Novel Coronavirus (COVID-19)

Mga Gabay ng Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County para sa mga Settings ng Hindi-Residensiyal na Paggamit ng Sangkap (Non-Residential Substance Use Settings)

Hinihiling ng Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County (Public Health) ang iyong tulong upang mapigil ang pagkalat ng novel (bago) coronavirus sa Los Angeles County. Sa buong mundo, patuloy na dumarami ang mga taong nahawaan ng virus na ito na nagiging sanhi ng "coronavirus disease 2019" (pinaikli sa COVID-19). Ayon sa World Health Organization, ang pagkalat sa buong mundo ng COVID-19 ngayon ay kwalipikado bilang isang pandemya. Kailangan nating magtulungan upang mapigil ang lokal na pagkalat ng impeksyon na ito.

Lubos naming inirerekumenda sa lahat ng non-residential substance use settings (outpatient, intensive outpatient, mga programa sa syringe exchange, atbp.) na suriin at i-update ang kanilang mga pang-emerhensiya na plano at isaalang-alang ang mga paraan upang magpatuloy ang mga mahahalagang serbisyo kung ang mga on-site na operasyon ay kailangan na pansamantalang mabawasan.

Ang gabay na ito ay nagbubuod sa aming kasalukuyang mga rekomendasyon upang makatulong na maiwasan ang pagkalat ng novel coronavirus. Bilang karagdagan, hinihikayat ka namin na bisitahin ang webpage ng DPH Novel Coronavirus para sa mga mapagkukunan kabilang ang Gabay para sa Negosyo at Mga Taga-empleyo, Mga Madalas Itanong na mga Tanong (FAQs) at mga infographics: http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/.

Pangkalahatang Impormasyon

Anong mga hakbang sa pag-iwas ang dapat gawin sa antas ng organisasyon upang mabawasan ang pagkalat ng mga virus sa palahingahan, tulad ng virus na nagdudulot ng COVID-19?

- Ituro at bigyang-diin ang kahalagahan ng pang-araw-araw na personal na mga aksyon sa pag-iwas (tingnan sa ibaba).
- Hikayatin at suportahan ang mga kawani, at mga nagboluntaryo na manatili sa bahay kapag sila ay may sakit. Paalalahanan silang manatili sa bahay at huwag bumalik sa trabaho hanggang sa mawala ang kanilang lagnat ng hindi bababa sa 72 na oras na hindi gumagamit ng mga gamot na nagpapababa ng lagnat.
- Magbigay ng sapat na mga kagamitan para sa mabuting kalinisan, kabilang ang madaling pag-akses sa malinis at gumagana na mga istasyon ng mapaghuhugasan ng kamay, sabon, mga tuwalya na papel, at alcohol-based hand sanitizer.
- Hikayatin ang regular na paghuhugas ng kamay kasama ang bago kumain, pagkatapos gamitin ang banyo at pagkatapos ng pag-ubo at pagbahin.
- Bawasan, kung maaari, ang malapit na pakikisalamuha (tinukoy bilang nasa loob ng 6 na talampakan na higit sa 10 minuto para sa mga non-healthcare na manggagawa, o higit sa 2 minuto kung nagbibigay ng direktang pangangalaga sa klinika) at ang pagbabahagi ng mga bagay tulad ng mga baso, pagkain, at inumin.
- Regular na linisin at disimpektahin ang lahat ng madalas na hawakan na mga ibabaw at mga bagay, tulad ng mga hawakan ng pinto, mga hawakan sa hagdanan, mga patungan, mga hawakan ng gripo, at mga telepono. Gamitin ang karaniwang mga panlinis na sangkap at sundin ang mga nakatatak na direksyon.
- Bigyan ang mga kliyente at mga kawani ng tumpak na impormasyon tungkol sa COVID-19 at mga hakbang na maaari nilang gawin upang maprotektahan ang kanilang mga sarili at ang kanilang mga pamilya.

1

- Magpaskil ng impormasyon sa karaniwang mga lugar na nagsisilbi bilang paalala ng pangangailangan ng lahat ng mga kliyente, kawani, at mga nagboluntaryo na makisali sa mga personal na proteksyon na aksyon (ang mga materyales para sa pag-download ay makikita sa http://www.publichealth.lacounty.gov/media/ Coronavirus /).

Mga pang-araw-araw na personal na aksyon sa pag-iwas ay:

- Manatili sa bahay kapag ikaw ay may sakit. Manatili sa bahay nang hindi bababa sa 72 oras pagkatapos na mawala ang iyong lagnat o mga sintomas ng isang lagnat na hindi gumagamit ng mga gamot na nagpapababa ng lagnat.
- Hugasan ang iyong mga kamay nang madalas gamit ang sabon at tubig na hindi bababa sa 20 segundo. Kung hindi agad makakagamit ng sabon at tubig, gumamit ng isang alcohol-based hand sanitizer na hindi bababa sa 60% na alkohol.
- Takpan ang iyong mga pag-ubo at pagbahin gamit ang isang tisyu, at pagkatapos ay itapon ang tisyu at linisin kaagad ang iyong mga kamay. Kung wala kang tisyu, gamitin ang iyong manggas (hindi ang iyong mga kamay).
- Limitahan ang malapit na pakikisalamuha sa mga taong may sakit.
- Linisin at disimpektahin ang madalas hawakan na mga bagay at mga ibabaw gamit ang isang regular na pang-spray o pamunas na panlinis ng bahay.

Ano ang dapat ipaghanda ng aming ahensiya kung mayroong pagtaas ng transmisyon sa komunidad ng COVID-19?

Ang pagtaas ng transmisyon sa komunidad ng COVID-19 ay nagpapahiwatig ng lumalaking panganib sa pangkalahatang publiko at ang karagdagang mga pag-iingat ay maaaring kailangang gawin upang malimitahan ang anumang lokal na transmisyon sa komunidad.

Ang mga organisasyon ay dapat magkaroon ng isang plano at maging handa na gawin ang karagdagang mga aksyon, tulad inirerekumenda ng Public Health:

- Magkaroon ng isang plano upang makipag-ugnayan sa iyong kawani, at mga nagboluntaryo . Bisitahin ang aming website, http://www.publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/, para sa tumpak at na-update na impormasyon na maaaring magamit para sa iyong mga komunikasyon.
- Payagan ang mga kawani na manatili sa bahay kung may isang tao sa kanilang bahay na may sakit o kung nagsara ang mga paaralan.
- Magplano ng mga pagpapaliban ng manggagawa. Huwag hilingin ang isang sulat ng healthcare provider para sa mga kawani o mga nagboluntaryo na may di-malubhang sakit sa palahingahan upang mapatunayan ang kanilang sakit o upang bumalik sa trabaho. Ang mga tanggapan ng healthcare providers at mga medikal na pasilidad ay magiging sobrang abala at hindi makakapagbigay ng naturang dokumentasyon sa napapanahong paraan.
- Isaalang-alang kung paano mapoprotektahan ang mga kawani na may mas mataas na panganib para sa masamang mga komplikasyon sa kalusugan. Maaaring kabilang dito ang mga estratehiya tulad ng telecommuting at pagbabago sa oras ng pagpasok upang madagdagan ang pisikal na distansya sa mga kawani, nagsasanay na mga kawani, at pagkansela ng mga di-mahahalagang pagbiyahe sa negosyo at malaking personal na mga pagpupulong at mga kaganapan.
- Magpaskil ng mga palatandaan sa pasukan ng pasilidad na nagtuturo sa mga bisita at kliyente upang alertuhan ang mga kawani kung mayroon silang lagnat, ubo o pangangapos ng hininga.

- Baguhin, ipagpaliban, o kanselahin ang malalaking kumperensya o mga grupong gawain.
  - Mga kaganapan kung saan ang mga tao ay malapit na nakikisalamuha sa iba sa isang pinalawig na panahon ay maaaring kailangang kanselahin o baguhin.
  - Ang lahat ng mga kaganapan na may higit sa 50 na mga kalahok ay dapat na ipagpaliban o kanselahin. Ang mga grupo na gawain na may mas kaunti sa 50 na mga kalahok na kinabibilangan ng sinuman sa mga kawani o mga kliyente ay dapat mapanatili ang naaangkop na sosyal na pagdistansya (social distancing) at mga hakbang sa pag-iwas upang mabawasan ang malapit na pakikisalamuha at panganib sa transmisyon. Ang mga kalahok ay dapat na nakaupo o nakaposisyon ng hindi bababa sa 6 na talampakan ang layo mula sa isa't isa, at dapat gawin ang mga pagsisikap upang maiwasan ang direkta na harapang pag-posisyon sa mga upuan.
- Kung ang isang regular na kliyente ay nakikilahok sa mga grupo ay nag-uulat ng lagnat o di-malubha na mga sintomas sa palahingahan (bagong ubo, pangangapos ng hininga, sipon, atbp sa huling 14 na araw), hikayatin ang kliyente na humingi ng medikal na atensyon at ibahagi ang mga tagubilin sa paghihiwalay sa bahay. Isaalang-alang ang paggawa ng mga akomodasyon sa pamamagitan ng pagbibigay ng pagpapayo sa kalusugan sa pamamagitan ng telepono (telehealth counseling) para sa mga taong ito kung maaari.
- Magpatupad ng mga paraan upang matiyak ang pagpapatuloy ng mga serbisyo kung ang mga on-site na operasyon ay pansamantalang nabawasan tulad sa pamamagitan ng teleworking kung medikal na naaangkop, at nababagong mga iskedyul na may pagsasanay ng mga kawani.
- Magpatupad ng mga paraan upang matiyak ang mga kliyente na nasa pag-ihiwalay sa bahay (home isolation) o kung hindi man makapasok ng personal para sa mga indibidwal o grupo na mga sesyon ay maaaring magpatuloy sa pag-akses sa paggamot o iba pang mga serbisyo kung medikal na naaangkop at kung maaari.

Alamin kung saan makakakuha ng maaasahang impormasyon

Mag-ingat sa mga pandaraya, maling mga balita at mga panloloko na nakapaligid sa novel coronavirus. Ang tumpak na impormasyon, kasama ang mga anunsyo ng mga bagong kaso sa LA County, ay palaging ibabahagi ng Public Health sa pamamagitan ng mga press release, social media, at aming website. Ang website ay may higit pang impormasyon sa COVID-19 kabilang ang mga FAQs, mga infographics at isang gabay para mapagtagumpayan ang pagkabalisa, pati na rin ang mga payo sa paghuhugas ng kamay.

- Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng County ng Los Angeles (LACDPH, County)
  - http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/
  - Social media: @lapublichealth
- 24/7 na Linya ng Tulong ng Sentro ng Akses ng Kagawaran ng Mental na Kalusugan ng Los Angeles County (800) 854-7771.

Ang iba pang maaasahang mapagkukunan ng impormasyon tungkol sa novel coronavirus ay:

- Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng California (CDPH, Estado)
  - https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx
- Mga Sentro para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (CDC, Pambansa)
  - http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html
- World Health Organization (WHO, Internasyonal)
  - https://www.who.int/health-topics/coronavirus

Kung mayroon kang mga katanungan at gusto mong makipag-usap sa isang tao tumawag sa linya ng impormasyon ng Los Angeles County sa 2-1-1 na matatawagan sa 24 oras sa isang araw.