່ຽວກັບວິທີຊ່ວຍໃຫ້ເດັກນ້ອຍ, ໄວລຸ້ນ, ແລະ ຄອບຄົວຟື້ນຕົວຈາກໄພ ພິບັດ ແລະ ເຕີບໃຫຍ່ໃຫ້ເຂັ້ມແຂງກວ່າເກົ່າ.

ຊຸດ ເຄື່ອງມື THINK ສຳລັບການກັບມາທີ່ໂຮງຮຽນໃນຊ່ວງໂຄວິດ-19 (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ມີເຄັດ ລັບພຶດຕິກຳດ້ານສຸຂະພາບ ແລະ ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນໃນການທຳຄວາມເຂົ້າໃຈການຕອບສະໜອງທາງອາ ລົມທີ່ອາດພົບທ້ວໄປໃນເດັກ, ໄວລຸ້ນ, ແລະ ຜູ້ໃຫຍ່ໃນຊ່ວງວິກິດ ແລະ ລັກສະນະຂອງການຕອບສະ ໜອງເຫຼົ່ານີ້ໃນຫ້ອງຮຽນ ແລະ ດ້ານອື່ນໆຂອງຊີວິດ.

ກວດເບິ່ງ ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນ ແລະ ຄຳແນະນຳກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳດ້ານສຸຂະພາບຂອງ DOH (ພາສາ ອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ແລະ ມາດຕະການຕອບໂຕ້ ໂຄວິດ-19 ຂອງລັດອໍຊິງຕັນ: ຄວາມສຸກທາງຈິດໃຈ ແລະ ອາລົມ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ໄປທີ່ໜ້າເວັບສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ.

ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ:

- ການພະຍາກອນພຶດຕິກຳສຸຂະພາບລາຍເດືອນ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ)
- ການສ້າງເກດ ແລະ ການລາຍງານການລະເລີຍ ແລະ ລ່ວງລະເມີດເດັກໃນສະພາບ ແອດລ໌ອມການສຶກສາອອນໄລນ໌ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ)
- ຮັບມືກັບຄວາມໂສກເສົ້າ ແລະ ການສູນເສຍໃນຊ່ວງ ໂຄວິດ-19 (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ)
- ຄຳແນະນຳພຶດຕິກຳດ້ານສຸຂະພາບສຳລັບເດັກນ້ອຍ, ເຄົາລົບຊົນ ແລະ ໄວໜຸ່ມໃນ ຊ່ວງວິກິດ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ)

ຄວາມເທົ່າທຽມ

ເຊື້ອຊາດ/ຊົນເຜົ່າ ຫຼື ສັນຊາດຂອງບຸກຄົນນັ້ນບໍ່ໄດ້ເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ ພະຍາດ ໂຄວິດ-19. ແນວໃດກໍ່ຕາມ, ຂໍ້ມູນທີ່ລວບລວມໃນຊ່ວງສອງປີທີ່ຜ່ານມາສະແດງໃຫ້ເຫັນ ຊຸມຊົນທີ່ມີຫຼາຍເຊື້ອຊາດວ່າໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢ່າງບໍ່ສົມສ່ວນ. ນີ້ແມ່ນ ເນື່ອງມາຈາກຜົນກະທົບຂອງການຈຳແນກເຊື້ອຊາດ ແລະ ໂດຍສະເພາະ ໂຄງສ້າງການຈຳແນກ ເຊື້ອຊາດ, ທີ່ເຮັດໃຫ້ບາງກຸ່ມມີໂອກາດໜ້ອຍທີ່ຈະປົກປ້ອງຕົນເອງ ແລະ ຊຸມຊົນຂອງເຂົາເຈົ້າ. ຄວາມອັບອາຍຈະບໍ່ຊ່ວຍໃຫ້ຕໍ່ສູ້ກັບພະຍາດ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ). ແບ່ງປັນແຕ່ຂໍ້ມູນທີ່ຖືກຕ້ອງ ເພື່ອຢຸດຕິຂ່າວລື ແລະ ຂໍ້ມູນທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ. ເບິ່ງ ການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມອັບອາຍ ຊັບພະຍາກອນ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ).

ບຸກຄົນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ ແລະ ຜູ້ພິການ

ຜູ້ທີ່ມີ ຄວາມສ່ຽງສູງ ສຳລັບບັນຫາສຸຂະພາບຈາກພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຄວນປຶກສາກັບຜູ້ໃຫ້ບໍ ລິການດ້ານສຸຂະພາບຂອງຕົນ ເມື່ອພິຈາລະນາວ່າຈະໃຫ້ ຫຼື ມີສ່ວນຮ່ວມໃນການດູແລເດັກ ຫຼື ບໍ່, ໂອກາດໃນການພັດທະນາເຄົາລົບຊົນ ຫຼື ຄ້າຍພັກຜ່ອນກາງເວັນ. ເບິ່ງ ຄຳຖາມທີ່ຖືກຖາມ ເລື້ອຍກ່ຽວກັບການປົກປ້ອງຜູ້ເຮັດວຽກທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ຂອງ L&I ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ.

ເມື່ອໃຫ້ບໍລິການເດັກນ້ອຍ ຫຼື ເຍົາວະຊົນທີ່ມີຄວາມພິການ, ກະລຸນາເບິ່ງ [ຄໍາແນະນຳຂອງ CDC ສຳລັບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການໂດຍກົງ ສຳລັບຄົນພິການ \(ບັນພາສາອັງກິດ\).](#)

ການດູແລເດັກເກີດໃໝ່ ແລະ ເດັກນ້ອຍ

ຕ້ອງອຸ້ມເດັກເກີດໃໝ່ ແລະ ເດັກນ້ອຍ. ໃນຂະນະທີ່ເປັນໄປໄດ້ໃນເວລາທີ່ອຸ້ມ, ລ້າງ ຫຼື ໃຫ້ອາຫານເດັກນ້ອຍ, ພະນັກງານດູແລເດັກຄວນຈະ:

- ໜັ່ນລ້າງມືພວກເຂົາເຈົ້າຂອງ.
- ລ້າງມື, ຄໍ ແລະ ບ່ອນໃດກໍ່ໄດ້ທີ່ແຕະຕ້ອງຂອງເຫຼວໃນຮ່າງກາຍຂອງເດັກ.
- ຫຼີກເວັ້ນການສຳຜັດຕາໃນຂະນະທີ່ອຸ້ມ, ລ້າງ ຫຼື ໃຫ້ອາຫານເດັກ.
- ຖ້າຫາກຂອງເຫຼວໃນຮ່າງກາຍໄປໃສ່ເຄື່ອງນຸ່ງຂອງເດັກ, ໃຫ້ປ່ຽນມັນທັນທີ, ເມື່ອເປັນໄປໄດ້, ແລ້ວລ້າງມື.
- ລ້າງມືກ່ອນ ແລະ ຫຼັງຈາກຈັບຂອດນົມເດັກເກີດໃໝ່ທີ່ກຽມໄວ້ຢູ່ເຮືອນ ຫຼື ໃນສະຖານທີ່ໃຫ້ການດູແລ.

ການກັບຄືນໄປໂຮງຮຽນ ຫຼື ໂຄງການຫຼັງຈາກການເດີນທາງ

ນັກທ່ອງທ່ຽວຄວນອີງຕາມ [ຄໍາແນະນຳການເດີນທາງຂອງ CDC \(ບັນພາສາອັງກິດ\)](#) ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ. ບັນດາ ໂຮງຮຽນ ແລະ ໂຄງການຄວນພິຈາລະນາການລວມເອົາຂໍ້ແນະນຳຈາກ CDC ເຂົ້າໃນນະໂຍບາຍຂອງ ພວກເຂົາ. ຕິດຕໍ່ສື່ສານກັບພໍ່ແມ່ ແລະ ຜູ້ປົກຄອງກ່ຽວກັບຄວາມຄາດຫວັງໃນການກັບຄືນໄປ ໂຮງຮຽນ ຫຼື ໂຄງການຫຼັງຈາກການເດີນທາງ.

ການກວດຄັດກອງສຳລັບກິດຈະກຳ ແລະ/ຫຼື ຫຼັງຈາກພັກຮຽນ

ໂຮງຮຽນ ແລະ ໂປແກມຕ່າງໆອາດຈະພິຈາລະນາການກວດ 'ກັບຄືນ' ຫຼັງຈາກຊ່ວງລະດູຮ້ອນ, ລະດູໜາວ, ລະດູໃບໄມ້ປົ່ງ, ຫຼື ວັນພັກອື່ນໆ ຫຼື ກ່ອນກິດຈະກຳ/ການຊຸມນຸມໃຫຍ່ອື່ນໆ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງໃນການແຜ່ເຊື້ອລະຫວ່າງປະຊາກອນຂອງໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ. ການກວດຄວນເຮັດໃນລັກສະນະທີ່ບໍ່ແຊກຫຼືລົບກວນການສອນຫຼືການດູແລ. ການກວດຢູ່ບ້ານເປັນ ທາງເລືອກທີ່ສາມາດຍອມຮັບໄດ້.

ການສະແດງສິລະປະ

ນັກສະແດງທີ່ໃຊ້ລະອອງລອຍສູງ [ເຊັ່ນ: ນັກຮ້ອງ, ເປົ່າຊຸ່ຍ ແລະ ເປົ່າເຄື່ອງດົນຕີ, ການໃຫ້ຄຳບາ ໄສ/ການໂຕ້ວາທີ, ການເຕັ້ນ (ການແຂ່ງຂັນ ແລະ ການເຕັ້ນລຳ) ແລະ ນັກສະແດງລະຄອນ] ຈຳຕ້ອງພິຈາລະນາໃສ່ຜ້າອັດປາກທີ່ເໝາະສົມ/ຜ້າປົກປິດໃບຫນ້າ ແລະ/ຫຼື ໃຊ້ຜ້າຄຸມລະຄັງ ທີ່ເໝາະສົມໃນຂະນະທີ່ຝັກຊັອມ ແລະ/ຫຼື ທຳການສະແດງ.

- ຜ້າປົກອຸປະກອນດົນຕີດ້ວຍວັດສະດຸທີ່ເໝາະສົມ - MERV 13 ຫຼື ຜ້າອັດປາກທາງການ ແພດ 3 ຊັ້ນ ຫຼື ອຸປະກອນທີ່ຄ້າຍຄືກັນ - ແມ່ນແນະນຳໃຫ້ໃຊ້ສຳລັບ:
 - ເປົ່າເຄື່ອງດົນຕີທອງເຫຼືອງ ແລະ ເປົ່າຊຸ່ຍໃນເວລາທີ່ສະແດງໃນຮູ້ມ.
 - ການປົກປາຍ ຫຼື ຖັງຂອງເຄື່ອງດົນຕີເປົ່າຊຸ່ຍໃນເວລາທີ່ສະແດງໃນຮູ້ມ.
- ການປັກປິດດ້ວຍວັດສະດຸທີ່ເໝາະສົມ - ໜ້າກາກທາງການແພດ 3 ຊັ້ນ ຫຼື ອຸປະກອນ ທີ່ຄ້າຍຄືກັນ - ແມ່ນຄວນພິຈາລະນາໃຊ້ໃນດົນຕີທີ່ໄປ ແລະ ຫ້ອງຮຽນປະຖົມໃນເວລາທີ່ ຮ້ອງເພງ. ພະນັກງານຄວນຈະໃຫ້ນັກຮຽນມີໜ້າກາກທີ່ອອກແບບມາໃຫ້ພໍດີ ໃນຂະນະທີ່ອະນຸຍາດໃຫ້ມີການເຄື່ອນໄຫວຂອງໃບຫນ້າໃນເວລາຮ້ອງເພງ.

ນັກສະແດງ, ຜູ້ກຳກັບ ແລະ ພະນັກງານສະໜັບສະໜູນອື່ນໆຄວນຮັກສາໄລຍະຫ່າງໃນຮູ້ມໃນລະ ດັບທີ່ເປັນໄປໄດ້. ຮັບປະກັນວ່ານັກຮຽນທຸກຄົນສາມາດເຂົ້າເຖິງຫຼັກສູດການສະແດງສິລະປະການທີ່ ເຂົາເຈົ້າໄດ້ເລືອກ.

ພື້ນຈຳກັດທີ່ບໍ່ຄວນເປັນອຸປະສັກໃນການເຂົ້າເຖິງຊັ້ນຮຽນເຫຼົ່ານີ້.

- ການໃຊ້ກຸ່ມນັກສະແດງຕາມລຸ່ນພາຍໃນກຸ່ມນັກສະແດງຈະຈຳກັດຄວາມເປັນໄປໄດ້ໃນການແຜ່ເຊື້ອທີ່ອຸກຸ່ມໃຫຍ່ ຫຼື ກຸ່ມໃຫຍ່ ໃນກໍລະນີທີ່ມີການຕິດເຊື້ອ ຫຼື ການລະບາດ.

ຂະຫຍາຍການລະບາຍອາກາດຂອງພື້ນທີ່ໃຫ້ຫຼາຍເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້. ຖ້າພື້ນທີ່ນ້ອຍກວ່າ ແລະ/ຫຼື ບໍ່ລະບາຍອາກາດໄດ້ດີ,

ໃຫ້ພິຈາລະນາໃຊ້ເຄື່ອງກັ່ນຕອງອາກາດ ເຄື່ອງກອງອາກາດອະນຸ ພາກທີ່ມີ ປະສິດທິພາບສູງ ແບບພິກພາເພື່ອເສີມ. ເບິ່ງ [ການລະບາຍອາກາດ](#) ຂ້າງເທິງສຳລັບການປະຕິບັດທີ່ດີທີ່ສຸດ ເພື່ອໃຫ້ໄວລາທີ່ເໝາະສົມສຳລັບ ການປ່ຽນອາກາດ.

ປະຕິບັດສຸຂະອະນາໄມທີ່ດີໃນການເກັບນ້ຳຍ້ອຍຈາກເຄື່ອງເຄື່ອງດົນຕີເປົ່າທອງເຫຼືອງ. ພິຈາລະນາ ນຳໃຊ້ແຜດູດຊຶມສຳລັບນັກຮຽນເພື່ອເປົ່າປ່ຽງນ້ຳລາຍ ແທນທີ່ຈະຖິ້ມໂດຍກົງໃສ່ພື້ນ.

ນັກກິລາ

ເພີ່ມການລະບາຍອາກາດຂອງພື້ນທີ່ພາຍໃນອາຄານໃຫ້ຫຼາຍເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້. ຖ້າພື້ນທີ່ນ້ອຍກວ່າ ແລະ/ຫຼື ບໍ່ລະບາຍອາກາດໄດ້ດີ, ໃຫ້ພິຈາລະນາໃຊ້ເຄື່ອງກັ່ນຕອງອາກາດ ເຄື່ອງກອງອາກາດອະນຸ ພາກທີ່ມີ ປະສິດທິພາບສູງ ແບບພິກພາເພື່ອ ເສີມ ຫຼື ຍ້າຍກົດຈະກຳໄປເຮັດນອກຫ້ອງ. ເບິ່ງ [ການລະບາຍອາກາດ](#) ຂ້າງເທິງສຳລັບການປະຕິບັດ ທີ່ດີທີ່ສຸດ ເພື່ອໃຫ້ໄວລາທີ່ເໝາະສົມສຳລັບການປ່ຽນອາກາດ.

ນັກກິລາ, ອຸຜົກສອນ, ອຸຜົກນັກກິລາແລະພະນັກງານຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ອື່ນໆຄວນພິຈາລະນາໃສ່ຫນ້າ ກາກໃນເວລາທີ່ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃນຮູ້ມ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນກິລາໃນຮູ້ມທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ (ເຊັ່ນ: ບານບ້ວງ, ມວຍປ້າ, ໂປໂລນ້ຳ, ການເຊຍໃນຮູ້ມ), ບ່ອນທີ່ອາດຈະເກີດລະອອງລອຍຂຶ້ນໄດ້ ແລະ ພື້ນທີ່ໃນຮູ້ມທີ່ບໍ່ລະບາຍອາກາດໄດ້ດີ; ແລະ ຄວນຮັກສາໄລຍະຫ່າງໃຫ້ຫຼາຍທີ່ສຸດເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້ ໃນທຸກໆຄັ້ງທີ່ບໍ່ໄດ້ຫຼິ້ນ.

- ການນຳໃຊ້ກຸ່ມພາຍໃນທີມງານຈຳກັດທ່າແຮງສຳລັບການແຜ່ລະບາດທີ່ອາດເກີດຂຶ້ນໃນກໍລະນີທີ່ມີການສຳຜັດ ຫຼື ການລະບາດ ແລະ ຄວນພິຈາລະນາການຝຶກຊ້ອມ, ການອຸ່ນຕົວ ແລະ ໃນ ເວລາພວນເດີນທາງ.

ການກວດຄັດກອງສຳລັບການກິລາ, ການສະແດງສິລະປະ, ຫຼື ກິດຈະກຳ/ງານອື່ນໆ

ເພື່ອສົ່ງເສີມການມີສ່ວນຮ່ວມທີ່ປອດໄພຍິ່ງຂຶ້ນໃນກິດຈະກຳທີ່ໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນຈາກໂຮງຮຽນ, ໂຮງຮຽນອາດຈະໃຊ້ມາດຕະການກວດຄັດກອງນັກກິລາທຸກຄົນໃນ ກິລາໃນຮູ້ມທີ່ມີ ຄວາມສ່ຽງສູງ (ເຊັ່ນ: ບານບ້ວງ, ມວຍປ້າ, ໂປໂລນ້ຳ, ເຊຍໃນຮູ້ມ), ສິລະປະການສະແດງ (ເຊັ່ນ: ຄະນະນັກຮ້ອງປະສານສຽງ, ວົງດົນຕີ, ໂຮງລະຄອນ), ແລະ/ຫຼື ກິດຈະກຳອື່ນໆ.

- ການກວດຄັດກອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມສາມາດເຮັດໄດ້ບໍ່ວ່າຈະຢູ່ໃນຈັງຫວະປົກກະຕິປະຈຳອາທິດ (ເຊັ່ນ: ຫນຶ່ງຫຼືສອງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດ) ຫຼືປະຕິບັດໃນມື້ມືງານ, ການແຂ່ງຂັນ, ຫຼືກິດຈະກຳ. ບຸກຄົນຜູ້ທີ່ກວດພົບວ່າເປັນບວກຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ໃນ 90 ມື້ທີ່ຜ່ານມາ ແລະ ໄດ້ຫາຍດີບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເຂົ້າຮ່ວມໃນການກວດກັ່ນຕອງເວັ້ນເສຍແຕ່ມີອາການ, ໃນເວລານັ້ນຈແນະນຳໃຫ້ມີການກວດເອນຕີເຈນ.
- ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທັງໝົດໃນກິລາໃນຮູ້ມທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່າ ຫຼື ບານກາງ, ຫຼື ກິດຈະກຳອື່ນໆອາດຕ້ອງເຂົ້າຮ່ວມໃນການກວດຄັດກອງເຊັ່ນກັນ. ນີ້ຍິ່ງເປັນສິ່ງສຳຄັນຫຼາຍໂດຍສະເພາະໃນເວລາທີ່ມີລະດັບການແຜ່ເຊື້ອຢູ່ໃນລຸ່ມລຸນສູງ. ກະລຸນາເບິ່ງເອກະສານຂອງ [ລະດັບລຸ່ມລຸນ ໂຄວິດ-19 ຂອງ CDC \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#) ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ.
- ນັກກິລາ, ນັກສະແດງ, ຫຼື ພະນັກງານທີ່ມີຜົນການກວດເປັນບວກແມ່ນຈຳຕ້ອງແຍກ ປ່ຽວ ແລະ ບໍ່ຄວນເຂົ້າຮ່ວມໃນການຝຶກອົບຮົມ, ການຝຶກຊ້ອມ, ການແຂ່ງຂັນ, ງານສະ ຫຼອງ, ຫຼື ກິດຈະກຳຕ່າງໆໃນຊ່ວງເວລາກັກຕົວ. ໃຫ້ປະຕິບັດຕາມ [ການແຍກຄົນທີ່ມີອາ ການຕ່າງໆຂອງພະຍາດ ໂຄວິດ-19](#) ແລະ [ການແຍກປ່ຽວກໍລະນີຕິດພະຍາດ ໂຄວິດ-19](#) ຈາກພາກສ່ວນຂ້າງເທິງສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ. [ການແຈ້ງເຕືອນການສຳຜັດເຊື້ອ](#) ຂອງ ທີມງານເປັນກຸ່ມອາດຈະຮັບການຮັບປະກັນກ່ວາ. [ວາຍາງານກໍລະນີຕິດເຊື້ອ](#) ຕາມຄວາມ ຈຳເປັນ.

ກິດຈະກຳຮ່ວມຫຼັກສູດ ຫຼື ກິດຈະກຳນອກຫຼັກສູດອື່ນໆ (CTSO, ສະໂມສອນ, ກຸ່ມທີ່ສົນໃຈ, ງານຕະຫຼາດນັດ STEM, ການໄປທັດສະນະສຶກສາ, ແລະ ອື່ນໆ)

ເດັກ, ນັກຮຽນ, ພະນັກງານ, ພະນັກງານຊ່ວຍເຫຼືອ, ແລະ ອາສາສະໜັກຄວນພິຈາລະນາຂໍ້ແນະ ນຳພາຍໃນເອກະສານສະບັບນີ້ເມື່ອເປັນເຈົ້າພາບ ຫຼື ເຂົ້າຮ່ວມໃນກິດຈະກຳ, ການແຂ່ງຂັນ, ການ ສະແດງ ແລະ ອື່ນໆທີ່ໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນຈາກໂຮງຮຽນ ຫຼື ໂຄງການ, ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມ ສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19.

ສ່ວນທີ 4: ຂໍ້ມູນ ແລະ ແຫວ່ງຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບ ໂຄວິດ-19

ແຫ່ງຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບ ໂຄວິດ-19 ສໍາລັບໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ

- DOH: [ສິ່ງທີ່ຄວນເຮັດຖ້າທ່ານກວດພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ພົບວ່າເປັນບວກ \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- DOH: [ສິ່ງທີ່ຄວນເຮັດຖ້າທ່ານໄດ້ສໍາຜັດກັບຜູ້ທີ່ເປັນພະຍາດ ໂຄວິດ-19 \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- DOH: [ການລ້າງມື ເພື່ອປ້ອງກັນການເຈັບປ່ວຍຢູ່ໂຮງຮຽນ \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- DOH: [ການທໍາຄວາມສະອາດຫ້ອງຮຽນ - ເຄັດລັບ ສໍາລັບຄຸສອນ \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- DOH: [ການທໍາຄວາມສະອາດ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອ ສໍາລັບໂຄງການໃຫ້ປອດໄພຈາກ ພະຍາດຫອບຫຼິດ \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- L&I: [Workplace Safety and Health Requirements for Employers](#)
- L&I: [ໜ້າກາກອັນໃດເໝາະສົມສໍາລັບໜ້າວຽກ? \(ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- CDC: [ຄູ່ມືສໍາລັບການປ້ອງກັນ ໂຄວິດ-19 ໃນໂຮງຮຽນ K-12 \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#)
- CDC: [ດໍາເນີນໂຄງການດູແລເດັກໃນຊ່ວງການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດ ໂຄວິດ-19 \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#)
- CDC: [ການເຕົ້າໂຮມຂະໜາດນ້ອຍ ແລະ ໃຫຍ່ \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#)
- AAP: [ຜ້າປິດປາກດັ່ງສໍາລັບເດັກນ້ອຍໃນຊ່ວງການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດ ໂຄວິດ-19 \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#)
- OSPI: [ຄໍາແນະນໍາ ແລະ ແຫ່ງຂໍ້ມູນສໍາລັບໂຮງຮຽນກ່ຽວກັບ ໂຄວິດ-19 \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- NFHS: [ບົດລາຍງານການສຶກສາລະອອກລອຍ ຂອງສະຫະພັນສິນລະປະການສະແດງນາກຊາດ 3 \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)

ແຫວ່ງຂໍ້ມູນທົ່ວໄປກ່ຽວກັບ ໂຄວິດ-19

ບັບບຸງໃໝ່ສະເໝີໃນ ສະຖານະການ ໂຄວິດ-19 ປະຈຸບັນໃນວໍຊິງຕັນ (ພາສາລາວ), ການປະກາດ ຖະແຫຼງຂອງ ເຈົ້າຄອງນະຄອນ Inslee (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ), ອາການຕ່າງໆ (ພາສາອັງກິດ ເທົ່ານັ້ນ), ມັນແຜ່ລາມແນວໃດ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ), ແລະ ເປັນແນວໃດ ແລະ ເວລາໃດ ທີ່ຄົນຄວນໄດ້ຮັບການກວດຫາເຊື້ອ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ). ເບິ່ງ [ຄໍາຖາມທີ່ຖືກຖາມເລື້ອຍໆ \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#) ຂອງພວກເຮົາ ສໍາລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ.

- [Department of Health ຂອງລັດວໍຊິງຕັນ 2019 ການລະບາດຂອງໄວຣັດໂຄໂຣນາ ສາຍພັນໃໝ່ \(ໂຄວິດ-19\) \(ພາສາລາວ\)](#)
- [ການຕອບໂຕ້ ພະຍາດໂຄໂຣນາໄວຣັດ \(ໂຄວິດ-19\) ຂອງລັດ ວໍຊິງຕັນ. \(ພາສາລາວ\)](#)
- [ຄົ້ນຫາພະແນກສາທາລະນະສຸກໃນທ້ອງຖິ່ນ ຫຼື ເມືອງຂອງທ່ານ \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#)
- [CDC ພະຍາດ ໂຄໂຣນາໄວຣັດ \(ໂຄວິດ-19\) \(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#)

ມີຄໍາຖາມເພີ່ມເຕີມບໍ່? ໂທຫາສາຍດ່ວນດ້ານຂໍ້ມູນພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຂອງພວກເຮົາ: **1-800-525-0127**

ວັນຈັນ – 6 ໂມງເຊົ້າ ຫາ 10 ໂມງແລງ, ວັນອັງຄານ – ວັນອາທິດ ແລະ [ມື້ທີ່ເປັນວັນຢຸດພັກຂອງລັດ \(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ\)](#), 6 ໂມງເຊົ້າ ຫາ 6 ໂມງແລງ. ສໍາລັບບໍລິການແປພາສາ, ກົດ # ເມື່ອພວກ ເຂົ້າຮັບສາຍແລ້ວ ແລະ **ເວົ້າຄູ່ພາສາຂອງທ່ານ**. ສໍາລັບຄໍາຖາມກ່ຽວກັບສຸຂະພາບຂອງທ່ານເອງ, ການກວດຫາເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19, ຫຼື ຜົນການກວດ, ກະລຸນາຕິດຕໍ່ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການດ້ານສຸຂະ ພາບ.

ເພື່ອຂໍເອກະສານນີ້ໃນຮູບແບບອື່ນ, ໃຫ້ໂທ 1-800-525-0127. ລູກຄ້າຜູ້ໜຸນວກ ຫຼື ບໍ່ໄດ້ຍືນດີ, ກະລຸນາໂທຫາ 711 ([Washington Relay](#)) ຫຼື ອີເມວ civil.rights@doh.wa.gov.

ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍ A: ນິຍາມຄຳສັບ

ບໍ່ສະແດງອາການ: ບຸກຄົນເຈັບປ່ວຍທີ່ບໍ່ສະແດງ [ອາການໂຄວິດ-19](#) (ເປັນພາສາອັງກິດ).

ການກວດເຜົາລະວັງການບໍ່ສະແດງອາການ: ການກວດຫາເຊື້ອໃນບຸກຄົນທີ່ບໍ່ມີອາການເພື່ອຕິດຕາມການເກີດພະຍາດໃນກຸ່ມຄົນ ຫຼື ປະຊາກອນ.

ການສືບສວນກໍລະນີຕິດເຊື້ອ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ): ເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງຂະບວນການສະໜັບສະໜູນບຸກຄົນທີ່ໄດ້ຮັບການຍືນຍັນ ຫຼື ສິ່ງໄຂວ່າຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19. ພະນັກງານ Public Health ເຮັດວຽກຮ່ວມກັບປະຊາຊົນເພື່ອລະບຸຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດເຊິ່ງອາດຈະເຈັບປ່ວຍເນື່ອງຈາກ ໂຄວິດ-19, ໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບຄວາມປອດໄພ ແລະ ການມີສຸຂະພາບດີ, ຊ່ວຍປະຊາຊົນກວດສອບອາການ, ຊ່ວຍ ໃຫ້ຜູ້ຄົນເຂົ້າເຖິງການຊ່ວຍເຫລືອເພື່ອການແຍກປ່ຽວ ແລະ ກັກຕົວຢ່າງມີຄວາມປອດໄພ, ແລະ ຢຸດຕິການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19.

ຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດ (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ): ຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດແມ່ນບຸກຄົນທີ່ເຄີຍສຳຜັດກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19. ຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດໂດຍທົ່ວໄປຈະຖືກກຳນົດໂດຍ CDC ແລະ DOH ວ່າເປັນບຸກຄົນທີ່ຢູ່ ພາຍໃນບໍລິເວນ 6 ພຸດກັບກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ເປັນເວລາສະສົມ 15 ນາທີ ຫຼື ຫຼາຍກວ່ານັ້ນ ຕະຫຼອດໄລຍະເວລາ 24 ຊົ່ວໂມງໃນຊ່ວງໄລຍະເວລາຂອງການຕິດເຊື້ອ.

ຫ້ອງຮຽນກາງແຈ້ງ ຫຼື ໃນຮູ້ມໃນ K-12, ຄວາມໝາຍຂອງຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດແມ່ນອາດບໍ່ລວມບຸກຄົນທີ່ຢູ່ຫ່າງຈາກບຸກຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອຢ່າງຫນ້ອຍສາມຝຸດ ເມື່ອທັງສອງໄດ້ສວມໃສ່ຫນ້າກາກປົກປິດໃບຫນ້າ/ຫນ້າກາກອະນາໄມຢ່າງສະຫມ່ຳສະເໝີ ແລະ ຖືກຕ້ອງ.

ຄວາມໝາຍຂອງຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດອາດມີຄວາມໝາຍທີ່ແຕກຕ່າງກັນໃນບາງສະຖານະການ (ເຊັ່ນ: ໃຊ້ເວລາຫນ້ອຍໃນການສຳຜັດໃກ້ຊິດກັບບຸກຄົນທີ່ບໍ່ໄດ້ສວມໃສ່ຫນ້າກາກອະນາໄມທີ່ກຳລັງ ໄອຍູ່, ໄອເຊິ່ງຫນ້າໂດຍກົງ/ຈາມກະຈາຍ ຫຼື ການສຳຜັດອື່ນໆທີ່ຮຸນແຮງກວ່າເຊັ່ນ ການໃຊ້ຈອກ, ຖ້ວຍປ່ວງ ແລະ ອື່ນໆ ຮ່ວມກັນ).

ການກຳນົດຂັ້ນສຸດທ້າຍຂອງຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດແມ່ນກຳນົດໂດຍ ໜ່ວຍງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນ ໃນລະຫວ່າງການສືບສວນສອບສວນ; ມັນອາດມອບຕໍ່ການຕັດສິນໃຈນີ້ໃຫ້ພາກສ່ວນອື່ນ ຖ້າຫາກວ່າເໝາະສົມ.

ໝູ່ຄະນະ: ກຸ່ມນ້ອຍໆ (ຂອງນັກຮຽນ) ທີ່ໄດ້ຮັບມອບຫມາຍພ້ອມດ້ວຍພະນັກງານທີ່ອຸທິດຕົນທີ່ຍັງ ຍົງຢູ່ນຳກັນຕະຫຼອດມື້. ເດັກ, ນັກຮຽນ ແລະ ພະນັກງານໃນໝູ່ຄະນະຄວນມີຄວາມສອດຄ່ອງກັນ ໃນແຕ່ລະມື້ ແລະ ບໍ່ຄວນໄປປະປົນກັບຄະນະອື່ນໆ.

ການຕິດຕາມຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດ (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ): ແມ່ນຂະບວນການໃນການສຳພາດ ກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ເພື່ອລະບຸບຸກຄົນທີ່ໃກ້ຊິດກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ແລະ ແຈ້ງໃຫ້ຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດຮູ້ກ່ຽວກັບການໃກ້ຊິດດັ່ງກ່າວ, ພ້ອມກັບເກັບເປັນຄວາມລັບ, ເພື່ອໃຫ້ການຊີ້ນຳດ້ານ ສາທາລະນະສຸກ.

ການຕິດຕາມຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດຈະຊ່ວຍໃຫ້ສາທາລະນະສຸກຕິດຕາມ ແລະ ປ້ອງກັນ ການແຜ່ລະບາດຂອງໂຄວິດ-19. ກະດູນາເບິ່ງ

[ແຜນພູມການຕັດສິນອາການລຳລັບໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ](#) (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ແລະ

[ຄຳແນະນຳການຕິດຕາມຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດ ໂຄວິດ-19 ແລະ ຄຳຖາມທີ່ຖາມມາເລື້ອຍໆລຳລັບໂຮງຮຽນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ](#)

(ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ລຳລັບ ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ.

ພະຍາດ ໂຄວິດ-19 (ເປັນພາສາອັງກິດ): ພະຍາດໂຄໂຣນາໂວຣັດ 2019 (ໂຄວິດ-19) ເປັນພະຍາດຕິດເຊື້ອທີ່ເກີດຈາກ ພະຍາດໂວຣັດ SARS-CoV-2. ບຸກຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອອາດຈະບໍ່ສະແດງອາການ (ບໍ່ມີອາການ) ຫຼື ສະແດງ [ອາການດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້](#)

[\(ເປັນພາສາອັງກິດ\)](#). ໂວຣັດນີ້ຄິດວ່າມີການແຜ່ເຊື້ອຈາກຄົນສູ່ຄົນເປັນສ່ວນໃຫຍ່:

- ລະຫວ່າງຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດກັບຄົນອື່ນ (ປະມານຫົກຝຸດ ຫຼື ສອງແມັດ), ໂດຍສະເພາະເວັ້ນທີ່ ໃນຮູ້ມ ແລະ ຖ້າເວັ້ນທີ່ມີຄົນແອອັດ ແລະ/ຫຼືມີການລະບາຍອາກາດທີ່ບໍ່ດີ.

- ໂດຍຜ່ານຢັດ ແລະລະອອງອາກາດທີ່ເກີດຂຶ້ນເມື່ອຄົນທີ່ມີເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ໄອ, ຈາມ, ຮ້ອງເພັງ, ລົມກັນ, ຫຼືຫາຍໃຈ. ຢັດ ແລະ ລະອອງອາກາດເຫຼົ່ານີ້ສາມາດລອຍຢູ່ໃນອາກາດ ແລະ ຫາຍໃຈເອົາເຂົ້າໄດ້ໂດຍຄົນອື່ນ, ແລະ ໄລຍະການເດີນທາງຂອງເຊື້ອພະຍາດບໍ່ເກີນ ຫົກຟຸດ (ຕົວຢ່າງ – ໃນລະຫວ່າງການຊ້ອມຮ້ອງປະສານສຽງ, ໃນຮ້ານອາຫານ, ຫຼື ໃນຫ້ອງ ອອກກຳລັງກາຍ).

ກໍລະນີຕິດເຊື້ອ-19: ສຳລັບຈຸດປະສົງຂອງເອກະສານສະບັບນີ້, ຢ່າງຫນ້ອຍ, ກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19

ແມ່ນບຸກຄົນທີ່ມີຜົນກວດໂຄວິດ-19 ກັບຈຸດກວດລະດັບໄມເລກຸນ ຫຼື ແອນຕີເຈນເປັນບວກ.

ປຶກສາຫາລືກັບໜ່ວຍງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນຂອງທ່ານເພື່ອກຳນົດວ່າ ພວກເຂົາຕ້ອງການບຸກຄົນອື່ນເພີ່ມເຕີມເຂົ້າຮ່ວມໃນນິຍາມນີ້ເພື່ອກຳນົດວ່າຄວນດຳເນີນການ ຕິດຕາມຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດເມື່ອໃດ ຫຼື ເມື່ອໃດທີ່ໂຮງຮຽນຄວນລາຍງານກໍລະນີຕິດເຊື້ອໃຫ້ໜ່ວຍ ງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນ (ເຊັ່ນ: ກໍລະນີຜູ້ໃກ້ຊິດກັບບຸກຄົນທີ່ກວດໄມເລ ກຸນ ຫຼື ແອນຕີເຈນມີຜົນເປັນບວກ, ມີອາການຂອງ ໂຄວິດ-19, ແລະຍັງບໍ່ໄດ້ຮັບການກວດ).

ຈຸດເກີດການລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19:

DOH ໄດ້ກຳນົດຈຸດເກີດການລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ໃນສະພາບແວດລ້ອມ K-12 ດັ່ງນີ້:

- ຫຼາຍກວ່າກໍລະນີທີ່ອາດຈະເປັນໄປໄດ້ ຫຼື ໄດ້ຮັບການຢືນຢັນວ່າຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ປະກອບມີຢ່າງຫນ້ອຍ 10% ຂອງນັກຮຽນ, ຄຸສອນ ຫຼື ພະນັກງານພາຍໃນກຸ່ມຫຼັກທີ່ກຳ ນົດໄວ້¹

ຫຼື

- ຢ່າງຫນ້ອຍ 3 ກໍລະນີພາຍໃນກຸ່ມຫຼັກທີ່ກຳນົດໄວ້¹ ບັນລຸຕາມເງື່ອນໄຂສຳລັບກໍລະນີທີ່ອາດ ຈະເປັນໄປໄດ້ ຫຼື ໄດ້ຮັບການຢືນຢັນວ່າຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19;

ແລະ

- ກໍລະນີເລີ່ມມີອາການ ຫຼື ມີຜົນກວດເປັນບວກພາຍໃນ 14 ວັນ ຂອງກັນ ແລະ ກັນ, ແລະ
- ກໍລະນີບໍ່ໄດ້ຖືກລະບຸວ່າເປັນຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດຂອງກັນ ແລະ ກັນໃນການສະຖານທີ່ອື່ນ(ເຊັ່ນ: ຄອບຄົວ) ນອກສະຖານທີ່ຂອງ ໂຮງຮຽນ

ການລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19:

DOH ແລະ CDC ກຳນົດການລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ໃນສະພາບແວດລ້ອມ K-12 ດັ່ງນີ້:

- ຫຼາຍກວ່າກໍລະນີທີ່ອາດຈະເປັນໄປໄດ້ ຫຼື ໄດ້ຮັບການຢືນຢັນວ່າຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ປະກອບມີຢ່າງຫນ້ອຍ 10% ຂອງນັກຮຽນ, ຄຸສອນ ຫຼື ພະນັກງານພາຍໃນກຸ່ມຫຼັກທີ່ກຳ ນົດໄວ້¹

ຫຼື

- ຢ່າງຫນ້ອຍ 3 ກໍລະນີພາຍໃນກຸ່ມຫຼັກທີ່ກຳນົດໄວ້¹ ບັນລຸຕາມເງື່ອນໄຂສຳລັບກໍລະນີທີ່ອາດ ຈະເປັນໄປໄດ້ ຫຼືໄດ້ຮັບການຢືນຢັນວ່າຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19;

ແລະ

- ກໍລະນີເລີ່ມມີອາການ ຫຼືມີຜົນກວດເປັນບວກພາຍໃນ 14 ວັນ ຂອງກັນ ແລະ ກັນ, ແລະ
- ກໍລະນີບໍ່ໄດ້ຖືກລະບຸວ່າເປັນຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດຂອງກັນ ແລະ ກັນໃນການສະຖານທີ່ອື່ນ (ເຊັ່ນ: ຄອບຄົວ) ນອກ ສະຖານທີ່ຂອງໂຮງຮຽນ, ແລະ
- ກໍລະນີຕ່າງໆແມ່ນຕິດພັນກັບການລະບາດຂອງພະຍາດຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ ຫຼື ກິດຈະກຳນອກ ຫຼັກສູດທີ່ຖືກກຳນົດຈາກໂຮງຮຽນ²

¹ "ກຸ່ມຫຼັກ" ປະກອບມີແຕ່ບໍ່ຈຳກັດກິດຈະກຳນອກຫຼັກສູດ², ກຸ່ມຕາມລຸ້ນ, ຫ້ອງຮຽນ, ການເບິ່ງ ແຍງກ່ອນ/ຫຼັງເລີກໂຮງຮຽນ ແລະ ອື່ນໆ.

²

ກິດຈະກຳນອກຫຼັກສູດທີ່ຖືກກຳນົດຈາກໂຮງຮຽນແມ່ນຖືກກຳນົດວ່າເປັນກິດຈະກຳສະຫມັກກຫລັ້ນທີ່ສະໜັບສະໜູນໂດຍໂຮງຮຽນ ຫຼື ອົງການການສຶກສາທ້ອງຖິ່ນ ຫຼືອົງການຈັດຕັ້ງທີ່ຖືກກຳ ນົດໂດຍ ອົງການການສຶກສາທ້ອງຖິ່ນ.

ກິດຈະການອກຫຼັກສູດປະກອບມີ, ແຕ່ບໍ່ຈຳກັດ, ການ ກະກຽມ ແລະການມີສ່ວນຮ່ວມໃນການສະແດງສາທາລະນະ, ການແຂ່ງຂັນ, ການແຂ່ງຂັນ ກິລາ, ການສາທິດ, ການວາງສະແດງ ແລະ ກິດຈະກຳສະໄມສອນ.

DOH ກຳນົດການລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19 ໃນສະຖານລ້ຽງເດັກດັ່ງນີ້:

- ມີຜູ້ຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ຢ່າງນ້ອຍສອງກໍລະນີຫຼືຫຼາຍກວ່າທີ່ມີຜົນກວດເປັນບວກຈາກການ ກວດຫາໄວຣັດ, ແລະ
- ຢ່າງນ້ອຍສອງກໍລະນີເລີ່ມມີອາການ (ຫຼື ວັນທີ່ເກັບຕົວຢ່າງມາກວດເປັນຫາກແຕ່ວ່າບໍ່ມີ ອາການ) ພາຍໃນ 14 ວັນຂອງກັນ ແລະ ກັນ, ແລະ
- ກໍລະນີຕ່າງໆແມ່ນຕິດພັນກັບການລະບາດຂອງພະຍາດຢູ່ໃນສະຖານລ້ຽງເດັກ ຫຼື ກິດຈະກຳທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການດູແລເດັກ (ເຊັ່ນ, ທັດສະນະສຶກສາ), ແລະ
- ບໍ່ມີຫຼັກຖານການເຊື່ອມໂຍງທາງລະບາດວິທະຍາທີ່ນຳເຊື່ອຖືເພື່ອບົ່ງຊີ້ວ່າການແຜ່ເຊື້ອຂອງພະຍາດທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນໃນບ່ອນອື່ນ (ເຊັ່ນ: ຄົວເຮືອນ) ຢູ່ອອກສະຖານທີ່ລ້ຽງເດັກ.

ການຂ້າເຊື້ອ: ການຂ້າເຊື້ອຫມາຍເຖິງການໃຊ້ສານເຄມີເພື່ອຂ້າເຊື້ອພະຍາດທີ່ອາດມີຢູ່ບົນພື້ນຜິວ. Environmental Protection Agency (EPA) ມີ [ວາຍຊີ້ຂອງຢາຂ້າເຊື້ອ](#) (ມີສະເພາະພາສາອັງກິດ) ທີ່ສາມາດໃຊ້ໃນການຂ້າເຊື້ອໄວຣັດທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດ ໂຄວິດ-19.

ການສຳຜັດເຊື້ອ: ເມື່ອບຸກຄົນມີການສຳຜັດໃກ້ຊິດກັບບຸກຄົນທີ່ມີເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ທີ່ສະແດງອາການ ຫຼືບໍ່ສະແດງອາການ (ເບິ່ງຄວາມຫມາຍຂອງຜູ້ສຳຜັດໃກ້ຊິດຂ້າງເທິງ).

ການແຈ້ງເຕືອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການສຳຜັດເຊື້ອ ເປັນ ການແຈ້ງເຕືອນທາງຂໍ້ຄວາມ, ອີເມວ, ໂທລະສັບ, ຫຼື ການສື່ສານອື່ນໆກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ. ແຈ້ງການນີ້ອາດມາຈາກ ການຕິດຕາມການສຳຜັດ ຫຼືໂດຍທົ່ວໄປເນື່ອງຈາກຄົນຢູ່ໃນພື້ນທີ່ໃດໜຶ່ງຮ່ວມກັນ (ເຊັ່ນ: ຢູ່ໃນ ວົດເມ ຫຼື ຢູ່ໃນຫ້ອງຮຽນ) ກັບຄົນທີ່ກວດໂຄວິດ-19 ເປັນບວກ, ໂດຍບໍ່ຄຳນຶງເຖິງໄລຍະຂອງ ການສຳຜັດ ຫຼື ໄລຍະຫ່າງລະຫວ່າງບຸກຄົນ, ຊຶ່ງຫມາຍຄວາມວ່າບຸກຄົນທີ່ໄດ້ຮັບການແຈ້ງເຕືອນອາດຈະກົງ ຫຼືອາດຈະບໍ່ກົງກັບນິຍາມທາງດ້ານວິຊາການຂອງການສຳຜັດໃກ້ຊິດ.

ການທຳຄວາມສະອາດມື: ຫມ້ນລ້າງມືດ້ວຍສະບູ ແລະ ລ້າງຢ່າງຫນ້ອຍ 20 ວິນາທີ ຫຼື ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີທາດເຫລົ້າປະສົມຫນ້ອຍ 60%.

ຄວາມສ່ຽງສາ (ເປັນພາສາອັງກິດ) ຕໍ່ກັບພະຍາດຮ້າຍແຮງ: ບຸກຄົນທີ່ມັກເຈັບປ່ວຍຫນັກກວ່າຄົນອື່ນ ຖ້າຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ແມ່ນຈະມີຄວາມຮຸນແຮງ.

ໄລຍະການແຜ່ເຊື້ອ: ໄລຍະເວລາທີ່ຄົນເຮົາມີໂອກາດແຜ່ເຊື້ອໄວຣັດໄປຫາຜູ້ອື່ນຫຼາຍທີ່ສຸດ. ຍັງ ໝາຍເຖິງໄລຍະເວລາທີ່ຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງສາມາດແຜ່ເຊື້ອໄດ້. ໄລຍະການແຜ່ເຊື້ອຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ເລີ່ມຕົ້ນສອງມື້ກ່ອນສະແດງອາການ ຫຼື ຄາດຄະເນວ່າເລີ່ມສອງມື້ກ່ອນມື້ເກັບຕົວຢ່າງ ກວດ ຫາກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ບໍ່ສະແດງອາການ. ໄລຍະການແຜ່ເຊື້ອຂະຫຍາຍໄປເຖິງຈຸດສິ້ນສຸດຂອງ ໄລຍະການກັກຕົວຂອງບຸກຄົນ.

ການແຍກປ່ຽວ (ເປັນພາສາອັງກິດ) ແມ່ນເວລາທີ່ຜູ້ທີ່ມີອາການ ໂຄວິດ-19, ຫຼືມີຜົນກວດເປັນບວກ, ຢູ່ແຕ່ເຮືອນ ແລະ ຢູ່ຫ່າງຈາກຜູ້ອື່ນ (ລວມທັງສະມາຊິກຄອບຄົວໃນຄົວ) ເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດຂອງ ເຂົາເຈົ້າ.

ໜ່ວຍງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ):

ໜ່ວຍງານຄວບຄຸມດ້ານສາທາລະນະສຸກປະຈຳທ້ອງຖິ່ນແມ່ນໜ່ວຍງານທ້ອງຖິ່ນ ຫຼື ໜ່ວຍງານເຂດທີ່ສະໜອງການບໍລິການສຸຂະພາບໃຫ້ແກ່ບຸກຄົນພາຍໃນພື້ນທີ່.

ໜ້າກາກ (ເປັນພາສາອັງກິດ): ການສວມໜ້າກາກທີ່ເໝາະສົມແມ່ນການ ປົກຄຸມປາກ ແລະ ດັງທັງໜົດ ແລະ ເກາະຕິດກັບຫຸສອງຂ້າງ ແລະ ໃຕ້ຄາງຂອງທ່ານຢ່າງປອດໄພ. ມັນຕ້ອງເຮັດດ້ວຍຜ້າຜ້າຍທີ່ແໜ້ນ ຫນາສອງຊັ້ນ ຫຼືຫຼາຍຊັ້ນ ພ້ອມກັບມີສາຍມັດ ຫຼື ສາຍຮັດຮອບຫົວ ຫຼື ຫູ ຂອງທ່ານ. ໜ້າກາກໃສທີ່

ມີຜ້າຜ້າຍສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້ໃດຍຄົນທີ່ມີບັນຫາທາງດ້ານການພັດທະນາ, ພິດຕິກຳ, ຫຼື ການແພດ ເພື່ອຫຼີກລ່ວງການໃສ່ຜ້າປົກຫນ້າ.

ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ (ເປັນພາສາອັງກິດ): ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ, ໂດຍທົ່ວໄປເອີ້ນວ່າ ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນ, ແມ່ນອຸປະກອນທີ່ໃສ່ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດການບາດເຈັບ ແລະ ພະຍາດຮ້າຍ ແຮງ. ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນສະເພາະດ້ານແມ່ນໃຊ້ເພື່ອປ້ອງກັນການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂຄວິດ-19. ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນບາງຢ່າງອາດຕ້ອງການໃຊ້ໃນພື້ນທີ່ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ຂຶ້ນກັບລະດັບການລະບາດຕໍ່ຜູ້ອື່ນ.

ໄລຍະຫ່າງທາງກາຍ: ເປັນທີ່ຮູ້ກັນວ່າໄລຍະຫ່າງທາງສັງຄົມ, ນີ້ແມ່ນປະຕິບັດການເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນ ການສຳຜັດໃກ້ຊິດກັບຄົນອື່ນ.

ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ: ໃນເອກະສານສະບັບນີ້, "ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ" ແມ່ນຄຳທີ່ໃຊ້ເພື່ອລວມປະເພດໂປຣແກມຕໍ່ໄປນີ້:

- Department of Children, Youth and Families (DCYF, ພະແນກເດັກ, ຊາວໜຸ່ມ ແລະ ຄອບຄົວຂອງເຂົາເຈົ້າ) ໂຄງການການດູແລເດັກທີ່ໄດ້ຮັບໃບອະນຸຍາດ ແລະ Early Childhood Education and Assistance Program (ECEAP, ໂຄງການຈັດຫາການສຶກສາ ແລະ ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອອາຍກ່ອນເປັນອາຍເດັກ).
- ໂຄງການທີ່ໄດ້ຮັບການຍົກເວັ້ນທີ່ໄດ້ຮັບໃບອະນຸຍາດດຳເນີນການໃນລັກສະນະທີ່ສອດຄ່ອງກັບການຈັດກຸ່ມເດັກ ແລະ ພະນັກງານ ແລະ ຂະໜາດກຸ່ມໃນຄຳແນະນຳນີ້.
- ໂຄງການ Head Start (ໂຄງການເລີ່ມຕົ້ນ) ທີ່ໄດ້ຮັບທຶນຈາກລັດຖະບານ.
- ຄ້າຍພັກຜ່ອນກາງເວັນ, ລວມທັງຄ້າຍພິເສດເຊັ່ນ: ຄ້າຍກິລາ.
- ໂຄງການອະນຸບານກາງແຈ້ງ, ລວມທັງໂຄງການຍົກເວັ້ນໃບອະນຸຍາດເປັນບາງມື້.
- ການຮ່ວມມືຜູ້ປົກຄອງ.
- ໂຄງການ Youth Development (ໂຄງການພັດທະນາເຍົາວະຊົນ) ໃຫ້ການດູແລເດັກ ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອຂັ້ນພື້ນຖານອື່ນໆ ເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອເດັກນ້ອຍ ແລະ ເຍົາວະຊົນເຂົ້າເຖິງການ ສອນລະດັບ K-12 ທາງໄກ.
- ຂະຫຍາຍໂອກາດການຮຽນຮູ້, ລວມທັງໂຄງການ ສຳລັບເຍົາວະຊົນທີ່ເສີມສ້າງການຮຽນຮູ້ ທາງດ້ານຈິດໃຈທາງວິຊາການ ແລະ/ຫຼື ສັງຄົມເຊັ່ນ: ໂຄງການ Boys & Girls Clubs, YMCA ແລະ ໂຄງການທີ່ອີງໃສ່ວັດທະນະທຳ ແລະ ເອກະລັກອື່ນໆ.
- ໂຄງການທີ່ໄດ້ຮັບທຶນພາຍໃຕ້ໂຄງການ Nita M. Lowery 21st Century Community Learning Centers.
- ສະຖາບັນການຮຽນຮູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການປັບປຸງເຊັ່ນ ໂຄງການໃຫ້ຄຳປຶກສາຢ່າງເປັນທາງການ, ສູນວິຊາການ ແລະ ໂຄງການກະກຽມຄວາມພ້ອມຂອງວິທະຍາໄລ.
- ການດູແລເດັກ, ການພັດທະນາເຍົາວະຊົນ ແລະ ຄ້າຍພັກຜ່ອນກາງເວັນທີ່ຈັດຂຶ້ນຢູ່ໃນສະຖານທີ່ ຫ້ອງອະນຸບານ - K-12.

ການລະບາດ: ເບິ່ງ “ການລະບາດໂຄວິດ-19” ຢູ່ຂ້າງເທິງ.

ການກັກຕົວ (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ) ແມ່ນເວລາທີ່ຜູ້ທີ່ຖືກສຳຜັດກັບ ເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ເຮືອນ ແລະ ຢູ່ຫ່າງຈາກຜູ້ອື່ນເປັນໄລຍະເວລາທີ່ແນະນຳໃນກໍລະນີທີ່ພວກເຂົາຕິດເຊື້ອ ແລະ ແພ່ເຊື້ອໄດ້.

ການກັກຕົວຈະກາຍເປັນການແຍກປ່ຽວ ຖ້າທ່ານໄດ້ກວດພົບວ່າເປັນພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຫຼື ມີອາການ.

SARS-CoV-2: ໂລກທຳລາຍລະບົບຫາຍໃຈຮຸນແຮງ ໂຄໂຣນາໄວຣັສ 2 (SARS-CoV-2) ແມ່ນເຊື້ອໄວຣັດທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດພະຍາດໂຄໂຣນາໄວຣັສ 2019 (ໂຄວິດ-19). ເຊື້ອໄວຣັສມີ **ຫຼາຍສາຍພັນ (ເປັນພາສາອັງກິດ)** ທີ່ໄດ້ຖືກລະບຸ. DOH ດຳເນີນການຕາມລຳດັບເພື່ອຕິດຕາມ **ສາຍພັນຕ່າງໆໃນລັດວໍຊິງຕັນ (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ)**.

ການຄວບຄຸມແຫ່ງທີ່ມາ (ເປັນພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ):

ໃນຂະນະທີ່ອຸປະກອນປ້ອງກັນສ່ວນບຸກຄົນຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດຂອງຜູ້ສວມໃສ່ຈາກການຫາຍໃຈທາງອາກາດທີ່ອາດມີສານປົນເປື້ອນ, ການຄວບຄຸມແຫ່ງທີ່ມາຍເຖິງການນຳໃຊ້ຫນ້າກາກ

ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ຈະຈາຍຂອງລະອອງທາງເດີນຫາຍໃຈເພື່ອໃຫ້ຜູ້ອື່ນມີໂອກາດສຳຜັດໜ້ອຍລົງ - ໂດຍສະເພາະຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອແຕ່ບໍ່ໄດ້ຮູ້. ການປ້ອງກັນທາງເດີນຫາຍໃຈ, ເຊັ່ນ ຊຸບະກອນປ້ອງ ກັນສ່ວນບຸກຄົນ, ປົກປ້ອງຜູ້ສວມໃສ່; ການຄວບຄຸມແຫຼ່ງແຜ່ເຊື້ອສາມາດປົກປ້ອງຜູ້ອື່ນ.

ອາການຕ່າງໆຂອງພະຍາດ ໂຄວິດ-19 (ເບັນພາສາອັງກິດ): ອາການເບື້ອງຕົ້ນທີ່ໄປປະກອບມີ ການສູນເສຍການຮັບຮູ້ ລົດຊາດ ຫຼືກິ່ນ, ມີໄຂ້ (ສູງກວ່າ 100.4 F ຫຼື 38 C), ໄອ, ຫາຍໃຈຜິດ, ໜາວສັ້ນ, ເຈັບຫົວ, ເມື່ອຍລົງ, ເຈັບກ້າມຊີ້ນ, ເຈັບຄໍ, ດັງ ຫຼື ນ້ຳມູກໄຫຼ. ປວດຮາກ, ແລະຖອກທ້ອງ.

Test to Stay (TTS): ມາດຕະການທີ່ນັກຮຽນ ຫຼື ພະນັກງານຕ້ອງໄດ້ກວດຫາເຊື້ອເບັນປົກກະຕິພາຍ ຫຼັງໄດ້ມີການສຳຜັດໃກ້ຊິດ ໃນໄລຍະຍາວເວລາອັນຈຳກັດເພື່ອຈະຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ/ສະຖານລ້ຽງເດັກ ຕາບໃດທີ່ພວກເຂົາຍັງບໍ່ມີອາການແລະຍັງຄົງມີຜົນກວດເບັນລົບຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ.

ການກວດຫາເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19 (ພາສາລາວ): ການກວດຫາເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ແມ່ນມີຫຼາຍວິທີ ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ. ສາມາດນຳໃຊ້ການກວດ **ວິນິດໄສ** ສອງປະເພດເພື່ອຢືນຢັນກໍລະນີຕິດເຊື້ອເລີງລຸກຂອງ ໂຄວິດ-19:

- **ການກວດໂມເລກຸນ:** ການກວດໂມເລກຸນຂະຫຍາຍບົດຂອງໄວຣັສ RNA ເພື່ອໃຫ້ສາມາດ ກວດພົບການຕິດເຊື້ອໄວຣັດໄດ້. ການກວດເຫຼົ່ານີ້ຍັງຖືກເອີ້ນອີກຢ່າງວ່າເປັນ **(NAAT)** (ພາສາອັງກິດເທົ່ານັ້ນ). ການກວດໂມເລກຸນທີ່ໃຊ້ທີ່ໄປຫຼາຍທີ່ສຸດແມ່ນ Reverse Transcription Polymerase-Chain Reaction (ການກວດແບບການປະຕິກິລິຍາລູກ ໃສ່ໄພລີເມີເຣສ ແບບຢ່ອນກັບ), ຫຼື ເອີ້ນວ່າ **RT-PCR**. ມັນຖືກນຳໃຊ້ເພື່ອກຳນົດ ແລະ ຜູກມັດກັບ ສານພັນທຸກຳຂອງ SARS-CoV-2, ເຊື້ອໄວຣັສທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດພະຍາດ ໂຄວິດ-19. ການກວດ ວິນິດໄສປະເພດນີ້ຍັງປະກອບມີ loop-mediated isothermal amplification (LAMP, ການກວດດ້ວຍເຕັກນິກສາມາດເພີ່ມປະລິມານສານພັນທຸກຳ), ແລະ clustered, regularly interspaced short palindromic repeat (CRISPR, ການກວດຫາເຊື້ອໂດຍອີງໃສ່ ລະບົບຝຸມຄຸ້ມກັນໃນການຈັດສາຍ ພັນທຸກຳແບບອຸ່ມຊ້ຳທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດການຕິດເຊື້ອ).
- **ການກວດແອນຕີເຈນ:** ການ ກວດນີ້ຜູກມັດກັບໄປຣຕິນຢູ່ພື້ນຜິວຂອງ SARS-CoV-2, ເຊື້ອ ໄວຣັດທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດ ໂຄວິດ-19. ພວກເຂົາຈຳກວດພົບການປະກົດຕົວຂອງແອນຕີເຈນ ໄວຣັສສະເພາະ, ເຊິ່ງຫມາຍເຖິງການຕິດເຊື້ອໄວຣັດໃນປະຈຸບັນ. ບັດຈຸບັນການກວດແອນ ຕີເຈນແມ່ນໄດ້ຮັບອະນຸຍາດໃຫ້ດຳເນີນການເກັບຕົວຢ່າງບໍລິເວນລຳຄໍ (nasopharyngeal) ຫຼື ຫຼັງໂພ້ງດັງ (nasal swab specimens). ການທົດສອບແອນຕີເຈນຖືກນຳໃຊ້ເພື່ອວິນິດໄສ ກໍລະນີຂອງການຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ແລະ ສາມາດຖືກນຳໃຊ້ໃນການຄັດກອງບຸກຄົນທີ່ບໍ່ມີ ການຕິດເຊື້ອ, ສະແດງຜົນກວດໄວກວ່າການກວດແບບ RT-PCR.

ການກວດປະເພດທີສາມແມ່ນການ **ກວດຝຸມຕຳນິທານ**, ເຊິ່ງສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າບຸກຄົນໃດໜຶ່ງ ເຄີຍຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ມາກ່ອນບໍ່. ມັນລະບຸຝຸມຕຳນິທານຕໍ່ກັບ SARS-CoV-2, ເຊື້ອໄວຣັສທີ່ເຮັດ ໃຫ້ເກີດພະຍາດ ພະຍາດ-19. ການກວດຝຸມຕຳນິທານບໍ່ໄດ້ນຳໃຊ້ເພື່ອວິນິດໄສກໍລະນີຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 ໃນປະຈຸບັນ.

ການກວດຢູ່ຈຸດປິ່ນປົວ ໃຊ້ການກວດແບບໄວເພື່ອປະເມີນຫຼືຕີຄວາມເປັນບຸກຄົນອື່ນທີ່ບໍ່ ແມ່ນບຸກຄົນທີ່ຖືກກວດ ຫຼື ພິພິດພິດຜູ້ປົກຄອງຂອງພວກເຂົາແລະສາມາດປະໃຊ້ໄດ້ໃນຫຼາຍສະ ຖານທີ່. ການກວດແບບໄວທີ່ໃຊ້ໃນຈຸດປິ່ນປົວສາມາດໃຊ້ຊຸດກວດ NAAT, ແອນຕີເຈນ, ຫຼື ຝຸມຄຸ້ມກັນກໍໄດ້.