



COVID-19 ԳՈՐԾԱՐԱՐ ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ՝ Կանանց և տղամարդկանց վարսավիրա-նոցներ

Յուլիտեմբերի 20, 2020թ.

Այս ուղեցույցը նախատեսված է նահանգի տարածքում բացվող բոլոր ոլորտների և գործունեության տեսակների համար: Այնուամենայնիվ, հնարավոր է, որ տեղական բուժաշխատողները կիրառեն ավելի խիստ կանոններ՝ պայմանավորված տեղական համաճարակաբանական իրավիճակով, ուստի գործատուները պետք է հաստատեն նաև նոր բացվող աշխատատեղերի համապատասխանությունը տեղական քաղաքականություններին:



ԱԿՆԱՐԿ

2020 թվականի մարտի 19-ին, Հանրային առողջապահության նահանգային տեսուչը և Կալիֆորնիայի Հանրային առողջապահության դեպարտամենտի տնօրենը հրաման են արձակել, որով պահանջվում է, որ կալիֆորնիացիների մեծ մասը մնա տանը՝ բնակչության շրջանում COVID-19-ի տարածումը խաթարելու նպատակով:

COVID-19-ի ազդեցությունը կալիֆորնիացիների առողջության վրա դեռևս լիովին հայտնի չէ: Նշված հիվանդությունը կարող է շատ թեթևից (որոշ մարդիկ ախտանիշ չունեն) վերածվել մահվան հանգեցնող ծանր հիվանդության: Որոշ խմբեր, ներառյալ 65 և ավելի բարձր տարիքի մարդիկ, և նրանք, ում մոտ առկա են բժշկական այնպիսի լուրջ խնդիրներ, ինչպիսիք են սրտի կամ թոքերի հիվանդությունը կամ շաքարախտը, հոսպիտալացման և լուրջ բարդացումների ավելի մեծ վտանգի տակ են: Հիվանդության փոխանցումն առավել հավանական է այն ժամանակ է, երբ մարդիկ գտնվում են վարակված անձի հետ սերտ շփման մեջ կամ վատ օդափոխվող տարածքում, նույնիսկ, եթե այդ մարդը չունի կամ դեռևս չի արտահայտել որևէ ախտանիշ:

Արդյունաբերության կամ մասնագիտական խմբերի կողմից՝ ներառյալ կրիտիկական ենթակառուցվածքների աշխատողների շրջանակը, COVID-19-ի քանակի և տեմպերի վերաբերյալ ճշգրիտ տեղեկություններ առայժմ հասանելի չեն: Մի շարք աշխատատեղերում բազմաթիվ բռնկումներ են եղել, ինչը ցույց է տալիս, որ աշխատողները COVID-19 վարակ ձեռք բերելու կամ փոխանցելու վտանգի տակ են: Այսպիսի աշխատատեղերի օրինակներից են հիվանդանոցները, երկարաժամկետ խնամքի հաստատությունները, բանտերը, սննդի արտադրությունը, պահեստները, մսի վերամշակման գործարանները, ռեստորանները և մթերային խանութները:

Քանի որ տանը մնալու որոշումները փոփոխված են, անհրաժեշտ է ձեռնարկել բոլոր հնարավոր քայլերը աշխատողների և հասարակության անվտանգության ապահովման ուղղությամբ:

Կանխարգելման հիմնական պրակտիկան ներառում է՝

- ✓ ֆիզիկական հեռավորություն առավելագույն հնարավոր չափով,
- ✓ աշխատողների (որտեղ շնչառական օրգանների պաշտպանություն չի պահանջվում) հաճախորդների/գնորդների կողմից դեմքի ծածկոցների կիրառում, և
- ✓ ձեռքերի հաճախակի լվացում և կանոնավոր մաքրում և ախտահանում,
- ✓ աշխատողների վերապատրաստում COVID-19 կանխարգելման պլանի այս և այլ տարրերի վերաբերյալ:

Բացի այդ, շատ կարևոր է աշխատավայրերում հիվանդության նոր դեպքերի հայտնաբերման ուղղությամբ համապատասխան գործընթացների իրականացումը և

դրանց հաստատման դեպքում, առողջապահական մարմինների հետ համատեղ, արագ միջամտությունը՝ վարակի տարածումը դադարեցնելու համար:

ՆՊԱՏԱԿ

Այս փաստաթուղթը կանանց և տղամարդկանց վարսավիրանոցների համար տրամադրում է ուղեցույց՝ աշխատողների և հաճախորդների համար անվտանգ, մաքուր միջավայր ապահովելու նպատակով: Կանանց և տղամարդկանց վարսավիրանոցները բաց են բոլոր մակարդակներում, և պետք է հետևեն տվյալ ուղեցույցին:

Կանանց կամ տղամարդկանց վարսավիրանոցների սեփականատերերը կամ պատասխանատուները պետք է ընդունեն, որ վարձակալները պետք է վերսկսեն գործունեությունը միայն այն ժամանակ, երբ պատրաստ և ի վիճակի լինեն իրականացնել անվտանգության անհրաժեշտ միջոցառումներ՝ իրենց և հաճախորդների անվտանգությունն ապահովելու համար: Վարչաշրջանի մակարդակի կարգավիճակի մասին վերջին տեղեկությունների համար՝ այցելե՛ք [Blueprint ավելի անվտանգ տնտեսության համար](#): Խնդրում ենք նկատի ունենալ, որ առողջապահության տեղամասային բաժանմունքները կարող են ունենալ ավելի խիստ չափանիշներ և աշխատավայրի վերացման տարբեր պահանջներ: Գտե՛ք [տեղեկատվությունը ձեր վարչաշրջանի վերաբերյալ](#):

Այս ուղեցույցը նախատեսված չէ չեղարկելու կամ ուժը կորցրած ճանաչելու աշխատողի օրենքով, կանոնակարգերով կամ համատեղ սահմանված որևէ իրավունք, և չի հանդիսանում սպառիչ, քանի որ այն չի ներառում առողջության վերաբերյալ վարչաշրջանի հրամաններ, չի հանդիսանում գոյություն ունեցող անվտանգության և առողջությանն առնչվող կարգավորող պահանջների փոխարինող, ինչպես օրինակ՝ Cal/OSHA-ն կամ Կալիֆորնիայի Վարսահարդարության և կոսմետոլոգիայի խորհրդը:¹ Շարունակել մնալ իրազեկ հանրային առողջության պահպանման ուղեցույցում և նահանգային/տեղական հրամաններում փոփոխությունների վերաբերյալ, քանի որ COVID-19-ի հետ կապված իրավիճակը շարունակվում է: Cal/OSHA-ն պարունակում է ավելի համալիր ուղեցույց իրենց [Cal/OSHA Ընդհանուր ուղենիշներում՝ աշխատողներին COVID-19-ից պահպանելու վերաբերյալ վեբ կայքում](#): Բիզնեսների և գործատուների համար նախատեսված իրենց [ուղեցույցում](#), CDC-ը լրացուցիչ պահանջներ է ներկայացնում:

Դեմքի ծածկոցների օգտագործման պահանջը

Յունիսի 18-ին, CDPH-ը հրապարակեց [Դեմքի ծածկոցների կիրառման վերաբերյալ ուղեցույց](#), որը լայնորեն պահանջում է դեմքի ծածկոցների օգտագործում ինչպես հասարակության անդամների, այնպես էլ աշխատողների համար՝ բոլոր հասարակական և աշխատանքային վայրերում, որտեղ առկա է ազդեցության բարձր ռիսկ: [Ուղեցույց](#)-ում կարող եք գտնել ամբողջական տեղեկատվությունը, ներառյալ բոլոր պահանջներն ու այս կանոններում արված բացառությունները:

[CDPH-ի ուղեցույցը Դեմքի ծածկոցների կիրառման վերաբերյալ](#) ենթակա է լրացուցիչ թարմացումների՝ հիմք ընդունելով COVID-19 վարակի փոխանցման ընթացիկ գիտական ըմբռնումը: Ցանկացած վերանայման վերաբերյալ տեղեկատվության համար խնդրում ենք այցելել CDPH կայքը:



Աշխատավայրին բնորոշ պլան

- Յուրաքանչյուր վայրում ստեղծել գրավոր, աշխատավայրին բնորոշ COVID-19-ի կանխարգելման պլան, իրականացնել բոլոր աշխատանքային ոլորտների և բոլոր աշխատանքային առաջադրանքների ռիսկերի համապարփակ գնահատում, և յուրաքանչյուր վայրում նշանակել անձ այս պլանն իրականացնելու համար:
- Ներառել [CDPH-ի դեմքի ծածկոցների վերաբերյալ ուղեցույցն](#) աշխատավայրին հատուկ պլանում և ընդգրկել բացառություններ գործարկելու քաղաքականություն:
- Պարզել տեղական առողջապահական վարչության կոնտակտային տվյալներ, որտեղ գտնվում է աշխատողների կամ հաճախորդների շրջանում COVID-19-ի բռնկումների վերաբերյալ տվյալների հաղորդակցման օբյեկտը:
- Վերապատրաստել և հաղորդակցել աշխատողների և աշխատողների ներկայացուցիչների հետ պլանի վերաբերյալ, և այն հասանելի դարձնել աշխատողներին և նրանց ներկայացուցիչներին:
- Պարբերաբար գնահատել հաստատության տարածքի համապատասխանությունը պլանին և փաստաթղթին, և շտկել հայտնաբերված թերությունները:
- Ուսումնասիրել COVID-19-ով պայմանավորված ցանկացած հիվանդություն, և որոշել, թե արդյոք աշխատանքին առնչվող գործոնները կարող էին նպաստել վարակման ռիսկին: Անհրաժեշտության դեպքում թարմացնել պլանը՝ հետագա դեպքերը կանխելու նպատակով:
- [CDPH ուղեցույցների](#) և առողջապահության տեղական բաժանմունքի հրամանների կամ կարգադրությունների համաձայն, իրականացնել անհրաժեշտ գործընթացներն ու ընթացակարգերը, երբ աշխատավայրում տեղի է ունենում բռնկում:
- Պարզել վարակակիր աշխատողի սերտ շփման շրջանակը (վեց ոտնաչափի հեռավորությամբ 15 կամ ավելի րոպեների ընթացքում) և ձեռնարկել քայլեր մեկուսացնելու COVID-19 դրական ախտորոշումով աշխատողին(ներին) և սերտ շփման շրջանակի անձանց:
- Գործատուները պարտավորվում են գրավոր ծանուցել բոլոր աշխատողներին, ինչպես նաև ենթակապալառու աշխատողների գործատուներին, որոնք կարող են ենթակա լինել COVID-19-ով վարակվելու ռիսկին, և աշխատավայրում հիվանդության օջախի բռնկումների մասին իրազեկել տեղական պոլիկլինիկային: [AB 685](#) Օրինագծի ներքո գործատուի պարտականությունների վերաբերյալ լրացուցիչ տեղեկություններ ստանալու համար (Գլուխ 84, 2020 կանոնակարգ) տե՛ս Cal/OSHA-ի կողմից [Ուժեղացված հարկադիր կատարման և գործատուի հաշվետվությունների ներկայացման պահանջներ](#) և CDPH [Գործատուի հարցերը AB 685 վերաբերյալ](#):
- Հետևել ստորև բերված ուղեցույցներին: Այս պահանջի չկատարումը կարող է հանգեցնել աշխատավայրում հիվանդությունների առաջացման, որոնք էլ կարող են հանգեցնել գործողությունների ժամանակավոր դադարեցման կամ սահմանափակման:



Թեմաներ աշխատողի վերապատրաստման համար

- Տեղեկատվություն [COVID-19](#)-ի տարածումը կանխելու վերաբերյալ, ինչպես նաև այն մարդկանց մասին, ովքեր ծանր հիվանդության կամ մահվան [ավելի բարձր ռիսկի](#) են ենթարկվում:
- Ինքնազննում տանը, ներառյալ մարմնի ջերմաստիճանի և/կամ ախտանիշների ստուգում՝ օգտագործելով [CDC ուղեւիշները](#):
- Աշխատանքի չգալու կարևորությունը՝
 - Եթե աշխատողն ունի COVID-19-ի ախտանիշներ, ինչպես [նկարագրված է CDC](#)-ի կողմից, օրինակ՝ ջերմություն կամ սարսուռ, հազ, հևոց կամ դժվար շնչառություն, հոգնածություն, մկանային կամ մարմնի ցավեր, գլխացավ, համի կամ հոտի կորուստ, կոկորդի ցավ, քթի փակվածություն կամ արտադրություն, սրտխառնոց, փսխում կամ լուծ, ԿԱՄ
 - Եթե աշխատողի մոտ աշխտորոշվել է COVID-19 և վերջինս դեռ դուրս չի եկել մեկուսացումից, ԿԱՄ
 - Եթե վերջին 14 օրվա ընթացքում աշխատողը շփում է ունեցել մեկի հետ, ում մոտ ախտորոշվել է COVID-19, և որը համարվում է պոտենցիալ վարակիչ (այսինքն՝ դեռ մեկուսացման մեջ է):
- Աշխատանքի վերադառնալուց հետո աշխատողը ստանում է COVID-19 ախտորոշումը, միայն [CDPH-ի կողմից մշակված աշխատանքի վերադառնալու կամ սովորելու վերաբերյալ COVID-19 ախտորոշումից հետո ուղեցույցի](#) պայմաններին համապատասխանելու դեպքում:
- Դիմել բժշկական օգնության, եթե նրանց ախտանիշները դառնում են ծանր, ներառյալ կայուն ցավ կամ ճնշման զգացում կրծքավանդակում, շփոթմունք կամ կապտավուն շրթունքներ կամ դեմք: Թարմացումները և հետագա մանրամասները հասանելի են [CDC կայքում](#):
- Օճառով և ջրով ձեռքի հաճախակի լվացման կարևորությունը, ներառյալ լվանալ օճառով 20 վարկյան (կամ առնվազն 60% էթանոլ (սախրնտրեյի) կամ 70% իզոպրոպանոլ (եթե ապրանքը պահվում առանց հսկողության երեխաների համար ոչ հասանելի տեղում) պարունակող ձեռքի ախտահանող միջոցի օգտագործումը, երբ աշխատողները չեն կարող հասնել լվացարան կամ ձեռքի լվացման վայր, ըստ [CDC ուղեւիշների](#)): Երբեք չօգտագործել [մեթանոլ](#) պարունակող ձեռքի ախտահանիչներ դրանց բարձր թունայնության պատճառով ինչպես երեխաների, այնպես էլ մեծահասակների համար:
- Ֆիզիկական հեռավորության պահպանման կարևորությունը, ինչպես աշխատանքային վայրում, այնպես էլ վայրից դուրս գտնվելու ժամանակ (տե՛ս ֆիզիկական հեռավորություն բաժինը ստորև):
- Դեմքի ծածկոցների պատշաճ օգտագործում, այդ թվում՝
 - Դեմքի ծածկոցները չեն հանդիսանում անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներ (personal protective equipment, PPE):

- Դեմքի ծածկոցները չեն փոխարինում ֆիզիկական հեռավորության և ձեռքերի հաճախակի լվացման անհրաժեշտությանը:
- Դեմքի ծածկոցները պետք է ծածկեն քիթն ու բերանը:
- Աշխատողները պետք է լվանան կամ ախտահանեն ձեռքերը դեմքի ծածկոցներն օգտագործելուց կամ կարգավորելուց հետո:
- Խուսափել աչքերին, քթին և բերանին դիպչելուց:
- Դեմքի ծածկոցները չպետք է լինեն համատեղ օգտագործման, և յուրաքանչյուր օգտագործումից հետո պետք է լվացվեն կամ հեռացվեն:
- [CDPH դեմքի ծածկոցների կիրառման վերաբերյալ ուղեցույցերի](#), մեջ պարունակվող տեղեկատվություն, որը սահմանում է հանգամանքները, որոնց դեպքում պետք է կրել դեմքի ծածկոցները, և բացառությունները, ինչպես նաև քաղաքականությունները, աշխատանքային կանոնակարգերը և գործելակերպերը, որոնք գործատունն ընդունել է՝ դեմքի ծածկոցների օգտագործումն ապահովելու նպատակով: Վերապատրաստման դասընթացը պետք է ներառի նաև գործատուի վարած քաղաքականությունը, թե ինչպես վարվել այն մարդկանց հետ, ովքեր ազատված են դեմքի ծածկոց կրելուց:
- COVID-19-ի կանխարգելման քաղաքականության մեջ պատշաճ կերպով պատրաստված անկախ կապալառուներին, ժամանակավոր կամ պայմանագրային աշխատողներին ապահովել անհրաժեշտ պարագաներով և անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներով: Այս պարտականությունները ժամանակից շուտ քննարկել ժամանակավոր և/կամ պայմանագրային աշխատողների հետ:
- Տեղեկատվություն վճարովի արձակուրդի նպաստների վերաբերյալ, որ աշխատողը կարող է իրավունակ լինել ստանալու, ինչը ֆինանսապես ավելի կիեշտացնի վերջինիս տանը մնալը: Տե՛ս լրացուցիչ տեղեկատվություն [Covid-19-ի համար հիվանդության արձակուրդի և աշխատողների փոխհատուցման աջակցման կառավարության](#) ծրագրերի վերաբերյալ, ներառյալ՝ [Ընտանիքների համար կորոնավիրուսի առաջին արձագանքման ակտի](#) շրջանակում աշխատողների հիվանդության արձակուրդի մասով իրավունքները:



Անհատական հսկողության միջոցառումներ և զևնում

- Ապահովել ջերմաստիճանի և/կամ ախտանիշի ստուգումներ բոլոր աշխատողների համար՝ նրանց հերթափոխի սկզբում, և բոլոր մատակարարիների, կապալառուների կամ այլ աշխատողների, որոնք մուտք են գործում հաստատություն: Որքան հնարավոր է խուսափել հպել ջերմաստիճանի/ախտանիշի ստուգման սարքը աշխատողներին:
- Եթե պահանջվում է ինքնազննում տանը, ինչը համապատասխան այլընտրանք է այն հաստատությունում ապահովելու համար, համոզվել, որ ստուգումն իրականացվել է նախքան աշխատողի տանից դուրս գալը՝ հերթափոխի համար, և որ նա հետևում է [CDC ուղեցուցիչներին](#), ինչպես նկարագրված է վերոնշյալ՝ «Թեմաներ աշխատողի վերապատրաստման համար» բաժնում:
- Այն աշխատողներին և հաճախորդներին, ովքեր հիվանդ են կամ COVID-19-ի ախտանիշներ ունեն՝ խրախուսել տանը մնալ:
- Կանանց և տղամարդկանց վարսավիրանոցների պատասխանատուները պետք է աշխատողներին տրամադրեն պաշտպանության բոլոր անհրաժեշտ միջոցները, այդ թվում, հարկ եղած դեպքում, աչքերի պաշտպանության միջոցներ, դեմքի պաշտպանիչ վահաններ և պաշտպանիչ ձեռնոցներ, և ապահովեն, որ նրանք օգտագործեն դրանք:
- Կանանց և տղամարդկանց վարսավիրանոցների պատասխանատուները պետք է հաշվի առնեն, թե մեկնագամյա գործածության ձեռնոցների օգտագործումը որտեղ կարող է օգտակար լինել՝ լրացնելու ձեռքերը հաճախ լվանալուն կամ ախտահանիչներ օգտագործելուն, օրինակ, այն աշխատողների դեպքում, ովքեր կատարում են ուրիշների ախտանիշների ստուգում կամ գործ են ունենում շատերի դիպած առարկաների հետ:
- Մեկնագամյա օգտագործման ձեռնոցները պետք է կրել այն ծառայությունները մատուցելիս, որոնց համար դրանք պահանջվում են (օրինակ, մազերի քիմիական մշակում): Ձեռնոցները պետք է կրել ձեռքերը պարբերաբար լվանալու հետ միասին. ձեռնոցներ կրելը չի փոխարինում ձեռքերը պարբերաբար լվանալուն:
- Աշխատողները պետք է մտածեն նաև ծառայությունների մատուցման ընթացքում ակնոց, պաշտպանիչ ակնոց կամ դեմքի պաշտպանիչ վահան կրելու մասին՝ բացի դիմակ կրելուց, մասնավորապես երես առ երես հանդիպումների ժամանակ:
- Պայմանավորվածությունները հաստատելուց առաջ կապվել հաճախորդների հետ նախքան նրանց այցը և հարցնել, թե նրանք կամ նրանց տնային տնտեսությունում ինչ-որ մեկն ի հայտ բերո՞ւմ է COVID-19-ի որևէ ախտանիշ: Եթե հաճախորդի պատասխանը դրական է, վերանշանակել պայմանավորվածությունը: Հաճախորդներին խնդրել այցի ընթացքում բերել և օգտագործել դիմակներ: Եթե տվյալ ծառայության համար նպատակահարմար է, մտածել՝ խնդրել հաճախորդներին, որ գան գեղեցկության սրահ թարմ լվացված մազերով՝ սպասարկման ժամանակը նվազագույնի հասցնելու համար: Հաճախորդներին պետք է խնդրել, որ իրենց հետ չբերեն երեխաներին կամ ուրիշ անձանց:

- Հյուրերին նախապես պետք է հիշեցնել իրենց հետ բերելու դեմքի ծածկոց, այլապես նրանց տարածք մուտք գործել չի թույլատրվի (բացառությամբ [CDPH-ի դեմքի ծածկոցների կիրառման ուղեցույցով](#) նախատեսված դեպքերի): Հարկավոր է մտածել դեմքի ծածկոցները հասանելի դարձնելու մասին այն հյուրերի համար, որոնք հնարավոր է գան առանց դիմակների:
- Հաճախորդները պետք է տեղ հասնելուն պես զննվեն: Պատրաստ լինել չեղարկելու կամ վերանշանակելու այն հաճախորդների պայմանավորվածությունները, ովքեր նշում են, որ ունեն հիվանդության նշաններ: Օպերատորներն իրավունք ունեն չեղյալ հայտարարել ամրագրումներն ախտահիշներ ունեցող հյուրերի համար կամ թույլ չտալ իրենց մուտքը:
- Հաճախորդների համար ցուցադրել մի շարք ուղեհիշներ, որոնք պետք է պայման հանդիսանան ներս մտնելու համար: Ուղեհիշները պետք է ներառեն հրահանգներ դիմակներ կրելու, ձեռքերի ախտահանիչ միջոցներ օգտագործելու, այլ հաճախորդներից ֆիզիկական հեռավորություն պահպանելու վերաբերյալ և պետք է հայտնեն առաջարկվող ծառայությունների մեջ կատարված փոփոխությունների մասին: Ուղեհիշները պետք է փակցվեն հստակ տեսանելի վայրերում, այդ թվում՝ մուտքերի մոտ, պետք է ներառեն պատկերներ և հասանելի դարձվեն թվային եղանակով (օրինակ, Է. փոստի միջոցով):



Օդափոխման, մաքրման և ախտահանման ընթացակարգեր

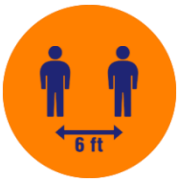
- Որտեղ է դա հնարավոր, բարձր արդյունավետությամբ աշխատող դյուրակիր օդամաքրիչներ տեղակայել, հնարավորինս արդիականացնել շինության բարձր արդյունավետությամբ օդափոխիչները և կատարել այլ փոփոխություններ՝ բոլոր աշխատանքային վայրերում կամ այլ փակ տարածքներում արտաքին օդի և օդափոխության քանակը մեծացնելու համար:
- Փակ տարածքների օդի որակի և օդափոխության ուղեցույցների թարմացված ցուցումների համար պարբերաբար հարկավոր է ստուգել [CDPH կայքը](#):
- Համաձայնեցնել գործընկերների, մյուս վարձակալների, տաղավար վարձողների և (կամ) աշխատողների հետ և մշակել մաքրման պլան յուրաքանչյուր հերթափոխի սկզբում և վերջում, և յուրաքանչյուր հաճախորդի սպասարկելուց հետո: Իրականացնել խիստ ծանրաբեռնված տարածքների մանրակրկիտ մաքրում, ինչպիսիք են ընդունարանները, և մուտքի և ելքի տարածքները, այդ թվում՝ աստիճանները, աստիճանավանդակները և բազրիքները:
- Հաճախակի ախտահանել ընդհանուր օգտագործվող մակերեսները, այդ թվում՝ վարկային քարտի տերմինալները, վաճառատեղանները, ընդունարանի տարածքի նստարանները, դռների բռնակները, լույսերի անջատիչները, հեռախոսները, զուգարանները և ձեռքերը լվացման հարմարությունները:
- Խրախուսել վարկային քարտերի և անհպում վճարային համակարգերի օգտագործումը: Եթե Էլեկտրոնային եղանակով կամ քարտով վճարումը հնարավոր չէ, հաճախորդները պետք է վճարելու համար բերեն ճշգրիտ կանխիկ գումարը կամ չեկ:

- Մտածել անհայում ծորակների, օճառի և թղթե սրբիչների դիսպենսերների անցնելու, ինչպես նաև ձեռքերի ախտահանիչի անհայում, ինքնաշխատ դիսպենսերներ ավելացնելու մասին: Հեռացնել ցանկացած ավելորդ իրեր, որոնց տեղը գուգարանը չէ, օրինակ մոմեր կամ կոսմետիկ պարագաներ, ինչպես նաև ապահովել, որ օճառի դիսպենսերները և թղթի սրբիչի դիսպենսերները պարբերաբար լցվեն:
- [Լեգիոնելլեզի](#) և ջրի հետ կապված այլ հիվանդությունների ռիսկը նվազագույնի հասցնելու համար, [քայլեր ձեռնարկել](#)՝ համոզվելու համար, որ ջրային բոլոր համակարգերը (օրինակ՝ խմելու ցայտաղբյուրները) անվտանգ են օգտագործման համար՝ հաստատության երկարատև դադարեցումից հետո:
- Ընդունարանի տարածքները և աշխատակայանները հագեցնել համապատասխան ախտահանիչ միջոցներով, այդ թվում՝ ձեռքերի ախտահանիչով և ախտահանիչ անձեռոցիկներով:
- Մանրակրկիտ կերպով մաքրել արտադրատեսակների ցուցադրման ցանկացած տարածքներ, այդ թվում՝ բոլոր դարակաշարերը և ցուցապահարանները: Հեռացնել և թափել «փորձելու» ցանկացած արտադրատեսակ և դադարեցնել այս գործելակերպը՝ աղտոտումը նվազեցնելու նպատակով: Տարածքում ավելացնել նշաններ, որպեսզի հաճախորդները տեղեկանան, որ դա ամեն օր մաքրվում և ախտահանվում է:
- Աշխատակայանները պետք է պարբերաբար և հաճախ մաքրվեն, այդ թվում՝ յուրաքանչյուր հաճախորդի սպասարկելուց հետո: Մանրակրկիտ մաքրել և ախտահանել կայանի վաճառատեղանները, շարժական սայլակները, դարակները, ձեռքի հայելիները, մազերի ինսամբի և այլ ապրանքատեսակները, բեռնարկղերը և յուրաքանչյուր հաճախորդի տրամադրել նոր խալաթ կամ թիկնոց:
- Մաքրել և ախտահանել մկրատները՝ հեռացնելով բոլոր տեսանելի մնացորդները, լվանալ օճառով ու ջրով և սրբել կամ ցողել Շրջակա միջավայրի պահպանության գործակալության (EPA) կողմից գրանցված ախտահանիչով, որն ունի մանրէասպան, սնկասպան և վիրուսասպան հատկություններ և հաստատված է COVID-19-ի համար:
- Մաքրել և ախտահանել բոլոր ոչ էլեկտրական գործիքները՝ հեռացնելով բոլոր տեսանելի մնացորդները, օճառով ու ջրով լվանալով գործիքները, ապա ամբողջովին ընկղմելով Շրջակա միջավայրի պահպանության գործակալության (EPA) կողմից գրանցված ախտահանիչի մեջ: Գործիքները պետք է ցողել հեղուկացիրով կամ ընկղմել ախտահանիչի մեջ և թողնել մասն այնքան ժամանակ, որքան պահանջում է ախտահանիչի արտադրողը: Ընկղմված առարկաները, ինչպիսիք են սանրերը կամ խոզանակները, պետք է հանել շփման ժամանակն ավարտվելուց հետո, լվանալ և չորացնել թղթի սրբիչով կամ մաքուր, թարմ լվացված սրբիչով:
- Մաքրել բոլոր էլեկտրական գործիքները, ինչպիսիք են խուզելու սարքերը՝ հեռացնելով բոլոր տեսանելի մնացորդները և ախտահանել Շրջակա միջավայրի պահպանության գործակալության (EPA) կողմից գրանցված ախտահանիչ հեղուկացիրով կամ անձեռոցիկով, որն ունի մանրէասպան, սնկասպան և վիրուսասպան հատկություններ և հաստատված է COVID-19-ի համար:

- Մաքրել և ախտահանել բոլոր բռնակները, փողոցները, հեղուկացիների խողովակածայրերը և այլ սարքավորումներ՝ հաճախորդի վրա օգտագործելուց առաջ և հետո: Աթոռները, գլխադիրները, շամպունի տարաները և այլ իրեր նույնպես պետք է մանրակրկիտ կերպով մաքրվեն և ախտահանվեն ամեն անգամ օգտագործելուց հետո:
- Նպատակահարմարության դեպքում մտածել թղթե ծածկոց, թերթ կամ մաքուր սրբիչ ավելացնելու մասին, որը հնարավոր կլինի հեշտությամբ թափել կամ մաքրել՝ յուրաքանչյուր հաճախորդից հետո:
- Միանգամյա օգտագործման բոլոր առարկաները, ինչպիսիք են մազահեռացման մոմի տարայի մեկանգամյա պաշտպանիչ օղակները, բամբակը, պարանոցին ամրացվող ժապավենը և քսելու փայտիկները, պետք է օգտագործվեն մեկ անգամ և անմիջապես դեն նետվեն: Երբեք չպետք է օգտագործվեն արտադրատեսակների, այդ թվում՝ դիմահարդարման միջոցների փորձանմուշները:
- Ամբողջ կեղտոտ սպիտակեղենը, այդ թվում՝ սրբիչները, խալաթները և վերաօգտագործվող թիկնոցները, պետք է տեղադրվի փակ տարայի մեջ և չպետք է նորից օգտագործվի, մինչև պատշաճ կերպով չլվացվի առևտրային լվացքի ծառայության, կամ այնպիսի լվացքի գործընթացի միջոցով, որը ներառում է ըստ Ֆարենհայթի առնվազն 160 աստիճանի ջրի մեջ առնվազն 25 րոպե ընկղմում: Ամբողջ մաքուր սպիտակեղենը պահել մաքուր, ծածկված տեղում: Ապահովել, որ այն աշխատողները, ովքեր գործ են ունենում կեղտոտ սպիտակեղենի կամ լվացքի հետ, կրեն ձեռնոցներ:
- Հնարավորության դեպքում, չմաքրել հատակներն ավելով կամ այլ մեթոդներով, որոնք կարող են ցրել պաթոգենները օդի մեջ, եթե այդ տարածքում գտնվողները չունեն համապատասխան անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներ: Հնարավորության դեպքում օգտագործե՞ք HEPA գոտիչով վակուում:
- Աշխատողներին հատկացնել ժամանակ իրենց հերթափոխի ընթացքում՝ մաքրում իրականացնելու համար: Մաքրման գործողությունները պետք է հանձնարարվեն աշխատանքային ժամերին, որպես աշխատողների աշխատանքային պարտականությունների մաս:
- Զիմիական ախտահանիչներ ընտրելիս, օգտագործեք COVID-19-ի դեմ օգտագործման համար հաստատված և [Շրջակա միջավայրի պահպանության գործակալության \(EPA\) կողմից հաստատված](#) ցանկում ներառված արտադրատեսակներ, և հետևեն արտադրատեսակի օգտագործման ցուցումներին: Օգտագործել ախտահանիչներ, պիտակավորված՝ որպես արդյունավետ միջոց ի դեմս առաջացող վիրուսային պաթոգենների, նոսր կենցաղային սպիտակեցնող լուծույթներ (5 ճաշի գդալ մեկ գալոն ջրի համար), կամ ալկոհոլային լուծույթներ առնվազն 70% ալկոհոլի պարունակությամբ, որոնք համապատասխան են տվյալ մակերեսին: Աշխատողներին տրամադրել դասընթացներ քիմիական վտանգների, արտադրողի ցուցումների, օդափոխության պահանջների, և Cal/OSHA պահանջների վերաբերյալ՝ անվտանգ օգտագործման նպատակով: Մաքրող կամ ախտահանող միջոցներ օգտագործող աշխատողները պետք է հագնեն ձեռնոցներ և այլ պաշտպանիչ սարքավորումներ, ինչպես դա պահանջվում է արտադրանքի ցուցումներով:

Հետամուտ լինել հանրային առողջապահության Կալիֆորնիայի դեպարտամենտի կողմից առաջարկվող մաքրման [անշնչարգել մեթոդներին](#) և ապահովել պատշաճ օդափոխությանը:

- Կանանց և տղամարդկանց վարսավիրանոցների աշխատողները պետք է հնարավորության սահմաններում խուսափեն հեռախոսները, պլանշետները, դյուրակիր համակարգիչները (նոութբուք), գրասեղանները, գրիչները, աշխատանքային այլ պարագաներ համատեղ օգտագործելուց: Երբեք համատեղ չօգտագործել անհատական պաշտպանիչ սարքավորումները:
- Բացի վերը նշված մաքրման և ախտահանման ընթացակարգերից, կանանց և տղամարդկանց վարսավիրանոցներ և կոսմետոլոգիայի այլ բիզնեսները պետք է հետևեն գործող [Կալիֆորնիայի Վարսահարդարության և կոսմետոլոգիայի խորհրդի կանոններին](#):



Ֆիզիկական հեռավորության պահպանման ուղեցույցներ

- **ԶԳՈՒՇԱՑՈՒՄ.** միայն ֆիզիկական հեռավորության պահպանումը ոչ բավարար է COVID-19-ի փոխանցման կանխարգելման համար:
- Իրականացնել միջոցառումներ՝ աշխատողների և հաճախորդների միջև առնվազն վեց ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորություն և ապահովելու համար, բացի մազ կտրելու և այլ՝ սերտ կոնտակտ պահանջող ծառայություններ մատուցելու ընթացքում: Սա կարող է ներառել ֆիզիկական միջնապատերի կամ տեսողական ցուցանակների օգտագործումը (օրինակ, հատակի գծանշանները, գունավոր ժապավենը կամ նշանները՝ աշխատողներին և/կամ հաճախորդներին ցույց տալու համար, թե որտեղ պետք է նրանք կանգնած լինեն):
- Ընդունարաններում կամ այլ տարածքներում, որտեղ ֆիզիկական հեռավորությունը հնարավոր չէ պահպանել, ձեռնարկել միջոցներ՝ նվազագույնի հասցնելու շփումը աշխատողների և հաճախորդների միջև, օրինակ, օգտագործել պլեքսի ապակույց կամ այլ կյուրթերից պատրաստված պատնեշներ:
- Այն աշխատողներին, ովքեր ինդրում են փոխել իրենց հերթապահությունը, մտածել այնպիսի տարբերակներ առաջարկելու մասին, որոնք նվազագույնի են հասցնում նրանց շփումը հաճախորդների և մյուս աշխատողների հետ (օրինակ՝ գույքագրման կառավարում կամ վարչական կարիքների կառավարում հեռավար աշխատանքի միջոցով):
- Պայմանավորվածությունները նշանակել տարբեր ժամերի՝ ընդունարանում խցանումները նվազեցնելու և բավարար ժամանակ ապահովելու հաճախորդների այցերի միջև՝ պատշաճ մաքրման և ախտահանման համար: Մտածել յուրաքանչյուր օր ավելի փոքր թվով հաճախորդների սպասարկելու կամ աշխատանքային ժամերը երկարացնելու մասին, որպեսզի հաճախորդների այցերի միջև ավելի շատ ժամանակ մնա: Կասեցնել առանց պայմանավորվածության սպասարկվելու հնարավորությունը:

- Հնարավորության դեպքում ներդնել գրանցման վիրտուալ տեխնոլոգիա՝ ապահովելու, որ աշխատողները տեղեկացվեն հաճախորդի գալու մասին: Խնդրել հաճախորդներին՝ սպասել դրսում կամ իրենց ավտոմեքենաների մեջ, այլ ոչ թե հավաքվել սրահում կամ վարսավիրանոցում: Համեմատաբար ընդարձակ տարածքներում սպասասրահներում պետք է միաժամանակ գտնվի միայն մեկ հաճախորդ, կամ անհրաժեշտ է ձևափոխել տարածքը՝ հնարավորություն ստեղծելու բավարար ֆիզիկական հեռավորության համար, այդ թվում՝ հեռացնելով աթոռներն ու բազմոցները:
- Հնարավորության դեպքում դռները պետք է բաց թողնվեն, եթե դրանք ինքնաբերաբար չեն բացվում և փակվում:
- Պահանջել աշխատողներից՝ խուսափել ձեռքսեղմումները, գրկախառնությունները և նմանատիպ ողջույնները կամ այլ պահվածք, որոնք խախտում են ֆիզիկական հեռավորությունը:
- Թույլ չտալ, որ աշխատողները հավաքվեն ծանր երթևեկ ունեցող վայրերում, օրինակ, զուգարաններում, միջանցքներում կամ վարկային քարտի տերմինալների մոտ:
- Համոզվեք, որ աշխատողները կարող են պահպանել ֆիզիկական հեռավորությունը հանգստի սենյակներում՝ օգտագործելով պատնեշներ, ավելացնելով հեռավորությունը աշխատողների սեղանների/աթոռների միջև և այլն: Հնարավորության դեպքում ստեղծել բացօթյա ընդմիջման տարածքներ՝ ստվերային ծածկոցներով և նստատեղերով, որոնք ապահովում են ֆիզիկական հեռավորությունը: Աշխատողներին հետ պահել ընդմիջումների ժամանակ հավաքվելուց և ապահովել, որպեսզի վերջիններս առանց երեսը ծածկելու չուտեն կամ չխմեն, պահպանելով միմյանցից վեց ոտնաչափ հեռավորություն:
- Ապահովել ֆիզիկական հեռավորությունը աշխատավայրում անցկացվող անձնակազմի ցանկացած ժողովի ժամանակ: Հնարավորության դեպքում աշխատողների հետ ժողովներն անցկացնել հեռախոսով կամ վեբինարի միջոցով:

Իտոցելի բնակչության համար անհրաժեշտ է հաշվի առնել լրացուցիչ պահանջներ: Կանանց և տղամարդկանց վարսավիրանոցները պետք է համապատասխանեն [Cal/OSHA](#) բոլոր չափորոշիչներին և պատրաստ լինեն հետևելու իրենց ուղեցույցին, ինչպես նաև [հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնների \(CDC\)](#) և [Հանրային առողջապահության Կայիֆոնիայի դեպարտամենտի \(CDPH\) ուղեցույցին](#): Բացի այդ, գործատուները պետք է պատրաստ լինեն փոփոխել իրենց գործողությունները, քանի որ այդ ուղեցույցները փոխվում են:

