ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ

ສັນຕິພາບ ເອກະລາດ ປະຊາທິປະໄຕ ເອກະພາບ ວັດທະນະຖາວອນ

ຄູ່ມື ແນະນຳຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

ເພື່ອປ້ອງກັນ ການລະບາດ ພະຍາດໂຄວິດ - 19 (COVID-19)

ສະບັບ ເດືອນ ເມສາ 2021

ກົມອະນາໄມ ແລະ ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ

ສາລະບານ

ພາກທີ່ 1 6

ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານກ່ຽວກັບ ວຽກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ 6

ພາກທີ 2 7

ຈຸດປະສົງ ແລະ ຂອບເຂດ 7

I. ຈຸດປະສົງ *7*

II. ຂອບເຂດການນຳໃຊ້ *7*

ພາກທີ3 8

ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ 8

1. ວິທີການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ *8*

2. ຜະລິດຕະພັນ ສຳລັບການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ *8*

2.1. ຜະລິດຕະພັນ ການອະນາໄມ: *8*

2.3 ຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງສານຄຼໍລີນ (Chlorine) ມີດັ່ງນີ້ : *9*

6. ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ *12*

6.1. ຂັ້ນຕອນທີ 1 ກ່ອນການອະນາໄມ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອ *12*

6.1.1. ຜູ້ຈະເຮັດອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ອະເຊື້ອມື *12*

ພາກທີ 4 16

ມາດຕະການ ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ຕ່າງໆ 16

1. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ປິ່ນປົວຄົນເຈັບຕິດເຊື້ອໂຄວິດ - 19 *16*

2. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຫ້ອງແຍກປ່ຽວຢູ່ສະຖານທີ່ບໍລິການສາທາລະນະສຸກ *18*

3. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ຈຳກັດບໍລິເວນ *20*

4. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ສະຖານທີ່ພັກເຊົາ ໂຮງແຮມ ແລະ ເຮືອນພັກ *23*

5. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຢູ່ຮ້ານອາຫານ, ພັດຕະຄານ, ສະຖານທີ່ທ່ອງທ່ຽວ ແລະ ສະຖານບັນເທີງ *26*

6. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະຖານທີ່ ດ່ານສາກົນທາງບົກ, ດ່ານສະໜາມບິນສາກົນ ແລະ ພາຍໃນ *29*

7. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານີຂົນສົ່ງ ໂດຍສານສາທາລະນະ *32*

8. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ໂຮງຮຽນ, ສະຖາບັນການສຶກສາ *35*

9. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ຮ້ານສັບພະສິນຄ້າ, ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍທົ່ວໄປ, ຮ້ານຂາຍຢາ *38*

10. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ຕະຫຼາດສົດ *41*

11. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ລົດ ຮັບ-ສົ່ງ ຜູ້ໂດຍສານທີ່ຈະໄປຈຳກັດບໍລິເວນ *44*

12. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ທະນາຄານ, ສະຖາບັນການເງິນຈຸລະພາກ ແລະ ຕູ້ ATM *46*

13. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສຳນັກງານ, ອົງການ *49*

14. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະຖານທີ່ອອກກຳລັງກາຍ *52*

15. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນໂຮງງານ *55*

16. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ໂຮງຂ້າສັດ *58*

17. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ ປະຕິບັດທາງດ້ານ ສາດສະໜາ ແລະ ຮີດຄອງປະເພນີ *61*

18. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ ຄ້າຍຄຸມຂັງ - ດັດສ້າງ *64*
19. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ຮ້ານເສີມຄວາມງາມ, ຮ້ານຕັດຜົມ, ຮ້ານນວດ ແລະ ສະປາ *67*
ພາກທີ 5 **70**
ການຄຸ້ມຄອງ - ກຳຈັດ ຂີ້ເຫຍື້ອ, ສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ນ້ຳເປື້ອນ ຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19 **70**
1. ປະເພດຂີ້ເຫຍື້ອອອກຈາກສະຖານທີ່ປິ່ນປົວຄົນເຈັບຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 *70*
2. ປະເພດຂີ້ເຫຍື້ອອອກຈາກສະຖານທີ່ພັກເຊົາຂອງພະນັກງານແພດໝໍ, ບ່ອນແຍກປ່ຽວ ແລະ ບ່ອນຈຳກັດບໍລິເວນ *70*
3. ພາຊະນະບັນຈຸຂີ້ເຫຍື້ອ: *71*
4. ການຕິດສະຫຼາກໃສ່ພາຊະນະ *71*
5. ການແຍກຂີ້ເຫຍື້ອ *71*
6. ວິທີການທ້ອນໂຮມ ແລະ ການເກັບມ້ຽນສິ່ງເສດເຫຼືອ, ຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອ *71*
7. ການຂົນສົ່ງ ແລະ ເຄື່ອນຍ້າຍຂີ້ເຫຍື້ອ *71*
8. ການກຳຈັດຂີ້ເຫຍື້ອມີ 03 ວິທີ ດັ່ງນີ້: *72*
ພາກທີ 6 **72**
ການມ້ຽນຊາກສົບຜູ້ເສຍຊີວິດຈາກການຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 **72**
1. ການກຽມທີມງານ: *72*
2. ກະກຽມອຸປະກອນ: *72*
3. ການຫຸ້ມຫໍ່ສົບ *72*
4. ການເຄື່ອນຍ້າຍສົບ *73*
5. ການເຜົາສົບ *73*
6. ການອະນາໄມ *73*

ຄຳນຳ

ປະຈຸບັນສະພາບການຂອງໂລກມີການແຜ່ລະບາດຂອງການຕິດເຊື້ອພະຍາດອັກເສບປອດຈາກເຊື້ອຈຸລະໂລກສາຍພັນໃໝ່ (ໂຄວິດ-19) ຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍ ເຊິ່ງເພີ້ມທະວີຄວາມຮ້າຍແຮງ ແລະ ແຜ່ລະບາດໄປທົ່ວໂລກ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ອັດຕາການຕິດເຊື້ອ ແລະ ເສຍຊີວິດປະຈຳວັນຂອງປະຊາກອນໃນທົ່ວໂລກ ເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍ ແລະ ເພີ່ມຂຶ້ນຢ່າງໄວວາ.

ສປປ ລາວ ກໍເປັນປະເທດໜຶ່ງທີ່ກຳລັງປະເຊີນກັບສະພາບການເກີດລະບາດຂອງເຊື້ອພະຍາດອັກເສບປອດທີ່ເກີດຈາກເຊື້ອຈຸລະໂລກສາຍພັນໃໝ່ (ໂຄວິດ-19) ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ມີຜົນກະທົບ ຕໍ່ສຸຂະພາບ ແລະ ການດຳລົງຊີວິດຂອງປະຊາຊົນລາວບັນດາເຜົ່າ ທີ່ເປັນສາຍເຫດ ສິ່ງຜົນສະທ້ອນຕໍ່ການພັດທະນາ ເສດຖະກິດ - ສັງຄົມຂອງຊາດ ຢ່າງຮ້າຍແຮງ, ເພື່ອປ້ອງກັນ ແລະ ຄວບຄຸມ ການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວ ໂດຍສະເພາະແມ່ນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດມາດຕະການສະກັດກັ້ນ ການຄວບຄຸມສະພາບການລະບາດບໍ່ໃຫ້ແຜ່ລາມອອກຢ່າງວ່ອງໄວ ແລະ ກ້ວາງຂວາງ.

ສະນັ້ນ, ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ແມ່ນວຽກງານໜຶ່ງທີ່ມີຄວາມສຳຄັນທີ່ນອນຢູ່ໃນມາດຕະການສະກັດກັ້ນການຄວບຄຸມ ເພື່ອຕັດຕ່ອງໂສ້ຂອງການແຜ່ລະບາດ. ກົມອະນາໄມ ແລະ ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ ຈຶ່ງໄດ້ພັດທະນາຄູ່ມືແນະນຳດ້ານຫຼັກການ ຂອງການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເພື່ອປ້ອງກັນ, ຄວບຄຸມ ແລະ ແກ້ໄຂ ການລະບາດພະຍາດໂຄວິດ-19 ສະບັບນີ້ຂຶ້ນມາເພື່ອເປັນບ່ອນອີງໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດໃນຂອບເຂດທົ່ວປະເທດ.

ກົມອະນາໄມ ແລະ ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ ໄດ້ສຶກສາຄົ້ນຄ້ວາ ແລະ ພັດທະນາ ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອເປັນແຕ່ລະໄລຍະເພື່ອໃຫ້ແທດເໝາະກັບສະພາບການ, ຫວັງຢ່າງຍິ່ງວ່າ ຄູ່ມືແນະນຳ ເຫຼັ້ມນີ້ ຈະເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ວຽກງານປ້ອງກັນ, ຄວບຄຸມ ແລະ ແກ້ໄຂ ການລະບາດພະຍາດຈາກເຊື້ອຈຸລະໂລກສາຍພັນໃໝ່ (ໂຄວິດ-19) ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນອັດຕາການເຈັບປ່ວຍ ແລະ ເສຍຊີວິດຈາກການຕິດເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວ ໃນທົ່ວປະເທດ.

ກົມອະນາໄມ ແລະ ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ

ດຣ. ພອນປະເສີດ ອຸນາພົມ

ພາກທີ 1

ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານກ່ຽວກັບ ວຽກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ແມ່ນການເຮັດຄວາມສະອາດ ແລະ ທຳລາຍເຊື້ອພະຍາດ ເພື່ອຕັດຕ່ອງໂສ້ຂອງການຕິດເຊື້ອ ຈາກການຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ການແຜ່ກະຈາຍເຊື້ອພະຍາດ ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ຕ່າງໆ ລວມທັງສະຖານທີ່ບໍລິການສາທາລະນະສຸກ ໂດຍສະເພາະແມ່ນສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ, ສະຖານທີ່ຈຳກັດບໍລິເວນ ແລະ ສະຖານທີ່ປິ່ນປົວຄົນເຈັບທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19 ແລະ ທຸກສະຖານທີ່ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ແລະ ມີການຕິດເຊື້ອ , ຖ້າການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ບໍ່ໄດ້ດີຈະເຮັດໃຫ້ ການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ໃສ່ສະພາບແວດລ້ອມ, ວັດຖຸສິ່ງຂອງ, ເຄື່ອງມື, ພື້ນຜິວ ແລະ ບຸກຄົນອື່ນ ເຮັດໃຫ້ມີການລະບາດໃນວົງກ້ວາງ ແລະ ວ່ອງໄວ.

ພາກທີ 2

ຈຸດປະສົງ ແລະ ຂອບເຂດ

I. ຈຸດປະສົງ

ເພື່ອກໍານົດ ຫຼັກການ, ມາດຕະການ ວິທີການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ກ່ຽວກັບການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ຕ່າງໆ. ແນໃສ່ການປ້ອງກັນ, ຄວບຄຸມ ແລະ ແກ້ໄຂການລະບາດພະຍາດ ໂຄວິດ-19, ຫຼຸດຜ່ອນການຕິດເຊື້ອ ແລະ ການເສຍຊີວິດຂອງຄົນ ຮັບປະກັນໃຫ້ພົນລະເມືອງ ທັງພາຍໃນ ແລະ ຕ່າງປະເທດທີ່ດໍາລົງຊີວິດຢູ່ໃນ ສປປ ລາວ ມີສຸຂະພາບແຂງແຮງ.

II. ຂອບເຂດການນໍາໃຊ້

ຄູ່ມືສະບັບນີ້ສາມາດນໍາໃຊ້ສໍາລັບບຸກຄົນ, ນິຕິບຸກຄົນ, ແລະ ການຈັດຕັ້ງທັງພາຍໃນ ແລະ ຕ່າງປະເທດ ທີ່ເຄື່ອນໄຫວ ແລະ ດໍາລົງຊີວິດ ຢູ່ສປປ ລາວ.

ພາກທີ3

ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

1. ວິທີການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

ການອະນາໄມ ແມ່ນເລີ້ມແຕ່ບ່ອນທີ່ເປື້ອນນ້ອຍ ຫາບ່ອນເປື້ອນຫຼາຍ,ຈາກບ່ອນສູງຫາບ່ອນຕໍ່າ ເພື່ອໃຫ້ຂີ້ເຫຍື້ອ ຕົກລົງພື້ນ ແລະ ອະນາໄມເທື່ອສຸດທ້າຍຢ່າງເປັນລະບົບ. ໃຫ້ໃຊ້ຜ້າສະອາດສໍາລັບການອະນາໄມທຸກຄັ້ງ ສໍາລັບພື້ນທີ່ພິຈາລະນາແລ້ວວ່າມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການປົນເປື້ອນເຊື້ອພະຍາດ COVID-19.

ອຸປະກອນສໍາລັບການອະນາໄມພື້ນທີ່ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ແລະ ພື້ນທີ່ມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19 ຕ້ອງໄດ້ແຍກ, ເກັບມ້ຽນ ແລະ ຮັກສາເປັນຢ່າງດີ. ນໍ້າຢາເຮັດຄວາມສະອາດ ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ ຖ້າມີການປົນເປື້ອນ ແລະ ໃຊ້ແລ້ວຕ້ອງໄດ້ປ່ຽນນໍ້າຢາໃໝ່ທັນທີ, ຫຼັງຈາກອະນາໄມແລ້ວຕ້ອງລ້າງຖັງດ້ວຍນໍ້າແຟັບ ແລະ ໄລດ້ວຍນໍ້າສະອາດ, ຕາກໃຫ້ແຫ້ງແລ້ວນໍາກັບໄປໃຊ້ຕາມປົກກະຕິ.

2. ຜະລິດຕະພັນ ສໍາລັບການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

2.1. ຜະລິດຕະພັນ ການອະນາໄມ:

1. ສະບູຝຸ່ນ(ແຟັບ)
2. ສະບູກ້ອນ/ສະບູແຫຼວ
3. ນໍ້າສະອາດ

2.2. ຜະລິດຕະພັນ ການຂ້າເຊື້ອ:

2.2.1. ສານໄຮໂປຄໍລາຍ (**Hypochlorite**)ມີ 2 ຊະນິດຄື:

- Sodium Hypochlorite (ຊະນິດນໍ້າ) ຕົວຢ່າງ: **ກໍ່ລິນ ທີ່ປະສົມສໍາເລັດມາແລ້ວ**
- Calcium Hypochlorite (ຊະນິດຝຸ່ນ) ຕົວຢ່າງ: ຝຸ່ນກໍ່ລິນ 65 - 70%
- Haiter ໄຮເຕີ້
- Dettol ເດັດຕອນ

ສານກໍ່ລິນຊະນິດຝຸ່ນ

ຜະລິດຕະພັນທີ່ມີສ່ວນປະສົມຂອງສານຄໍລີນ (Chlorine) ຊະນິດນໍ້າ (Sodium Hypochlorite) ແລະ ເປັນຝຸ່ນ ເຊິ່ງຕ້ອງໄດ້ໃຊ້ສູດປະສົມນໍ້າ (Calcium Hypochlorite) ບັນດາສານເຫຼົ່ານີ້ ແມ່ນຕ້ອງໄດ້ລະລາຍໃນນໍ້າຕາມສູດຄິດໄລ່ປະລິມານຂອງສານລະລາຍທີ່ມີປະສິດທິພາບໃນການຕໍ່ຕ້ານເຊື້ອພະຍາດທົ່ວໄປຫຼາຍຊະນິດໃນລະດັບຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນຕ່າງໆ ເຊັ່ນ : ຕ້ານຕໍ່ເຊື້ອໄວຣັສໄດ້ໃນຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນຂອງຢາຂ້າເຊື້ອແມ່ນ 0.05% (500 ppm) ເຊື້ອພະຍາດ ບາງຊະນິດຕ້ອງນໍາໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນສູງເຖິງ 0.5% (5.000 ppm)

ສຳລັບວຽກງານການປ້ອງກັນການລະບາດ COVID-19 ແມ່ນແນະນຳໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0.1% (1,000 ppm) ເຊິ່ງຈະສາມາດຢັບຢັ້ງເຊື້ອພະຍາດອື່ນ ໄດ້ເຊັ່ນກັນ, ສະລັບ ກໍລະນີທີ່ມີການຕົກເຮ່ຍ ຫຼື ການຮົ່ວໄຫຼຂອງແຫຼວຈາກຮ່າງກາຍ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0.5% (5.000 ppm)

2.2.2. ການປະສົມນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ

2.2.2.1. ສູດຄິດໄລ່ ທີ 1 ຮູບແບບນ້ຳ : Sodium Hypochlorite concentrations :

ເປີເຊັນ(%)ຂອງChlorine ໃນ Sodium Hypochlorite ຫານ (%)ຄວາມເຂັ້ມຂອງChlorine ທີ່ຕ້ອງການ - 1 = ສັດສ່ວນຂອງນ້ຳ ຕໍ່ 1 ສ່ວນ ຂອງ Sodium Hypochlorite.

ຕົວຢ່າງ:

$$\frac{\text{65\% ໃນນ້ຳ Sodium Hypochlorite}}{\text{0.5\% ຂອງChlorineທີ່ຕ້ອງການ -1}} = \text{9 ຂອງນ້ຳຕໍ່ 1 ສ່ວນຂອງSodium}$$

2.2.2.2. ສູດຄິດໄລ່ ທີ 2 ຮູບແບບເປັນຝຸ່ນ : Calcium Hypochlorite Concentrations

ເປີເຊັນ(%)Calcium Chlorine ຊະນິດຜົງຫານໃຫ້(%)ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ຕ້ອງການ-1= ສັດສ່ວນຂອງນ້ຳ.

ຕົວຢ່າງ:

$$\frac{\text{70\% Calcium Chlorine ຊະນິດຜົງ}}{\text{0,1\% ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ຕ້ອງການ - 1}} = \text{699 ສ່ວນຂອງນ້ຳ. Hypochlorite}$$

Chlorine 1ສ່ວນ (1ບ່ວງ)=15 mg/ນ້ຳ 699 ສ່ວນ

1/699 ກໍລີນ 70% 1ບ່ວງແກງ (15mg) x 699 = 10,485 ml

ຕາຕະລາງການປະສົມນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ

ປະເພດຜະລິດຕະພັນ	ປະລິມານ	ປະລິມານນ້ຳສະອາດ	ຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ
ຝຸ່ນກໍລີນຊະນິດຝຸ່ນ 70%	1 ບ່ວງແກງ (15 mg)	1 ລິດ	1%
	1 ບ່ວງແກງ (15 mg)	2 ລິດ	0,5%
	1 ບ່ວງແກງ (15 mg)	10 ລິດ	0,1%
ກໍລີນຊະນິດນ້ຳ 5 - 6 %	1 ສ່ວນ	ນ້ຳ 4 ສ່ວນ	1%
	1 ສ່ວນ	ນ້ຳ 9 ສ່ວນ	0,5%
	1 ສ່ວນ	ນ້ຳ 49 ສ່ວນ	0,1%
ນ້ຳຢາຊັກຢ້ຳຂາວ ໄຮເຕີ	2 ຝາ	ນ້ຳ 2 ລິດ	ໃຊ້ຂ້າເຊື້ອ
ນ້ຳຢາຖູພື້ນ ເດັດຕອນ	4,5 ຝາ	ນ້ຳ 2 ລິດ	ໃຊ້ຂ້າເຊື້ອ

2.3 ຜົນກະທົບຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງສານກໍລີນ (Chlorine) ມີດັ່ງນີ້ :

- ຜົນກະທົບຕໍ່ລະບົບລະລາຍ: ຫາກກືນເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍຈະມີອາການເຈັບອອກຮ້ອນກະເພາະ, ຖອກທ້ອງ ວິນຫົວ ແລະ ຮາກ;
- ຜົນກະທົບຕໍ່ຕາ: ເຮັດໃຫ້ມີ ອາການ ແສບຕາ, ຕາແດງ ແລະ ເຈັບຕາ;
- ຜົນກະທົບຕໍ່ ຜິວໜັງ ເຮັດໃຫ້ເປັນຜື່ນຄັນຕໍ່ຜິວໜັງ.

2.4 ການເກັບຮັກສາ

- ເກັບຮັກສາໄວ້ໃນພາຊະນະທີ່ມີຝາປິດ ແລະ ຕ້ອງເປັນພາຊະນະທີ່ແສງບໍ່ສາມາດຜ່ານເຂົ້າໄດ້, ເກັບມ້ຽນໃຫ້ຫ່າງຈາກວັດຖຸໄວໄຟ ແລະ ໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກ ເດັກນ້ອຍ;
- ສໍາລັບນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ໄດ້ປະສົມແລ້ວແມ່ນມີອາຍຸນໍາໃຊ້ 2 ຊົ່ວໂມງ. ສະນັ້ນ, ປະລິມານນໍ້າຢາທີ່ປະສົມແມ່ນໃຫ້ຄິດໄລ່ຕາມເບື້ອທີ່ຈະນໍາໃຊ້ ຫຼັງຈາກປະສົມແລ້ວ ໃຫ້ເກັບໄວ້ໃນພາຊະນະທີ່ມີຝາປິດ ແລະ ຕ້ອງເປັນພາຊະນະທີ່ແສງບໍ່ສາມາດ ຜ່ານເຂົ້າໄດ້, ເກັບມ້ຽນໃຫ້ຫ່າງຈາກວັດຖຸໄວໄຟ ແລະ ໃຫ້ຫ່າງໄກຈາກເດັກນ້ອຍ ຖ້າກາຍ 2 ຊົ່ວໂມງແມ່ນໃຫ້ຖອກຖິ້ມ.

2.5 ຂໍ້ຫ້າມ

- ຫ້າມດື່ມ, ກໍລະນີຫຼົງດື່ມເຂົ້າໄປ ຕ້ອງໄດ້ດື່ມນໍ້າໃຫ້ຫຼາຍ, ໄປຫາແພດ
- ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ສໍາພັດກັບຜິວໜັງ, ຕາ (ຖ້າເຂົ້າຕາ, ຖືກຜິວໜັງ ຕ້ອງລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດທັນທີ, ໄປພົບແພດ)

3. ເຫຼົ້າ 70% ມີ 2 ຊະນິດຄື:

ເຫຼົ້າທີ່ໃຊ້ຂ້າເຊື້ອ ມີ 2 ຊະນິດ ຄື ເອທີນອານໂກນ (Ethyl alcohol) ແລະ ອີໂຊໂປຣນປິນອານໂກນ (Isopropyl alcohol) ທັງສອງຊະນິດແມ່ນເປັນນໍ້າ, ບໍ່ມີສີ ລະເຫີຍອາຍໄດ້ງ່າຍ ຢູ່ໃນອຸນຫະພູມຫ້ອງ, ໃຊ້ເຮັດຄວາມສະອາດ, ຂ້າເຊື້ອວັດຖຸ, ອຸປະກອນທີ່ເປັນໂລຫະ, ຢາງ, ໄມ້, ໜັງ, ສະແຕນເລດ ບໍ່ມີການຕົກຄ້າງ ແລະ ປອດໄພ. ເຫຼົ້າ ທັງ 2 ຊະນິດ ມີລິດໃນການທໍາລາຍເຊື້ອຈຸລິນຊີ, ວັນນະໂລກ, ເຊື້ອເຫັດ ແລະ ເຊື້ອຈຸລະໂລກ ແຕ່ບໍ່ສາມາດທໍາລາຍ ສະປໍ Spore (ປໍ້ ຂອງເຊື້ອຈຸລິນຊີໄດ້).

ເຫຼົ້າ 70% ໄດ້ກາບົດເປັນຜະລິດຕະພັນ ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະຖານທີ່ຕ່າງໆ ນອກຈາກນີ້ຍັງໃຊ້ຂ້າເຊື້ອມືໂດຍກົງ ແລະ ເປັນສ່ວນປະສົມໃນເຈວ ຂ້າເຊື້ອມື ເຊິ່ງມີຂາຍຕາມຕະຫຼາດທົ່ວໄປ.

ເຫຼົ້າ 90% - 95% ແມ່ນ ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນຂອງທາດເຫຼົ້າສູງ ຈະເຮັດໃຫ້ ການລະເຫີຍອາຍໄວ ໂດຍທີ່ບໍ່ທັນດູດຊຶມຜ່ານ ເຍື່ອຫຸ້ມຈຸລັງຂອງເຊື້ອພະຍາດ, ນອກຈາກນີ້ ຍັງເຮັດໃຫ້ຜິວແຫ້ງ ແລະ ຄັນໄດ້, ຈິ່ງບໍ່ໃຫ້ໃຊ້ ເຫຼົ້າ 90%-95% ຂ້າເຊື້ອພະຍາດ.

ຂໍ້ຄວນລະວັງສໍາລັບການນໍາໃຊ້ເຫຼົ້າຂ້າເຊື້ອ ຄວນຄໍານຶງເຖິງຄວາມຖີ່ຂອງການນໍາໃຊ້ ເພາະຈະເຮັດໃຫ້ ຜິວແຫ້ງ, ການ ເກັບຮັກສາ ແມ່ນຫຼີກລ່ຽງແສງແດດ ແລະ ຄວາມຮ້ອນ ເພາະ ເຫຼົ້າສາມາດຕິດໄຟຟ້າໄດ້ ແລະ ເປັນຜະລິດຕະພັນທີ່ໃຊ້ສໍາລັບ ພາຍນອກ.

4. ຫຼອດໄຟ UV

- UVGI Disinfection Chamber ເປັນລັກສະນະ ຄືກັບຕູ້ອົບ ແມ່ນໃຊ້ສຳລັບຂ້າເຊື້ອອຸປະກອນ ທີ່ສາມາດຊັກ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດໄດ້ ;
- ເປັນຫຼອດໄຟ UV ທີ່ສາມາດເຄື່ອນຍ້າຍໄປມາໄດ້ ເໝາະສຳລັບຂ້າເຊື້ອພະຍາດ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການແຜ່ລະບາດ ຂອງ COVID-19 ເປັນຕົ້ນຫ້ອງທີ່ມີຄວາມດັນລົບ, ໃນເວລາເປີດໄຟ UV ແມ່ນບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ມີຄົນຢູ່ໃນຫ້ອງ ດັ່ງກ່າວ;

  ລັງສີທີ່ຫຼອດໄຟປ່ອຍອອກມາໃນລະຫວ່າງ 200nm - 313nm (ຕາມມາດຕະຖານສາກົນ CIE, DIN, IESNA) ແຕ່ຈະມີປະສິດທິພາບໄດ້ດີທີ່ສຸດ ຖ້າມີຄວາມຍາວຄື້ນຢູ່ປະມານ 265 nm ແມ່ນສາມາດທຳລາຍເຊື້ອພະຍາດເຊັ່ນ : ຈຸລິນຊີ, ເຊື້ອເຫັດ, ເຊື້ອລາ ແລະ ນອກນີ້ ຍັງສາມາດທຳລາຍເຊື້ອຈຸລະໂລກ (ໄວຣັສ) ໄດ້ອີກ. ເຊິ່ງແສງລັງສີນີ້ຈະໄປທຳລາຍຕ່ອງໂສ້ຂອງ DNA-RNA ເຊັ່ນ :ຂອງ ໄວຣັສ COVID-19 ແລະ ຈະສາມາດໄປຢັບຢັ້ງການຂະຫຍາຍພັນຂອງເຊື້ອຈຸລິນຊີ ແລະ ໄວຣັສ.
- ການນຳໃຊ້ ແສງ UV ແມ່ນໃຫ້ຄຳນຶງເຖິງເປົ້າໝາຍໃຫ້ເໝາະສົມກັບ ຈຸດປະສົງທີ່ເຮົາຕ້ອງການຂ້າເຊື້ອເຊັ່ນ : UVGI Disinfection Chamber ເປັນລັກສະນະ ຄືກັບຕູ້ອົບ ແມ່ນໃຊ້ສຳລັບ ຂ້າເຊື້ອອຸປະກອນ ທີ່ສາມາດຊັກ ແລະ ທຳຄວາມສະອາດໄດ້ ;

- Moveable UVGI Air and Sureface ເປັນຫຼອດໄຟ UV ທີ່ສາມາດເຄື່ອນຍ້າຍໄປມາໄດ້ ເໝາະສຳລັບຂ້າເຊື້ອພະ ຍາດ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການແຜ່ລະບາດຂອງ COVID-19 ເປັນຕົ້ນຫ້ອງທີ່ມີຄວາມດັນລົບ, ໃນເວລາເປີດໄຟ UV ແມ່ນບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ ມີຄົນຢູ່ໃນຫ້ອງດັ່ງກ່າວ;

- Handheld UVGI Surface Disinfection Equipment ເປັນຊະນິດນຶ່ງທີ່ຕ້ອງການນຳໃຊ້ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ອຸປະກອນ ທີ່ໃຊ້ຮ່ວມກັນກັບຄົນອື່ນ ເຊັ່ນ: ຄີບອດຄອມພິວເຕີ້ລວມ, ລູກບິດປະຕູຫ້ອງນ້ຳ.

ຜົນກະທົບຈາກລັງສີ UV ຕໍ່ອະໄວຍະວະຂອງຄົນ ເຊັ່ນ :

- ຕໍ່ຕາ ຈະເຮັດໃຫ້ມີອັນຕະລາຍຕໍ່ກະຈົກຕາ ແລະ ເລນຕາໄດ້ ;
- ຕໍ່ຜິວໜັງ ຈະເຮັດໃຫ້ຜິວໜັງໄໝ້, ແດງ, ແສບຜິວ ແລະອາດຈະກໍ່ໃຫ້ເກີດມະເຮັງໄດ້;
- ຕໍ່ລະບົບຫາຍໃຈ : ລັງສີທີ່ປ່ອຍອອກມາ ຖ້າຄື້ນຍາວກ່ວາ 240 nm ສາມາດຜະລິດ ແກສໂອໂຊນທີ່ເປັນພິດຕໍ່ລະບົບຫາຍໃຈໄດ້.

5. **ການຂ້າເຊື້ອດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ: (Pasteurization)**

ການຂ້າເຊື້ອດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ແລະ ອຸນຫະພູມຂອງນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາເຊ ເວລາ 30 ນາທີຂຶ້ນໄປແມ່ນສາມາດຂ້າເຊື້ອພະຍາດໄດ້ ເຊິ່ງວິທີນີ້ເປັນການຂ້າເຊື້ອທີ່ມີປະສິດທິພາບສູງ

6. ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

6.1. ຂັ້ນຕອນທີ 1 ກ່ອນການອະນາໄມ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອ

6.1.1.ຜູ້ຈະເຮັດອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ອະເຊື້ອມື

ການອະນາໄມມືທີ່ຖືກຕ້ອງຈະສາມາດຫຼຸດຜ່ອນເຊື້ອພະຍາດທີ່ປົນເປື້ອນໃນຂະນະທີ່ປະຕິບັດກິດຈະກຳຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ເລືອດ, ນ້ຳມູກ, ຂີ້ກະເທີ່, ນ້ຳລາຍ, ນ້ຳຍ່ຽວ, ອາຈົມ ຕ່າງໆ ຫຼື ຈັບບາຍກັບ ອຸປະກອນ, ສິ່ງແວດລ້ອມອ້ອມຕົວຄົນເຈັບ, ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຄວນອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອມືກ່ອນ ແລະ ຫຼັງເຮັດວຽກ.

ການລ້າງມືຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳສະອາດລ້າງ, ໃສ່ສະບູ, ໄລດ້ວຍນ້ຳສະອາດ, ໃຊ້ເວລາໃນການລ້າງມືປະມານ 40-60 ວິນາທີ ເຊັດດ້ວຍຜ້າເຊັດມືທີ່ສະອາດ ແລະ ໃຊ້ເທື່ອດຽວ ຫຼື ເຈ້ຍເຊັດມືໃຫ້ແຫ້ງ ເພາະວ່າການລ້າງມືພຽງແຕ່ເຮັດໃຫ້ເຊື້ອພະຍາດສ່ວນໃດສ່ວນນຶ່ງອອກເທົ່ານັ້ນ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດສາມາດຂະຫຍາຍ ຫຼື ຈະເລີນເຕີບໂຕໃນຄວາມຊຸ່ມ ແລະ ບ່ອນປຽກໄດ້ດີ, ດັ່ງນັ້ນ ຫຼັງຈາກລ້າງມືແລ້ວ ຕ້ອງໃຊ້ເຫຼົ້າ ຫຼື ເຈວອະນາໄມມືທີ່ມີສ່ວນປະສົມທາດເຫຼົ້າ 70% ອະເຊື້ອມື ເຊິ່ງຂັ້ນຕອນການອະນາໄມມືດ້ວຍສະບູ ຫຼື ດ້ວຍເຈວຂ້າເຊື້ອມື ທີ່ມີທາດເຫຼົ້າ ຕ້ອງປະຕິບັດດັ່ງລຸ່ມນີ້ :

- ຂັ້ນຕອນທີ 1 : ຝາມືຖູຝາມືແລ້ວສອດນິ້ວມືປະສານກັນ
- ຂັ້ນຕອນທີ 2 : ຝາມືເບື້ອງຂວາຖູຝາມືເບື້ອງຊ້າຍ ແລະ ສອດນິ້ວມືປະສານກັນ ເພື່ອອະນາໄມຕາມຮ່ອງນິ້ວມືແລະ ສະຫຼັບຂ້າງກັນ
- ຂັ້ນຕອນທີ 3 : ກຳມືເຂົ້າ ແລ້ວເອົາສັນມືຖູຝາມື
- ຂັ້ນຕອນທີ 4 : ຖູອ້ອມໂປ້ມືຂວາ ແລະ ຊ້າຍສະຫຼັບກັນ
- ຂັ້ນຕອນທີ 5 : ເອົາປາຍນິ້ວມືຖູຝາມືໄປມາ ສະຫຼັບກັນຊ້າຍ ແລະ ຂວາ

6.1.2 ການໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງ :

ຜູ້ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງ ຕະຫຼອດເວລາໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່ ເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ພະຍາດ ຕິດແປດໃສ່ມື, ຕາ, ຜົມ, ເສື້ອຜ້າ ແລະ ເກີບ ແລະ ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຕິດເຊື້ອໃສ່ຄົນອື່ນ ເຊິ່ງມີດັ່ງນີ້ :

1. ຖົງມືຊະນິດບາງ
2. ຖົງມືຊະນິດຢາງຍາວໜາ;
3. ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ;
4. ຜ້າອັດປາກ ແລະ ດັງ ຊະນິດປ້ອງກັນເຄມີ;
5. ຜ້າຢາງກັນເປື້ອນ;
6. ເສື້ອຄຸມ (ເສື້ອກາວ)
7. ເກີບໂບກ
8. ໝວກ ຫຼື ຖົງປົກຜົມ

ຫຼັກການໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງ ແມ່ນເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ ແລະ ປ້ອງກັນເຄມີເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ, ແຕ່ບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນໄດ້ທັງໝົດ. ການໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງຢ່າງມີປະສິດທິພາບ ຖືກວິທີ ຕ້ອງປະຕິບັດຕາມຂັ້ນຕອນ ດັ່ງລຸ່ມນີ້ :

1. ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອມື
2. ໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ (ຊະນິດປ້ອງກັນເຄມີ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດ)
3. ໃສ່ເສື້ອຄຸມ (ເສື້ອກາວ)
4. ໃສ່ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ
5. ໃສ່ໝວກປົກກວມຜົມ
6. ໃສ່ຜ້າຢາງກັນເປື້ອນ
7. ໃສ່ເກີບໂບກ
8. ໃສ່ຖົງມືຢາງຊະນິດບາງ
9. ໃສ່ຖົງມືຢາງຊະນິດໜາຍາວ
10. ຕ້ອງມີຜູ້ຊ່ວຍເບິ່ງຄວາມຮຽບຮ້ອຍ

- ຫຼີກເວັ້ນການສໍາພັດກັບເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງທີ່ຖືກນໍາໃຊ້ແລ້ວ ແລະ ປົນເປື້ອນກັບສິ່ງຂັບຫຼັ່ງອອກຈາກຮ່າງກາຍ;
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງຊ້ອນກັນເພາະບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນພະຍາດໄດ້ເພີ້ມຕື່ມ ເຊິ່ງຈະເປັນການສິ້ນເປືອງພ້ອມທັງເຮັດວຽກບໍ່ສະດວກສະບາຍ;
- ບໍ່ໃຫ້ໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງຮ່ວມກັນ.

ສະນັ້ນ, ຈິ່ງມີຄວາມຈໍາເປັນໃຫ້ມີເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງທີ່ພຽງພໍ ມີໃຊ້ຕະຫຼອດເວລາ ພ້ອມທັງຝຶກອົບຮົມການນໍາໃຊ້ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງ ໃຫ້ພະນັກງານອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ຢ່າງທົ່ວເຖິງ ແລະ ທັນກັບສະພາບການ. ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກຄົນຕ້ອງຮູ້ວິທີ ແລະ ຫຼັກການໃສ່ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງໃຫ້ຖືກຕ້ອງ.

ຂໍ້ຄວນລະວັງ

- ຫຼີກລ້ຽງການສຳພັດກັບດ້ານໜ້າຂອງຊຸດທີ່ປົນເປື້ອນໃນເວລາກຳຈັດ;
- ການຖອດແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ເກີບໂບກ ແລະ ອຸປະກອນອື່ນໆທີ່ສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້ຫຼາຍຄັ້ງຕ້ອງຖອດທັນທີແລ້ວນຳໄປແຊ່ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ; ສ່ວນອຸປະກອນທີ່ນຳໃຊ້ຄັ້ງດຽວຄວນຖິ້ມໄວ້ໃນຖົງ ແລ້ວນຳໄປຖິ້ມໃສ່ໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອສີເຫຼືອງທີ່ຖິ້ມອຸປະກອນການແພດເພື່ອນຳໄປກຳຈັດ;
- ການຖອດອຸປະກອນປ້ອງກັນ ແຕ່ລະຂັ້ນຕອນຕ້ອງຂ້າເຊື້ອມືທຸກຄັ້ງດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ເມື່ອຖອດອຸປະກອນທັງໝົດອອກແລ້ວຕ້ອງລ້າງມືດ້ວຍສະບູ, ໄລດ້ວຍນ້ຳສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອມື;
- ສຳລັບອຸປະກອນທີ່ສາມາດນຳໃຊ້ຄືນແມ່ນໃຫ້ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຄູລໍລີນທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,5%;
- ການປະສົມຢາຂ້າເຊື້ອຕ້ອງຢູ່ສະຖານທີ່ມີການລະບາຍອາກາດໄດ້ດີ;
- ລະມັດລະວັງ ແລະ ຫຼີກລ້ຽງການສຳພັດໂດຍກົງກັບນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ;
- ປະສົມຢາຂ້າເຊື້ອ ແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມອັດຕາສ່ວນຢູ່ໃນຄູ່ມືແນະນຳສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.

6.2 ຂັ້ນຕອນທີ 2 ການອະນາໄມ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອ:

- ຕ້ອງເປີດປະຕູ, ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອລະບາຍອາກາດ;
- ບໍ່ໃຫ້ມີຄົນຢູ່ໃນຫ້ອງທີ່ຈະເຮັດອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ;
- ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທຸກພື້ນທີ່ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອ ໂດຍການໃຊ້ແພຈຸບນ້ຳຢາທີ່ກຽມໄວ້ ຫຼື ສີດນ້ຳຢາໃສ່ບໍລິເວນທີ່ຈະອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ແລ້ວໃຊ້ຜ້າເຊັດຖູຄວນເລີ່ມຈາກ ບ່ອນທີ່ເປື້ອນໜ້ອຍໄປຫາບ່ອນເປື້ອນຫຼາຍ, ຈາກບ່ອນສູງ ຫາ ບ່ອນຕ່ຳ,ຈາກດ້ານໃນຫາດ້ານນອກ ເຊັ່ນ: ຊ່ອງລະບາຍອາກາດ, ເຄື່ອງປັບອາກາດ, ເຄື່ອງໃຊ້ພາຍໃນຫ້ອງ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ປຸ່ມກົດລິບ, ຫ້ອງນ້ຳ, ບ່ອນເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອ, ສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ອື່ນໆ...

6.3 ຂັ້ນຕອນທີ 3 ຫຼັງຈາກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອແລ້ວ

ຫຼັງຈາກສຳເລັດການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອແລ້ວໃຫ້ຜູ້ອະນາໄມ ຖອດເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງຢ່າງລະມັດ ລະວັງຕາມຂັ້ນຕອນດັ່ງລຸ່ມນີ້ :

1. ລ້າງມືດ້ວຍສະບູ, ໄລດ້ວຍນ້ຳສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອມື ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
2. ຖອດຖົງມືຍາວ ລ້າງມືດ້ວຍສະບູ ແລະ ນ້ຳສະອາດ ແລ້ວຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
3. ຖອດຜ້າກັນເປື້ອນອອກລ້າງມືດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
4. ປົດໝວກອອກໄປດ້ານຫຼັງ ລ້າງມືດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
5. ແກ້ເສື້ອຄຸມໂດຍການມ້ວນອອກ ລ້າງມືດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
6. ຖອດເກີບໂບກອອກແລ້ວລ້າງມືດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
7. ຖອດຖົງມືຢາງຊະນິດບາງ ແລ້ວລ້າງມືດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
8. ຖອດແວ່ນປ້ອງກັນຕາອອກ ລ້າງມືດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;
9. ຖອດຜ້າອັດປາກ-ດັງອອກ ແລ້ວລ້າງດ້ວຍເຫຼົ້າ70% ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ;

10. ລ້າງມືດ້ວຍສະບູ, ໄລດ້ວຍນ້ຳທີ່ສະອາດ, ເຊັດມືໃຫ້ແຫ້ງດ້ວຍຜ້າທີ່ສະອາດ ຫຼື ເຈ້ຍອະນາໄມ;
11. ອະນາໄມມືດ້ວຍເຈວຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີທາດເຫຼົ້າ 70%;
12. ອາບນ້ຳ ອະນາໄມຮ່າງກາຍປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງໃຫ້ສະອາດຢູ່ສະເໝີ.

ຫຼັງຈາກສຳເລັດການອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ ແລ້ວໃຫ້ມີການອະນາໄມຮ່າງກາຍດ້ວຍສະບູ, ນ້ຳສະອາດ. ສຳລັບອຸປະກອນ, ເສື້ອຜ້າຕ່າງໆ ແມ່ນໃຫ້ແຊ່ດ້ວຍຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີສ່ວນປະສົມຂອງສານ Chlorine 0.1% (1.000 mg/l) ຖ້າສະຖານທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ແລະ ມີການຕິດເຊື້ອ ແມ່ນແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,5 - 1% ປະໄວ້ 30 ນາທີ ແລ້ວຊັກ, ຕາກໃຫ້ແຫ້ງດີ.

ຜູ້ເຮັດອະນາໄມຄວນສັງເກດຕົນເອງ ຫາກມີອາການເຈັບປ່ວຍທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ເຊັ່ນ: ໄອ, ຈາມ, ມີນ້ຳມູກ, ມີໄຂ້ ຫຼື ອາການຫາຍໃຈຍາກ ໃຫ້ຕິດຕໍ່ໂທລະສັບສາຍດ່ວນ 165 - 166 ເພື່ອຂໍຄຳແນະນຳ.

ສິ່ງທີ່ຄວນເອົາໃຈໃສ່

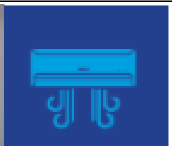
ການຂ້າເຊື້ອໃນແຕ່ລະສະຖານທີ່ຄວນຢູ່ພາຍໃຕ້ການຊີ້ນຳຂອງໜ່ວຍງານສາທາລະນະສຸກໃນແຕ່ລະທ້ອງຖິ່ນ, ດຳເນີນໂດຍໜ່ວຍງານທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຢ່າງທັນເວລາ. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທຸກຄັ້ງ ໃນສະຖານທີບໍລິການສາທາລະນະສຸກຄວນແມ່ນຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງພະນັກງານແພດ ແລະ ໜ່ວຍງານອະນາໄມ, ຕ້ອງມີການແນະນຳອົບຮົມດ້ານເຕັກນິກໃຫ້ແກ່ທີມງານຈາກໜ່ວຍງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນທ້ອງຖິ່ນກ່ອນ, ການເກັບຮັກສາຢາຂ້າເຊື້ອຕ້ອງເກັບໃຫ້ຖືກຕ້ອງຕາມຫຼັກການຂ້າງເທິງ.

ພາກທີ 4

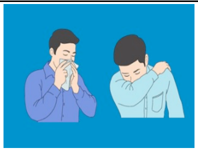
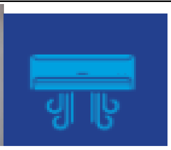
ມາດຕະການ ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ຕ່າງໆ

1. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ປິ່ນປົວຄົນເຈັບຕິດເຊື້ອໂຄວິດ - 19

	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອ ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ ຫ້ອງປິ່ນປົວ ແລະ ໃນຫ້ອງປິ່ນປົວ. • ທຸກກໍລະນີທີ່ເຂົ້າມາປິ່ນປົວຕ້ອງໝັ່ນລ້າງມືໃສ່ສະບູ ແລ້ວຂ້າເຊື້ອມືດ້ວຍເຈວທີ່ມີສ່ວນປະສົມຂອງເຫຼົ້າ70% ກ່ອນ ແລະ ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ຄົນເຈັບຕິດເຊື້ອທຸກກໍລະນີທີ່ກຳລັງນອນປິ່ນປົວ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ຂໍ້ພັບແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70%; • ໃຫ້ປ່ຽນຜ້າອັດປາກ-ດັງໃໝ່ທຸກໆ ຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງສອງຊັ້ນ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ: • ການຈັດວາງຕຽງນອນຄົນເຈັບແມ່ນໃຫ້ຫ່າງກັນ 1 - 2 ແມັດ;
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຫ້ອງປິ່ນປົວເປັນປະຈຳ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,5% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ, ມູມຫ້ອງ, ຕຽງນອນ, ອຸປະກອນການແພດຕ່າງໆ ຕ້ອງໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອເຊັດຖູ; - ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ໂທລະສັບ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ລູກບິດປະຕູ, ມືຈັບປະຕູ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ...

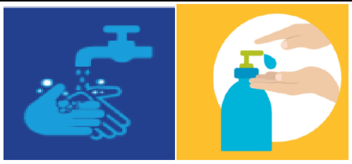
	• ຜ້າແພ ຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງປິ່ນປົວ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເປັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ລະບຸໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ ຫຼື ໃຫ້ແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,5% - 1%; • ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ; • ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່ ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໃສ່ຊຸດປ້ອງກັນຕົນເອງຄົບຊຸດ ຕະຫຼອດເວລາ ເຊັ່ນ: ຜ້າອັດປາກ-ດັງ N95, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມືບາງ, ຖົງມືໜາ, ໝວກ, ຖົງຊຸບຕີນ, ຜ້າຢາງກັນເປື້ອນ, ເກີບໂບກ ແລະ ອື່ນໆ
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປ່ອງຢ້ຽມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການຕິດຕາມອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍ (ເອົາເນື້ອໃນຂອງການຄຸ້ມຄອງກໍລະນີຈາກ ກປປ ມາໃສ່) • ຄົນເຈັບຕິດເຊື້ອ ທີ່ນອນປິ່ນປົວ ຕ້ອງແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍດ້ວຍຕົນເອງເປັນປະຈຳ; • ກໍລະນີມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດຕ້ອງລາຍງານແພດໝໍຜູ້ປະຈຳການຢ່າງຮີບດ່ວນ.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທີ່ມາບໍລິການກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ສຳລັບຜູ້ທີ່ຈະເດີນທາງ ໃຫ້ມີການວາງແຜນລ່ວງໜ້າ, ຊອກຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບສະພາບການລະບາດຂອງພະຍາດໂຄວິດ-19 ທີ່ມີການປ່ຽນແປງໃນແຕ່ລະວັນ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ຄົນເຈັບທີ່ປິ່ນປົວຫາຍດີແລ້ວ ແລະ ແພດໝໍຜູ້ທີ່ປິ່ນປົວຄົນເຈັບຕິດເຊື້ອຫຼັງຈາກສິ້ນສຸດພາລະກິດ ແລະ ມາດຕະການຕ່າງໆ ກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້, ແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,5% ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ; • ເຊັດຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວທຸກຢ່າງເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ 0,5%.

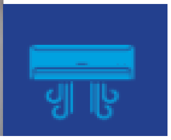
2. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຫ້ອງແຍກປ່ຽວຢູ່ສະຖານທີ່ບໍລິການສາທາລະນະສຸກ

	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ໃນຫ້ອງແຍກປ່ຽວ, • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນຫ້ອງແຍກປ່ຽວ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	**ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ** • ຄົນທີ່ເຂົ້າມາແຍກປ່ຽວຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ຂໍ້ພັບແຂນສອກ , ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້າສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວ ຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ໃຫ້ປ່ຽນຜ້າອັດປາກ-ດັງ ໃໝ່ທຸກໆ ຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ເພື່ອຫຼີກລ່ຽງຄວາມແອອັດ • ຕ້ອງຈັດສັນຄົນທີ່ເຂົ້າມາແຍກປ່ຽວຫ້ອງລະ 1 ຄົນ;
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຫ້ອງແຍກປ່ຽວເປັນປະຈຳ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາ ຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ຕ້ອງໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ເຊັດຖູທຸກພື້ນທີ່ຂອງຫ້ອງແຍກປ່ຽວ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ໂທລະສັບ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ຕຽງ, ລູກບິດປະຕູ, ມືຈັບປະຕູ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ. • ຜ້າ ແພ ຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບແລ້ວແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ(ໄຮເຕີ) ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ລະບຸໄວ້ໃນຂ້າງກ່ອງຂອງຜະລິດຕະພັນ;
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປ່ອງຢ້ຽມ, ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງປັບອາກາດ, ພັດລົມ ເປັນປະຈຳ.
	ການຕິດຕາມອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍ • ຜູ້ທີ່ແຍກປ່ຽວຕ້ອງແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍດ້ວຍຕົນເອງເປັນປະຈຳ; • ກໍລະນີມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດຕ້ອງລາຍງານແພດໝໍຜູ້ປະຈຳການຢ່າງຮີບດ່ວນ.

	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ຕ້ອງແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານແພດໝໍ ຕິດຕາມ ອາການຊີວິດຂອງຜູ້ແຍກປ່ຽວ; • ຜູ້ທີ່ຖືກແຍກປ່ຽວຕ້ອງຢູ່ໃນຫ້ອງຕະຫຼອດເວລາຈົນກ່ວາຈະຄົບກຳນົດເວລາ; • ຕ້ອງໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກ ການລະບາດພະຍາດ COVID-19ໃຫ້ແກ່ຜູ້ມາແຍກປ່ຽວ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວທຸກຢ່າງພາຍຫຼັງອອກຈາກຫ້ອງແຍກປ່ຽວເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

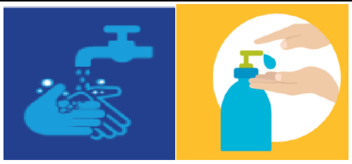
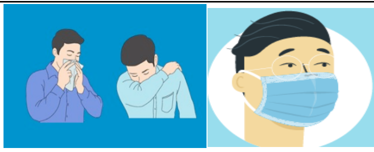
3. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ຈຳກັດບໍລິເວນ

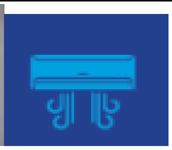
	**ການອະນາໄມມື** • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ບ່ອນລໍຖ້າ, ບ່ອນລົງທະບຽນ, ໜ້າຫ້ອງນອນ ແລະ ຫ້ອງນ້ຳ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສູນຈຳກັດບໍລິເວນ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ກ່ອນ - ຫຼັງ ປຸງແຕ່ງອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
 	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສູນຈຳກັດບໍລິເວນ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ(ກໍລະນີທີ່ໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງມາແລ້ວຕ້ອງປ່ຽນໃໝ່ທຸກຄັ້ງກ່ອນຈະເຂົ້າໄປໃນຫ້ອງພັກເຊົາ); • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ຂໍ້ພັບແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ກໍລະນີຜູ້ມາຈຳກັດບໍລິເວນມີຄວາມຈຳເປັນອອກຈາກຫ້ອງແມ່ນໃຫ້ໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງຕະຫຼອດເວລາ; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ຜູ້ທີ່ຖືກຈຳກັດບໍລິເວນເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈັດສັນ ຈຳນວນຜູ້ທີ່ຈະເຂົ້າມາຈຳກັດບໍລິເວນປະຈຳວັນ ຕາມຄວາມເໝາະສົມຂອງເນື້ອທີ່ຫ້ອງ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການແອອັດ; • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດຂຶ້ນໄປ ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ມາຈຳກັດບໍລິເວນ ຫຼື ບຸກຄົນຕໍ່ບຸກຄົນ.

 	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມທຸກພື້ນທີ່ ບໍລິເວນສູນຈໍາກັດບໍລິເວນ ເປັນປະຈໍາ: - ອະນາໄມດ້ວຍນໍ້າແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກໍານົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສໍາລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ ເຊັດຖູ; - ບໍ່ຄວນນໍາໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງ ສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສໍາຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ບ່ອນລໍຖ້າ, ບ່ອນລົງທະບຽນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ຕຽງນອນ, ຕູ້, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ໄລກອນປະຕູ, ບ່ອນປິດ-ເປີດໄຟ, ໂຕະ, ໂທລະສັບ, ກະແຈ/ແປ້ນກະແຈ, ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງພັກເຊົາ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນໍ້າຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນໍ້າເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນໍ້າສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສ ມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈໍາ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ຈໍາກັດບໍລິເວນທຸກຄົນ ເຊົ້າ- ແລງ ຈົນຄົບໄລຍະເວລາ 14 ວັນ ໂດຍນໍາໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນໍ້າມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.

	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈາວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ຜູ້ມາຈາກັດບໍລິເວນ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ສຳລັບຜູ້ທີ່ຈະເດີນທາງ ໃຫ້ມີການວາງແຜນລ່ວງໜ້າ, ຊອກຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບສະພາບການລະບາດຂອງພະຍາດໂຄວິດ-19 ທີ່ມີການປ່ຽນແປງໃນແຕ່ລະວັນ;
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກອອກຈາກສູນຈຳກັດບໍລິເວນເວລາກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

4. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ສະຖານທີ່ພັກເຊົາ ໂຮງແຮມ ແລະ ເຮືອນພັກ

	**ການອະນາໄມມື** • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນໍ້າສະອາດ, ສະບູ, ເຈັ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ບ່ອນຮັບຕ້ອນແຂກ, ບໍລິເວນລໍຖ້າ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບ, ຮ້ານອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນໍ້າ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງແຮມ ແລະ ເຮືອນພັກ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ກ່ອນ - ຫຼັງ ປຸງແຕ່ງອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ຫຼັງຈາກສໍາຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	**ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ** • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນໍ້າສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານໍາມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກໍານົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ລູກຄ້າເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢືນ, ນັ່ງຢູ່ ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈໍາກັດຈໍານວນລູກຄ້າທີ່ໃຊ້ສະຖານທີ່ອອກກໍາລັງກາຍ, ສະຖານທີ່ນວດ, ສະລອຍນໍ້າ ແລະ ອື່ນໆ... • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ: - ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າ - ຕ້ອງປິດການບໍລິການບາງປະເພດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຕົວຢ່າງ: ສະລອຍນໍ້າ, ສະຖານທີ່ນວດ ແລະ ສະຖານທີ່ອອກກໍາລັງກາຍ.

<table>
<tr>
<td>
 </td>
<td>
ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ
• ຕ້ອງອະນາໄມຫ້ອງທີ່ມີແຂກເຂົ້າພັກເຊົາ ທຸກວັນ:
- ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ;
- ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ;
- ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ
• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ບ່ອນຮັບຕ້ອນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ປຸ່ມກົດລິບ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ...
• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆໃນຫ້ອງນອນຂອງແຂກເຊັ່ນ: ໄລກອນປະຕູ, ບ່ອນປິດ-ເປີດໄຟ, ໂຕະ, ໂທລະສັບ, ກະແຈ/ແປ້ນກະແຈ ແລະ ອື່ນໆ....
• ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ;
• ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງນອນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,);
• ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ;
• ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້.
</td>
</tr>
<tr>
<td> </td>
<td>
ການລະບາຍອາກາດ
• ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ;
• ໃຊ້ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ),ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດ ພາຍໃນຖ່າຍເທ.
</td>
</tr>
<tr>
<td> </td>
<td>
ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ
• ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທຸກຄົນ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer);
• ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ;
• ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
</td>
</tr>
</table>

	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທີ່ມາບໍລິການກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ສຳລັບຜູ້ທີ່ຈະເດີນທາງ ໃຫ້ມີການວາງແຜນລ່ວງໜ້າ, ຊອກຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບສະພາບການລະບາດຂອງພະຍາດໂຄວິດ-19 ທີ່ມີການປ່ຽນແປງໃນແຕ່ລະວັນ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

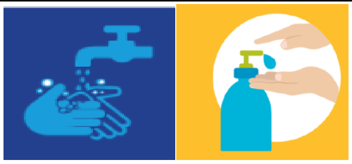
5. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຢູ່ຮ້ານອາຫານ, ພັດຕະຄານ, ສະຖານທີ່ທ່ອງທ່ຽວ ແລະ ສະຖານບັນເທີງ

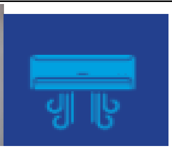
	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນໍ້າສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ບ່ອນຮັບຕ້ອນແຂກ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບ, ບ່ອນປຸງແຕ່ງອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນໍ້າ; • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງ ຮັບປະທານອາຫານ, ກ່ອນ - ຫຼັງ ປຸງແຕ່ງອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ຫຼັງຈາກສໍາຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ; • ສໍາລັບພະນັກງານປຸງແຕ່ງອາຫານ ຕ້ອງໃສ່ຖົງມື ແລະ ປ່ຽນໃໝ່ທຸກຄັ້ງໃນກໍລະນີດັ່ງນີ້: - ຖ້າເຫັນວ່າເປື້ອນ ຫຼື ຈີກຂາດ ໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທັນທີ; - ຖ້າຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນ ຕົວຢ່າງ: ຈັບບາຍເງິນ, ໂທລະສັບ.......ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນທັນທີ • ສໍາລັບພະນັກງານເສີບ ຫຼື ຜູ້ຊ່ວຍປຸງແຕ່ງອາຫານ ຕ້ອງໃສ່ຖົງມື ແລະ ປ່ຽນໃໝ່ທຸກຄັ້ງທີ່ເຫັນວ່າເປື້ອນ ຫຼື ມີການຈີກຂາດ.
	ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ-ຈາມ • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນໍ້າສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານໍາມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກໍານົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ລູກຄ້າເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ ຈຸດໃດ; • ການຈັດວາງໂຕະ, ຕັ່ງ ໃຫ້ເໝາະສົມກັບສະຖານທີ່ ແລະ ຮັກສາໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະການ • ໃຫ້ມີການຈໍາກັດຈໍານວນລູກຄ້າພ້ອມທັງຈັດວາງສິນຄ້າພາຍໃນຮ້ານ ໃຫ້ມີຄວາມເໝາະສົມເພື່ອຮັກສາໄລຍະຫ່າງ • ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງພະນັກງານຂາຍ ແລະ ລູກຄ້າ • ຫຼີກລ້ຽງການໄປສະຖານທີ່ຊຸມຊົນແອອັດ ຫຼື ເຂດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ • ຖ້າສະຖານທີ່ນັ້ນຢູ່ໃນເຂດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອຕ້ອງປິດການບໍລິການທັນທີ

	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ໃຫ້ມີຄວາມສະອາດຕະຫຼອດເວລາ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ; - ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ບ່ອນຮັບຕ້ອນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ປຸ່ມກົດລິບ, ກະຕ່າ-ລໍ້ຍູ້ເຄື່ອງ, ຊິງຊັ່ງ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ... • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງລະບາຍອາກາດເປັນປະຈຳເຊັ່ນ: ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ; • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ເພື່ອສະດວກໃນການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ; • ປະເພດຜ້າຕ່າງໆ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຫຼັກການອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ; • ອຸປະກອນ, ພາຊະນະ ທີ່ໃຊ້ໃນການປຸງແຕ່ງ ແລະ ບັນຈຸອາຫານ ພ້ອມທັງເຄື່ອງໃຊ້ອື່ນໆ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ ຕ້ອງລ້າງໃຫ້ສະອາດ, ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເປັນປະຈຳ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້.
	ສະພາບການລະບາຍອາກາດ • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ ແລະ ມີຈຸດແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນ

	ສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານ ສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777
 	ການປະຈຳການ ຂອງພະນັກງານ • ໃຫ້ມີມາດຕະການປ້ອງກັນ ແລະ ຮັກສາໄລຍະຫ່າງຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ ຫຼື ມີການສັບປ່ຽນ ພະນັກງານປະຈຳການເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມແອອັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການ ຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທີ່ມາບໍລິການກ່ຽວກັບມາດ ຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການ ສຳຜັດໂດຍກົງ.
ເຮືອນ	**ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຫຼັງກັບຮອດເຮືອນ** • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນໍ້າ ແຟັບ ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນໍ້າຮ້ອນໃຫ້ ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ.

6. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະຖານທີ່ ດ່ານສາກົນທາງບົກ, ດ່ານສະໜາມບິນສາກົນ ແລະ ພາຍໃນ

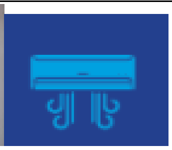
	**ການອະນາໄມມື** • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ບ່ອນແຈ້ງປີ້, ບ່ອນແຈ້ງຄົນເຂົ້າ-ອອກເມືອງ, ຫ້ອງລໍຖ້າ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບ, ຮ້ານອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນ້ຳ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນດ່ານ ຫຼື ສະໜາມບິນ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ກ່ອນ - ຫຼັງ ປຸງແຕ່ງອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
 	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃຊ້ບໍລິການຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທຸກຄັ້ງ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70%; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ຄົນເຂົ້າ-ອອກ ເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນຜູ້ໂດຍສານ ແລະ ບຸກຄົນ ທີ່ເຂົ້າ-ອອກດ່ານ ໃຫ້ເໝາະສົມ; • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ: - ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ມາບໍລິການ - ຕ້ອງປິດການບໍລິການບາງປະເພດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງເຊັ່ນ: ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍ, ຮ້ານອາຫານ, ທະນາຄານ, ບ່ອນແລກປ່ຽນເງິນຕາ ແລະ ອື່ນໆ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ.....
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກພື້ນທີ່ຂອງສະໜາມບິນ ເປັນປະຈຳ: - ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ເຊັດຖູ; • ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ

	• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ບ່ອນຂາຍປີ້, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ໂທລະສັບ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ໄລກອນ, ບ່ອນປິດ-ເປີດໄຟ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ , ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ (ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຫຼັກການ ອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ , ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່ ທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ໂດຍສານທຸກຄົນ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ຜູ້ໂດຍສານ ແລະ ບຸກຄົນເຂົ້າ-ອອກ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19;

	• ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ສຳລັບຜູ້ທີ່ຈະເດີນທາງ ໃຫ້ມີການວາງແຜນລ່ວງໜ້າ, ຊອກຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບສະພາບການລະບາດຂອງພະຍາດໂຄວິດ-19 ທີ່ມີການປ່ຽນແປງໃນແຕ່ລະວັນ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນຫຼຸດຜ່ອນ ຫຼື ຫຼີກລ່ຽງການນຳໃຊ້ເງິນສົດ ໂດຍໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

7. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານີຂົນສົ່ງ ໂດຍສານສາທາລະນະ

	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈັ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ຈຸດໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ໜ້າຫ້ອງຂາຍປີ້, ບ່ອນລໍຖ້າ, ຮ້ານອາຫານ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ປາກປະຕູຂຶ້ນລົດໂດຍສານ; • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານີ ຂົນສົ່ງໂດຍສານ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງເຊັ່ນ: ເກັບປີ້, ເກັບເງິນ........ • ພະນັກງານຂັບລົດໂດຍສານ ແລະ ຜູ້ຊ່ວຍ ຄວນມີເຈວລ້າງມືຕິດໂຕເພື່ອໃຊ້ລ້າງມືຫຼັງຈາກມີການໃກ້ຊິດກັບຜູ້ໂດຍສານ ຫຼື ມີການສຳຜັດກັບອຸປະກອນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ.
	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາບໍລິເວນສະຖານີຂົນສົ່ງ ໂດຍສານ ລວມທັງ ພະນັກງານຂັບລົດ ແລະ ຜູ້ຊ່ວຍ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ຫຼັງຈາກນັ້ນ ມັດປາກຖົງຢາງ ໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ຜູ້ໂດຍສານ ເຫັນວ່າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນ ພະນັກງານ ແລະ ຈຳນວນລົດໂດຍສານ ປະຈຳວັນ; • ຈຳກັດຈຳນວນຜູ້ໂດຍສານ ແຕ່ລະຖ້ຽວ, ຮັບບໍ່ໃຫ້ເກີນ 50% ຂອງຂີດຄວາມສາມາດໃນການບັນຈຸຜູ້ໂດຍສານຂອງລົດ; • ຖ້າເປັນໄປໄດ້ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງຜູ້ໂດຍສານ ແລະ ຄົນຂັບລົດ • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ: - ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງບຸກຄົນ ຕໍ່ບຸກຄົນ - ຕ້ອງປິດການບໍລິການບາງປະເພດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຕົວຢ່າງ: ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍ, ຫ້ອງອາຫານ, ຮ້ານແລກປ່ຽນເງິນຕາ ແລະ ອື່ນໆ.

	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມທຸກພື້ນທີ່ອາຄານໂດຍສານເປັນປະຈຳ: • ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; • ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ເຊັດຖູ; • ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ບ່ອນຂາຍປີ້, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ໂທລະສັບ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ໄລກອນ, ບ່ອນປິດ-ເປີດໄຟ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນບ່ອນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ ພະນັກງານ, ຜູ້ໂດຍສານ ແລະ ບຸກຄົນເຂົ້າ-ອອກ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ພະນັກງານອະນາໄມຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມຫຼັກການອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ແລະ ມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງໃນເວລາເຮັດວຽກ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ໃຊ້ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ),ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດ ພາຍໃນຖ່າຍເທ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທຸກຄົນ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນ

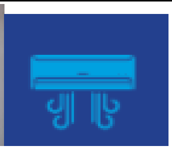
	ສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທີ່ມາບໍລິການກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ສຳລັບຜູ້ທີ່ຈະເດີນທາງ ໃຫ້ມີການວາງແຜນລ່ວງໜ້າ, ຊອກຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບສະພາບການລະບາດຂອງພະຍາດໂຄວິດ-19 ທີ່ມີການປ່ຽນແປງໃນແຕ່ລະວັນ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

8. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ໂຮງຮຽນ, ສະຖາບັນການສຶກສາ

	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນໍ້າສະອາດ, ສະບູ, ເຈັ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກໂຮງຮຽນ, ບໍລິເວນໜ້າຫ້ອງຮຽນ, ເດີ່ນໂຮງຮຽນ, ຫ້ອງສະໝຸດ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບ, ຮ້ານອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນໍ້າ; • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງຮຽນ ຫຼື ສະຖາບັນການສຶກສາ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ຫຼັງຈາກສໍາຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາບໍລິເວນໂຮງຮຽນ ຫຼື ສະຖາບັນການສຶກສາ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນໍ້າສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານໍາມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກໍານົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ນັກຮຽນ, ນັກສຶກສາ ເຫັນວ່າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈໍາກັດຈໍານວນນັກຮຽນ, ນັກສຶກສາ ແຕ່ລະຫ້ອງ ແລະ ຫ້ອງສະໝຸດ ໃຫ້ເໝາະສົມຮັກສາໄດ້ໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະຖານຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ຈັດຫ້ອງຮຽນ ແລະ ເວລາຮຽນໃຫ້ຮັບປະກັນການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດເຊັ່ນ: - ຈັດຕັ່ງນັ່ງໃຫ້ນັກຮຽນ, ສົ່ງເສີມໃຫ້ນັກຮຽນໃສ່ໜ້າກາກໃສທີ່ສາມາດເຮັດ ດ້ວຍຕົນເອງ; - ຍົກເລີກ ຫຼື ຫຼຸດຜ່ອນ ກິດຈະກໍາທີ່ຮວມໝູ່ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງເຊັ່ນ: ອອກກໍາລັງກາຍ, ສິລະປະວັນນະຄະດີ, ຫ້ອງສະໝຸດ; - ການພັກຜ່ອນ ຫຼື ກິນເຂົ້າສວາຍ ໃຫ້ພັກໃນໂມງທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ເພື່ອເປັນການຫຼີກລ້ຽງຄວາມແອອັດ.

ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

- ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກພື້ນທີ່ຂອງອາຄານຮຽນ, ຫ້ອງຮຽນ, ໂຕະຕັ່ງ, ຫ້ອງນໍ້າ, ຫ້ອງທົດລອງ, ຫ້ອງສະໝຸດ ກ່ອນຈະເຂົ້າຫ້ອງຮຽນ ທຸກວັນ:
  - ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກໍານົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ;
  - ສໍາລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ ເຊັດຖູ;
  - ບໍ່ຄວນນໍາໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ
- ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ຕົ້ມດ້ວຍນໍ້າຮ້ອນໃຫ້ຟົດເວລາ 20-30 ນາທີ, ເມື່ອໃຊ້ນໍ້າເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນໍ້າສະອາດ (ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,);
- ຖ້າມີການໃຊ້ປຶ້ມຄູ່ມື ຫຼື ອຸປະກອນຫ້ອງຮຽນຮ່ວມກັນ ໃຫ້ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອພາຍຫຼັງນໍາໃຊ້ແລ້ວ;
- ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຫຼັກການ ອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ;
- ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່ ທຸກຄັ້ງ;
- ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.



ການລະບາຍອາກາດ

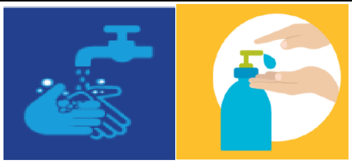
- ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ;
- ອະນາໄມເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈໍາ.

ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ

- ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍ ໂດຍນໍາໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer);
- ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ;
- ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນໍ້າມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.

	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ, ຈັດສັນເວລາຮຽນ ແລະ ເຄື່ອນໄຫວກິດຈະກຳຕ່າງໆໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ສະຖາບັນການສຶກສາ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ຄູ ອາຈານ, ນັກຮຽນ, ນັກສຶກສາ ແລະ ບຸກຄົນ ເຂົ້າ - ອອກ ສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີ ຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາ ກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນຫຼຸດຜ່ອນ ຫຼື ຫຼີກລ່ຽງການນຳໃຊ້ເງິນສົດ ໂດຍໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນໍ້າແຟັບ ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນໍ້າຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ກະເປົາ, ອຸປະກອນການສຶກສາ, ເຄື່ອງຫຼິ້ນຂອງເດັກ, ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ.

9. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ຮ້ານສັບພະສິນຄ້າ, ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍທົ່ວໄປ, ຮ້ານຂາຍຢາ



ການອະນາໄມມື

- ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນໍ້າສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ ຮ້ານສັບພະສິນຄ້າ, ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍທົ່ວໄປ, ຮ້ານຂາຍຢາ.
- ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ຫຼັງຈາກສໍາຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.

ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ

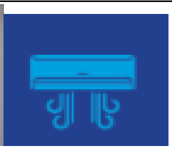
- ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາບໍລິເວນດັ່ງກ່າວ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ;
- ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນໍ້າສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ;
- ຖ້ານໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ;
- ກໍລະນີນໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານໍາມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ;
- ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.

ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ

- ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກໍານົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ;
- ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ ລູກຄ້າເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ ຈຸດໃດ;
- ການຈັດວາງສິນຄ້າຕ້ອງໃຫ້ເໝາະສົມກັບສະຖານທີ່ ແລະ ຮັກສາໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະການ;
- ຕ້ອງຈໍາກັດຈໍານວນລູກຄ້າ ໃຫ້ມີຄວາມເໝາະສົມເພື່ອຮັກສາໄລຍະຫ່າງ;
- ຕ້ອງໃຊ້ແຜ່ນຢາງໃສຂັ້ນລະຫວ່າງຜູ້ຂາຍ ແລະ ລູກຄ້າ;
- ຖ້າສະຖານທີ່ນັ້ນຢູ່ໃນເຂດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອຕ້ອງປິດການບໍລິການທັນທີ.

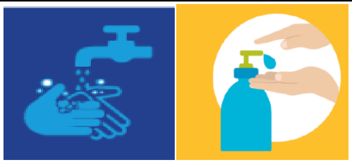
ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

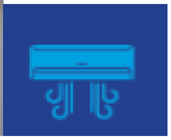
- ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທຸກພື້ນທີ່ເປັນປະຈໍາ:
  - ອະນາໄມດ້ວຍນໍ້າແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກໍານົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ;
  - ສໍາລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ;
  - ບໍ່ຄວນນໍາໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ;

	• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ມືຈັບປະຕູ, ລູກບິດປະຕູ, ລໍ້ຍູ້ເຄື່ອງ, ກະຕ່າໃສ່ເຄື່ອງ, ຖ້ານວາງສິນຄ້າ, ມືຈັບປະຕູຕູ້ເຢັນ, ຕູ້ແຊ່, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ລິບ, ປຸ່ມກົດຕ່າງໆ, ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນສະຖານທີ່ຕ່າງໆ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນໍ້າຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນໍ້າເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນໍ້າສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ຜູ້ເຮັດອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຫຼັກການ ອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ , ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່ທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃຊ້ບໍລິການ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນໍ້າມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ ບຸກຄົນເຂົ້າ-ອອກໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ໂປສເຕີຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19;

	• ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນໍ້າແຟັບ ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນໍ້າຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ.

10. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ຕະຫຼາດສົດ

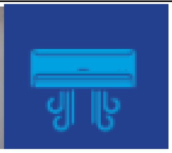
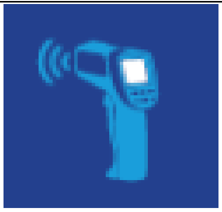
	**ການອະນາໄມມື** • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນຕະຫຼາດສົດ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
 	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາບໍລິເວນຕະຫຼາດສົດ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງຕະຫຼອດເວລາ • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ຕະຫຼາດສົດ ຕ້ອງມີການກຳນົດ ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກ ຈຸດທີ່ຊື້-ຂາຍ ສິນຄ້າ ໃສ່ແຕ່ລະພື້ນທີ່ໃຫ້ຊັດເຈນ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນຄົນເຂົ້າ-ອອກ ໃຫ້ເໝາະສົມ ເພື່ອຮັກສາໄດ້ໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະຖານຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ: - ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງບຸກຄົນ ຕໍ່ບຸກຄົນ - ຈັດສັນເວລາ ແລະ ລຳດັບ ຂອງລົດແຕ່ລະຄັນທີ່ເອົາສິນຄ້າມາວາງຂາຍ - ຖ້າເຂດພື້ນທີ່ດັ່ງກ່າວມີການຕິດເຊື້ອແມ່ນຕ້ອງໄດ້ປິດຊົ່ວຄາວ.
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກພື້ນທີ່ຂອງຕະຫຼາດສົດ ຫຼັງຈາກປິດຕະຫຼາດ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອເຊັດເພື່ອອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ບ່ອນວາງຂາຍສິນຄ້າ, ລໍ້ຍູ້ເຄື່ອງ, ບໍລິເວນຫ້ອງນ້ຳ, ບ່ອນຫ້ອນໂຮມຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ອື່ນໆ.

	• ສຳລັບຂີ້ເຫຍື້ອ ຫຼື ສິ່ງເສດເຫຼືອຕ່າງໆ ຕ້ອງໃສ່ຖົງຢາງມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວນຳໄປມ້ຽນຢູ່ບ່ອນທ້ອນໂຮມຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ພ້ອມທັງພົ່ນຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0.1% • ປະເພດຜ້າແພຕ່າງໆລວມທັງເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມຂອງຜູ້ຂາຍເຄື່ອງ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານຜູ້ເຮັດອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ປະຈຳຕະຫຼາດ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ຈັດສັນບ່ອນວາງຂາຍສິນຄ້າ ໃຫ້ມີອາກາດຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງທຸກຄົນທີ່ຈະເຂົ້າໃນຕະຫຼາດສົດ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ຕ້ອງກຳນົດ ທາງເຂົ້າ - ອອກ ຕະຫຼາດສົດ ໂດຍການໃສ່ແນວກັ້ນໃຫ້ເປັນລະບົບ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານຈັດສັນຕະຫຼາດໃນການເຮັດວຽກປະຈຳວັນ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ ຜູ້ຂາຍ ແລະ ຜູ້ຊື້ເຄື່ອງ ຫຼື ບຸກຄົນເຂົ້າ-ອອກ ຕະຫຼາດສົດ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19;

	• ຜູ້ຊື້ ແລະ ຜູ້ຂາຍເຄື່ອງ ຄວນໃສ່ຖົງມື ເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການສຳພັດໂດຍກົງ ແລະ ປ່ຽນໃໝ່ທຸກຄັ້ງ ທີ່ເຫັນວ່າຖົງມືມີການຈີກຂາດ ຫຼື ໃຊ້ງານດົນ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ. • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສິ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ;
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳ ແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ; • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ , ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

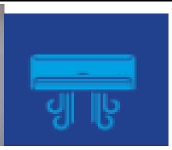
11. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ລົດ ຮັບ-ສົ່ງ ຜູ້ໂດຍສານທີ່ຈະໄປຈຳກັດບໍລິເວນ

	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ເຈວລ້າງມື, ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ຈຸດປະຕູທາງຂຶ້ນ-ລົງ ລົດ . • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນລົດ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ຂຶ້ນມາໃນລົດ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດການເດີນທາງ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1ແມັດ • ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ບ່ອນນັ່ງ ໃຫ້ຊັດເຈນເພື່ອໃຫ້ຜູ້ໂດຍສານ ເຫັນວ່າຄວນ ນັ່ງຢູ່ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນຜູ້ໂດຍສານ ບໍ່ໃຫ້ເກີນ 50% ຂອງຈຳນວນບ່ອນນັ່ງໃນລົດ; • ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງ ພະນັກງານຂັບລົດ ແລະ ຜູ້ໂດຍສານ.
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ໃນ ແລະ ນອກລົດ ທຸກຄັ້ງຫຼັງຈາກຮັບ-ສົ່ງ ຜູ້ໂດຍສານແລ້ວ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອໃນລົດໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງນີ້: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມລົດ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ເຊັດຖູ; - ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ບໍລິເວນດ້ານໃນລົດໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ປຸ່ມກົດ, ຣີໂມດ, ມືຈັບປະຕູ, ຍ່ອງ ຫຼື ຣາວຈັບ ແລະ ອື່ນໆ.... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດ ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນລົດ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ 20-30 ນາທີ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ ຫຼື ແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%;

	• ພະນັກງານອະນາໄມໃນລົດ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ຫຼັກການ ອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ແລະ ໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາ ເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີຜູ້ໂດຍສານຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມ ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປື້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ລົດເພື່ອໃຫ້ອາກາດຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ໃຫ້ສະອາດເປັນປະຈຳ.
	**ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ** • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງຜູ້ໂດຍສານທຸກຄົນ ກ່ອນຂຶ້ນ ແລະ ລົງລົດ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວຂຶ້ນລົດ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານຂັບລົດ ແລະ ພະນັກງານຕິດຕາມ (ເຈົ້າໜ້າທີ່) ຫຼັງຈາກຮັບ-ສົ່ງຜູ້ໂດຍສານແຕ່ລະຖ້ຽວ; • ພະນັກງານຂັບລົດ ແລະ ພະນັກງານຕິດຕາມ (ເຈົ້າໜ້າທີ່) ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງ ພ້ອມທັງການໃສ່ ແລະ ຖອດຊຸດປ້ອງກັນຕົນເອງ; • ພະນັກງານຂັບລົດ ແລະ ພະນັກງານຕິດຕາມ (ເຈົ້າໜ້າທີ່) ຕ້ອງໃສ່ຊຸດປ້ອງກັນຕົນເອງ (PPE) ໃນເວລາຮັບ-ສົ່ງ ຜູ້ໂດຍສານ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນຫຼຸດຜ່ອນ ຫຼື ຫຼີກລ່ຽງການນຳໃຊ້ເງິນສົດ ໂດຍໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

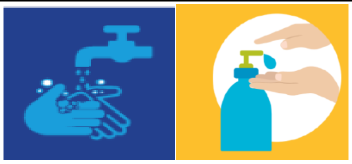
12. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ທະນາຄານ, ສະຖາບັນການເງິນຈຸລະພາກ ແລະ ຕູ້ ATM

	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ບໍລິເວນນັ່ງລໍຖ້າ, ໜ້າປ່ອງບໍລິການ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບ, ຫ້ອງນ້ຳ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ເຂົ້າ ແລະ ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງ ກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70%; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າ ເຫັນວ່າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າ ໃຫ້ເໝາະສົມ; • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງບຸກຄົນ ຕໍ່ບຸກຄົນ.
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກພື້ນທີ່ ເປັນປະຈຳ. - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ; - ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສາຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ບ່ອນຮັບຕ້ອນ, ປ່ອງບໍລິການ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ໂທລະສັບ, ປຸ່ມກົດບັດຄິວ, ປຸ່ມກົດລິບ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ;

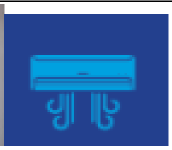
	• ຜ້າ ແພ ຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຫຼັກການ ອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມ ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທຸກຄົນ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າ ຫຼື ບຸກຄົນເຂົ້າ-ອອກ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີ ຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ສຳລັບຕູ້ ATM ແມ່ນໃຫ້ຕິດສື່ໂຄສະນາການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ແລະ ຫຼັງການນຳໃຊ້ຕູ້ ATM; • ໃຫ້ສະໜອງຖັງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດໂດຍບໍ່ໃຊ້ມືສຳຜັດ; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ;

	• ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

13. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສໍານັກງານ, ອົງການ

	**ການອະນາໄມມື** • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນໍ້າສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າ ທາງເຂົ້າ-ອອກ ອາຄານ, ບໍລິເວນລໍຖ້າ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບແຕ່ລະຊັ້ນ, ໜ້າຫ້ອງປະຊຸມ, ໜ້າຫ້ອງເຮັດວຽກ, ຮ້ານອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນໍ້າ; • ສໍາລັບສໍານັກງານທີ່ມີການສະແກນລາຍມື ຫຼື ປໍ້າບັດ ເພື່ອລົງທະບຽນ ແມ່ນໃຫ້ມີເຈວ ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຕັ້ງຢູ່ຈຸດດັ່ງກ່າວເພື່ອຂ້າເຊື້ອມືກ່ອນ ແລະ ຫຼັງຈາກສໍາຜັດ; • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນອາຄານ ສໍານັກງານ, ອົງການ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສາຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
 	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາບໍລິເວນອາຄານ ສໍານັກງານ ອົງການຕ່າງໆ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນໍ້າສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານໍາມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.

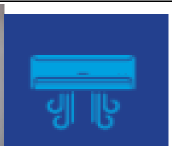
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1ແມັດ
	• ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການການົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ;
	• ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ທີ່ມາພົວພັນ ວຽກ ເຫັນວ່າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງ ຢູ່ຈຸດໃດ;
	• ໃຫ້ມີການຈາກັດຈານວນພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ມາພົວພັນວຽກ ໃຫ້ເໝາະສົມ ເພື່ອຮັກສາໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະຖານຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ;
	• ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ:
	  - ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງບຸກຄົນ ຕໍ່ບຸກຄົນ
	  - ຕ້ອງປິດການບໍລິການຊົ່ວຄາວຖ້າເປັນພື້ນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ

	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກພື້ນທີ່ຂອງສຳນັກງານ, ອົງການ ເປັນປະຈຳ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ; - ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ປັ້ມສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດ ເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ບ່ອນຮັບຕ້ອນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ໂທລະສັບ, ປຸ່ມກົດລິບ, ໄລກອນປະຕູ, ລູກບິດປະຕູ, ມືຈັບປະຕູ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າ ແພ ຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນຫ້ອງທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ແລະ ການປ້ອງກັນຕົນເອງໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່; • ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ , ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມ ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ມາພົວພັນວຽກ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.

	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ພະນັກງານ ແລະ ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາພົວພັນວຽກ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີ ຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

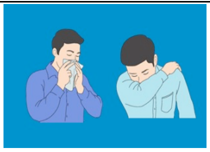
14. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະຖານທີ່ອອກກຳລັງກາຍ

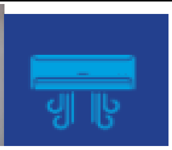
	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ບ່ອນລໍຖ້າ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບ, ຮ້ານອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນ້ຳ; • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ອອກກຳລັງກາຍ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງອອກກຳລັງກາຍ, ກ່ອນ-ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ອອກກຳລັງກາຍ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢູ່ ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນຄົນທີ່ໃຊ້ສະຖານທີ່ອອກກຳລັງກາຍ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມແອອັດ; • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ: - ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງ ພະນັກງານບໍລິການ, ບຸກຄົນ ຕໍ່ບຸກຄົນທີ່ມາອອກກຳລັງກາຍ; - ຕ້ອງປິດການບໍລິການຖ້າກໍລະນີເປັນເຂດພື້ນທີ່ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຫຼື ມີການຕິດເຊື້ອ.
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມທຸກພື້ນທີ່ຂອງສະຖານທີ່ອອກກຳລັງກາຍ ເປັນປະຈຳ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ, ມູມຫ້ອງ ແລະ ອຸປະກອນອອກກຳລັງກາຍທີ່ເປັນປະເພດເຫຼັກແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ເຊັດຖູ; - ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ

	• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ບ່ອນຮັບຕ້ອນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ປຸ່ມເປີດ-ປິດ ດອກໄຟ, ປຸ່ມກົດລິບ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ອຸປະກອນການອອກກຳລັງກາຍທຸກຊະນິດກ່ອນປ່ຽນໃຫ້ຄົນອື່ນນຳໃຊ້, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນສະຖານທີ່ອອກກຳລັງກາຍ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບ ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປື້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ຜູ້ມາອອກກຳລັງກາຍທຸກຄົນ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ຜູ້ມາອອກກຳລັງກາຍ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຈໍໂທລະພາບ, ໂປສເຕີຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19;

	• ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນຫຼຸດຜ່ອນ ຫຼື ຫຼີກລ່ຽງການນຳໃຊ້ເງິນສົດ ໂດຍໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

15. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນໂຮງງານ

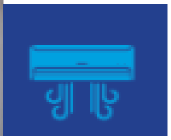
	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ, ບ່ອນຮັບຕ້ອນແຂກ, ບໍລິເວນລໍຖ້າ, ບໍລິເວນໃກ້ລິບ, ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກ, ຮ້ານອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນ້ຳ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງງານ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກບ່ອນເຮັດວຽກ, ກ່ອນ - ຫຼັງ ກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	**ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ** • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງງານຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ທຸກຄົນເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ ຈຸດໃດ; • ມີການສັບປ່ຽນຊົ່ວໂມງການເຮັດວຽກຂອງພະນັກງານ ໄລຍະເວລາກິນເຂົ້າສວາຍ, ໄລຍະເວລາພັກຜ່ອນ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມແອອັດ; • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງໄດ້ ຕ້ອງໃຫ້ມີແນວຂັ້ນລະຫວ່າງບຸກຄົນຕໍ່ບຸກຄົນ.
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມທຸກພື້ນທີ່ ທຸກຈຸດ ຂອງໂຮງງານເປັນປະຈຳ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ເຊັດຖູ; - ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງ ສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ອຸປະກອນ ແລະ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ອຸປະກອນ, ເຄື່ອງມື, ແນວຂັ້ນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ປຸ່ມກົດຕ່າງໆ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ...

	• ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຕ້ອງເຮັດອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ ຫຼັງຈາກມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນບ່ອນເຮັດວຽກ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານເຮັດອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອຕ້ອງໄດ້ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມ ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ພ້ອມທັງມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ໃຊ້ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ),ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດ ພາຍໃນຖ່າຍເທ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງງານ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງວັດແທກອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ແລະ ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ໜ່ວຍງານທີ່ຮັບຜິດຊອບພະນັກງານຕ້ອງຊອກຮູ້ ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ແລະ ມີຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ລ່າສຸດ ເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ພະນັກງານກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ;

	• ການສຳລະເງິນ ແມ່ນຫຼຸດຜ່ອນ ຫຼື ຫຼີກລ່ຽງການນຳໃຊ້ເງິນສົດ ໂດຍໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

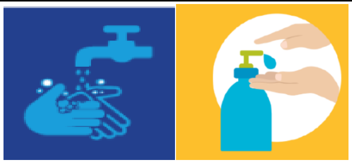
16. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ໂຮງຂ້າສັດ

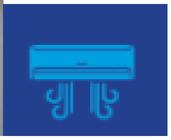
	ການອະນາໄມມື • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງຂ້າສັດ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນໂຮງຂ້າສັດ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ ແລະ ໃສ່ໜ້າກາກໃສ ເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່; • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70%; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໂຮງຂ້າສັດ ຕ້ອງມີການກຳນົດ ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກ ໃສ່ແຕ່ລະພື້ນທີ່ໃຫ້ຊັດເຈນ ເພື່ອໃຫ້ເຫັນວ່າຄວນນັ່ງ ຫຼື ຢືນຢູ່ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນຄົນເຂົ້າ-ອອກ ໃຫ້ເໝາະສົມ ເພື່ອຮັກສາໄດ້ໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະຖານຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ: - ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງບຸກຄົນ ຕໍ່ບຸກຄົນ - ຈັດສັນເວລາ ແລະ ລຳດັບ ຂອງການດຳເນີນແຕ່ລະກິດຈະກຳ - ຖ້າເຂດພື້ນທີ່ດັ່ງກ່າວມີການຕິດເຊື້ອແມ່ນຕ້ອງໄດ້ປິດຊົ່ວຄາວ.
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກພື້ນທີ່ຂອງໂຮງຂ້າສັດ ຫຼັງຈາກປິດບໍລິການປະຈຳວັນ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອເຊັດເພື່ອອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ;

	• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສໍາຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ອຸປະກອນຂ້າສັດ , ອຸປະກອນຄົວຊີ້ນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ບ່ອນວາງຊີ້ນ, ລໍ້ຍູ້, ບໍລິເວນຫ້ອງນ້ຳ, ບ່ອນທ້ອນໂຮມຂີ້ເຫຍື້ອ, ຮ່ອງລະບາຍນ້ຳເປື້ອນ ແລະ ອື່ນໆ. • ສໍາລັບຂີ້ເຫຍື້ອ ຫຼື ສິ່ງເສດເຫຼືອຕ່າງໆ ຕ້ອງໃສ່ຖົງຢາງມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວນໍາໄປມ້ຽນຢູ່ບ່ອນທ້ອນໂຮມຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ໄດ້ກໍານົດໄວ້ ພ້ອມທັງພົ່ນຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0.1% • ປະເພດຜ້າແພຕ່າງໆລວມທັງເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມຂອງຜູ້ຂ້າ ແລະ ຜູ້ຄົວສັດ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ພະນັກງານຜູ້ເຮັດອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ປະຈໍາໂຮງຂ້າສັດ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ຈັດສັນບ່ອນວາງຊີ້ນ ໃຫ້ມີອາກາດຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈໍາ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງທຸກຄົນທີ່ຈະເຂົ້າມາໂຮງຂ້າສັດ ໂດຍນໍາໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ຕ້ອງກໍານົດ ທາງເຂົ້າ - ອອກ ໂຮງຂ້າສັດ ໂດຍການໃສ່ແນວກັ້ນໃຫ້ເປັນລະບົບ • ສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກປະຈໍາວັນ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈໍາວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ ພະນັກງານ ແລະ ບຸກຄົນເຂົ້າ-ອອກ ໂຮງຂ້າສັດ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຕິດສື່ໂຄສະນາ ຕ່າງໆ ໄວ້ບ່ອນທີ່ເຫັນໄດ້

	ງ່າຍ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ພະນັກງານ ຂ້າສັດ ຕ້ອງໃສ່ຊຸດປ້ອງກັນເອງໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່ເຊັ່ນ: ເສື້ອຄຸມ, ໝວກ, ຖົງມື, ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແຜ່ນຢາງໃສບັງໜ້າ, ເກີບໂບກ (ຖ້າຖົງມືມີການຈີກຂາດ ແລະ ໃຊ້ງານດົນ ໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທັນທີ) • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການສຳຜັດໂດຍກົງ. • ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສົ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ;
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ; • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

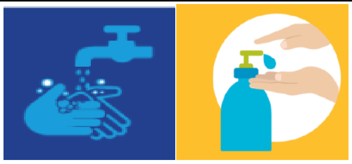
17. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ສະຖານທີ່ ປະຕິບັດທາງດ້ານ ສາດສະໜາ ແລະ ຮີດຄອງປະເພນີ

	**ການອະນາໄມມື** • ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ ວັດ, ຫໍແຈກ, ສາລາໂຮງທຳ, ສິມ, ກຸດຕິ, ໂບດ, ໂຮງອາຫານ ແລະ ຫ້ອງນ້ຳ. • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານດັ່ງກ່າວ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອ ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.
 	ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ • ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາບໍລິເວນດັ່ງກ່າວ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ • ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ຂໍ້ພັບແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວລ້າງມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ; • ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກ ຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ; • ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳ ສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ; • ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ແລ້ວມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.
	ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ • ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ; • ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ ພາຍໃນ ວັດ, ຫໍແຈກ, ສາລາໂຮງທຳ, ສິມ, ກຸດຕິ, ໂບດ, ໂຮງ ອາຫານ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ຄົນທີ່ເຂົ້າມາສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວເຫັນວ່າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ຈຸດໃດ; • ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນຄົນເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວໃຫ້ເໝາະສົມ ເພື່ອຮັກສາໄດ້ໄລຍະ ຫ່າງຕາມມາດຕະຖານຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ.
	ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ • ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ທຸກພື້ນທີ່ໃນ ວັດ, ໂບດ ເປັນປະຈຳ: - ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາ ຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ; - ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ; - ສຳລັບພາຍໃນອາຄານ ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງ ເພື່ອຫຼີກລ່ຽງ ການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ ແຕ່ສຳລັບເດີ່ນວັດ, ໂບດ ແມ່ນສາມາດນຳໃຊ້ ບັ້ງສີດ ເພື່ອພົ່ນຢາຂ້າເຊື້ອຕາມຫຼັກການ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆ ເຊັ່ນ: ອຸປະກອນທີ່ໃຊ້ ໃນການບູຊາ ຫຼື ທຳພິທີທາງສາສະໜາ, ຄ້ອນຕີຄ້ອງ, ບັ້ງສຽງຊີ, ຕູ້ບໍລິຈາກ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ປຸ່ມກົດ ບ່ອນປິດ-ເປີດໄຟ, ໂທລະສັບ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ລູກບິດປະຕູ, ມືຈັບປະຕູ, ໄລກອນ, ກະແຈ ແລະ ລູກກະແຈ, ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ...

	• ຫຸ້ມຫໍ່ ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າແພຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນວັດ, ໂບດ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນໍ້າຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນໍ້າເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນໍ້າສະອາດ (ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ຜູ້ເຮັດອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມຄວາມຮູ້ພື້ນຖານ ກ່ຽວກັບຫຼັກການອະນາໄມ, ຂ້າເຊື້ອ ແລະ ການປ້ອງກັນຕົນເອງ; • ຜູ້ເຮັດອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈໍາ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ, ພ້ອມດ້ວຍ ນັກບວດຢູ່ໃນວັດ, ໂບດ ໂດຍນໍາໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີຜູ້ຮັບຜິດຊອບ, ມີສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດ ຫຼື ນັກບວດ ທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນໍ້າມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ແຕ່ງຕັ້ງຜູ້ຮັບຜິດຊອບ ໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ຕິດສື່ໂຄສະນາ ຕ່າງໆໃສ່ບ່ອນທີ່ເຫັນໄດ້ງ່າຍ ຫຼື ຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ຈັດສັນເວລາ ແລະ ຈໍາກັດຈໍານວນຄົນ ໃນການເຮັດພິທີທາງສາສະໜາເຊັ່ນ: ສູດຮົດນໍ້າ, ສວດມົນ ແລະ ອື່ນໆ..... • ຖ້າມີການລະບາດຢູ່ໃນພື້ນທີ່ດັ່ງກ່າວ ແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຄໍາສັ່ງ, ແຈ້ງການ ຂອງຄະນະສະເພາະກິດແຕ່ລະໄລຍະ;

	• ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນໍາສິ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນໍາໄປແຊ່ດ້ວຍນໍ້າແຟັບ ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກໍານົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນໍ້າຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ; • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ຂັນໃສ່ບາດ, ກ່ອງຢາດນໍ້າ, ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ.

18. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ ຄ້າຍຄຸມຂັງ - ດັດສ້າງ



ການອະນາໄມມື

- ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນໍ້າສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ປະຕູທາງເຂົ້າ-ອອກ ແຕ່ລະຈຸດ ແລະ ໜ້າຫ້ອງກັກຂັງ.
- ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາພົວພັນປະສານງານໃນສະຖານທີ່ຄຸມຂັງ-ດັດສ້າງ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ຫຼັງຈາກສໍາຜັດຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.

ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ

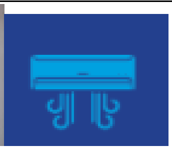
- ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນຄ້າຍຄຸມຂັງ - ດັດສ້າງ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ
- ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນໍ້າສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ;
- ຖ້ານໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ;
- ກໍລະນີນໍາໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານໍາມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນໍ້າສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີທຸກຄັ້ງ;
- ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ຖົງຢາງມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.

ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ

- ທຸກພື້ນທີ່ໃນຄ້າຍຄຸມຂັງ - ດັດສ້າງ ຕ້ອງມີການກໍານົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ;
- ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ ເພື່ອໃຫ້ເຈົ້າໜ້າທີ່, ຜູ້ທີ່ມາພົວພັນວຽກ, ຍາດພີ່ນ້ອງ ແລະ ນັກໂທດ ເຫັນວ່າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ຈຸດໃດ;
- ໃຫ້ມີການຈໍາກັດຈໍານວນຍາດພີ່ນ້ອງຂອງນັກໂທດທີ່ມາພົບ ເພື່ອຮັກສາໄດ້ໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະຖານຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ;
- ຖ້າບໍ່ສາມາດປະຕິບັດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງໄດ້ ຕ້ອງໃຊ້ແນວຂັ້ນລະຫວ່າງບຸກຄົນ ຕໍ່ບຸກຄົນ;
- ຖ້າມີກໍລະນີຕິດເຊື້ອຢູ່ໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແມ່ນບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ມີການພົບຍາດເດັດຂາດ.

ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

- ຕ້ອງອະນາໄມທຸກພື້ນທີ່ຂອງຄ້າຍຄຸມຂັງ ແລະ ຫ້ອງຂັງນັກໂທດ ເປັນປະຈໍາ:
  - ອະນາໄມດ້ວຍນໍ້າແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກໍານົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ;
  - ສໍາລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອ;
  - ບໍ່ຄວນນໍາໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ

	• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ບ່ອນຮັບຕ້ອນ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ໂທລະສັບ, ວິທະຍຸສື່ສານ, ເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ລູກບິດປະຕູ, ຮາວຈັບປະຕູ, ຮາວຂັ້ນໄດ, ຫ້ອງນໍ້າ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າແພຕ່າງໆ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນໍ້າຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນໍ້າເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນໍ້າຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນໍ້າສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ຜູ້ເຮັດອະນາໄມ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການແນະນຳຫຼັກການອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ພ້ອມທັງໃສ່ຊຸດປ່ອງກັນຕົນເອງເຊັ່ນ: ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດ ພາຍໃນຖ່າຍເທ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງທຸກຄົນເຂົ້າ - ອອກສະຖານທີ່ຄຸມຂັງ-ດັດສ້າງໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວເພື່ອຕິດຕາມອາການກ່ອນສົ່ງຕໍ່; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນໍ້າມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປແລ້ວໃຫ້ປະສານງານຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດສະກັດກັ້ນ ແລະ ຄວບຄຸມພະຍາດໂຄວິດ-19 ຂອງຄ້າຍຄຸມຂັງ.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນເຈົ້າໜ້າທີ່ປະຈຳການ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ ຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ເຈົ້າໜ້າທີ່, ຍາດພີ່ນ້ອງ ແລະ ຜູ້ຖືກຄຸມຂັງ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19; • ຕ້ອງແຍກຜູ້ຖືກຄຸມຂັງທີ່ເຂົ້າມາໃໝ່ ແລະ ເກົ່າ ຢ່າງໜ້ອຍ 14 ວັນ;

	• ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນໍາສິ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ;
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນໍາໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກໍານົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

19. ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ຢູ່ຮ້ານເສີມຄວາມງາມ, ຮ້ານຕັດຜົມ, ຮ້ານນວດ ແລະ ສະປາ

<table>
<tr><td> </td><td>

ການອະນາໄມມື

- ຕ້ອງຈັດໃຫ້ມີຈຸດລ້າງມື ແລະ ສະໜອງສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກເຊັ່ນ: ນ້ຳສະອາດ, ສະບູ, ເຈ້ຍເຊັດມື ແລະ ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ເພື່ອລ້າງມືຢູ່ບໍລິເວນ ໜ້າທາງເຂົ້າ-ອອກ ຮ້ານເສີມຄວາມງາມ, ຮ້ານຕັດຜົມ, ຮ້ານນວດ ແລະ ສະປາ.
- ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ຕ້ອງລ້າງມືໃສ່ສະບູ ຫຼື ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ກ່ອນ ເຂົ້າ - ອອກ, ກ່ອນ - ຫຼັງກິນອາຫານ, ຫຼັງຈາກໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ຫຼັງຈາກສຳຜັດ ຈັບບາຍວັດຖຸສິ່ງຂອງອື່ນໆ.

</td></tr>
<tr><td> </td><td>

ການໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາ ໄອ - ຈາມ

- ທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາບໍລິເວນດັ່ງກ່າວ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຕະຫຼອດເວລາ;
- ພະນັກງານບໍລິການຕ້ອງໃສ່ໜ້າກາກໃສ ເວລາປະຕິບັດໜ້າທີ່;
- ເວລາ ໄອ-ຈາມ ທຸກຄັ້ງ ຕ້ອງອັດປາກ-ດັງ ດ້ວຍເຈ້ຍອະນາໄມ (Tissue) ຫຼື ແຂນສອກ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ລ້າງມືດ້ວຍນ້ຳສະອາດໃສ່ສະບູ, ເຈວຂ້າເຊື້ອມື ຫຼື ເຫຼົ້າ 70% ຂຶ້ນໄປ;
- ຖ້ານຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແມ່ນໃຫ້ປ່ຽນໃໝ່ທຸກໆຄັ້ງ ເມື່ອເຫັນວ່າມີຄວາມປຽກຊຸ່ມ ແລະ ເປິເປື້ອນ;
- ກໍລະນີນຳໃຊ້ຜ້າອັດປາກ-ດັງ ຊະນິດ ຜ້າແພ ຖ້ານຳມາໃຊ້ຄືນ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດແລ້ວຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ, ລີດດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ມໃຫ້ຟົດໃຊ້ເວລາ 20 - 30 ນາທີ ທຸກຄັ້ງ;
- ຕ້ອງຖິ້ມຜ້າອັດປາກ-ດັງ ແລະ ເຈ້ຍອະນາໄມ ທີ່ໃຊ້ແລ້ວໃສ່ໃນຖົງຢາງ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ມີຝາປິດ.

</td></tr>
<tr><td></td><td>

ການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ 1 ແມັດ

- ທຸກສະຖານທີ່ ຕ້ອງມີການກຳນົດການຮັກສາໄລຍະຫ່າງ;
- ໝາຍສັນຍາລັກໃສ່ພື້ນທີ່ພາຍໃນ ແລະ ພາຍນອກ ໃຫ້ຊັດເຈນ, ໃຫ້ພະນັກງານບໍລິການ ແລະ ລູກຄ້າເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າຄວນຢືນ ຫຼື ນັ່ງຢູ່ ຈຸດໃດ;
- ການຈັດວາງອຸປະກອນເຊັ່ນ: ໂຕະ, ຕັ່ງນັ່ງລໍຖ້າ, ຕັ່ງນັ່ງຕັດຜົມ, ຕຽງສັນຍາກຳ, ຕຽງສະຜົມ, ເສື່ອສຳລັບນວດ ແລະ ອື່ນໆ ໃຫ້ເໝາະສົມກັບສະຖານທີ່ ແລະ ຮັກສາໄລຍະຫ່າງຕາມມາດຕະການ;
- ໃຫ້ມີການຈຳກັດຈຳນວນລູກຄ້າ ໃຫ້ມີຄວາມເໝາະສົມເພື່ອຮັກສາໄລຍະຫ່າງ;
- ຕ້ອງໃຊ້ແຜ່ນຢາງໃສຂັ້ນລະຫວ່າງພະນັກງານບໍລິການ, ຕຽງ, ເສື່ອ ແລະ ຕັ່ງ ຕ່າງໆ;
- ຖ້າສະຖານທີ່ນັ້ນຢູ່ໃນເຂດທີ່ມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອຕ້ອງປິດການບໍລິການທັນທີ.

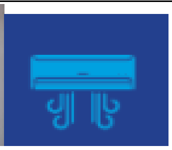
</td></tr>
<tr><td> </td><td>

ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ

- ຕ້ອງອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທຸກພື້ນທີ່ເປັນປະຈຳ:

\- ອະນາໄມດ້ວຍນ້ຳແຟັບ ແລະ ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1% ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ກຳນົດໄວ້ໃນຜະລິດຕະພັນ;
\- ສຳລັບພື້ນທີ່ຄັບແຄບ ຫຼື ມູມຫ້ອງ ໃຫ້ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ;
\- ບໍ່ຄວນນຳໃຊ້ບັ້ງສີດ ທີ່ມີຄວາມດັນສູງສີດໃສ່ພື້ນໂດຍກົງເພື່ອຫຼີກລ່ຽງການກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ;

</td></tr>
</table>

	• ອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ວັດຖຸ ສິ່ງຂອງ ຫຼື ບ່ອນທີ່ມີການສຳຜັດເລື້ອຍໆເຊັ່ນ: ອຸປະກອນສຳລັບບໍລິການລູກຄ້າ, ລໍ້ໃສ່ອຸປະກອນ, ຮາວຈັບປະຕູ, ໂຕະ, ຕັ່ງ, ປຸ່ມກົດຕ່າງໆ, ລູກບິດປະຕູ , , ຫ້ອງນ້ຳ ແລະ ອື່ນໆ... • ຫຸ້ມຫໍ່ຣີໂມດທຸກປະເພດເຊັ່ນ: ຣີໂມດໂທລະພາບ, ແອ...ດ້ວຍພຣາດສະຕິກ ທີ່ງ່າຍໃນການເຊັດຂ້າເຊື້ອ; • ຜ້າຕ່າງໆ ທີ່ໃຊ້ໃນສະຖານທີ່ຕ່າງໆ ຕ້ອງຊັກດ້ວຍແຟັບ ແລະ ນ້ຳຮ້ອນ 100 ອົງສາ ຂຶ້ນໄປ, ເມື່ອໃຊ້ນ້ຳເຢັນຊັກ ຕ້ອງໃຊ້ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ ທີ່ໄດ້ເຈືອຈາງກັບນ້ຳສະອາດ(ກໍລະນີອະນາໄມຂ້າເຊື້ອທົ່ວໄປ ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,05%, ກໍລະນີທີ່ສົງໃສວ່າຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19 ໃຫ້ໃຊ້ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%,); • ຜູ້ເຮັດອະນາໄມ - ຂ້າເຊື້ອ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຫຼັກການ ອະນາໄມ-ຂ້າເຊື້ອ; • ພະນັກງານອະນາໄມ ຕ້ອງໃສ່ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ແວ່ນປ້ອງກັນຕາ, ຖົງມື, ຜ້າກັນເປື້ອນ, ໝວກ, ເກີບໂບກ ໃນເວລາເຮັດອະນາໄມທຸກຄັ້ງ; • ຖ້າກໍລະນີສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ໂຄວິດ-19 ຢູ່ສະຖານທີ່ໃດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໃນພາກທີ 3 ຂອງປຶ້ມຄູ່ມືສະບັບນີ້ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.
	**ການລະບາຍອາກາດ** • ເປີດປະຕູ ແລະ ປ່ອງຢ້ຽມ ເພື່ອໃຫ້ອາກາດໃນຫ້ອງ ແລະ ອາຄານ ຖ່າຍເທໄດ້ດີ; • ອະນາໄມເຄື່ອງປັບອາກາດ (ແອ), ພັດລົມ ແລະ ເຄື່ອງດູດອາກາດ ເປັນປະຈຳ.
	ການກັ່ນກອງດ້ວຍການວັດແທກອຸນຫະພູມ • ຕ້ອງວັດແທກອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍຂອງພະນັກງານ ແລະ ລູກຄ້າທຸກຄົນທີ່ເຂົ້າມາໃຊ້ບໍລິການ ໂດຍນຳໃຊ້ເຄື່ອງກວດອຸນຫະພູມແບບອິນຟາເຣດ (infrared thermometer); • ໃຫ້ມີຈຸດກັ່ນກອງ, ມີພະນັກງານຮັບຜິດຊອບ, ມີຫ້ອງແຍກປ່ຽວຊົ່ວຄາວ; • ກໍລະນີພົບບຸກຄົນໃດທີ່ມີອຸນຫະພູມຮ່າງກາຍເກີນ 37.5 ອົງສາເຊ ແລະ ມີອາການ: ໄຂ້, ນ້ຳມູກຍ້ອຍ, ເຈັບຄໍ, ໄອ, ຈາມ, ດັງບໍ່ໄດ້ກິ່ນ, ລີ້ນບໍ່ໄດ້ລົດຊາດ, ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ກ່ຽວເຂົ້າໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ແລະ ຕ້ອງແຍກອອກຈາກກຸ່ມຄົນທົ່ວໄປ ແລ້ວໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາໜ່ວຍງານສະເພາະກິດ ໂທຫາສາຍດ່ວນ 165/166 ຫຼື ໂທ 020 54066777.
	ການວາງແຜນ, ຄຸ້ມຄອງ ແລະ ຕິດຕາມ ການປະຕິບັດມາດຕະການ • ມີການສັບປ່ຽນພະນັກງານໃນການເຮັດວຽກ ເພື່ອຮັບປະກັນມາດຕະການຮັກສາໄລຍະຫ່າງຢ່າງໜ້ອຍ 1 ແມັດ; • ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານຕິດຕາມໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ມາດຕະການ ກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການຕິດເຊື້ອພະຍາດໂຄວິດ-19; • ຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະຈຳວັນ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ ບຸກຄົນເຂົ້າ-ອອກໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວ ເຊັ່ນ: ຕິດຕັ້ງເຄື່ອງກະຈາຍສຽງ, ໂປສເຕີຕ່າງໆ ຫຼື ພະນັກງານຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງໂຄສະນາ - ສຸຂະສຶກສາກັບທີ່ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການລະບາດພະຍາດ COVID-19;

	• ມີການປະສານສົມທົບກັບເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໃນການນຳສິ່ງ ກໍລະນີສົງໃສ ໄປສະຖານທີ່ ແຍກປ່ຽວ ຫຼື ປິ່ນປົວ; • ການສຳລະເງິນ ແມ່ນໃຫ້ໃຊ້ວິທີການໂອນເງິນຜ່ານບັນຊີ ຫຼື ຈ່າຍດ້ວຍບັດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການ ສຳຜັດໂດຍກົງ.
	ການອະນາໄມຂ້າເຊື້ອຫຼັງຈາກກັບຮອດເຮືອນ • ເມື່ອທຸກຄົນກັບຮອດເຮືອນ ຕ້ອງລ້າງມືໃຫ້ສະອາດ, ປ່ຽນເຄື່ອງນຸ່ງ ແລະ ນຳໄປແຊ່ດ້ວຍນ້ຳ ແຟັບ ຫຼື ນ້ຳຢາຊັກຜ້າຂາວ (ໄຮເຕີ) ຕາມອັດຕາສ່ວນທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ ຫຼື ຕົ້ມດ້ວຍນ້ຳຮ້ອນໃຫ້ ຟົດ ເວລາ 20 - 30 ນາທີ • ຂ້າເຊື້ອ ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວຂອງທ່ານທຸກຄັ້ງທີ່ກັບຮອດເຮືອນເຊັ່ນ: ໂທລະສັບມືຖື, ກະແຈລົດ, ແວ່ນຕາ, ໂມງ, ແຫວນ ແລະ ອື່ນໆ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອ.

ພາກທີ 5

ການຄຸ້ມຄອງ - ກຳຈັດ ຂີ້ເຫຍື້ອ, ສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ນ້ຳເປື້ອນ ຕິດເຊື້ອ ໂຄວິດ-19

1. ປະເພດຂີ້ເຫຍື້ອອອກຈາກສະຖານທີ່ປິ່ນປົວຄົນເຈັບຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19

- ຊຸດປ້ອງກັນຕົນເອງ (PPE) ປະເພດທີ່ໃຊ້ຄັ້ງດຽວ ແລ້ວຖິ້ມເຊັ່ນ: ໝວກ, ຜ້າອັດປາກ-ດັງ, ຖົງມື, ເກີບ ແລະ ອຸປະກອນປິ່ນປົວຄົນເຈັບ ຫຼື ຜູ້ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ໃນການຕິດເຊື້ອ ປະເພດຢາງ ແລະ ອື່ນໆ ກ່ອນຈະຖິ້ມ ຕ້ອງແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອຄູໍລິນ (Chlorine) ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,5% ປະໄວ້ 30 ນາທີ ຫຼື ອົບຂ້າເຊື້ອດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ 100 ອົງສາເຊ ຂຶ້ນໄປ ເວລາ 30 ນາທີ ແລ້ວຈິ່ງນຳໄປກຳຈັດໃຫ້ຖືກຕ້ອງຕາມຫຼັກການອະນາໄມ;
- ເຄື່ອງປ້ອງກັນຕົນເອງ (PPE) ປະເພດທີ່ສາມາດນາໃຊ້ຄືນໃໝ່ ເຊັ່ນ: ແວ່ນຕາ, ໝວກ, ແພ, ຖົງມືຢາວຊະນິດໜາ, ເກີບໂບກ ແລະ ອຸປະກອນປິ່ນປົວຄົນເຈັບ ປະເພດສະແຕນເລດ ແລະ ອື່ນໆ ຕ້ອງໄດ້ມີການອົບຂ້າເຊື້ອ ໃນອຸນຫະພູມ 100 ອົງສາເຊ ຂຶ້ນໄປ ໃນເວລາ 30 ນາທີ ຫຼື ແຊ່ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຄູໍລິນ (Chlorine) ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 0,1%ໃນເວລາ 30 ນາທີ ຫຼັງຈາກນັ້ນຈິ່ງນຳມາຊັກດ້ວຍແຟັບ, ລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດ ແລະ ຕາກໃຫ້ແຫ້ງ;
- ວັດຖຸ, ອຸປະກອນ ການແພດ ທີ່ນຳໃຊ້ ໃນການປິ່ນປົວປະຈຳວັນ, ອຸປະກອນສຳລັບເກັບ ແລະ ສິ່ງຕົວຢ່າງ ຕ້ອງໄດ້ແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາ ຄູໍລິນ (Chlorine) 0,5% ໃນເວລາ 30 ນາທີ ກ່ອນນາໄປຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອ;
- ສິ່ງເສດເຫຼືອອອກຈາກຄົນເຈັບ ເຊັ່ນ: ຂີ້ກະເທີະ, ຂີ້ມູກ, ນ້ຳລາຍ, ຮາກ, ເລືອດ, ອາຈົມ, ນ້ຳປັດສະວະ ແລະ ເຍື່ອເມືອກຕ່າງໆ ຕ້ອງໃສ່ຖົງຢາງ2ຊັ້ນມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວພົ່ນຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນ້ຳຢາຄູໍລິນປະໄວ້ 30 ນາທີ ຈິ່ງນຳໄປຖິ້ມໃສ່ຖັງຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອ ທີ່ມີຝາປິດ;
- ນ້ຳເປື້ອນອອກຈາກສະຖານທີ່ປິ່ນປົວ ເປັນຕົ້ນ: ນ້ຳເປື້ອນຈາກຫ້ອງທົດລອງ, ຫ້ອງປິ່ນປົວຄົນເຈັບ, ຫ້ອງແຍກປ່ຽວ, ຫ້ອງຈຳກັດບໍລິເວນ, ຫ້ອງນ້ຳ, ຫ້ອງອາບນ້ຳ, ຫ້ອງສ່ອງໄຟຟ້າ ແລະ ຫ້ອງອື່ນໆ ຕ້ອງຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຄູໍລິນ (Chlorine) 0,5% ຕາມມາດຕະຖານການຄິດໄລ່ບໍລິມາດຂອງນ້ຳເປື້ອນ ແລ້ວຈິ່ງປ່ອຍລົງສູ່ລະບົບລະບາຍນ້ຳເປື້ອນ (ຄູໍລິນຕົກຄ້າງແມ່ນໃຫ້ອີງຕາມຂໍ້ຕົກລົງວ່າດ້ວຍມາດຕະຖານອະນາໄມສິ່ງແວດລ້ອມຢູ່ໃນສະຖານທີ່ບໍລິການສາທາລະນະສຸກ)

2. ປະເພດຂີ້ເຫຍື້ອອອກຈາກສະຖານທີ່ພັກເຊົາຂອງພະນັກງານແພດໝໍ, ບ່ອນແຍກປ່ຽວ ແລະ ບ່ອນຈຳກັດບໍລິເວນ

- ຊຸດປ້ອງກັນຕົນເອງຂອງພະນັກງານ ແພດໝໍ, ພະນັກງານອະນາໄມ, ບຸກຄົນທົ່ວໄປ ທີ່ມີການແຍກປ່ຽວ ໂດຍສະເພາະເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມ, ບ່ອນນອນ, ເຄື່ອງໃຊ້ປະຈຳວັນ ທຸກຊະນິດ ຕ້ອງແຊ່ດ້ວຍນ້ຳຢາ ຄູໍລິນ (Chlorine) 0,5% ປະໄວ້ 30 ນາທີ ຈິ່ງນາໄປຊັກ ແລະ ເຮັດຄວາມສະອາດ;
- ສິ່ງເສດເຫຼືອຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ຂີ້ກະເທີະ, ຂີ້ມູກ, ນ້ຳລາຍ, ຮາກ, ເລືອດ, ອາຈົມ, ນ້ຳປັດສະວະ ຕ້ອງມີການສີດພົ່ນຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາ ຄູໍລິນ (Chlorine) 0,5% ປະໄວ້ 30 ນາທີ ກ່ອນນາໄປຈູດທ້ອນໂຮມ ແລະ ບ່ອນກຳຈັດ;
- ນ້ຳເປື້ອນອອກຈາກສະຖານທີ່ພັກເຊົາ ຂອງພະນັກງານແພດໝໍ ບ່ອນແຍກປ່ຽວ ແລະ ບ່ອນຈຳກັດບໍລິເວນ ຕ້ອງໄດ້ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍນ້ຳຢາຄູໍລິນ (Chlorine) 0,1% ໃນເວລາ 30 ນາທີ ຕາມມາດຕະຖານການຄິດໄລ່ບໍລິມາດຂອງນ້ຳເປື້ອນ ແລ້ວຈິ່ງປ່ອຍລົງສູ່ລະບົບລະບາຍນ້ຳເປື້ອນ.

3. ພາຊະນະບັນຈຸຂີ້ເຫຍື້ອ:

ພາຊະນະບັນຈຸຂີ້ເຫຍື້ອຕ້ອງໃຫ້ພຽງພໍ, ມີຂະໜາດ ແລະ ລັກສະນະທີ່ເໝາະສົມ ກັບແຕ່ລະສະຖານທີ່. ຖົງຢາງຕ້ອງໃສ່ຊະນິດໜາ ທົນທານ, ບໍ່ມີການຮົ່ວຊຶມ ແລະ ຖັງບັນຈຸຂີ້ເຫຍື້ອຕ້ອງໜາ, ແຂງແຮງ, ທົນທານ, ບໍ່ມີການຮົ່ວຊຶມ ຕ້ອງເປັນປະເພດທີ່ບໍ່ໃຊ້ມືສໍາພັດໃນເວລາປິດ-ເປີດຖັງ.

4. ການຕິດສະຫຼາກໃສ່ພາຊະນະ

ພາຊະນະ ແລະ ຖົງບັນຈຸຂີ້ເຫຍື້ອຕ້ອງຕິດສະຫຼາກກໍາກັບໃສ່ດັ່ງນີ້:

ຂີ້ເຫຍື້ອອັນຕະລາຍ - ວັນທີເກັບ:..
ຊື່ຂອງສະຖານທີ່ບໍລິການ .... ຊື່ ແລະ ເບີໂທລະສັບຂອງຜູ້ຮັບຜິດຊອບ ....
ນໍ້າໜັກຂີ້ເຫຍື້ອ..ກິໂລ

5. ການແຍກຂີ້ເຫຍື້ອ

ຊຸດປ້ອງກັນໂຕເອງ, ຂີ້ເຫຍື່ອທາງການແພດ ລວມໄປເຖິງ ຂີ້ເຫຍື້ອ ຫຼື ສິ່ງເສດເຫຼືອຂອງຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອທັງໝົດຕ້ອງ ຖິ້ມລົງໃນຖົງຢາງສະເພາະ ທີ່ເປັນຖົງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອ 2 ຊັ້ນ, ມັດປາກຖົງໃຫ້ແຈບດີ, ຕິດສະຫຼາກໃສ່ຖົງວ່າເປັນຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອອັນຕະລາຍ ແລ້ວນໍາໄປບໍາບັດ ແລະ ທໍາລາຍ ຢູ່ໃນຂໍ້ທີ 8 ການກໍາຈັດຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ມອບໃຫ້ເທດສະບານກໍາຈັດຕໍ່ໄປ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເປີດຖົງຂີ້ເຫຍື້ອຄືນ ຖ້າປິດປາກຖົງແລ້ວ ເພື່ອຫຼີກເວັ້ນການສໍາຜັດກັບເຊືອພະຍາດ.

6. ວິທີການທ້ອນໂຮມ ແລະ ການເກັບມ້ຽນສິ່ງເສດເຫຼືອ, ຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອ

ຕ້ອງກໍານົດສະຖານທີ່ທ້ອນໂຮມຂີ້ເຫຍື້ອສະເພາະ ບໍ່ໃຫ້ປົນກັບຂີ້ເຫຍື້ອທົ່ວໄປເດັດຂາດ, ສໍາລັບຖັງຂີ້ເຫຍື້ອຢູ່ຈຸດທ້ອນໂຮມ ຕ້ອງມີລໍ້ຍູ້, ມີຝາປິດ ເພື່ອຮັບປະກັນບໍ່ໃຫ້ມີສັດມາເຂ່ຍ ແລະ ສະດວກ ໃນການເຄື່ອນຍ້າຍຂີ້ເຫຍື້ອແຕ່ລະຈຸດຕ້ອງໃຫ້ຕິດສະຫຼາກ ກໍາກັບວ່າຂີ້ເຫຍື້ອອັນຕະລາຍ ຖ້າແມ່ນຖົງຢາງຕ້ອງໃສ່ຂີ້ເຫຍື້ອບໍ່ໃຫ້ເກີນ 3/4 ຂອງຖົງ ແລະ ມັດປາກຖົງໃຫ້ແໜ້ນ ແລ້ວນາໄປກາຈັດ ພາຍໃນ 24 ຊົ່ວໂມງ.

7. ການຂົນສົ່ງ ແລະ ເຄື່ອນຍ້າຍຂີ້ເຫຍື້ອ

- ເພື່ອຮັບປະກັນບໍ່ໃຫ້ຂີ້ເຫຍື້ອຊະຊາຍ ຕ້ອງມີການກໍານົດເສັ້ນທາງຂົນສົ່ງລະຫວ່າງຕຶກຕ່າງໆ ໄປຫາບ່ອນເກັບມ້ຽນຂີ້ເຫຍື້ອລວມ ໂດຍການນໍາໃຊ້ລໍ້ຂົນສົ່ງຂີ້ເຫຍື້ອອັນຕະລາຍພຽງຢ່າງດຽວ ແລະ ສີດພົ່ນຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍນໍ້າຢາ (Chlorine) 0,5% ຕາມເສັ້ນທາງຂົນສົ່ງຂີ້ເຫຍື້ອ;

- ສໍາລັບການຂົນສົ່ງແຕ່ລະສະຖານທີ່ທ້ອນໂຮມ ເພື່ອກໍາຈັດ ແມ່ນຕ້ອງນໍາໃຊ້ລົດສໍາລັບຂົນສົ່ງຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອສະເພາະ, ພະນັກງານເກັບຂີ້ເຫຍື້ອ ແລະ ພະນັກງານຂັບລົດ ຕ້ອງໄດ້ຮັບການອົບຮົມສະເພາະ ກ່ຽວກັບມາດຕະການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ການຄຸ້ມຄອງສິ່ງເສດເຫຼືອ, ຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອ.

8. **ການກໍາຈັດຂີ້ເຫຍື້ອມີ 03 ວິທີ ດັ່ງນີ້:**
   - **ເຕົາອົບ**: ແມ່ນການບາບັດຂີ້ເຫຍື້ອດ້ວຍການນາໃຊ້ເຕົາອົບຄວາມຮ້ອນ (Autoclave) ເຊິ່ງລາຍລະອຽດຂອງການນໍາໃຊ້ແມ່ນ ຂຶ້ນກັບສະຫຼາກກໍາກັບໃນຜະລິດຕະພັນ;
   - **ເຕົາເຜົາ**: ຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອດັ່ງກ່າວຕ້ອງກາຈັດດ້ວຍການນາໃຊ້ເຕົາເຜົາໃນອຸຫະພູມສູງກ່ວາ 1,200 ອົງສາເຊ;
   - **ການຂ້າເຊື້ອດ້ວຍປູນຂາວ ຫຼື ສານເຄມີ**: ນໍາໄປກໍາຈັດຢູ່ໃນສະຖານທີ່ ທີ່ຖືກຕ້ອງຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ດ້ວຍການຂຸດຂຸມຝັງໃຫ້ເລິກ ຢ່າງໜ້ອຍ 2 ແມັດ, ໃສ່ປູນຂາວປູພື້ນ ເພື່ອຂ້າເຊື້ອ ຫຼື ຝຸ່ນຄູ່ລິນເພື່ອຂ້າເຊື້ອ ແລະ ຖົມດ້ວຍປູນຂາວ ແລ້ວຈິ່ງໃຊ້ດິນຖົມໃຫ້ໜາ 30 ຊັງຕີແມັດ.

ພາກທີ 6

ການມັດຽນຊາກສົບຜູ້ເສຍຊີວິດຈາກການຕິດເຊື້ອໂຄວິດ-19

1. **ການກຽມທີມງານ:**
   - ຕ້ອງມີເຈົ້າໜ້າທີ່ມັດຽນຊາກສົບຢ່າງໜ້ອຍ 2-3 ຄົນ ເພື່ອຍົກສົບເຂົ້າໃສ່ຖົງໃສ່ສົບຜູ້ເສຍຊີວິດ
   - ເຈົ້າໜ້າທີ່ຜູ້ທີ່ຈະມັດຽນຊາກສົບຜູ້ເສຍຊີວິດ ຍ້ອນໂຄວິດ-19 ຕ້ອງ ໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມຫຼັກການປ້ອງກັນຕົນເອງ, ຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ແລະ ສວມໃສ່ຊຸດປ້ອງກັນຕົນເອງ (PPE) ຄົບຊຸດ.

2. **ກະກຽມອຸປະກອນ:**
   - ຖົງຫໍ່ສົບ ທີ່ມີຊິບຮັດ
   - ໃຊ້ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອຄູ່ລິນ ທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 1% (ໃຊ້ສໍາລີ ຈຸບເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອອັດຕາມບາດແຜ ແລະ ຮູອະໄວຍະວະຕ່າງໆ ຂອງຜູ້ເສຍຊີວິດແລ້ວສີດດ້ວຍ ເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີ ຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ 1% ເພື່ອຂ້າເຊື້ອ ທົ່ວຮ່າງກາຍສົບ)
   - ຜ້າສໍາລັບຊັບນໍ້າຢາ
   - ສະຕິກເກີຕິດຖົງໃສ່ສົບ

3. **ການຫຸ້ມຫໍ່ສົບ**
   - ຫໍ່ສົບຜູ້ເສຍຊີວິດດ້ວຍຖົງຫໍ່ສົບ 3 ຊັ້ນ ໃຫ້ຊິບແຕ່ລະຖົງສະຫຼັບກັນ ແລ້ວວາງຖົງໄວ້ຢູ່ລໍ້ຍູ້, ຖ້າມັດຽນສົບແລ້ວ ຈະບໍ່ໃຫ້ໄຂຖົງສົບຄືນອີກເດັດຂາດ;
   - ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ລ້າງ ຫຼື ອະນາໄມສົບຜູ້ເສຍຊີວິດ ແລະ ບໍ່ໃຫ້ ພີ່ນ້ອງສໍາຜັດກັບສົບຜູ້ເສຍຊີວິດເດັດຂາດ;
   - ທຸກອຸປະກອນການແພດທີ່ໃຊ້ກັບສົບແມ່ນບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ເອົາອອກມາໃຊ້ຄືນ.

4. **ການເຄື່ອນຍ້າຍສົບ**

- ຕິດຕໍ່ຫາຜູ້ທີ່ຮັບຜິດຊອບສະເພາະ ເພື່ອມາເຄື່ອນຍ້າຍສົບອອກໄປເພື່ອຈັດການຊາປະນາກິດສົບ ຢູ່ສະຖານ ທີ່ ທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້;
- ບໍ່ອະນຸຍາດໃຫ້ ພີ່ນ້ອງ ຜູ້ເສຍຊີວິດ ເຄື່ອນຍ້າຍສົບອອກໄປ ຄືບຮັບຕາມປະເພນີ ແລະ ນຳໄປທຳພິທີຊາ ປະນາກິດສົບດ້ວຍຕົນເອງ;
- ພະນັກງານຂັບລົດ ແລະ ຜູ້ທີ່ເຄື່ອນຍ້າຍສົບຜູ້ເສຍຊີວິດ ຕ້ອງໃສ່ຊຸດ PPE ຄົບຊຸດ ແລະ ຕ້ອງໄດ້ ຜ່ານການຝຶກອົບຮົມເປັນຢ່າງດີສຳລັບການປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ວິທີການເຄື່ອນຍ້າຍຊາກສົບຜູ້ເສຍຊີວິດ;
- ຕ້ອງກຳນົດເສັ້ນທາງເຄື່ອນຍ້າຍຊາກສົບຜູ້ເສຍຊີວິດໄວ້ສະເພາະ;
- ທຸກສິ່ງທີ່ນຳໃຊ້ໃນການເຄື່ອນຍ້າຍສົບ ແລະ ອຸປະກອນຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ລົດສຳລັບເຄື່ອນຍ້າຍສົບ, ລໍ້ຍູ້ ຕ້ອງໄດ້ຂ້າເຊື້ອ ດ້ວຍເຫຼົ້າ 70% ຫຼື ປະຕິບັດຕາມຫຼັກການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້;

5. **ການເຜົາສົບ**

- ກຳນົດສະຖານທີ່ຊາປະນາກິດສົບ ໃຫ້ໄດ້ມາດຕະຖານ ແລະ ຈັດການ ເຜົາສົບທັນທີ ທີ່ມາຮອດສະຖານທີ່ເຜົາສົບ;
- ຖົງໃສ່ສົບ ແລະ ເຄື່ອງໃຊ້ຜູ້ເສຍຊີວິດ ຕ້ອງເຜົາໄປນຳສົບທັງໝົດ;
- ເຜົາສົບ ແລະ ເຄື່ອງໃຊ້ຂອງຜູ້ເສຍຊີວິດ ດ້ວຍເຕົາທີ່ມີຄວາມຮ້ອນສູງ 1.000 ອົງສາເຊ ຂຶ້ນໄປ.

6. **ການອະນາໄມ**

- ສຳລັບເຄື່ອງໃຊ້ຂອງຜູ້ເສຍຊີວິດເຊັ່ນ: ເຄື່ອງນຸ່ງ, ຜ້າເຊັດໂຕ, ຜ້າປູບ່ອນ, ສົບໝອນ, ຜ້າຫົ່ມ ແລະ ອື່ນໆ ແມ່ນໃຫ້ຖືເປັນຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອອັນຕະລາຍ ຕ້ອງໄດ້ຂ້າເຊື້ອດ້ວຍຢາຂ້າເຊື້ອທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນສູງ 0,5-1% ແລ້ວນຳໄປເຜົາພ້ອມກັບຊາກສົບຜູ້ເສຍຊີວິດ
- ສຳລັບເສດຂີ້ເທົ່າຈາກການເຜົາສົບ ແລະ ຂີ້ເຫຍື້ອຕິດເຊື້ອ ແມ່ນໃຫ້ຂຸດຂຸມເລິກ 50 ຊັງຕີແມັດ ແລ້ວໂຮຍດ້ວຍປູນຂາວກ່ອນ ຈຶ່ງນຳເອົາເສດຂີ້ເທົ່າຖອກລົງໃສ່ໃນຂຸມ ຫຼັງຈາກນັ້ນຈຶ່ງຖົມປາກຂຸມດ້ວຍດິນໃຫ້ໜາຈາກປາກຂຸມ 30 ຊມ ແລະ ໂຮຍປູນຂາວອ້ອມປາກຂຸມອີກຄັ້ງ;
- ການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ສຳລັບ ລົດຂົນສົ່ງຊາກສົບ, ອຸປະກອນ ແລະ ຊຸດປ້ອງກັນຕົນເອງຂອງຜູ້ສຳຜັດກັບຊາກສົບ ແມ່ນໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຄູ່ມືແນະນຳການອະນາໄມ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ COVID-19 ຢ່າງເຄັ່ງຄັດ.

ກົມອະນາໄມ ແລະ ສົ່ງເສີມສຸຂະພາບ

ດຣ. ພອນປະເສີດ ອຸນາພົມ

ເອກະສານອ້າງອີງ:

1. Decision on Health-Care Waste Management 1373/MOH, 23 Nov 2018
2. WHO_Coronavirus disease (COVID-19) technical guidance: Infection prevention and control / WASH, https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance
3. WHO Technical brief_Water, sanitation, hygiene and waste management for COVID-19, 3 March 2020, https://www.who.int/publications-detail/water-sanitation-hygiene-and-waste-management-for-covid-19
4. WHO_Home care for patients with suspected novel coronavirus (nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contacts, 4 February 2020, https://www.who.int/publications-detail/home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts
5. WHO_Coronavirus disease (COVID-19) technical guidance: Points of entry and mass gatherings, https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/points-of-entry-and-mass-gatherings
6. Rutala WA, Weber DJ, and Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee. Guideline for Disinfection and Sterilization in Healthcare Facilities (2008). Center for disease control and prevention (update May2019).https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/disinfection/
7. "UVLightandCoronavirus",https://www.uv-light.co.uk/coronavirus/.
8. ▶️ WHO,"ModesoftransmissionofviruscausingCOVID-19:implicationsforIPCprecautionrecommendations", https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19- implications-for-ipc-precaution-recommendations.
9. ▶️ WladyslawJ.KowalskiandThomasJWalsh,TechnicalReport.March2020."2020COVID-19Coronavirus Ultraviolet Susceptibility"
10. Infection and Prevention Control in Health Care setting , By Department of Health care and rehabilitation,MOH Lao 2020