



## Biện Pháp Kiểm Soát COVID-19 Dành Cho Tòa Nhà Căn Hộ Đơn Lẻ

Trong khuôn khổ ứng phó tình hình khẩn cấp về y tế công cộng do dịch COVID-19, Ủy Ban Sức Khỏe Công Cộng Boston (Boston Public Health Commission) đã soạn thảo hướng dẫn tiêu chuẩn vàng sau áp dụng cho các tòa nhà căn hộ đơn lẻ (single room occupancy (SRO)) để ngăn ngừa sự lây lan của COVID-19 trong cư dân. Điều quan trọng là các tòa nhà mà cư dân sử dụng chung các khu vực sinh hoạt chung (nhà bếp và phòng tắm) phải tuân theo các quy chuẩn này do đây là các tòa nhà có nguy cơ lây lan COVID-19 cao hơn. Tài liệu này dành cho:

- Nhà có phòng cho thuê / nhà trọ / tạm trú
- Trung tâm cai nghiện
- Nhà hoặc trạm dừng chân bên đường / trung tâm tái hòa nhập cộng đồng
- Cơ sở điều trị nội trú và chương trình thải độc
- Nhà tập thể
- Các loại hình nhà ở tập thể tương tự khác

### Trình Báo Ca Bệnh

Ban quản lý tòa nhà và chủ tòa nhà không cần phải trình báo các ca nghi nhiễm hoặc đã xác nhận nhiễm COVID-19 cho Ủy Ban Sức Khỏe Công Cộng Boston do toàn bộ dữ liệu này đã được báo cáo thông qua hệ thống y tế. Hãy liên hệ Đường Dây Y Tế Của Thị Trưởng (Mayor's Health Line) theo số (617) 534-5050 nếu quý vị có thắc mắc.

### Hỗ Trợ Kỹ Thuật

Để được hỗ trợ kỹ thuật hoặc có thắc mắc về việc triển khai các hướng dẫn này, hãy liên hệ Bộ Phận Sức Khỏe Môi Trường Và Nghề Nghiệp theo số:

- (617) 534-5965
- [Environment@bphc.org](mailto:Environment@bphc.org)

### Hạn Chế Ra Vào Tòa Nhà

- Cần phải có chính sách giới hạn người ra vào tòa nhà. Chỉ cư dân, các nhân viên thiết yếu và các nhà cung cấp dịch vụ thiết yếu có đeo khẩu trang mới được phép ra vào tòa nhà. Các nhà cung cấp dịch vụ thiết yếu là các nhà cung cấp thực phẩm hoặc thuốc men cho cư dân không thể nhận hàng ngoài lề đường, các nhân viên cung cấp các dịch vụ cần thiết cho sự an toàn và vệ sinh của tòa nhà hoặc từng căn hộ hoặc các nhân viên cung cấp các dịch vụ chăm sóc/hỗ trợ y tế, ví dụ như nhân viên hỗ trợ chăm sóc sức khỏe tại nhà, y tá điều trị tại nhà, v.v.
- Nếu có thể, các nhà cung cấp dịch vụ giao và nhận (dịch vụ giặt ủi, giao đồ ăn, v.v.) phải sử dụng một vị trí chung duy nhất hoặc nhận ngoài lề đường thay vì giao tận căn hộ riêng của cư dân.
- Ngoại lệ: Nếu là cư dân đang bị cách ly thì có thể giao trực tiếp đến cửa nhà của cư dân để giảm tương tác của người đó với các cư dân khác.

## Giãn Cách Xã Hội

- Bắt buộc đóng cửa các khu vực chung trong nhà và ngoài trời không thuộc lĩnh vực thiết yếu (sảnh, khu vực tập thể dục thể hình, hồ bơi, v.v.). Cần phải khóa phòng hoặc cổng để ngăn không cho người ra vào.
- Ở các khu vực chung không thể đóng cửa, ví dụ như phòng giặt ủi, nhà bếp và hành lang, cư dân tòa nhà phải giữ khoảng cách tối thiểu với nhau và với nhân viên tòa nhà là 6 feet. Cần phải đặt bảng chỉ dẫn để nhắc cho cư dân nhớ về việc này.
- Không gian giặt ủi và nhà bếp dùng chung phải được sử dụng theo lịch để mỗi lần chỉ có một người sử dụng.
- Thang máy chỉ được cho 1 người đi mỗi lượt, ngoại trừ các cá nhân cần hỗ trợ hoặc thành viên của hộ gia đình sinh sống cùng nhau.
- Cần phải chỉ dẫn cư dân ở trong căn hộ/phòng của mình càng nhiều càng tốt và hạn chế thời gian sử dụng các khu vực chung thiết yếu.

## Biện Pháp Phòng Ngừa Đối Với Nhân Viên Và Cư Dân

- Tòa nhà phải có và áp dụng chính sách chính thức quy định rằng toàn thể cán bộ công nhân viên, nhà cung cấp dịch vụ và cư dân phải đeo đồ che mặt hoặc khẩu trang khi rời khỏi căn hộ, ở khu vực chung hoặc ở các không gian công cộng khác.
- Chính sách của tòa nhà phải bắt buộc toàn thể nhân viên phải tự theo dõi hàng ngày trước khi đi làm. Việc tự kiểm tra phải bao gồm kiểm tra xem có bị sốt và các triệu chứng khác của COVID-19 hay không, trong đó có đau nhức cơ thể, ho và khó thở.
  - Nhân viên không thiết yếu không được phép vào tòa nhà nếu có bất kỳ triệu chứng nào trong các triệu chứng của COVID-19 nêu trên.
  - Nếu có nhân viên xuất hiện triệu chứng khi đang làm việc, họ phải được yêu cầu về nhà để tự cách ly và tìm kiếm trợ giúp y tế sau đó ngay lập tức.
  - Nếu có thể, cần phải kiểm tra sàng lọc dấu hiệu sốt cho nhân viên khi họ đến tòa nhà mỗi ngày.
- Nhân viên có tiếp xúc gần hoặc thành viên hộ gia đình với người bị ốm kèm theo triệu chứng của COVID-19 hoặc đã xác nhận là ca nhiễm COVID-19 phải bị đưa ra khỏi tòa nhà trong vòng tối thiểu 2 tuần.
- Nhân viên đảm nhiệm các vị trí trọng yếu về sức khỏe, an toàn và cơ sở hạ tầng có thể được phép tiếp tục làm việc sau khi có khả năng phơi nhiễm COVID-19 theo hướng dẫn của CDC có ở đây: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/critical-workers/implementing-safetypractices.html>
- Toàn thể cán bộ công nhân viên và cư dân phải rửa tay thường xuyên bằng xà bông và nước. Họ có thể sử dụng nước rửa tay khô khi không có xà bông và nước. Việc rửa tay hoặc khử trùng tay phải được thực hiện tối thiểu:
  - Sau mỗi lần tiếp xúc với cư dân, khách, nhân viên hoặc nhà cung cấp dịch vụ
  - Sau khi sử dụng nhà vệ sinh
  - Trước và sau khi ăn hoặc chế biến thực phẩm

- Biển báo trong tòa nhà phải được đặt chủ yếu ở nhà vệ sinh và khu vực chung để nhắc nhân viên, cư dân và khách rửa tay. Mẫu bảng chỉ dẫn và thông tin về COVID-19 có trên trang web của BPHC tại địa chỉ [bphc.org/coronavirus](http://bphc.org/coronavirus).
- Cần phải khuyến khích cư dân tự theo dõi hàng ngày xem có triệu chứng của COVID-19 hay không như mô tả bên trên đối với nhân viên. Cư dân phải tự cách ly và tìm kiếm chăm sóc y tế nếu xuất hiện triệu chứng hoặc tin rằng họ có tiếp xúc gần với người bị nhiễm COVID-19.

## Cách Ly Ca Nghi Nhiễm Hoặc Đã Xác Nhận Nhiễm

- Ban quản lý tòa nhà phải xác định xem có căn hộ nào trong tòa nhà hoặc thuộc danh mục tài sản của chủ sở hữu cần cách ly hoặc phong tỏa. Các căn hộ phù hợp phải có nhà vệ sinh riêng và, nếu có thể, không gian riêng biệt để chế biến thực phẩm. Nếu có (các) căn hộ riêng biệt để cách ly, các căn hộ đó phải được ưu tiên sử dụng trước hết cho việc cách ly các cá nhân đã xác nhận bị nhiễm COVID-19 rồi mới đến cách ly cho các cá nhân nghi nhiễm COVID-19. Nếu không có căn hộ riêng biệt để cách ly, cư dân phải cách ly trong căn hộ của mình nhưng cần phải cân nhắc và tính đến các vấn đề sau:
  - Sử dụng nhà vệ sinh chung - Nếu có thể, các cư dân nghi nhiễm hoặc đã xác nhận nhiễm COVID-19 không được sử dụng nhà vệ sinh chung. Nếu bắt buộc phải sử dụng nhà vệ sinh chung, nhân viên vệ sinh có thể vệ sinh và khử trùng nhà vệ sinh sau mỗi lần sử dụng của cá nhân bị cách ly hay không? Có thể lên lịch việc sử dụng nhà vệ sinh sao cho các cá nhân đã xác nhận nhiễm COVID-19 là những người cuối cùng tắm/ngâm mình mỗi ngày hay không? Có thể để vật tư vệ sinh trong phòng tắm để cư dân sử dụng để khử trùng bề mặt trước/sau khi sử dụng. Nếu có nhiều hơn một nhà vệ sinh, hãy cân nhắc chỉ định riêng một phòng để dành riêng cho cư dân bị cách ly sử dụng.
  - Sử dụng không gian nhà bếp chung – Nếu có thể, các cư dân nghi nhiễm hoặc đã xác nhận nhiễm COVID-19 không được sử dụng không gian nhà bếp/chế biến chung. Ban quản lý tòa nhà có thể hỗ trợ (các) cá nhân tiếp cận các nguồn cung cấp bữa ăn từ thiện công cộng hoặc tư nhân. Hoặc, có thể tìm hiểu các lựa chọn cho phép (các) cư dân chế biến thực phẩm trong (các) căn hộ của họ, nếu có thể triển khai các lựa chọn đó một cách an toàn và hợp pháp. Nếu cư dân bị cách ly bắt buộc phải sử dụng nhà bếp chung thì điều tối quan trọng là phải duy trì lịch sử dụng, ví dụ, mỗi lần chỉ một người sử dụng không gian đó. Có thể cung cấp vật liệu vệ sinh/khử trùng trong không gian đó để cư dân sử dụng để vệ sinh trước/sau khi sử dụng không gian và/hoặc nhân viên vệ sinh phải vệ sinh không gian sau khi (các) cư dân bị cách ly sử dụng.

## Chính Sách Vệ Sinh Kiểm Soát Lây Nhiễm

- Tòa nhà phải có kế hoạch vệ sinh bằng văn bản để toàn thể nhân viên có thể xem lại trong các ca làm việc bao gồm các điều cần cân nhắc riêng cho COVID-19 sau:
  - Toàn bộ bồn rửa ở khu vực chung (phòng tắm, nhà bếp, v.v.) trong tòa nhà phải được cung cấp đầy đủ xà bông và khăn tắm để rửa tay và phải được kiểm tra/bổ sung tối thiểu 3 lần mỗi ngày.
  - Toàn bộ sàn ở khu vực chung phải được lau bằng chất khử trùng được EPA phê duyệt tối thiểu hai lần mỗi ngày.
  - Nhân viên tòa nhà hoặc nhân viên vệ sinh chuyên nghiệp phải vệ sinh kỹ lưỡng các không gian dùng chung thiết yếu (không gian phòng tắm, giặt ủi và nhà bếp) không dưới hai lần mỗi ngày.

- Tất cả các khu vực thường xuyên chạm vào phải được vệ sinh và khử trùng bằng chất khử trùng được EPA phê duyệt tối thiểu 3 lần mỗi ngày. Ví dụ về các khu vực thường xuyên chạm vào gồm có:
  - Tay nắm cửa, tay cầm cửa và thanh vịn ở lối vào/lối ra ở các phòng hoặc phòng tắm dùng chung
  - Núm thang máy
  - Công tắc đèn
  - Tay vịn cầu thang hoặc thanh vịn ở hành lang và phòng tắm
  - Vòi và núm vặn của bồn rửa
  - Bệ ngồi và cần gạt nước bồn cầu
  - Tay nắm cửa buồng ở phòng tắm chung/công cộng
  - Bàn tiếp tân, mặt bàn chế biến thức ăn trong nhà bếp và các bề mặt tương tự
  - Điện thoại treo tường ở khu vực chung
  - Núm điều khiển và cửa máy giặt ở khu vực chung
- Cần phải duy trì nhật ký vệ sinh và khử trùng hàng ngày tại cơ sở.
- Cơ sở phải có chương trình đào tạo chính thức về vệ sinh và thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE) bao gồm các nội dung:
  - Xem lại quy trình vệ sinh an toàn – pha loãng đúng cách, không trộn hóa chất, v.v.
  - Thảo luận thời gian tiếp xúc chất khử trùng bắt buộc
  - Đào tạo thực hành quy trình mặc và cởi PPE
- Ban quản lý tòa nhà phải có quy trình giám sát mức độ nguồn cấp PPE và chất khử trùng và phải đặt hàng tiếp trước khi số lượng trong kho giảm xuống dưới mức cần thiết để duy trì sử dụng trong 4 tuần.
- Nước rửa tay khô có cồn phải được cung cấp ở tất cả các khu vực chung chính, ví dụ toàn bộ lối vào, khu vực ăn uống, khu vực làm việc của nhân viên và phòng tắm.
- Thiết bị nhận rác không tiếp xúc (dùng bàn đạp bằng chân, mở nắp cơ khí, nắp mở) phải được đặt ở tất cả các vị trí sử dụng thiết bị nhận rác (phòng tắm, nhà bếp, v.v.)
- Đồng thời, cần phải khuyến khích toàn thể cư dân vệ sinh các không gian chung dùng chung (nhà bếp, khu giặt ủi, phòng tắm) sau khi sử dụng cá nhân. Quy trình vệ sinh gồm có:
  - Lau sạch mặt bàn chế biến thức ăn, thiết bị, vật dụng cố định và các khu vực thường xuyên chạm vào (núm điều khiển thiết bị, công tắc đèn, vòi nước, tay cầm) bằng chất tẩy rửa nói chung hoặc xà phòng và nước, sau đó, phun chất khử trùng được EPA phê duyệt, để thời gian tiếp xúc thích hợp theo chỉ dẫn của nhà sản xuất rồi rửa sạch. Cần phải cung cấp đồ dùng và chỉ dẫn trong không gian để khuyến khích việc vệ sinh này.
- Cần phải khuyến khích toàn thể cư dân rằng khi giặt ủi, họ nên:
  - Tránh giũ trang phục ra trước khi cho vào máy giặt
  - Giặt quần áo ở nhiệt độ cao nhất có thể để có thể sử dụng quần áo một cách an toàn

- Sấy quần áo ở nhiệt độ cao nhất có thể để có thể sử dụng một cách an toàn mà không làm hư hỏng trang phục

## **Những Điều Cần Cân Nhắc Đặc Biệt Đối Với Nhà Tập Thể, Cơ Sở Điều Trị Nội Trú, Nhà Hoặc Trạm Dừng Chân Bên Đường / Trung Tâm Tái Hòa Nhập Cộng Đồng**

- Tòa nhà phải có chính sách chính thức yêu cầu giám sát hàng ngày toàn bộ cư dân có xuất hiện triệu chứng của COVID-19, trong đó có sốt, đau nhức cơ thể, ho và khó thở.
  - Các cư dân có xuất hiện một hoặc nhiều triệu chứng trong các triệu chứng bên trên phải được yêu cầu tự cách ly trong phòng/căn hộ của họ trong khi chờ bác sĩ khám theo dõi. Tuân theo hướng dẫn bên trên dành cho Cách Ly Ca Nghi Nhiễm Hoặc Đã Xác Nhận Nhiễm



Boston Public Health Commission | Environmental Health Office

1010 Massachusetts Avenue | Boston, MA 02118 | [www.bphc.org](http://www.bphc.org) | 617-534-5965