

# KEV NYAB XEEB THIAB KEV | DAIM NTAWV SAIB XYUAS LUB CEV | COV NTSIAB LUS

## Cov Neeg Ua Zog Yuav Tsum Paub Txog Cov Kab Mob Khaub Thuas Sib Kis (Bird Flu)

Kab mob ua npaws sib kis, los hu ua kab mob khaub thuas sib kis, yog ib hom kab mob uas kis tau rau cov noog thiab ntau lwm yam tsiaj, muaj xws li nqaij qaib thiab nyuj. Kab mob khaub thuas sib kis kuj kis tau rau neeg tau. Kab mob khaub thuas sib kis tej zaum yog hom mob tsis txaus ntshai los sis mob txaus ntshai heev.

Cov neeg ua zog uas muaj kev sib chwv nrog cov noog muaj mob, tsiaj yug, cov mis nyuj muaj kab mob thiab/los yog cov khoom pov tseg ntawm lawv, muaj feem yuav kis tau tus kab mob khaub thuas sib kis.

### Cov kab mob khaub thuas sib kis tuaj yeem sib kis tau li cas?

Cov kab mob uas kis tau los ntawm cov tsiaj mus rau neeg yog hu ua cov kab mob kis los ntawm cov tsiaj mus rau neeg. Cov neeg ua zog tuaj yeem kis tau tus kab mob khaub thuas sib kis thaum lawv:

- Txau rau ntawm qhov muag, qhov ntswg, los sis qhov ncauj nrog cov kua mis xws li mis nyuj uas muaj kab mob, los sis qaub ncaug, hnoos qeev, thiab quav los ntawm cov noog thiab cov tsiaj.
- Ua pa hauv cov khoom me me uas muaj tus kab mob.
- Mus chwv qho chaw uas kis tus kab mob thiab tom qab ntawv los mus kov lawv lub qhov muag, qhov ntswg, los sis qhov ncauj.
- Cov neeg ua zog tsis muaj qhov yuav kis tau tus mob khaub thuas sib kis los ntawm lwm tus neeg.

Cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum xyuas kom muaj chaw ua hauj lwm nyab xeeb thiab noj qab nyob zoo rau lawv cov neeg ua hauj lwm. Thaum kuaj pom tus kab mob khaub thuas sib kis hauv cov tsiaj, tsiaj muaj tis, los sis hauv ib pab tsiaj, cov tswv ntiav yuav tsum muab thiab xyuas kom meej tias. Cov neeg ua hauj lwm sib chwv nrog cov tshuaj txhaum rau lub hnav lub tshuab ua pa, tsom iav los sis daim npog ntsej muag, hnab looj tes, thiab lwm yam khoom siv tiv thaiv tus kheej (PPE) rau txoj kev ua hauj lwm.



### Leej twg muaj kev phom sij?

- Cov neeg ua zog uas muaj kev sib cuag nrog noog, nyuj, los yog lwm yam tsiaj muaj mob muaj feem yuav kis tau tus kab mob khaub thuas sib kis.
- Qhov no muaj xws li cov neeg ua zog ntawm cov chaw kho tsiaj, noog thiab tsiaj yug, tsiaj txhu, nqaij qaib, los sis chaw ua liaj ua teb, tsev tua tsiaj, chaw soj nstuam uas kuaj tus kab mob no, thiab cov neeg muab kev saib xyuas thaum muaj kab mob khaub thuas sib kis hauv cov noog los sis lwm yam tsiaj.

### Cov tsos mob ntawm kab mob khaub thuas sib kis (Bird Flu) muaj li cas?

Cov tsos mob tuaj yeem muaj xws li ib yam los sis ntau yam raws li hauv qab no:

- Qhov muag liab los sis muaj kua nyeem ntwis los
- Ua npaws txog (100 °F los sis siab tshaj)
- Qaug zog
- Hnoos
- Mob thooj nqaij los sis mob lub cev
- Mob caj pas
- Xeev siab thiab ntuav
- Mob plab
- Muaj ntwis los sis kua ntswg
- Mob taub hau
- Ua pa luv los sis ua pa tsis taus
- Mob ntwis o

## Cov tswv ntiav yuav tsum tau ua dab tsi los tiv thaiv cov neeg ua zog?

Koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum tiv thaiv cov neeg ua zog los ntawm kev kis tus kab mob khaub thuas sib kis los ntawm kev tiv thaiv.

Muaj txoj cai Cal/OSHA uas quab yuam siv yog Kev Quab Yuam Siv Txoj Cai Txog Cov Kab Mob Sib Kis Ntawm Cov Tsiaj Los Mus Rau Tib Neeg, lub npe 8 **seem ntawm 5199.1**. Kab mob sib kis ntawm cov tsiaj los mus rau tib neeg txhais tau hais tias tus kab mob yog los ntawm cov tsiaj. Aerosol txhais tau hais tias tus kab mob kis tau los ntawm kev sib chww los yog los ntawm cov tee me me thiab muaj nyob saum huab cua. Cov tswv lag luam ntawm cov neeg ua zog uas ua hauj lwm nrog los sis nyob ib puag ncig cov noog thiab nyuj yuav tsum tau hais txog cov neeg ua zog chww raug mob khaub thuas sib kis tej zaum yuav tshwm sim tau los ntawm ntau yam kev tiv thaiv.

- **Kev ua huv:** Cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum ua kom cov chaw ua hauj lwm huv:
  - Cov plua tshauv cuam tshuam txog cov tsiaj tej zaum muaj kab mob sib kis (virus). Cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum ua kom qhov chaw ua hauj lwm huv si, thiab tsis txhob cia cov plua tshauv raug huab cua tshuab mus.
  - Cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum ua kom cov chaw ntxuav tes kom zoo thiab muaj xab npum thiab phuam so tes.
  - Cov tswv ntiav ua hauj lwm kuj muab chaw da dej thaum muaj kev phom sij kis mob tau.
  - Tsis txhob noj los sis haus hauv thaj chaw uas koj ua hauj lwm nrog tsiaj.
- **Kev ua hauj lwm muaj kev nyab xeeb:** Cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum tau sau cov txheej txheem kev nyab xeeb los tiv thaiv cov neeg ua zog los ntawm cov tsiaj muaj kab mob.
- **Kev tshawb nrhiav txog kev raug mob thiab kev muaj mob cuam tshuam txog ua hauj lwm:** Yog tias koj pib hnov cov tsos mob uas tuaj yeem ua mob khaub thuas, hais qhia rau koj tus tswv ntiav ua hauj lwm paub. Koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum xa koj mus kho mob thiab tshawb xyuas seb koj muaj mob li cas.
- **Kev cob qhia:** Koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum muab kev cob qhia rau koj txog kev phom sij hauv chaw ua hauj lwm. Lawv yuav tsum qhia koj txog txoj kev seb lawv tswj kev raug mob thiab txoj kev siv PPE muaj muab rau koj.
- **Cov khoom siv tiv thaiv tus kheej thiab khaub ncaws:** Nyob ntawm koj txoj hauj lwm ua, koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum muab cov PPE hauv qab no rau koj:

- Kev tiv thaiv qhov muag
- Kev tiv thaiv ua pa
- Cev qhaub ncaws hnav ua hauj lwm
- Daim ntaub thaiv
- Hnab looj tes
- Ntaub npog taub hau
- Khau looj npog

Yog tias koj qhov chaw ua hauj lwm nyob rau hauv qhov ua hauj lwm tsis pub tawm, kev txwv tsis pub txav mus los, los sis lwm yam kev tiv thaiv kab mob, koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum siv kev tiv thaiv ntxiv txawm tias tsis muaj tsiaj kis kab mob los xij.

- **Kev tiv thaiv ntxiv:** Yog tias muaj tsiaj muaj kab mob sib kis, koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum siv cov kev tiv thaiv nruj dua qub.
- **Kev txais tos kho mob:** Yog tias koj ua hauj lwm hauv thaj chaw tsis pub tawm, los sis nrog cov tsiaj muaj kab mob los sis tuag, tsiaj cov plaub (waste), los sis ib puag ncig ntawm cov tsiaj, koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum muaj tus kws kho mob muab tshuaj xyuas koj li niaj zaus.

## Koj Yuav Tiv Thaiv Koj Tus Kheej Li Cas?

- Hnav PPE, khaub ncaws tiv thaiv, tsom iav / daim npog ntsej muag, thiab lub tshuab ua pa uas koj tus tswv ntiav muab rau koj.
- Yog tias koj xav tias cov khoom siv tiv thaiv koj tus tswv ntiav muab tsis txaus, koj tuaj yeem tso cai nqa thiab rau ntaub npog qhov ncauj koj tus kheej li tuaj tau, yam tsawg kawg yog N95.
- Ua raws li tus tswv ntiav hauj lwm cov txheej txheem kev nyab xeeb sau tseg.
- Siv cov kev xyuum ua hauj lwm uas tsis ua rau muaj plua tshauv.
- Thaum ua hauj lwm nrog tsiaj, ntxuav koj txhais tes txua zaus thiab tsis txhob kov koj ob lub qhov muag, qhov ntswg, los sis qhov ncauj.
- Yog tias xav tau, kho koj qhov chaw ua hauj lwm kom muaj plua tshauv tsawg dua qub saum huab cua. Piv txwv li, cheeb tsam muaj dej ntub thaum ntxuav cov noog los yog lub nkuaj tsiaj.

## Koj Yuav Ua Li Cas Yog Koj Hnov Zoo Li Mob?

Tshaj tawm cov tsos mob khaub thuas sib kis rau koj tus thawj saib xyuas. Koj tus tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum xa koj mus rau tus kws kho mob, muab cov kev kuaj mob thiab kev kho mob uas xav tau, thiab tshawb xyuas seb koj muaj mob li cas. Cov tswv ntiav ua hauj lwm yuav tsum them tag nrho cov nqi kho mob rau cov neeg ua hauj lwm uas mob khaub thuas sib kis.

(txuas ntxiv mus rau nplooj ntawv tom ntej)

## Koj Muaj Cai!

Koj muaj cai yuav tau txais qhov chaw ua hauj lwm muaj kev nyab xeeb thiab noj qab nyob zoo, yam li tsis hais txog kev khiav mus nyob lwm qhov, thiab tuaj yeem ua ntawv tsis txaus siab txog kev nyab xeeb thiab kev nyab xeeb ntawm chaw ua hauj lwm nrog Cal/OSHA.

Rau cov lus nug txog kev ua hauj lwm los sis kev tsis txaus siab, hu mus rau Cal/OSHA ua lus Askiv los sis lus Mev ntawm 833-579-0927.

## Cov Nyiaj Muab Pab Rau Tus Neeg Ua Zog

Cov tswv lag luam yuav tsum muab cov nyiaj pab them nqi kho mob rau cov neeg ua zog rau cov neeg ua hauj lwm uas tau mob khaub thuas sib kis ntawm txoj hauj lwm.

Cov neeg ua hauj lwm chwv raug tsiaj nyob hauv txoj hauj lwm tuaj yeem ua pov thawj tias lawv muaj mob los ntawm kev ua hauj lwm, tsuas yog tias tsis yog lawv kis tau tus kab mob khaub thuas los ntawm kev ua hauj lwm.

Cov txiaj ntsig ntawm Cov Nyiaj Muab Pab Rau Tus Neeg Ua Zog:

- **Key Kho Mob** – tus tswv ntiav ua hauj lwm them cov kev kuaj thiab kev kho mob uas tsim nyog thiab tseem ceeb tag nrog
- **Cov txiaj ntsim kev ua noj tsis taus ib ntus** – tus tswv ntiav ua hauj lwm them ib feem ntawm cov nyiaj poob hauj lwm yog tias cov neeg ua hauj lwm tsis ua hauj lwm peb hnuv los sis ntau dua vim muaj mob.
- **Cov Txiaj Ntsim Uas Kev Ua Noj Mus Tsis Taus Tas Mus Li** – yog mob ua rau muaj kev puas tsuaj mus tas li.

## Them Nqi Kho Mob

Cov tswv ntiav yuav tsum muab hnuv so rau cov neeg ua hauj lwm uas yam li tau txais nyiaj so hauj lwm.

Cov tswv lag luam yuav tsum tso cai rau cov neeg ua hauj lwm siv sij hawm ntev txog 40 teev los sis 5 hnuv, nyob rau ntawv qhov twg ntau dua, ntawm cov nyiaj tau txais kev mob nkeeg nyob rau lub sij hawm 12 lub hlis.

Yuav kom tsim nyog, cov neeg ua hauj lwm yuav tsum muaj:

- Ua hauj lwm yam tsawg kawg 30 hnuv rau tus tswv ntiav ua hauj lwm ib yam ntawm hauv ib xyoos.

Ib tus neeg ua hauj lwm muaj cai siv qhov lawv tau khwv tau nyob rau hnuv 90 ntawm kev ua hauj lwm, txawm hais tias tus tswv ntiav tuaj yeem muab cai rau so hauj lwm yam li tseem tau nyiaj hli ua ntej los kuj xij.

## Cov peev txheej rau cov neeg ua zog

- Cal/OSHA
  - **Ua ntawv tsis txaus siab nrog Cal/OSHA**
  - **Kev Qhia Ua Ntawv Tsis Txaus Siab nrog Cal/OSHA**
  - **Txais Tos Pab Cal/OSHA**
  - **Ua Kev Nkag Siab Txog Koj Qhov Chaw Ua Hauj Lwm Kev Nyab Xeeb thiab Txoj Cai Kev Noj Qab Haus Huv**
  - **Kev Tiv Thaiv Kab Mob Sib Kis**
- CDC Kab Mob Sib Kis (mob khaub thuas)
  - **Kab Mob Khaub Thuas Sib Kis H5N1: Yuav ua li cas yog koj mob**
  - **Tiv Thaiv Koj Tus Kheej los ntawm H5N1 Thaum Ua Hauj Lwm Ntawm Tshav Tsiaj**
  - **Cov Ntaub Ntawv Rau Cov Ua Zog Uas Tau Txais Kab Mob Khaub Thuas Sib Kis H5N1**
- Qhov Chaw Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Ntawm California
  - **Tam Sim No Muaj Kab Mob Khaub Thuas Sib Kis Li Cas**
  - **Kev Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Zog Muaj Mob Khaub Thuas Sib Kis (Ua Lus As Kiv)**
  - **Kev Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Zog Muaj Kab Mob Khaub Thuas Sib Kis (Ua Lus Spanish)**
- Qhov Chaw Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Kev Tiv Thaiv Kev Ua Liaj Ua Teb Nyob Rau Sab Hnuv Poob ntawm UC Davis
  - **Kev Txwv Tsis Pub Chwv Cov Kab Mob Khaub Thuas Sib Kis Ntawm Cov Neeg Ua Zog Hauv Tshav Tshiaj**

Lub Kaum Ib Hlis 2024



**Cov ntaub ntawv no** mus saib tau hauv ntawm [www.dir.ca.gov/dosh/dosh\\_publications](http://www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications)  
Yog tias xav tau kev pab txog cov teeb meem no, cov tswv ntiav neeg ua hauj lwm tuaj yeem hu tau rau **Tos Txais Muab Kev Sib Tham Qhia Ntawm Cal/OSHA** rau ntawm  
1-800-963-9424 los sis [InfoCons@dir.ca.gov](mailto:InfoCons@dir.ca.gov)

[www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html](http://www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html)

© 2024 Qhov Chaw Ua Hauj Lwm Sib Tiv Toj Kev Ua Lag Luam Ntawm California

