

Tài Liệu Hướng Dẫn Để Chuẩn Bị Cho Đại Dịch Cúm Tại Nơi Làm Việc

OSHA 3327-02N 2007

*Tài liệu này được phát hành dưới sự tài trợ của Cơ Quan An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (OSHA) qua ngân quỹ số SH-16619-07-60-F-51. Nó này không nhất thiết phản ánh quan điểm hoặc chính sách của Bộ Lao Động Hoa Kỳ, cũng như không đề cập đến thương hiệu, các thương phẩm, hoặc những tổ chức được xác nhận bởi chính phủ Hoa Kỳ.
Dịch bởi Boat People SOS (March 2009)*

Tập tài liệu này đưa ra một cái nhìn tổng quát về một đề tài liên quan đến tiêu chuẩn của Cơ Quan An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (OSHA). Nó không làm thay đổi hoặc quyết định trách nhiệm tuân chỉ vào tiêu chuẩn của OSHA hay Luật An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp của năm 1970. Bản phiên dịch và chính sách thi hành này có thể thay đổi theo thời gian, do đó, bạn nên tham khảo những bản phiên dịch hiện hành và quyết định của Ủy Ban An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp và Tòa Án để thêm những hướng dẫn về điều luật tuân chỉ của OSHA.

Tài liệu này có tính cách công chúng và có thể được phổ biến toàn phần hoặc một phần mà không cần giấy phép.

Tin tức này có sẵn cho người khuyết tật nếu yêu cầu. Số điện thoại: (202)-693-1999; số đánh máy (TTY): (877) 889-5627.

Liên lạc:

Ông Jordan Barab.
Phụ Tá Bộ Trưởng Bộ Lao Động của Cơ Quan
An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp

Mục Lục

Lời Giới Thiệu

Sự Khác Biệt Giữa Cúm Mùa, Đại Dịch Cúm và Cúm Avian

Một Đại Dịch Cúm Nghiêm Trọng Sẽ Ảnh Hưởng Đến Nơi Làm Việc Như Thế Nào?

Ai Nên Có Kế Hoạch Đối Phó Với Đại Dịch Cúm?

Cúm Lây Lan Như Thế Nào?

Phân Loại Mức Độ Ảnh Hưởng Bởi Đại Dịch Cúm tại Nơi Làm Việc

Làm Sao Để Duy Trì Hoạt Động Kinh Doanh Trong Thời Gian Có Đại Dịch Cúm?

Các Cơ Quan Cần Làm Gì Để Bảo Vệ Nhân Viên Của Mình?

Sự Khác Biệt Giữa Khẩu Trang và Mặt Nạ

Những Bước Chủ Nhân Cần Làm Để Giảm Thiểu Mức Ảnh Hưởng của Đại Dịch Cúm tại Nơi Làm Việc Của Mình

Những Công Việc Có Mức Ảnh Hưởng Thấp Bởi Đại Dịch Cúm: Cần làm gì để bảo vệ nhân viên

Những Công Việc Có Mức Ảnh Hưởng Trung Bình Bởi Đại Dịch Cúm: Cần làm gì để bảo vệ nhân viên

Những Công Việc Có Mức Ảnh Hưởng Cao Bởi Đại Dịch Cúm: Cần làm gì để bảo vệ nhân viên

Những Điều Cần Biết Cho Những Nhân Viên Sinh Sống và Đi Du Lịch Ra Nước Ngoài

Tài Liệu Tham Khảo

Chương Trình Hỗ Trợ Của OSHA

Lời Giới Thiệu

Đại dịch là một sự bùng phát dịch bệnh xảy ra trên toàn cầu. Đại dịch cúm xảy ra khi một loại vi rút mới xuất hiện và xâm nhập vào người có ít hoặc chưa có miễn dịch đối với loại vi rút đó, và dẫn đến một dịch bệnh nghiêm trọng và dễ dàng lây lan từ người này sang người khác trên khắp toàn cầu. Đại dịch cúm có thể gây một ảnh hưởng lớn đến kinh tế toàn cầu, bao gồm các sự di chuyển, ngành nghề, thương mại, du lịch, thực phẩm, tiêu thụ và cuối cùng là đầu tư và thị trường tài chính. Lập kế hoạch cho đại dịch cúm từ các ngành nghề và công nghệ là rất cần thiết để giảm thiểu mức ảnh hưởng của đại dịch.

Những công ty cung cấp những dịch vụ cơ sở hạ tầng, như là điện và truyền thông, cũng có những trách nhiệm đặc biệt với sự khủng hoảng này và dựa theo đó để lập kế hoạch đối phó kịp thời. Phác thảo một kế hoạch sẵn để đối phó với những tình huống bất ngờ là một điều rất quan trọng khi đối phó với bất kỳ một thảm họa nào.

Tài liệu này có tính hướng dẫn và bao gồm nhiều thông tin. Đó không phải là tiêu chuẩn hay là một qui định, và không có tính bắt buộc về pháp lý và cũng không thay đổi những tiêu chuẩn đã có sẵn của cơ quan OSHA hoặc Luật An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (OSH Act). Chiếu theo Luật OSH, các chủ nhân phải tuân thủ với những tiêu chuẩn về an toàn và sức khỏe như đã được ấn hành và thi hành bởi OSHA hoặc bởi Chương Trình OSHA của Tiểu bang. Ngoài ra, mục 5(a)(1) của Luật OSH, Điều Khoản Trách Nhiệm Tổng Quát, yêu cầu chủ nhân cung cấp một môi trường làm việc không có những nguy hiểm có thể gây tử vong hoặc tổn thương đến nhân viên. Chủ nhân có thể bị phạt khi vi phạm Điều Khoản Trách Nhiệm Tổng Quát nếu có những nguy hiểm thấy được mà chủ nhân không có biện pháp để đề phòng hoặc giảm thiểu nguy hiểm. Tuy nhiên, không thực thi bất kỳ sự đề nghị trong tài liệu này sẽ không bị vi phạm. Điều Khoản Trách Nhiệm Tổng Quát. Sự vi phạm chỉ dựa vào những tiêu chuẩn, điều lệ, hoặc vào Điều Khoản Trách Nhiệm Tổng Quát của Luật An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp.

Khi đại dịch cúm xảy ra, chủ nhân sẽ đóng một vai trò then chốt trong việc bảo vệ sức khỏe và an toàn của nhân viên cũng như hạn chế mức ảnh hưởng của nó đến nền kinh tế và xã hội. Chủ nhân rất có thể sẽ thấy nhiều nhân viên vắng mặt, những thay đổi về mô hình kinh doanh và nguồn cung cấp và phân phối bị gián đoạn. Một kế hoạch chính xác sẽ cho phép chủ nhân trong các ngành tư hoặc công bảo vệ nhân viên tốt hơn và giảm thiểu mức đe dọa của đại dịch lên xã hội và nền kinh tế. Như lời phát biểu của Tổng Thống về Chiến Lược Quốc Gia Đối Phó Đại Dịch Cúm, tất cả các nhà chức trách phải có kế hoạch và phải chuẩn bị.

Cơ quan OSHA đã phân tích tài liệu hướng dẫn kế hoạch đại dịch cúm dựa vào sự kiểm soát nhiễm bệnh truyền thống và sự thực hành vệ sinh công nghiệp. Điều quan trọng cần chú ý là hiện nay không có đại dịch cúm; như thế, tài liệu này nhằm đến những mục đích chuẩn bị kế hoạch chứ không phải là nhắm đến một giống vi rút tiêu biểu. Một tài liệu hướng dẫn khác có thể cần đến như là một đại dịch xảy ra thực sự để trình bày rõ ràng hơn và cho nhiều người biết đến về tính chất độc hại của vi rút, sự lan truyền của dịch bệnh, điều trị bệnh nhân, tính nhạy cảm với thuốc và những nguy hiểm đối với những nhóm người có tuổi khác nhau. Chủ nhân và nhân viên nên sử dụng tài liệu hoạch định này nhằm giúp nhận diện mức nguy hiểm tại nơi làm việc và có biện pháp kiểm soát thích hợp bao gồm giữ vệ sinh tốt, che miệng khi ho, tiếp xúc người khác với một khoảng cách xa, mang dụng cụ bảo hộ cá nhân và nghỉ ở nhà khi bị bệnh. Thông tin cập nhật và hướng dẫn có sẵn trên trang mạng www.pandemicflu.gov.

Sự Khác Biệt Giữa Cúm Mùa, Đại Dịch Cúm và Cúm Avian

Cúm Mùa chỉ sự bộc phát có chu kỳ của bệnh về đường phổi xảy ra theo mùa vào mùa Thu và mùa Đông ở Hoa Kỳ. Sự bộc phát thường có giới hạn; hầu hết mọi người có khả năng miễn dịch đối với sự tác hại của vi rút. Thuốc chích ngừa thường được chuẩn bị trước mùa cúm; thuốc được điều chế để chống lại vi rút cúm đang hoành hành trong cộng đồng. Nhân viên sinh sống và công tác ở nước ngoài nên chú ý đến những vùng khác (ví dụ, Nam Bán Cầu) có mùa cúm khác đòi hỏi có thuốc chích ngừa khác.

Đại dịch cúm là một sự bùng phát về dịch cúm toàn cầu khi một siêu vi rút hiện ra và có khả năng làm con người bị nhiễm và lây lan từ người này đến người khác. Trong chu kỳ đầu của đại dịch cúm, con người có thể không có khả năng tự nhiên đề kháng loại siêu vi rút mới; nên dịch cúm có thể lan rộng nhanh chóng khắp tới các dân số khác. Thuốc chích ngừa giúp người đề kháng chống đại dịch cúm có thể chưa có sẵn ở nhiều nơi cho đến nhiều tháng sau khi đại dịch cúm bùng phát. Điều quan trọng cần nhấn mạnh ở đây là hiện nay chưa có đại dịch cúm. Tuy nhiên, đại dịch cúm đã xảy ra trong quá khứ và nhiều nhà khoa học tin rằng chỉ là vấn đề thời gian trước khi một đại dịch cúm khác sẽ xảy ra. Dịch cúm có thể thay đổi từ cúm mùa đơn thuần cho đến một đại dịch cúm nghiêm trọng có thể dẫn đến mức độ cao về số người nhiễm bệnh, tử vong, gián đoạn sinh hoạt và tổn thất về kinh tế. Thật khó để có thể tiên đoán khi nào thì đại dịch cúm sẽ xảy ra và đại dịch cúm đó sẽ đơn thuần hay nghiêm trọng như thế nào.

Dịch Avian (AI) – cũng được biết như là cúm gà – gây ra bởi vi rút từ các loài chim hoang dã và gia cầm nội địa. Một vài loại cúm gà có tính cách tệ hại hơn. Vi rút của cúm gà nói chung được chia ra thành hai nhóm: loại vi rút gây bệnh nhẹ và loại vi rút gây bệnh nặng. Loại vi rút chứa mầm bệnh nhẹ thường xảy ra ở các loài chim hoang dã và có thể truyền sang gia cầm nội địa. Trong một số trường hợp, dấu hiệu nhiễm bệnh không hiện rõ hoặc chỉ là những triệu chứng nhẹ ở chim. Nói chung, loại vi rút có mầm bệnh nhẹ ít đe dọa đến con người. Loại vi rút cúm có

mầm bệnh nhẹ H5 và H7 có khả năng chuyển sang loại vi rút gây bệnh rất cao, và do đó cần được theo dõi. Loại vi rút có nguy cơ gây bệnh cao lan truyền nhanh chóng và dẫn đến tỉ lệ tử vong ở chim rất cao. Loại vi rút có nguy cơ gây bệnh cao H5N1 lan truyền rất nhanh chóng ở chim tại một số vùng trên thế giới.

H5N1 gây bệnh cao là một trong những loại vi rút Avian đã vượt qua thuốc chủng ngừa để gây nhiễm bệnh đến cho người và nó là loại vi rút gây tử vong đến con người cao nhất. Hầu hết những trường hợp bị nhiễm cúm H5N1 ở người là kết quả của sự tiếp xúc với gia cầm bị bệnh hoặc chất bài tiết hoặc chất thải ra của chim bị bệnh.

Vào khoảng tháng 2 năm 2007, sự lan truyền của vi rút H5N1 từ người qua người đã được giới hạn và trở nên khan hiếm và rải rác. Tuy nhiên, tất cả các vi rút đều có khả năng thay đổi. Các khoa học gia quan tâm rằng H5N1 một ngày nào đó sẽ có khả năng chịu đựng sự truyền bệnh của con người. Những vi rút thường không thường gây bệnh đến con người nếu con người có ít hoặc không có khả năng miễn dịch vệ chống lại chúng. Nếu vi rút H5N1 có khả năng chịu đựng sự truyền bệnh từ người này sang người khác, đại dịch có thể sẽ xảy ra.

Tin tức cập nhật hiện nay về cúm Avian có thể tìm thấy ở www.pandemicflu.gov.

Một Đại Dịch Cúm Nghiêm Trọng Ảnh Hưởng Đến Nơi Làm Việc Như Thế Nào?

Không giống như thảm họa tự nhiên hoặc khủng bố, một đại dịch cúm sẽ lan truyền rộng lớn và ảnh hưởng lớn đến nhiều vùng ở Hoa Kỳ và những nước khác cùng một lúc. Đại dịch cũng có thể là một thảm họa kéo dài, với nhiều cơn phát ra trong cùng một vùng. Một cơn đại dịch bùng phát có thể kéo dài từ 6 đến 8 tuần. Những cơn bùng phát có thể xảy ra suốt cả năm hoặc hơn. Nơi làm việc của quý vị rất có thể bị ảnh hưởng:

- Thiếu hụt nhân sự – Đại dịch cúm có thể đến 40% số nhân viên thiếu hụt trong suốt thời điểm cao nhất của dịch cúm. Nhân viên có thể vắng mặt bởi vì họ bị bệnh, phải ở nhà chăm sóc cho gia đình hoặc con cái nếu trường học hoặc nhà giữ trẻ đóng cửa, sợ đến sở làm, hoặc chủ nhân không nhận ra rằng nhân viên đã chết.
 - Hình thức kinh doanh bị thay đổi – Trong suốt thời gian đại dịch, nhu cầu về mặt hàng liên quan đến dịch có thể gia tăng rất nhiều, trong khi nhu cầu về những mặt hàng khác lại giảm xuống. Khách hàng có thể thay đổi cách thức mua do ảnh hưởng của đại dịch. Khách có thể thích mua hàng giao tận nhà, hoặc những sự chọn lựa khác như lái xe ngang tiệm để mua hàng, để giảm thiểu sự tiếp xúc giữa người và người.
 - Việc cung cấp hàng hóa bị gián đoạn – Việc vận chuyển hàng hóa từ những nơi bị đại dịch có thể bị trì hoãn hoặc bị hủy bỏ.
-

Ai Nên Có Kế Hoạch Đồi Phó Đại Dịch Cúm?

Để giảm thiểu ảnh hưởng của đại dịch đến hoạt động của bạn, nhân viên, khách hàng và các nơi công cộng, một điểm rất quan trọng là các cơ sở thương mại và cơ quan bắt đầu có kế hoạch đối phó đại dịch ngay từ bây giờ. Thiếu hoạch định có thể gây ra những loạt tổn thất lớn khi mà chủ nhân gặp phải những thử thách của đại dịch với sự thiếu hụt nhân sự và nhân viên không được huấn luyện đầy đủ để đối phó với đại dịch tại nơi làm việc. Hoạch định đúng đắn sẽ cho phép chủ nhân bảo vệ nhân viên của mình và chuẩn bị cho sự thay đổi về hình thức kinh doanh và

nguy cơ bị gián đoạn về nguồn cung cấp và dịch vụ. Những công cụ quan trọng để chuẩn bị đại dịch cúm cho chủ nhân được đăng tại trang www.pandemicflu.gov.

Chính phủ Hoa Kỳ đã đặt trọng tâm đặc biệt để hỗ trợ sự chuẩn bị đại dịch cúm cho các ngành kinh doanh công và tư, những ngành được xem là quan trọng và những nguồn tài nguyên then chốt (CI/KR). Cấu trúc hạ tầng then chốt là 13 ngành quan trọng đáp ứng sự sản xuất những mặt hàng và dịch vụ thiết yếu, mỗi liên hệ với các cơ quan và khả năng thực hiện được, an toàn cho dân chúng, và an ninh để đóng góp đưa đến một nền an ninh quốc gia cường mạnh và nền kinh tế thịnh vượng. Tài nguyên then chốt là các cơ sở, công trình, và những cơ quan nếu bị phá hủy có thể gây nhiều tử thương, tử vong, hoặc thiệt hại đến tài sản và/hoặc làm tổn thương đến uy tín và lòng tự tin của quốc gia. Với 85% cơ sở hạ tầng then chốt của quốc gia nằm thuộc ngành kinh doanh tư nhân, các cơ sở thương mại đóng vai trò trọng yếu trong việc chuẩn bị và đối phó với đại dịch xảy ra tại quốc gia. Tài liệu hướng dẫn khác cho các cơ sở thương mại CI/KR có sẵn tại: www.pandemicflu.gov/plan/pdf/CIKRpandemicInfluenzaGuide.pdf.

Cấu Trúc Hạ Tầng và Những Tài Nguyên Then Chốt Những Tài Nguyên Then Chốt

- Các Cơ Quan Chính Phủ
- Đê Đập
- Các Cơ Sở Thương Mại
- Nhà Máy Chế Tạo Hạt Nhân
- Cơ Sở Hạ Tầng Trọng Yếu
- Thực Phẩm và Nông nghiệp
- Cơ Quan Sức Khỏe và Chăm Sóc Y Tế
- Bộ Ngân Hàng và Tài Chánh
- Hóa Chất và Những Chất Độc Hại
- Bộ Công Nghiệp Quốc Phòng
- Nước
- Nguồn Năng Lượng
- Những Phục Vụ Cấp Cứu
- Công Nghệ Thông Tin
- Viễn Thông
- Bưu Điện và Giao Gởi Hàng
- Ngành Giao Thông
- Đài Kỷ Niệm và Hình Tượng Quốc Gia

Cúm Lây Lan Như Thế Nào?

Bệnh cúm lan truyền do những hạt nước lớn nhỏ (truyền bởi những hạt nước nhỏ) tiếp xúc trực tiếp với mũi, miệng và mắt. Những hạt nước nhỏ (droplets) được phát ra từ người bệnh khi họ ho, hắt xì hoặc nói, bay vào bầu không khí và đến tiếp xúc với người xung quanh. Những hạt nước lớn hơn chỉ bay xa trong một giới hạn; do đó, mình nên giới hạn tiếp xúc gần với người xung quanh khi có thể. Trong một mức độ ít hơn, cúm lan truyền do đụng chạm vào những vật dơ có nhiễm vi rút cúm và rồi những những vật này truyền từ tay đến mũi, miệng hoặc mắt. Cúm cũng có thể truyền từ những hạt nhỏ chứa mầm bệnh bay trong không khí. Mỗi một cách nhiễm bệnh cúm do sự lây lan cúm hiện tại vẫn còn là ẩn số và thay đổi dựa vào tính chất độc hại của vi rút cúm.

Phân Loại Mức Độ Ảnh Hưởng Bởi Đại Dịch Cúm Tại Nơi Làm Việc

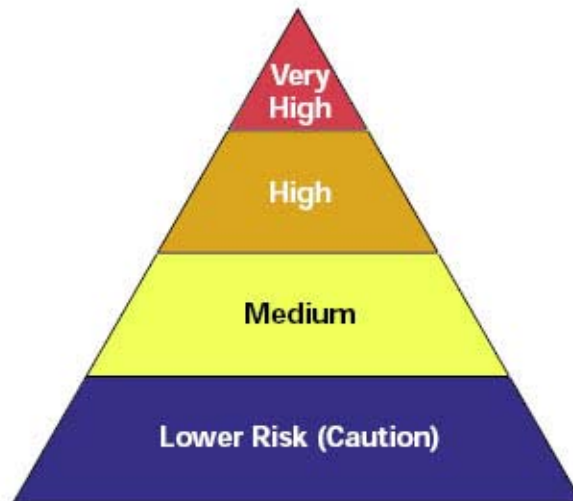
Nhân viên có nguy cơ bị nhiễm cúm trong thời gian đại dịch có thể thay đổi từ rất cao đến cao, trung bình, hoặc thấp (phải cẩn thận). Nguy cơ bị cúm tùy thuộc một phần vào công việc có tiềm năng tiếp xúc với người bị nhiễm vi rút cúm, hay thường xuyên tiếp xúc hoặc kéo dài thời gian tiếp xúc với những mầm bệnh biết trước hoặc nghi là có chứa mầm bệnh như là các đồng nghiệp, người xung quanh, bệnh nhân ngoại trú, học sinh hoặc những cá nhân hay nhóm người khác.

- Ngành nghề có nguy cơ bị nhiễm cúm rất cao là những nhân viên có tiềm năng tiếp xúc với số lượng rất cao những người bị nhiễm vi rút cúm, hay tiếp xúc với nhiều thành phần nghi là có chứa mầm bệnh trong suốt thời gian chăm sóc y tế hoặc thử nghiệm.
- Ngành nghề có nguy cơ bị nhiễm cúm cao là những nhân viên có tiềm năng tiếp xúc với số lượng rất cao những người bị nhiễm vi rút cúm, hay tiếp xúc với những thành phần nghi là có mang vi rút cúm.
- Ngành nghề có nguy cơ bị nhiễm cúm trung bình bao gồm những công việc thường xuyên tiếp xúc gần (trong vòng 6 ft) với những người bị nhiễm vi rút cúm hay bị nghi là có mang vi rút cúm như là đồng nghiệp, người xung quanh, bệnh nhân ngoại trú, học sinh hoặc những cá nhân hay nhóm người khác.
- Ngành nghề có nguy cơ bị nhiễm cúm thấp là những ai không tiếp xúc với những thành phần có mang vi rút cúm, hoặc không tiếp xúc gần với người xung quanh (trong vòng 6 ft). Mặc dầu ở mức độ có nguy cơ thấp, tuy nhiên, chủ nhân nên thận trọng và phác thảo những kế hoạch nhằm giảm thiểu sự truyền nhiễm cúm đến nhân viên.

Chủ nhân của những cơ sở có tầm quan trọng và nhân viên ở những cơ quan then chốt (như là cảnh sát, cấp cứu, hay sở điện nước công cộng) nên tăng cường biện pháp đề phòng vì họ thường có nguy cơ tiếp cận với nguy hiểm do chức năng của công việc cũng như tiềm năng gặp phải những nguy hiểm trong suốt thời gian có đại dịch (ví dụ, họ cần được huấn luyện kỹ càng hoặc có chứng chỉ)

Để giúp chủ nhân quyết định những phương pháp làm việc đúng đắn và biện pháp đề phòng đại dịch, OSHA chia nơi làm việc và các cơ sở kinh doanh ở 4 mức độ ảnh hưởng khác nhau, dựa theo ngành nghề có nguy cơ bị nhiễm dịch cúm. Những mức độ này được xếp theo hình kim tự tháp để cho thấy nơi làm việc có thể bị ảnh hưởng bởi đại dịch cúm như thế nào (xem trang 7). Đa số nơi làm việc ở Mỹ nằm trong mức ảnh hưởng từ trung bình hoặc thấp hơn.

Ngành có nguy cơ bị ảnh hưởng bởi Đại Dịch Cúm



Có Nguy Cơ Rất Cao:

- Nhân viên y tế (ví dụ, bác sĩ, y tá, nha sĩ) điều trị bệnh nhân bị bệnh cúm hoặc nghi là có mầm bệnh cúm (ví dụ, khám bệnh nhân ho, soi phế quản, chữa trị răng, hoặc thử nghiệm các mẫu thử)
- Nhân viên y tế hoặc làm trong phòng thí nghiệm thu thập và xử lý các mẫu thử từ bệnh nhân bị bệnh cúm hoặc nghi là có mầm bệnh cúm (ví dụ, sinh hoạt với bệnh nhân bị bệnh cúm hoặc nghi là có mầm bệnh cúm).

Có Nguy Cơ Cao:

- Nhân viên hỗ trợ và làm trong ngành y tế có nguy cơ bị nhiễm cúm từ bệnh nhân (ví dụ, bác sĩ, y tá, và nhân viên làm trong bệnh viện phải vào phòng bệnh nhân)
- Nhân viên chuyên chở bệnh nhân bị hoặc nghi là có bệnh cúm trong xe cứu thương (ví dụ, chuyên viên y tế làm việc trong xe cấp cứu)
- Nhân viên mổ xác khám nghiệm bệnh nhân bị hoặc nghi là có bệnh cúm.

Có Nguy Cơ Trung Bình:

Nhân viên thường xuyên tiếp xúc với dân chúng (như là trường học, làm việc trong môi trường đông đúc, và một vài ngành bán lẻ có đông khách hàng)

Có Nguy Cơ Thấp:

Nhân viên làm những công việc ít tiếp xúc với dân chúng hoặc đồng nghiệp (ví dụ, nhân viên văn phòng)

Làm Sao Để Duy Trì Hoạt Động Kinh Doanh Trong Thời Gian Có Đại Dịch Cúm?

Là một chủ nhân, bạn có vai trò quan trọng trong việc bảo vệ an toàn và sức khỏe cho nhân viên, và giảm thiểu ảnh hưởng của đại dịch cúm. Điều quan trọng là bạn cần phối hợp với cơ quan chức năng trong cộng đồng để đưa kế hoạch đối phó của bạn vào kế hoạch của địa phương và tiểu bang, đặc biệt nếu hoạt động kinh doanh của bạn là một phần của cơ sở hạ tầng và là tài nguyên then chốt. Sự phối hợp với kế hoạch của địa phương sẽ cho phép bạn truy cập thông tin

và nhận sự hỗ trợ nhanh chóng để duy trì hoạt động kinh doanh của bạn và bảo vệ nhân viên an toàn.

Phác Thảo Kế Hoạch Đối Phó Thảm Họa

Phác thảo một kế hoạch đối phó thảm họa bao gồm sự chuẩn bị cho đại dịch cúm ([xem www.pandemicflu.gov/plan/businesschecklist.html](http://www.pandemicflu.gov/plan/businesschecklist.html)) và xem xét lại và tập dượt đều đặn.

- Nhận biết và xem xét lại những kế hoạch cho đại dịch cúm của địa phương, tiểu bang và liên bang. Kết hợp những hành động thích hợp từ những kế hoạch này vào kế hoạch đối phó thảm họa tại nơi làm việc.
- Chuẩn bị và lên kế hoạch cho những hoạt động kinh doanh với nhân lực thiếu hụt.
- Làm việc với công ty cung cấp để bảo đảm bạn có thể tiếp tục hoạt động và cung cấp dịch vụ của mình.
- Phác thảo một chính sách nghỉ bệnh để nhân viên có quyền nghỉ mà không bị phạt, và khuyến khích nhân viên có triệu chứng cúm (ví dụ, sốt, nhức đầu, đau họng, chảy mũi, đau cơ bắp, hay rối loạn bao tử) ở nhà để khỏi lây cúm đến người khác. Chấp thuận những nhân viên có thân nhân bị bệnh được phép ở nhà để chăm lo.
- Nhận diện những nguy hiểm có thể ảnh hưởng đến sức khỏe của nhân viên. Nhân viên của bạn có tiếp xúc với người bị cúm như là trong bệnh viện hay phòng khám bệnh không? Nhân viên của bạn có thường xuyên tiếp xúc với công chúng hay không?
- Hạn chế tối đa mức ảnh hưởng của cúm đến nhân viên và công chúng. Ví dụ, sẽ có nhiều nhân viên làm việc ở nhà. Điều này đòi hỏi có một sự nâng cấp về kỹ thuật và trang bị thiết bị liên lạc để tiện cho công việc.
- Nhận diện những công việc nào là quan trọng và nhân viên nào cần thiết để duy trì những trách nhiệm và hoạt động kinh doanh. Chuẩn bị huấn luyện và phác thảo những cách thức khác nhằm khi thiếu vắng những nhân viên này. Chúng tôi đề nghị rằng chủ nhân huấn luyện trên ba nhân viên để họ có khả năng duy trì chức năng và hoạt động kinh doanh cần thiết, và liên lạc với nhân viên sẵn có để thực hiện các chức năng này khi cần trong thời gian có đại dịch.
- Có kế hoạch giảm bớt các dịch vụ nhưng cũng nên lường trước bất kỳ viễn cảnh có thể đòi hỏi một sự tăng trưởng trong các dịch vụ.
- Nhận ra rằng, trong cuộc sống thường nhật, với những nhân tố nguy hiểm không thuộc nghề nghiệp mà tất cả nhân viên sẽ đối diện tại nhà và tại các cơ sở cộng đồng nên được giảm xuống mức có thể. Chủ nhân nên cân nhắc khi lên kế hoạch để đối phó với đại dịch có tiềm năng xảy ra cho một số nhân viên có những nhân tố nguy hiểm cá nhân (tức là, cá nhân có hệ miễn dịch yếu và phụ nữ có thai).
- Dự trữ những đồ như xà phòng, khăn giấy, giấy lau tay có sát trùng, dụng cụ vệ sinh và dụng cụ bảo hộ cá nhân. Khi cất giữ, hãy để ý đến ngày hết hạn của mỗi sản phẩm và điều kiện cất giữ (tức là, tránh những nơi ẩm ướt hoặc những nơi quá nóng hay quá lạnh)

và sử dụng theo vòng tùy vào ngày cắt (tức là, dùng trước những thứ đã cắt giữ lâu) trong chương trình dự trữ của bạn.

- Bảo đảm rằng kế hoạch của bạn bảo vệ và giúp nhân viên, khách hàng và công chúng. Đề ý đến những quan tâm của nhân viên về lương bổng, nghỉ phép, an toàn và sức khỏe. Nhân viên nhận được thông tin sẽ cảm thấy an toàn tại hãng và thường ít khi vắng mặt.
- Phác thảo chính sách và cách làm việc để có sự cách xa nhau giữa các nhân viên, khách hàng và công chúng. Xem xét cách làm việc để giảm thiểu tiếp xúc đối mặt giữa các nhân viên như là email, trang mạng và những cuộc nói chuyện viễn thông. Chính sách và cách làm việc cho phép nhân viên làm việc từ nhà hoặc bố trí các ca làm việc là quan trọng khi nhiều nhân viên vắng mặt.
- Tổ chức và lập ra một nhóm người hoặc một trung tâm phục vụ như là một nguồn thông tin để nhân viên và khách hàng có thông tin đúng đắn trong suốt thời gian có đại dịch.
- Làm việc với nhân viên và công đoàn của họ để trình bày về việc nghỉ phép, tiền lương, chuyên chở, di chuyển, chăm sóc con cái, vắng mặt và những vấn đề nhân sự khác.
- Cung cấp cho nhân viên và khách hàng tại nơi làm việc những vật dụng kiểm soát nhiễm bệnh như xà phòng, khăn giấy sát trùng, dụng cụ bảo hộ cá nhân (như là găng tay hay khẩu trang), khăn giấy và vật dụng vệ sinh văn phòng.
- Cung cấp huấn luyện, giáo dục và tài liệu thông tin cho những công việc có chức năng quan trọng về kinh doanh và sức khỏe và an toàn của nhân viên, bao gồm cách làm việc hợp vệ sinh và dùng dụng cụ bảo hộ cá nhân tại nơi làm việc. Bảo đảm rằng tài liệu thông tin làm ra dưới những dạng phù hợp cho người khuyết tật và người kém Anh ngữ. Khuyến khích nhân viên chăm sóc sức khỏe bằng cách ăn uống điều độ, nghỉ ngơi nhiều và đi chính ngừa cúm.
- Làm việc với công ty bảo hiểm, và cơ quan y tế địa phương và tiểu bang để cung cấp thông tin đến nhân viên và khách hàng về việc chăm sóc y tế trong trường hợp có đại dịch.
- Giúp đỡ nhân viên trong việc kiềm chế những căng thẳng lo âu thái quá liên quan đến đại dịch, bao gồm những lo âu về bệnh của mình hay của những thành viên trong gia đình, cuộc sống bị xáo trộn, đau buồn về sự mất mát trong gia đình, bạn bè hoặc đồng nghiệp, mất hệ thống hỗ trợ thường nhật, và những thử thách tương tự. Sự thông tin chính xác và đúng lúc cũng sẽ rất quan trọng trong việc giảm bớt nỗi lo sợ khi có đại dịch. Chủ nhân nên cung cấp những cơ hội để nhân viên nhận được sự giúp đỡ, tư vấn, và nếu cần thiết, chủ nhân giới thiệu đến các cơ quan y tế để kiểm tra tâm lý. Hiện tại, chủ nhân nên có chương trình hỗ trợ nhân viên để huấn luyện và cung cấp tài liệu và hướng dẫn nhân viên về sức khỏe tinh thần và khả năng hồi phục trước và trong khi có đại dịch.

Bảo Vệ Nhân Viên và Khách Hàng

Hướng dẫn và huấn luyện nhân viên rửa tay sạch sẽ, che miệng khi ho và phương pháp nhằm giới hạn giao tiếp. Hiểu và phác thảo phương cách làm việc đúng và kiểm soát kỹ thuật có thể bảo vệ nhân viên và khách hàng tốt hơn, như là: mua hàng từ cửa sổ, gắn tấm chắn che ho, máy thông gió, cách sử dụng và vứt bỏ dụng cụ bảo hộ cá nhân.

Đây chưa hẳn là những đề nghị đầy đủ. Điều quan trọng nhất trong việc kế hoạch đối phó đại dịch là làm việc với nhân viên, cơ quan địa phương và tiểu bang và những chủ nhân khác để phác thảo những kế hoạch hợp tác để duy trì hoạt động kinh doanh của bạn và giữ an toàn cho nhân viên và công chúng. Chia sẻ những gì bạn biết, sẵn sàng thu nhận những ý tưởng của nhân viên, rồi nhận ra và chia sẻ những cách phòng ngừa hữu hiệu cho các chủ nhân khác trong cộng đồng và với hiệp hội thương mại địa phương.

Các Cơ Quan Cần Làm Gì Để Bảo Vệ Nhân Viên Của Mình?

Đối với hầu hết chủ nhân, muốn bảo vệ nhân viên thì phải chú trọng vào việc giữ gìn vệ sinh sạch sẽ (khử trùng tay và các nơi chạm đến) và hạn chế giao tiếp (social distancing) (xem trang 29 để biết thêm chi tiết). Hạn chế giao tiếp nghĩa là giảm bớt số lần, mức độ gần, và thời gian giao tiếp với người khác (cả nhân viên lẫn khách hàng) để giảm bớt nguy cơ truyền nhiễm dịch cúm từ người này sang người khác. Mọi chủ nhân nên thực hiện thói quen kiểm soát vệ sinh và khử trùng.

Chuyên gia an toàn và sức khỏe nghề nghiệp áp dụng một khuôn khổ làm việc được gọi là "hệ thống kiểm soát theo cấp bậc" để chọn ra biện pháp thích hợp đối phó với nguy hiểm tại nơi làm việc. Chiến lược ưu tiên của hệ thống kiểm soát theo cấp bậc dựa trên tiên đề: biện pháp tốt nhất để đề phòng nguy hiểm là khắc phục nguy hiểm tại nơi làm việc một cách có hệ thống, thay vì phụ thuộc vào nhân viên để họ tự giảm bớt nguy hiểm. Trong trường hợp có đại dịch cúm, hệ thống kiểm soát này phải được áp dụng phối hợp với các khuyến cáo y tế xã hội hiện hành. Các biện pháp có thể áp dụng để bảo vệ bạn, nhân viên, và khách hàng (liệt kê theo thứ tự hiệu quả từ cao đến thấp) gồm có: kiểm soát kỹ thuật, kiểm soát hành chánh, thực tập công việc, và dụng cụ bảo vệ cá nhân (PPE). Hầu hết chủ nhân sẽ áp dụng biện pháp kết hợp của vài loại kiểm soát. Mỗi biện pháp kiểm soát đều có điểm lợi và điểm hại nếu xét trên phương diện thuận lợi khi thực hiện, mức hiệu quả và phí tổn. Thí dụ, giữ vệ sinh và hạn chế giao tiếp có thể thực hiện tương đối dễ dàng và ít phí tổn, nhưng biện pháp kiểm soát này đòi hỏi nhân viên phải thay đổi và duy trì cách hành xử của họ, cho nên điều này khó có thể kéo dài lâu được. Mặt khác, gắn thêm tấm chắn trong suốt hoặc cửa sổ để khách hàng đặt hàng qua cửa sổ sẽ tốn nhiều chi phí và cần nhiều thời gian để hoàn tất, nhưng lâu dài, biện pháp này rất hiệu quả trong việc ngăn ngừa truyền nhiễm khi có đại dịch. Chủ nhân phải đánh giá cho từng nơi làm việc đặc thù của họ để phác thảo kế hoạch bảo vệ nhân viên. Kế hoạch này có thể kết hợp biện pháp ứng phó khẩn cấp và giải pháp lâu dài.

Sau đây là phần giải thích về mỗi loại kiểm soát:

Kiểm Soát Công Việc và Kiểm Soát Kỹ Thuật – Từ trước đến nay, chuyên gia ngăn ngừa bệnh truyền nhiễm thường lệ thuộc vào trang bị bảo vệ cá nhân (thí dụ như khẩu trang và găng tay) để dùng làm vật cản ngăn ngừa sự truyền nhiễm của bệnh tật có tính lan truyền từ người này sang người khác. Điều này phản ánh một thực trạng rằng tiếp xúc gần gũi với bệnh nhân mang bệnh truyền nhiễm là điều khó có thể tránh khỏi trong những nghề chăm sóc y tế. Nguyên tắc về vệ sinh kỹ nghệ cho thấy rằng kiểm soát kỹ thuật và thực tập công việc cũng có thể áp dụng để ngăn ngừa sự truyền nhiễm và ít lệ thuộc vào hành vi và cách hành xử của nhân viên. Kiểm soát thực tập là cách thức thi hành công việc an toàn và đúng phương pháp nhằm giảm bớt thời gian, số lần, và mức độ tiếp xúc với nguy hiểm. Khi xác định đặc điểm và tính chất của việc kiểm soát thực tập, chủ nhân nên tham khảo ý kiến của nhân viên, vì họ là những người có kinh nghiệm trực tiếp với công việc. Quản lý viên, giám thị viên và công nhân phải hiểu và thực hiện theo đúng những

loại kiểm soát này. Nếu kiểm soát thực tập không đủ để bảo vệ nhân viên, chủ nhân có thể áp dụng thêm biện pháp kiểm soát kỹ thuật.

Kiểm soát kỹ thuật bao hàm việc thay đổi môi trường làm việc để giảm bớt nguy hiểm trong công việc. Loại kiểm soát này được yêu chuộng hơn những loại kiểm soát khác vì chúng có thể cải thiện điều kiện nơi làm việc lâu dài, và không phụ thuộc vào hành vi và cách hành xử của nhân viên hoặc khách hàng. Trong việc giảm bớt nguy hiểm nơi làm việc, thực hiện kiểm soát kỹ thuật có thể là một giải pháp mang lại kết quả cao nhất và ít tốn kém nhất cho chủ nhân.

Trong thời kỳ có đại dịch, áp dụng kiểm soát kỹ thuật trong việc giảm bớt nguy cơ truyền nhiễm dịch cúm là biện pháp hữu hiệu trong vài trường hợp, nhưng vô hiệu trong những trường hợp khác. Thí dụ, gắn tấm chắn che ho tại nơi nhân viên thường xuyên tiếp xúc với khách hàng có thể ngăn chặn được sự truyền nhiễm. Công dụng của phương pháp đề phòng bằng tấm chắn, như tấm che ho, rất thực tiễn cho việc ngăn ngừa bệnh lây lan và tăng cường vệ sinh công nghiệp. Tuy tấm chắn có công dụng ngăn ngừa sự truyền nhiễm giữa nhân viên và khách hàng, nhưng đồng nghiệp vẫn có nguy cơ lây nhiễm cho nhau. Vì thế, kiểm soát hành chánh và các biện pháp y tế công cộng cần được thực hiện song song với kiểm soát kỹ thuật.

Sau đây là một vài thí dụ về kiểm soát thực tập công việc:

- Cung cấp vật dụng vệ sinh và tạo môi trường làm việc sạch sẽ. Thí dụ, cung cấp khăn giấy, thùng rác không cần dùng tay để mở nắp, xà phòng rửa tay, thuốc khử trùng, khăn giấy sử dụng một lần rồi bỏ để nhân viên lau chùi nơi làm việc của họ.



- Khuyến khích nhân viên nên đi chích ngừa cúm hàng năm (điều này có thể giúp ích trong việc phòng ngừa bệnh cúm từ siêu vi khuẩn cúm biến dạng theo mùa đang lan truyền).
- Huấn luyện nhân viên và cung cấp thông tin cập nhật về những yếu tố nguy hiểm của bệnh cúm, những biện pháp đề phòng, và hướng dẫn cách hành xử đúng đắn (thí dụ, che khi ho và bảo trì trang bị bảo vệ cá nhân).
- Lập nội quy để giảm thiểu mức giao tiếp giữa nhân viên và khách hàng hoặc thân chủ. Để biết thêm chi tiết về biện pháp bảo vệ cho bạn, đồng nghiệp, nhân viên, và gia đình của bạn, xem trang mạng www.pandemicflu.gov.



Sau đây là một vài thí dụ về kiểm soát kỹ thuật:

- Gắn tấm chắn, như tấm che ho và hắt hơi (sneeze guards) được làm bằng kiếng trong suốt.

- Gắn thêm cửa sổ để cho những người lái xe đặt hàng qua cửa sổ.
- Trong một vài cơ sở chăm sóc y tế, có những thao tác phát sinh khí, cần phải gắn hệ thống thông gió đặc biệt giảm thiểu áp suất.

Kiểm Soát Hành Chánh – Kiểm soát hành chánh bao gồm việc kiểm soát lịch trình làm việc của nhân viên mà qua đó có thể giúp họ giảm bớt nguy cơ tiếp xúc với nguy hiểm. Vài ví dụ kiểm soát hành chánh gồm có:

- Lập nội quy khuyến khích nhân viên nên nghỉ ở nhà nếu bị bệnh.
- Nếu không cần thiết, chấm dứt tới lui những địa điểm có tỷ lệ truyền nhiễm cao.
- Cân nhắc để làm việc qua điện thư, mạng lưới, hội nghị qua điện thoại, thay vì phải tiếp xúc trực diện. Nếu có thể, nên sắp xếp công việc linh động như làm việc ở nhà qua máy điện toán hoặc uyển chuyển trong việc phân định giờ giấc làm việc để giảm bớt số lượng nhân viên cùng làm việc trong một thời điểm và địa điểm.
- Xét đến việc giao hàng hoặc đưa dịch vụ đến tận nhà để giảm bớt số lượng khách hàng phải đến cơ sở.
- Soạn thảo kế hoạch liên lạc trong trường hợp khẩn cấp. Lập diễn đàn để giải đáp quan tâm và thắc mắc của nhân viên. Mở đường dây liên lạc qua mạng lưới nếu có thể.

Dụng Cụ Bảo Vệ Cá Nhân (PPE) – Mặc dù phương pháp kiểm soát hành chánh, kiểm soát kỹ thuật và thực tập công việc đúng được xem là những biện pháp hữu hiệu trong việc giảm thiểu nguy cơ truyền nhiễm siêu vi khuẩn cúm, nhưng sử dụng PPE cũng rất hữu hiệu trong vài trường hợp. Nếu sử dụng đúng cách, dụng cụ bảo vệ cá nhân có thể ngăn ngừa một vài nguy hiểm; tuy nhiên, nên được sử dụng phối hợp với những biện pháp đề phòng khác, như kiểm soát kỹ thuật, giữ vệ sinh khi ho, và vệ sinh cá nhân (xem www.cdc.gov/flu/protect/stopgerms.htm). Thí dụ, những loại trang bị này là găng tay, kính bảo hộ, gương bảo hộ, khẩu trang, và mặt nạ phòng độc (như loại N-95). Điều quan trọng là dụng cụ bảo vệ cá nhân phải:

- Được chọn lựa thích ứng nhằm đối phó với nguy hiểm;
- Phải vừa vặn và vài loại phải được tái ướp thử theo định kỳ (thí dụ mặt nạ);
- Được trang bị đúng cách và chu toàn;
- Thường xuyên được bảo trì và đổi mới khi cần thiết;
- Được tháo gỡ và vứt bỏ đúng cách để đề phòng truyền nhiễm cho mình và cho người khác và tránh làm ô nhiễm môi sinh.

Chủ nhân phải có trách nhiệm cung cấp cho nhân viên trang bị bảo vệ cần thiết để giúp họ giữ an toàn trong lúc thi hành công việc. Những loại PPE được khuyên nên sử dụng để phòng dịch cúm còn tùy thuộc vào xác suất lây nhiễm bệnh cúm trong lúc làm việc và số lượng PPE hiện có. Hãy xem trang mạng www.pandemicflu.gov để được chỉ dẫn thêm.

Sự Khác Biệt Giữa Khẩu Trang và Mặt Nạ

Điều quan trọng là chủ nhân và nhân viên hiểu được sự khác biệt rõ ràng của những loại trang bị bảo vệ này. Việc dùng khẩu trang hay mặt nạ còn tùy vào kết quả phân tích nguy hiểm ở môi trường làm việc và sự khác biệt tính chất của mỗi loại thiết bị này. Áp dụng khẩu trang và mặt nạ là một trong những biện pháp ngăn ngừa truyền nhiễm từ người sang người.

Một điểm cần chú ý đó là tài liệu về công dụng của khẩu trang trong việc phòng ngừa dịch cúm rất eo hẹp khi chưa biết rõ đường truyền nhiễm của bệnh dịch. Mãi cho đến nay vẫn chưa có tài liệu nói về công dụng của mặt nạ phòng độc trong những trường hợp như vậy, vì trận đại dịch trước đây chưa có những loại mặt nạ tân tiến như ngày nay. Tuy nhiên ngày nay, mặt nạ rất thông dụng trong việc bảo vệ nhân viên phòng ngừa nguy hiểm nghề nghiệp, bao gồm vi trùng lao phổi, bệnh than, và vi trùng dịch hạch. Mức hiệu quả của khẩu trang và mặt nạ phòng độc được kết luận dựa trên cách thức truyền nhiễm, kích thước vi tố (particle), và sự đánh giá của các chuyên gia.

Để có khả năng bảo vệ, khẩu trang và mặt nạ phòng độc phải được trang bị đúng cách và phù hợp trong toàn thời gian sử dụng. Nếu dùng đúng cách, khẩu trang và mặt nạ phòng độc sẽ có khả năng ngăn ngừa nhiều mầm bệnh khác nhau. Trong thời kỳ dịch cúm, khẩu trang và mặt nạ phòng độc nên được dùng để kết hợp với vài biện pháp đề phòng khác để ngăn ngừa truyền nhiễm, như che khi ho, vệ sinh tay, và tránh tụ họp.

Khẩu Trang Y Tế – Khẩu trang y tế được dùng để bảo vệ nhân viên tránh bị máu hoặc dung dịch cơ thể văng trúng vào mặt. Khẩu trang y tế cũng có công dụng ngăn ngừa vi khuẩn truyền nhiễm bằng cách ngăn chặn một số lượng lớn dung dịch cơ thể có chứa vi khuẩn và siêu vi khuẩn do người bệnh tiết ra, như vậy có thể tránh lây nhiễm cho những người khác.

Công dụng của khẩu trang y tế được dùng trong vài trường hợp như sau:

- Trang bị cho bệnh nhân để ngăn chặn hơi thở mang mầm bệnh do bệnh nhân tiết ra lây nhiễm đến người khác.
- Trang bị cho nhân viên y tế để đề phòng sơ ý bị lây nhiễm từ những vết thương của bệnh nhân có chứa loại vi trùng rất thường thấy trong nước nhầy và nước bọt.
- Trang bị cho nhân viên để tránh bị máu và dung dịch cơ thể văng trúng; khẩu trang còn có công dụng đề phòng tay và ngón tay mang mầm bệnh chạm vào mũi và miệng.

Khẩu trang y tế không có khả năng ngăn chặn độc khí khi hít vào. Những độc khí này rất nhỏ khó có thể thấy bằng mắt thường nhưng lại có khả năng gây bệnh rất cao. Cách thiết kế của khẩu trang y tế không có chức năng áp sát vào mặt của người sử dụng. Nên khi hít thở, một số lượng lớn vi tố mang mầm bệnh dễ dàng xuyên qua lỗ hổng, như thế sẽ không đi qua bộ lọc của khẩu trang, do đó mất đi khả năng lọc khí sẵn có của khẩu trang. Khả năng lọc khí có thể thay đổi rất nhiều tùy theo chất liệu sản phẩm dùng sản xuất khẩu trang, vì thế chúng không đáng tin cậy trong việc bảo vệ nhân viên ngăn chặn những tác nhân gây bệnh trong không khí. Chỉ những loại khẩu trang y tế đã được Cơ Quan Kiểm Soát Thực Phẩm và Dược Phẩm (U.S. Food and Drug Administration - FDA) chấp thuận và những loại được buôn bán hợp pháp tại Hoa Kỳ thì

đã được kiểm nghiệm và có khả năng ngăn ngừa mầm bệnh truyền nhiễm từ máu và dung dịch cơ thể.

Mặt Nạ Phòng Độc – Công dụng của mặt nạ phòng độc là để bảo vệ nhân viên ngăn ngừa những tác nhân gây bệnh có trong không khí. Mặt nạ phòng độc được thiết kế với một lớp chắn kín nằm trên cạnh của mặt nạ để áp sát vào da mặt. Khi hít thở, lớp chắn kín này có chức năng đưa không khí chuyển tới bộ lọc khí của mặt nạ chứ không luồng vào qua kẽ hở giữa da mặt và mặt nạ. Mặt nạ phòng độc phải được dùng chiếu theo chương trình bảo vệ hô hấp toàn diện (xem tiêu chuẩn 29 của CFR 1910.134 của OSHA, hoặc www.osha.gov/SLTC/respiratoryprotection/index.html). Điều quan trọng là phải nhận định xem mặt nạ phòng độc có ảnh hưởng đến thao tác làm việc của nhân viên hay không. Việc này cũng rất dễ thực hiện qua việc thăm dò ý kiến từ những câu hỏi (trong Phụ Lục C Tiêu Chuẩn Bảo Vệ Hô Hấp 29 CFR 1910.134 của OSHA). Chủ nhân nào trước đây chưa từng lập ra kế hoạch bảo vệ hô hấp nên chú ý rằng việc chọn lựa loại mặt nạ nào để cho nhân viên sử dụng và việc tổ chức huấn luyện, mang thử, và định giá tình trạng sức khỏe của nhân viên sẽ tốn rất nhiều thời gian. Nếu chủ nhân đợi đến khi đại dịch thật sự xảy ra, họ có thể sẽ không kịp thời lập ra kế hoạch hoàn chỉnh về việc phòng ngừa bằng mặt nạ phòng độc.

Các Loại Mặt Nạ Phòng Độc

Mặt nạ phòng độc có thể là loại cung cấp dưỡng khí (thí dụ, bộ máy dưỡng khí mà nhân viên cứu hỏa thường dùng) hoặc loại lọc khí (thí dụ như mặt nạ phòng hơi độc có khả năng lọc ra hơi độc trong không khí). Hầu hết những nhân viên chịu sự tác hại của đại dịch cúm và cần có mặt nạ phòng độc để giảm thiểu khả năng bị nhiễm siêu vi khuẩn cúm tại nơi làm việc, thì nên dùng loại mặt nạ có khả năng lọc khí. Loại này còn được gọi là "mặt nạ phòng vi tổ" vì chúng có khả năng lọc ra vi tổ trong không khí khi hít thở. Loại mặt nạ này chỉ có công dụng lọc ra vi tổ nhưng vô dụng đối với khí ga và hơi nước. Vì những tác nhân sinh học như vi khuẩn và siêu vi khuẩn là loại vi tổ, nên mặt nạ phòng vi tổ có khả năng lọc được chúng.

Mặt nạ lọc khí được chia thành nhiều loại như sau:

- Loại mặt nạ phòng độc *có bộ lọc che cả mặt hoặc chỉ dùng một lần rồi bỏ*, là loại có gắn bộ lọc ngay trên mặt nạ. Loại mặt nạ phòng độc này thường được quy vào loại mặt nạ phòng độc "N-95". Có thể vứt bỏ khi chúng không còn thích hợp sử dụng sau này vì gây khó thở, (thí dụ như vi tổ lấp kín bộ lọc), bị dơ bẩn hoặc hư hao.
- *Mặt nạ phẫu thuật (surgical respirators)* là loại thiết bị bảo vệ hô hấp được kết hợp tính chất và khả năng bảo hộ của hai loại mặt nạ phòng độc có bộ lọc che cả mặt và loại khẩu trang (surgical mask). Mặt nạ phẫu thuật N95 đã được NIOSH chứng nhận và cũng được FDA liệt vào loại thiết bị y tế. Qua thử nghiệm của FDA cho thấy loại này có tính chất **trương tự** như khẩu trang trong vài công dụng đặc biệt (khả năng chống thấm thấu của máu, tính tương thích sinh học (*biocompatibility*)), nhưng điều này NIOSH không kiểm duyệt trong khi chứng nhận mặt nạ phòng độc N95.
- *Mặt nạ phòng độc làm bằng chất nhựa đàn hồi hoặc có thể tái sử dụng*, có thể lau chùi, bảo trì và tái sử dụng, nhưng bộ lọc khí cần phải thay mới khi chúng không còn thích hợp tiếp tục sử dụng. Những loại mặt nạ phòng độc này có loại bán diện (che miệng và mũi) và loại toàn diện (che miệng, mũi, và mắt). Những loại mặt nạ hô hấp này có thể kết hợp với nhiều loại bộ lọc khác để đối phó với nhiều loại nguy hiểm khác nhau. Những loại mặt nạ này có thể kết hợp với bộ lọc có công dụng lọc khí ga và hơi bốc.

- *Mặt nạ lọc khí chạy bằng điện*, (PAPRs) có quạt gió hút khí độc qua hệ thống lọc khí, và chuyển khí đã được lọc vào mặt nạ của người sử dụng. PAPRs đặc biệt đắt tiền hơn những loại mặt nạ lọc khí khác, nhưng loại này có khả năng bảo vệ cao hơn và tạo cảm giác thoải mái cho người sử dụng, bằng cách giảm bớt gánh nặng tạo ra bởi áp suất âm của mặt nạ phòng độc (là loại có áp suất bên trong mặt nạ thấp hơn áp suất bên ngoài) và liên tục cung cấp khí lên mặt. Loại mặt nạ này cũng có thể kết hợp với bộ lọc có công dụng lọc khí ga và hơi bốc. Điều cần chú ý là đối với mặt nạ lọc khí PAPRs loại trùm kín cả đầu thì không cần đòi hỏi nhân viên phải ướm thử trước khi sử dụng.

Các loại mặt nạ phòng độc dùng ở nơi làm việc phải được kiểm soát và phải có chứng nhận của National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH). Các mặt nạ phòng độc được NIOSH chứng nhận đều có những ký hiệu như sau: tên nhà sản xuất, số sản phẩm, và phân loại của bộ lọc (thí dụ, N95), và "NIOSH". Những ký hiệu này được đánh dấu trên mặt ngoài của mặt nạ, nắp đậy của ống dẫn khí, hoặc ở phía đầu của dây đai. Nếu mặt nạ phòng độc không có những ký hiệu này có nghĩa là chưa được NIOSH kiểm chứng. Những loại mặt nạ phòng độc thuộc loại mặt nạ phẫu thuật N95 cũng đã được FDA kiểm chứng, vì thế, chúng thích hợp sử dụng trong những trường hợp cần ngăn ngừa mầm bệnh có trong không khí hoặc dung dịch cơ thể.

Khi quyết định chọn lựa giữa hai loại mặt nạ phòng độc sử dụng một lần và loại sử dụng nhiều lần, người chủ nên cân nhắc đến môi trường làm việc của mình, tình hình dịch cúm, và tình trạng thiếu hụt vật liệu. Mỗi trận dịch bùng phát thường kéo dài từ 6 đến 8 tuần và những đợt nhỏ sau đó có thể liên tục kéo dài đến hơn một năm. Mặt nạ phòng độc sử dụng một lần có thể tiện lợi và rẻ tiền nếu tính theo số lượng, nhưng đối với mặt nạ phòng độc loại có thể tái sử dụng nhiều lần thì có thể tiết kiệm được rất nhiều trên phương diện lâu dài và ít chịu ảnh hưởng khi mặt nạ bị thiếu hụt.

Phân Loại Của Mặt Nạ và Bộ Lọc Vi tổ

N95 là một trong chín loại mặt nạ phòng độc có chức năng lọc vi tổ. Bộ lọc của mặt nạ loại này có thể lọc đến 95 phần trăm các loại vi tổ khi thí nghiệm trong “trường hợp tệ hại nhất”, nghĩa là dùng những loại vi tổ có kích thước dễ xuyên thấu nhất. Loại này được xếp hạng 95. Những loại lọc được ít nhất 99 phần trăm vi tổ trong những điều kiện tương tự được xếp hạng 99, và những loại lọc được ít nhất 99.97 phần trăm (gần như 100 phần trăm) thì được xếp hạng 100.

Ngoài ra, bộ lọc thuộc loại này được đánh dấu bằng ký hiệu N, R, hoặc P để cho biết khả năng hoạt động của chúng khi có sự hiện diện của chất dầu tại vài nơi làm việc.

"N" nghĩa là chúng không có khả năng chống dầu. (như N95, N99, N100)

"R" nghĩa là chúng có một ít khả năng chống dầu. (như R95, R99, R100)

"P" nghĩa là chúng có khả năng chống dầu cao (thí dụ như không thấm dầu). (như, P95, P99, P100)

Sự phân loại này rất quan trọng đối với những môi trường làm việc có sự hiện diện của dầu, bởi vì dầu công nghiệp có thể làm suy thoái chức năng lọc khí của bộ lọc đến mức không còn khả năng lọc khí thoả đáng. Như thế, ba chức năng lọc khí kết hợp với ba loại ký hiệu chống dầu trở thành chín loại mặt nạ phòng độc có bộ lọc vi tổ. Cần chú ý rằng các loại bộ lọc được liệt kê ở

trên đều có thể dùng để ngăn ngừa dịch cúm ở những nơi làm việc không có đầu, đặc biệt trong trường hợp thiếu hụt loại mặt nạ N95.

Thay Thế Loại Mặt Nạ Dùng Một Lần

Các loại mặt nạ phòng độc này được thiết kế chỉ để dùng một lần và sau đó phải vứt bỏ đúng cách. Một khi người bệnh đã dùng qua, mặt nạ phòng độc phải được xem là có khả năng mang theo tác nhân gây bệnh, và để tránh tự mình làm mình bị nhiễm (chạm vào mặt nạ phòng độc nhiễm trùng và sau đó chạm vào mắt, mũi, hoặc miệng), nên tránh chạm tay vào mặt ngoài của mặt nạ. Cần phải chú ý rằng một khi mặt nạ phòng độc đã được dùng qua, mặt trong của mặt nạ cũng sẽ bị nhiễm những vi sinh vật có trong hơi thở và chất tiết từ miệng của người sử dụng.

Nếu số lượng mặt nạ phòng độc không đủ cung cấp trong thời kỳ đại dịch, chủ nhân và nhân viên có thể tính đến việc tái sử dụng nếu mặt nạ chưa bị bẩn hoặc hư hao đáng kể (như bị rách hoặc rách), và vẫn còn khả năng hoạt động tốt. Chỉ nên áp dụng biện pháp này trong trường hợp khẩn cấp, nhưng trong trường hợp bình thường thì phương pháp này không thể chấp nhận được. Hiện nay chưa có một dữ liệu nào nói về việc tái sử dụng và/hoặc khử trùng mặt nạ đã bị nhiễm trùng. Tái sử dụng có thể gia tăng nguy cơ truyền nhiễm; tuy nhiên, phải xét đến mức nặng nhẹ giữa mức nguy hiểm với nhu cầu cung cấp thiết bị trong việc bảo vệ hô hấp. Khi chuẩn bị đối phó với đại dịch, nếu chủ nhân có ý định cung cấp thiết bị bảo vệ hô hấp cho nhân viên trong suốt thời kỳ dịch cúm, thì nên suy tính đến chuyện sử dụng loại mặt nạ có thể tái sử dụng hoặc loại làm bằng chất nhựa có tính đàn hồi được thiết kế để chùi rửa, tu bổ và tái sử dụng.

Khẩu Trang Chống Bụi hoặc Tiện Lợi

Chủ nhân và nhân viên nên lưu ý đến những loại khẩu trang chống "bụi" hay "tiện lợi" có bán tại các cửa hàng vật liệu xây dựng trông rất giống mặt nạ phòng độc (respirators). Vài loại khẩu trang chống bụi này cũng có thể được sản xuất từ những xí nghiệp sản xuất những loại mặt nạ phòng độc có chứng nhận của NIOSH. Chủ nhân không thể biết chắc rằng những loại này có khả năng lọc được vi tố có trong không khí hay không, trừ khi chúng đã được NIOSH kiểm duyệt và chứng nhận. Khi dùng mặt nạ phòng độc vào công việc, bao gồm những loại mua từ cửa hàng vật liệu xây dựng hoặc cửa hàng bách hóa, điều phải chiếu theo tiêu chuẩn Bảo Vệ Hô Hấp của OSHA.

Chú ý: Vài loại mặt nạ có ống dẫn khí giúp người sử dụng hô hấp được dễ dàng. Tuy những loại mặt nạ này vẫn có khả năng lọc được vi tố (particles) tương tự, nhưng nhân viên y tế vẫn không nên dùng nếu họ lo ngại lây nhiễm đến những nơi đã khử trùng hoặc không nên dùng mặt nạ loại này làm phương pháp hạn chế sự truyền nhiễm siêu vi khuẩn cúm sang người khác từ dung dịch cơ thể của bệnh nhân bị nhiễm hoặc nghi ngờ bị nhiễm.

Chú ý: Thông tin hướng dẫn về khẩu trang và mặt nạ phòng độc dành cho nhân viên y tế đã được soạn thảo và hiện có trên mạng lưới tại www.pandemicflu.gov/plan/healthcare/maskguidancehc.html. Tài liệu này “Hướng dẫn sử dụng khẩu trang và mặt nạ tại các cơ sở y tế khi có đại dịch cúm”, giải thích cận kề về sự khác biệt giữa khẩu trang và mặt nạ, tình trạng khoa học liên quan đến bệnh dịch, và những lý do căn bản trong việc lựa chọn trang bị bảo vệ thích hợp.

Những Bước Chủ Nhân Cần Làm Để Giảm Thiểu Mức Ảnh Hưởng của Đại Dịch Cúm Tại Nơi Làm Việc Của Mình

Biện pháp tốt nhất để giảm bớt nguy cơ truyền nhiễm khi có đại dịch là tránh hội tụ ở chỗ đông người và những nơi có nguy cơ lây nhiễm cao. Nếu tuyệt đối cần phải đến những nơi đông người, thì thời gian nán lại chỗ đó phải ngắn chừng nào tốt chừng đó. Vài biện pháp đề phòng như giữ vệ sinh và hạn chế giao tiếp với người nhiễm bệnh (xem www.cdc.gov/flu/protct/stopgerms.htm) đều có thể thực hiện ở mọi nơi làm việc như sau:

- Khuyến khích bệnh nhân nên nghỉ ngơi ở nhà.
- Khuyến khích nhân viên nên rửa tay thường xuyên với nước và xà phòng, trong trường hợp không có nước hoặc xà phòng có thể dùng nước rửa tay có chất khử trùng (sanitizer), và nên nhắc nhở nhân viên không nên chạm tay vào mũi, miệng và mắt.
- Khuyến khích nhân viên nên dùng khăn giấy che khi ho, nhảy mũi, nếu không có khăn giấy thì dùng cánh tay che lại. Sau khi ho, nhảy mũi, hoặc hỉ mũi, nhân viên nên rửa tay sạch sẽ hoặc lau bằng nước khử trùng.
- Nhân viên tránh tiếp xúc gần với đồng nghiệp và khách hàng (giữ khoảng cách trên 6 ft), tránh bắt tay và luôn rửa tay sau khi tiếp xúc với người khác. Cho dù nhân viên có đeo găng tay, họ vẫn nên rửa tay ngay sau khi cởi bỏ găng tay để đề phòng bị nhiễm trong lúc cởi bỏ găng tay.
- Cung cấp cho khách hàng khăn giấy, thùng rác, và nơi để rửa tay hoặc khử trùng.
- Lau chùi và khử trùng nơi làm việc, điện thoại, thiết bị vi tính, thiết bị văn phòng, và những nơi thường chạm phải. Chất liệu lau chùi phải an toàn, không gây hại đến nhân viên hoặc làm thiệt hại đến thiết bị của văn phòng. Chỉ nên sử dụng thuốc khử trùng đã có đăng ký với Cơ Quan An Toàn Môi Sinh Hoa Kỳ (U.S. Environmental Protection Agency – EPA), và chiếu theo chỉ dẫn và biện pháp an toàn ghi trên nhãn.
- Khuyến nhân viên không nên dùng điện thoại, bàn làm việc, văn phòng, dụng cụ hoặc thiết bị của đồng nghiệp khác.
- Giảm thiểu những nơi có đông người hội tụ, như phòng họp. Nên dùng điện thư, điện thoại, tin nhắn để liên lạc với nhau. Khi cần phải họp nhóm, tránh tiếp xúc gần, giữ khoảng cách trên 6 ft, nếu được, nên gắn thêm máy thông gió trong phòng họp.
- Giảm hoặc bãi bỏ những tương tác xã hội (social interaction) không cần thiết, điều này rất hiệu quả trong việc ngăn ngừa mầm bệnh lây lan. Cần nhắc đến những nơi có nhân

viên, khách hàng và người thăm viếng (bao gồm thành viên trong gia đình) ra vào nơi làm việc. Những nơi làm việc cho phép gia quyến đến thăm hỏi thì nên quan tâm đến việc hạn chế hoặc hủy bỏ điều đó trong thời kỳ đại dịch. Những nơi làm việc có sẵn phòng chăm sóc y tế thì nên cân nhắc trước xem có nên mở cửa hoặc đóng cửa hay không, và quyết định này ảnh hưởng đến nhân viên và doanh nghiệp như thế nào.

- Khuyến khích lối sống khỏe mạnh, bao gồm dinh dưỡng, tập thể dục, và ngưng hút thuốc. Sức khỏe có liên hệ mật thiết đến hệ miễn dịch, có thể tăng cường hoặc làm suy yếu khả năng đối kháng hoặc phục hồi của hệ miễn dịch đối với vi rút xâm nhập.

Những Công Việc Có Mức Ảnh Hưởng Thấp Bởi Đại Dịch Cúm: Cần làm gì để bảo vệ nhân viên?

Nếu công việc ở sở không đòi hỏi nhân viên phải thường giao tiếp với công cộng thì những thói quen vệ sinh cá nhân căn bản và hạn chế giao tiếp có thể giúp nhân viên tại sở làm. Làm theo những thói quen vệ sinh và hạn chế giao tiếp nơi làm việc đã được hướng dẫn (xem trang 26). Cũng có thể thử những cách sau đây:

- Báo cho nhân viên biết nếu họ muốn làm việc ở nhà thì có những lựa chọn gì.
- Cho họ biết nội quy nghỉ phép, chính sách trả lương, vấn đề vận chuyển, và những mối quan tâm đến sức khỏe hằng ngày.
- Bảo đảm nhân viên biết nơi cất giữ sản phẩm vệ sinh.
- Theo dõi tin tức về sức khỏe ngoài công cộng như khuyến cáo về dịch cúm và bảo đảm nhân viên có thể thu thập những thông tin này.
- Làm việc với nhân viên để cử ra một người, hoặc tạo một trang mạng, bản thông cáo hoặc vài biện pháp nào đó để thông báo tin tức về dịch cúm.

Chi tiết về cách bảo vệ nhân viên và gia đình có thể tìm thấy ở trang:
www.pandemicflu.gov.

Những Công Việc Có Mức Ảnh Hưởng Trung Bình Bởi Đại Dịch Cúm: Cần làm gì để bảo vệ nhân viên?

Những nơi làm việc có nguy cơ truyền nhiễm trung bình đòi hỏi nhân viên thường phải giao tiếp gần gũi với nhiều nhân viên khác hoặc với công cộng (như những tiệm bán lẻ có số lượng khách cao). Nếu không thể tránh khỏi sự giao tiếp, có vài biện pháp có thể giảm bớt nguy cơ lây nhiễm. Ngoài những thực tập công việc căn bản mà mỗi nơi làm việc cần thực hiện (xem trang 26), những nghề có nguy cơ truyền nhiễm trung bình đòi hỏi chủ nhân phải có giải pháp đề phòng và nâng cao an toàn và sức khỏe. Dưới đây là một vài vấn đề mà chủ nhân nên giải quyết khi phác thảo kế hoạch an toàn sức khỏe nơi làm việc trong khi có đại dịch.

Thực Tập Công Việc và Kiểm Soát Kỹ Thuật

- Chỉ dẫn nhân viên tránh giao tiếp quá gần (trong vòng 6 ft) với những nhân viên khác và công cộng. Điều này có thể thực hiện rất đơn giản bằng cách nói rộng khoảng cách giữa nhân viên và công cộng để tránh chạm phải những giọt nhỏ văng ra khi nói chuyện, ho hoặc nhảy mũi.
- Vài tổ chức có thể tăng cường chiến lược giảm thiểu giao tiếp trực diện bằng cách nói rộng phạm vi mạng lưới, hệ thống điện thoại, đặt hàng qua cửa sổ, hoặc dịch vụ chuyển giao tận nhà cho khách hàng. Làm việc với nhân viên để nhận dạng những phương pháp kinh doanh mới mẻ để giữ an toàn và bảo vệ sức khỏe cho nhân viên và khách hàng.
- Báo cho họ biết về những dịch vụ kiểm tra sức khỏe sẵn có hoặc các tài nguyên y tế khác dành cho nhân viên (như y tá tại sở làm hoặc chương trình sức khỏe kiểm tra triệu chứng dịch cúm trước khi nhân viên tiến vào nơi làm việc).
- Chủ nhân cũng xét đến việc lắp ráp tấm chắn, như tấm che ho làm bằng nhựa trong suốt, để bảo vệ nhân viên ở những nơi cần thiết (như quầy tính tiền).

Kiểm Soát Hành Chánh

- Làm việc với nhân viên để họ hiểu nội quy và luật lệ của hãng về chính sách trả lương, vấn đề vận chuyển, và những quan tâm về chăm sóc sức khỏe hằng ngày.
- Bảo đảm nhân viên biết nơi cất giữ sản phẩm vệ sinh.
- Làm việc với nhân viên để cử ra một người, hoặc tạo một trang mạng, bản thông cáo hoặc vài biện pháp nào đó để thông cáo những thông tin về dịch cúm.
- Dùng biển hiệu để nhân viên biết về những triệu chứng của bệnh cúm, và yêu cầu khách hàng bị bệnh nên hạn chế tiếp xúc với nhân viên đến khi họ bình phục.
- Nơi làm việc của bạn cần hạn chế sự ra vào của khách hàng hoặc công chúng, hoặc bảo đảm họ chỉ được phép ra vào nơi nhất định nào đó ở nơi làm việc.

Trang Bị Bảo Vệ Cá Nhân (PPE)

Nếu vấn đề giao tiếp công cộng vẫn không giải quyết được bằng biện pháp kiểm soát hành chánh và kiểm soát kỹ thuật, và những nơi làm việc cần tiếp xúc với người có triệu chứng bệnh, thì nhân viên nên dùng trang bị bảo vệ cá nhân để ngăn ngừa những hạt li ti của dung dịch (khi nói chuyện, ho, hoặc nhảy mũi) văng trúng mũi hoặc miệng của họ. Khẩu trang giải phẫu cũng có công dụng tương tự. Có thể nghĩ đến việc dùng mặt nạ phòng độc nếu biết trước cần tiếp xúc với người mang triệu chứng dịch cúm hoặc nếu chủ nhân chọn phương pháp này để phòng ngừa truyền nhiễm mầm bệnh có trong không khí. Nên chú ý rằng khi mang mặt nạ phòng độc có thể làm cho nhân viên cảm thấy khó chịu, đặc biệt khi dùng loại PPE không thích hợp với công việc. Trong tình cảnh thiếu hụt khẩu trang phẫu thuật, có thể khử trùng mặt nạ rồi tái sử dụng, đây cũng là một biện pháp có thể chấp nhận trong việc phòng ngừa những loại bệnh truyền nhiễm từ những hạt li ti (droplet), nhưng không có khả năng phòng ngừa tác nhân gây bệnh có trong không khí, và như thế bệnh có thể sẽ lây lan qua đường này.

Thông thường không có những khuyến cáo về việc phòng ngừa dịch cúm lây nhiễm qua đường mắt, mặc dù siêu vi khuẩn cúm có thể biến dạng và lây nhiễm qua đường mắt (viêm màng kết) trong vài trường hợp rất hiếm thấy. Trong thời kỳ dịch cúm, nhân viên y tế sẽ nhận định sự biến dạng đặc biệt của siêu vi khuẩn cúm này có truyền nhiễm hoặc gây viêm màng kết hay không.

Nhân viên nên rửa tay thường xuyên bằng xà phòng hoặc chất khử trùng để phòng ngừa truyền nhiễm do những tác nhân gây bệnh bám vào tay do chạm phải từ những bề mặt rồi đưa lên mũi và miệng. Mặc dù chủ nhân và nhân viên có thể chọn cách phòng ngừa bằng găng tay, nhưng nguy cơ lây nhiễm là do tay có mang mầm bệnh chạm vào miệng và mũi, chứ không phải do siêu vi khuẩn xâm nhập qua những vết thương ngoài da (thí dụ như vết cắt, hoặc vết sứt). Mặc dù việc đeo găng tay có thể giúp nhân viên phòng ngừa bị nhiễm từ bàn tay, nhưng nhiều khi lại sợ ý hay hữu ý chạm tay vào miệng, mũi hoặc mắt, thì cho dù có đeo găng hay không cũng không có gì khác biệt. Nếu nhân viên mang găng tay, họ cũng nên rửa tay với xà phòng và chất khử trùng ngay sau khi cởi bỏ găng tay để bảo đảm để tránh bị nhiễm trong lúc cởi bỏ găng tay.

Khi chọn lựa PPE, chủ nhân nên quan tâm đến vài yếu tố như chức năng, kích cỡ vừa vặn, khả năng diệt trùng, điều kiện vứt bỏ, và chi phí. Có vài loại PPE đôi khi cần sử dụng nhiều lần trong một khoảng thời gian dài, cho nên dùng loại đặc tiền có độ bền tốt đôi khi lại ít tốn phí hơn là dùng loại PPE dùng một lần rồi vứt bỏ. Thí dụ, khi có đại dịch, số lượng khẩu trang có thể bị thiếu hụt. Đối với vài nơi làm việc, loại mặt nạ có thể khử trùng để tái sử dụng được nhiều lần lại trở thành thích hợp hơn và được ưu chuộng trong việc phòng ngừa những hạt li ti (droplet) mang mầm bệnh. Một điểm cần lưu ý là những thiết bị che chắn, như khẩu trang hoặc mặt nạ che kín mặt, có khả năng phòng ngừa những loại bệnh truyền nhiễm từ những hạt li ti nhưng không có khả năng phòng ngừa những loại khí truyền nhiễm, và như thế bệnh có thể bị lây lan qua đường này. Mỗi người chủ nên chọn ra một sự kết hợp của PPE để chúng có khả năng bảo vệ nhân viên trong mỗi nơi làm việc đặc thù. Một điểm cần lưu ý nữa là đối với vài nhân viên, việc trang bị PPE có thể làm thân thể họ khó chịu, đặc biệt trong trường hợp sử dụng PPE không thích hợp với thao tác công việc thường ngày.

Huấn luyện và chỉ dẫn nhân viên chọn lựa trang bị và y phục bảo vệ thích hợp với công việc hiện tại của họ và những việc họ phải đảm trách khi người khác vắng mặt. Nhân viên cần ướm thử và phải được huấn luyện về cách thức sử dụng và bảo trì mặt nạ đúng cách. Và điều quan trọng nữa là phải huấn luyện nhân viên trang bị và tháo gỡ đúng cách để tránh vô ý tự làm mình nhiễm trùng. Xin vào trang (www.osha.gov/SLTC/respiratoryprotection/index.html) để được hướng dẫn kỹ lưỡng. Trong thời kỳ dịch cúm, khuyến cáo sử dụng PPE trong những ngành nghề đặc biệt có thể thay đổi tùy theo địa lý lân cận gây ra bởi dịch cúm. Nên cập nhật hóa sự định giá nguy hiểm cho từng nhân viên riêng biệt, và tài liệu về hiệu quả của PPE dùng trong việc đề phòng dịch cúm lây lan.

Những Công Việc Có Mức Ảnh Hưởng Cao Bởi Đại Dịch Cúm: Cần làm gì để bảo vệ nhân viên?

Nếu nơi làm việc của bạn đòi hỏi nhân viên phải tiếp xúc với người bị nhiễm hoặc nghi ngờ bị nhiễm siêu vi khuẩn cúm, có nhiều biện pháp có thể áp dụng để giảm bớt nguy cơ truyền nhiễm và bảo vệ nhân viên của bạn. Tin tức hướng dẫn cho những nơi làm việc có nguy cơ truyền nhiễm cao hoặc rất cao, như trung tâm y tế, có thể tìm thấy tại: www.pandemicflu.gov và

www.osha.gov.

Những nghề có mức nguy hiểm cao hoặc rất cao đòi hỏi chủ nhân phải nâng cao biện pháp bảo vệ an toàn và sức khỏe vào những công việc cơ bản mà mỗi nơi làm việc cần phải thực hiện (xem trang 26). Chủ nhân phải nhận thức rằng làm những nghề có tính nguy hiểm cao rất dễ tạo cho cả nhân viên và gia đình họ nhiều căng thẳng. Nhân viên làm những nghề có tính nguy hiểm cao thường lo ngại về sự an toàn của họ và lo ngại cho gia đình của họ. Đối với những nơi làm việc như vậy, nhân viên thường vắng mặt nhiều hơn so với những nơi làm việc có mức nguy hiểm thấp. Chia sẻ với nhân viên của bạn về những tài nguyên có thể giúp họ trong cơn khủng hoảng đại dịch. Giữ an toàn nơi làm việc là điều ưu tiên hàng đầu của mỗi người. Tài liệu về cách bảo vệ nhân viên và gia đình có thể tìm thấy tại: www.pandemicflu.gov.

Thực Tập Công Việc và Kiểm Soát Kỹ Thuật

Chủ nhân nên bảo đảm rằng nhân viên được huấn luyện và được cung cấp đầy đủ tài liệu để thực hành việc giữ vệ sinh. Nhân viên ứng phó khẩn cấp và những nhân viên chủ yếu khác có thể bị nguy hiểm khi làm việc bên ngoài cơ sở phải được cung cấp thuốc rửa tay có chất khử trùng không cần đến nước để họ có thể tự khử trùng cho chính họ tại chỗ. Chủ nhân phải làm việc với nhân viên để giúp họ nhận ra những cách làm tốt nhất nhằm hạn chế giao tiếp và đề phòng tiếp xúc gần kề (trong vòng 6 ft), nếu có thể. Chủ nhân cũng phải nên cân nhắc đến việc nâng cao kiểm tra sức khỏe cho nhân viên ở những môi trường làm việc có nguy hiểm cao hoặc rất cao.

Trong vài trường hợp hạn chế, hệ thống thông gió nên được gắn ở những môi trường làm việc có tính nguy hiểm cao hoặc rất cao. Mặc dù hệ thống thông gió tốt có thể giảm bớt nguy cơ truyền nhiễm cho nhân viên y tế khi cùng phòng với bệnh nhân, nhưng không nên chỉ tin cậy vào biện pháp bảo vệ duy nhất này. Vì thế, nên kết hợp với kiểm soát kỹ thuật và trang bị trang bị bảo vệ cá nhân.

- Nếu có thể, những trụ sở y tế nên sử dụng phòng ngăn cách khi thực hiện những công việc dễ phát sinh ra khí tó (aerosol) khi săn sóc bệnh nhân bị nhiễm bệnh hoặc nghi ngờ bị nhiễm bệnh dịch cúm.
- Phòng thí nghiệm nghiên cứu những mẫu xét nghiệm của bệnh nhân có chứa hoặc nghi ngờ chứa siêu vi khuẩn cúm cũng phải áp dụng biện pháp đề phòng đặc biệt kết hợp với Cơ Cấu An Toàn Sinh Vật Học Cấp 3. Vài khuyến cáo có thể tìm thấy tại trang: www.cdc.gov/flu/h2n2bs13.htm.

Chủ nhân nên cân nhắc đến việc gắn thêm tấm chắn, như tấm che ho làm bằng chất nhựa trong suốt, để bảo vệ nhân viên nếu có thể (ví dụ, nơi tiếp khách hoặc nơi nhận khách). Công dụng của tấm chắn này, như tấm che ho, thường áp dụng vào việc phòng ngừa lây nhiễm và giữ vệ sinh.

Kiểm Soát Hành Chánh (Phòng Ngừa Qua Phương Pháp Cách Ly)

Nếu làm việc ở các trung tâm y tế, chiếu theo chỉ dẫn và nội quy hiện có của trung tâm để nhận dạng và cách ly bệnh nhân và giữ an toàn cho nhân viên. Xem kế hoạch phòng chống dịch cúm của Bộ Phục Vụ Sức Khỏe và Nhân Sinh Hoa Kỳ (U.S. Department of Health and Human Services) dành cho trung tâm y tế tại: www.hhs.gov/pandemicflu/plan/sup4.html.

Dụng Cụ Bảo Hộ Cá Nhân (PPE)

Những ai làm việc cận kề (tiếp xúc gần hơn 6ft) những người bị nhiễm bệnh hoặc nghi ngờ bị nhiễm siêu vi khuẩn cúm thì họ nên:

- Trang bị bảo vệ hô hấp để tránh bị lây nhiễm qua những giọt nhỏ li ti tiết ra trong khi nói, nhảy mũi, hoặc ho và từ những vi thể trong không khí thải ra từ những vật thể mang mầm bệnh.
 - Khẩu trang loại N95 hoặc cao hơn trong hầu hết mọi trường hợp.
 - Mặt nạ lọc khí (SAR) hoặc mặt nạ lọc khí chạy bằng điện (PAPR) đối với vài loại giải phẫu có nguy cơ phát sinh tác nhân truyền nhiễm (bioaerosols).
 - Dùng mặt nạ phẫu thuật (surgical respirator) khi cần cả hai chức năng bảo vệ hô hấp và chức năng chống máu và dung dịch cơ thể.
- Có thể mang thêm tấm chắn che mặt ở phía ngoài mặt nạ để đề phòng siêu vi khuẩn bám vào mặt nạ. Vài loại mặt nạ được thiết kế có mồm nhô ra (loại mõ vịt) có thể rất khó đặt dưới tấm che mặt (face shield). Bảo đảm tấm che mặt không cản trở không khí đi vào mặt nạ.
- Áo choàng y tế/phẫu thuật hoặc những y phục bảo hộ khác có thể khử trùng hoặc dùng một lần rồi bỏ.
- Găng tay để giảm bớt nguy cơ truyền nhiễm từ người bệnh sang người khác.
- Bảo vệ mắt nếu có nguy cơ bắn tóe.

Chọn lựa loại mặt nạ thích hợp sẽ dựa trên loại nguy hiểm và cách thức truyền nhiễm của siêu vi khuẩn cúm khi biến dạng. Xem the National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) Phương Pháp Chọn Lựa Mặt Nạ tại: www.cdc.gov/niosh/docs/2005-100. Huấn luyện và chỉ dẫn nhân viên chọn lựa thiết bị và trang phục bảo vệ thích hợp với công việc hiện tại của họ và những việc họ phải đảm đương khi người khác vắng mặt. Tài liệu huấn luyện và giáo dục phải dễ hiểu và có trong nhiều loại ngôn ngữ ở trình độ thích hợp cho mọi nhân viên.

Nhân viên cần ước thử và phải được huấn luyện về cách thức sử dụng và bảo trì mặt nạ đúng cách. Và điều quan trọng nữa là phải huấn luyện nhân viên trang bị và tháo gỡ đúng cách để tránh vô ý tự làm mình nhiễm trùng (www.osha.gov/SLTC/respiratoryprotection/index.html). Nhân viên vệ sinh có nhiệm vụ vứt bỏ PPE và những vật phế thải nhiễm trùng cũng phải được huấn luyện và cung cấp PPE thích hợp.

Trong thời kỳ dịch cúm, khuyến cáo sử dụng PPE trong những ngành nghề đặc biệt có thể thay đổi, tùy theo địa lý lân cận những vụ dịch cúm, cập nhật hóa sự định giá nguy hiểm cho từng nhân viên riêng biệt, và tài liệu về hiệu quả của PPE dùng trong việc đề phòng dịch cúm lây lan. Tin tức hướng dẫn về khẩu trang và mặt nạ phòng độc dành cho nhân viên y tế đã được phác thảo và hiện có trên mạng lưới tại www.pandemicflu.gov/plan/healthcare/maskguidancehc.html. Tài liệu này “Hướng dẫn sử dụng khẩu trang và mặt nạ tại các cơ sở y tế khi có đại dịch cúm”, giải thích cận kề về sự khác biệt giữa khẩu trang y tế (surgical mask) và mặt nạ phòng độc (respirator), tình trạng khoa học liên quan đến bệnh dịch, và những lý do căn bản để lựa chọn trang bị bảo vệ thích hợp.

Những Điều Cần Biết Cho Những Nhân Viên Sinh Sống Và Đi Du Lịch Ra Nước Ngoài

Nhân viên làm việc ở nước ngoài và những nhà thương mại quốc tế cần để ý rằng so với Hoa Kỳ, những khu vực địa lý khác sẽ có mùa cúm khác và có thể bị đại dịch sẽ ảnh hưởng vào một thời kỳ khác. Bộ Ngoại Giao nhấn mạnh rằng, trong thời kỳ đại dịch, khả năng hỗ trợ cho người dân Hoa Kỳ ở nước ngoài có thể bị hạn chế tối đa bởi những chính sách giới hạn đi lại tại địa phương và quốc tế do chính phủ ngoại quốc và/hoặc Hoa Kỳ đưa ra. Hơn nữa, công dân Hoa Kỳ cần để ý rằng Bộ Ngoại Giao không thể cung cấp thuốc men hoặc tiếp tế công dân Hoa Kỳ ngay cả trong thời gian có đại dịch.

Ngoài ra, Bộ Ngoại Giao đã yêu cầu tòa đại sứ và tòa lãnh sự quan tâm đến biện pháp để phòng trong thời kỳ dịch cúm có ảnh hưởng đến sự an toàn, điều kiện y tế và sự đình trệ đối với việc xuất nhập cảnh. Tin tức chỉ dẫn cho người dân cách ẩn trú, gồm có tích trữ lương thực, nước uống và vật liệu y tế, có tại trang mạng www.pandemicflu.gov. Những thứ dự trữ của tòa đại sứ không thể tiếp tế cho mỗi công dân Hoa Kỳ ở ngoại quốc, cho nên, cộng nhân và chủ nhân nên đề phòng thích đáng. Có lẽ chính phủ cũng sẽ đối phó với đại dịch bằng cách đưa ra biện pháp y tế công cộng hạn chế sự đi lại trong và ngoài nước, hơn nữa hạn chế luôn cả khả năng hỗ trợ của chính phủ Hoa Kỳ đối với người dân trong những quốc gia này. Những biện pháp này có thể thực hiện rất nhanh chóng, quan trọng là chủ nhân và nhân viên phải lập kế hoạch thích đáng.

Để biết thêm tin tức về đại dịch cúm dành cho nhân viên sinh sống và làm việc ở nước ngoài tại, xin hãy vào những trang mạng sau đây:

www.pandemicflu.gov/travel/index.html

www.cdc.gov/travel

www.state.gov/travelandbusiness

Tài Liệu Tham Khảo

Các cơ quan chính quyền liên bang, tiểu bang và địa phương là những nguồn thông tin hữu hiệu nhất cho bạn khi đại dịch cúm xảy ra. Điều quan trọng là phải thông tin và cập nhật những tiến triển và chỉ dẫn mới nhất vì những hướng dẫn này có thể thay đổi theo tính chất biến dạng của siêu vi khuẩn cúm (thí dụ, mức độ nghiêm trọng của dịch cúm, vài trường hợp lây nhiễm quan trọng).

Sau đây xin đề cử một vài trang mạng đáng tin cậy để bạn có thể thu thập thêm thông tin cập nhật và chính xác nhất:

www.pandemicflu.gov

(Dưới sự quản lý của *Bộ Sức Khỏe và Phục Vụ Nhân Sinh*); nơi cung cấp đầy đủ thông tin, số điện thoại miễn phí, thông tin về dịch cúm và cúm gà.)

www.osha.gov

(trang mạng của *Cơ Quan An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp OSHA*)

www.cdc.gov/niosh

(trang mạng của *Viện Quốc Gia về An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp NIOSH*)

www.cdc.gov

(trang mạng của *Trung Tâm Phòng Ngừa Bệnh CDC*)

www.fda.gov/cdrh/ppe/fluoutbreaks.html

(trang mạng của *Cơ Quan Thực Phẩm và Dược Phẩm FDA*)

Chương Trình Hỗ Trợ Của OSHA

OSHA cung cấp hỗ trợ rộng rãi qua nhiều chương trình khác nhau, bao gồm cố vấn kỹ thuật cho những chương trình an toàn và sức khỏe hữu hiệu, kế hoạch tiểu bang, tư vấn và tham khảo, chương trình bảo vệ tự nguyện, chiến lược hợp tác, huấn luyện và giáo dục, và nhiều chương trình khác. Khi tham gia vào chương trình an toàn và sức khỏe tại nơi làm việc, sự thương mại và cuộc sống của bạn có thể sẽ gia tăng giá trị hơn.

Hướng Dẫn Quản Lý Chương Trình An Toàn và Sức Khỏe

Quản lý hữu hiệu chương trình an toàn và sức khỏe dành cho nhân viên là một yếu tố quyết định trong việc giảm bớt phạm vi và mức độ thương tích và bệnh tật nghề nghiệp và tổn phí tương ứng. Thật ra, một chương trình an toàn và sức khỏe chính là nền tảng vững chắc trong việc bảo vệ nhân viên và có thể tiết kiệm được thời gian và tiền bạc (khoảng 4 Mỹ Kim cho mỗi đồng chi trả), gia tăng sản phẩm và giảm bớt thương tích và bệnh nghề nghiệp cho nhân viên và những chi phí bồi thường tai nạn lao động.

Một cách quản lý hữu hiệu về việc bảo vệ an toàn và sức khỏe cho công nhân là yếu tố quyết định để giảm đi số lượng và tầm nguy hiểm do tai nạn và bệnh hoạn cũng như tổn phí thương tích và đau ốm do công việc gây ra. Để giúp đỡ nhân viên và chủ nhân phát triển chương trình sức khỏe và an toàn, OSHA đã phát hành bản *Hướng Dẫn Quản Lý Chương Trình An Toàn Và Sức Khỏe*. Những tài liệu hướng dẫn tự nguyện này đều áp dụng cho tất cả các cơ sở nào được OSHA bảo vệ.

Để hỗ trợ chủ nhân và nhân viên trong việc phác thảo chương trình an toàn và sức khỏe hữu hiệu, OSHA đã ấn hành *Hướng Dẫn Quản Lý Chương Trình An Toàn Và Sức Khỏe* (54 Federal Register (16): 3904-3916, ngày 26 tháng 2, 1989). Những hướng dẫn này đều áp dụng cho mọi nơi làm việc dưới sự điều hành của OSHA.

Bản hướng dẫn nêu lên bốn yếu tố tổng quát thiết yếu trong việc hoàn thành mỹ mãn một chương trình quản lý an toàn và sức khỏe.

- Sự lãnh đạo của ban quản lý và sự tham gia của nhân viên,
- Phân tích môi trường nơi làm việc,
- Đề phòng và kiểm chế nguy hiểm, và
- Huấn luyện về an toàn và sức khỏe.

Bản hướng dẫn đề nghị những hành động cụ thể, dựa theo từng yếu tố tổng quát nêu trên, nhằm thực hiện chương trình an toàn và sức khỏe một cách hiệu quả. Bản hướng dẫn hiện có trên mạng lưới tại www.osha.gov.

Chương Trình Của Tiểu Bang

Đạo luật *An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp năm 1970* (OSH Act) khuyến khích các tiểu bang tự phác thảo và thực hiện kế hoạch an toàn và sức khỏe lao động riêng cho họ. OSHA phê chuẩn và giám sát những kế hoạch này. Có hai mươi bốn tiểu bang, Puerto Rico và Virgin Islands hiện đang thực hiện kế hoạch đã được phê chuẩn của tiểu bang: 22 tiểu bang áp dụng chương trình cho cả nhân viên công sở và tư sở (cấp tiểu bang và địa phương); Connecticut, New Jersey, New York và Virgin Islands chỉ áp dụng đối với nhân viên công sở mà thôi. Các tiểu bang có chương trình được chấp thuận dưới chương 18(b) của OSHA phải có các tiêu chuẩn tương tự hoặc ít nhất cũng phải có hiệu quả tương đương với tiêu chuẩn của Liên Bang.

Dịch Vụ Tham Khảo

Giới chủ nhân nếu muốn được trợ giúp trong việc thiết lập và duy trì một nơi làm việc an toàn và lành mạnh cho sức khỏe thì có thể đến những dịch vụ tham vấn miễn phí. Hầu hết các dịch vụ này đều được OSHA trợ giúp rộng rãi về tài chính. Các dịch vụ này hiện hữu và được phát triển chủ yếu cho các doanh nghiệp nhỏ với các hoạt động nhiều rủi ro hơn. Dịch vụ tham vấn này có nhiều chuyên viên về sức khỏe và an toàn lao động và được chính phủ tiểu bang tài trợ về mặt tài chính. Những trợ giúp toàn diện gồm có sự lượng định tất cả các hệ thống cơ khí, những thực tập công việc chân tay và tất cả những khía cạnh khác trong chương trình sức khỏe và an toàn lao động hiện thời của giới chủ nhân. Ngoài ra, dịch vụ này còn hỗ trợ chủ nhân phác thảo chương trình an toàn và sức khỏe. Không có hình phạt hay trát hầu tòa mặc dù chuyên viên tham vấn có phát hiện ra nguy hiểm. OSHA cung cấp hỗ trợ tham vấn này cho chủ nhân với sự cam đoan rằng sẽ không tiết lộ tên tuổi và bất kỳ thông tin nào liên quan đến công ty của họ cho nhân viên chấp pháp của OSHA.

Trong chương trình tham khảo, vài chủ nhân gương mẫu có thể xin được phép tham gia vào chương trình “OSHA Nhận Biết Sự Thành Tựu về Sức Khỏe Và An Toàn (SHARP). Điều kiện để được tham gia vào chương trình SHARP gồm có: tiếp nhận cuộc tham khảo toàn diện và chứng minh những thành công tiêu biểu về vấn đề an toàn và lành mạnh nghề nghiệp qua việc giảm bớt nguy hiểm và thiết lập chương trình tuyệt hảo về an toàn, sức khỏe.

Chủ nhân được gia nhập vào SHARP có thể được miễn các thanh tra định kỳ trong vòng một năm. Tuy nhiên, họ vẫn bị thanh tra khi có khiếu nại khi tai nạn xảy ra. Để biết thêm chi tiết về trợ giúp cố vấn, vào trang web www.osha.gov.

Chương Trình Bảo Vệ Tự Nguyện (VPP)

Chương Trình Bảo Vệ Tự Nguyện và dịch vụ cố vấn tại chỗ, khi kết hợp với chương trình chấp pháp hữu hiệu, nói rộng việc bảo vệ nhân viên theo quy định tối thiểu của Đạo Luật OSH. Chương trình VPP được chia làm 3 hình thức: Sao (Star), Khen Thưởng (Merit), và Biểu Diễn (Demonstration). OSHA sáng lập để khen thưởng sự thành tựu xuất sắc của chủ nhân và nhân viên trong việc cùng nhau cung cấp sự bảo vệ an toàn và sức khỏe có chất lượng cao do thực hiện hệ thống quản lý an toàn và sức khỏe. VPPs động viên các chủ nhân khác để đạt được kết quả xuất chúng về an toàn và sức khỏe dựa trên cách thức tương tự và thành lập sự hợp tác giữa chủ nhân, nhân viên, và OSHA.

Chương Trình Hợp Tác Qua Chiến Lược

Chương Trình Chiến Lược Hợp Tác của OSHA, một chương trình hợp tác mới nhất của OSHA, khuyến khích, hỗ trợ, và tuyên dương những nỗ lực của cộng sự để trừ đi những nguy hiểm nghiêm trọng và để đạt được mức an toàn và lành mạnh cao hơn ở nơi làm việc. Chương Trình Tham Khảo và VPP của OSHA tạo dựng quan hệ hợp tác giữa OSHA và những nơi làm việc. Hầu hết sự hợp tác qua chiến lược đều mang lại ảnh hưởng sâu rộng hơn bằng cách xây dựng quan hệ với nhóm chủ nhân và nhân viên. Những sự hợp tác này đều là do tự nguyện giữa OSHA và các nhóm chủ nhân, nhân viên và những đại biểu khác (như hiệp hội thương mại, hiệp hội chuyên môn, trường đại học, và những cơ quan chính phủ).

Để biết thêm chi tiết về chương trình này và những chương trình hợp tác khác, liên lạc văn phòng OSHA gần bạn nhất hoặc vào trang mạng OSHA tại www.osha.gov.

Chương Trình Hợp Tác

Chương trình hợp tác cho phép các hội đoàn giữ trách nhiệm bảo vệ an toàn và sức khỏe nơi làm việc và cộng tác với OSHA để đề phòng thương tích và bệnh tật nơi làm việc. OSHA và các tổ chức bắt tay nhau để truyền bá, giáo dục, và lãnh đạo chủ nhân và nhân viên trong việc cải thiện và xúc tiến an toàn và sức khỏe nơi làm việc.

Những tổ chức có thể thành lập sự hợp tác với OSHA gồm có chủ nhân, công đoàn lao động, tổ chức thương mại hoặc các nhóm chuyên gia, trụ sở đào tạo hoặc cơ quan chính phủ. Trong vài trường hợp, các hội đoàn đã tham gia vào chương trình hợp tác khác cũng có thể xây dựng quan hệ chặt chẽ hơn với OSHA qua chương trình này.

Chương trình hợp tác có vài điều kiện phải theo thể thức, có kết cấu ít hơn so với các hiệp nghị hợp tác khác, và hiệp nghị của chương trình này không có phần pháp chế. Tuy nhiên, OSHA và những tổ chức tham gia phải nêu rõ, thực hiện, và đạt được các mục đích ngắn hạn và dài hạn nằm trong một trong ba phân loại sau đây: huấn luyện và giáo dục, truyền bá và truyền đạt, và xúc tiến các cuộc đối thoại trên toàn quốc về sức khỏe và an toàn nơi làm việc

Chương Trình Huấn Luyện và Đào Tạo của OSHA

Các văn phòng khu vực của OSHA cung cấp dịch vụ thông tin rất đa dạng, chẳng hạn như xuất bản, các phương tiện thính thị, các hướng dẫn kỹ thuật, và các diễn giả trong các trường hợp đặc biệt. Học Viện Huấn Luyện của OSHA ở Des Plaines, IL, cung cấp các khóa học căn bản và nâng cao sức khỏe và an toàn lao động cho các viên chức chấp pháp của tiểu bang và liên bang, các tham vấn viên tiểu bang, các nhân viên liên bang, các chủ nhân khu vực tư nhân, các công nhân, và đại biểu của họ.

Viện Huấn Luyện của OSHA cũng thành lập Trung Tâm Giáo Dục và Huấn Luyện OSHA để đáp ứng nhu cầu theo đường lối của mình đối với các cơ quan chính phủ và tư nhân. Những trung tâm này là đại học công lập, hoặc đại học tư lập và những hội đoàn khác đã được chọn làm thành viên ưu tú trong chương trình.

OSHA cũng tài trợ cho các tổ chức bất vụ lợi để giáo dục và hướng dẫn nhân viên những đề tài mà OSHA tin là còn thiếu sót. Tài trợ được cấp hằng năm. Những hội thiện nguyện đòi hỏi phải đóng góp 20% tổng chi phí tài trợ.

Để biết thêm chi tiết về các chương trình tài trợ, huấn luyện và giáo dục, xin liên lạc với Học Viện Huấn Luyện của OSHA, 2020 South Arlington Heights Road, Arlington Heights, IL 60005, (847) 297-4810 hoặc xem trên mạng lưới của OSHA tại www.osha.gov. Để biết thêm chi tiết về những chương trình khác của OSHA, liên lạc văn phòng OSHA gần bạn nhất được liệt kê ở cuối ấn bản này.

Tài Liệu Trên mạng lưới OSHA

OSHA có hàng loạt thông tin và dụng cụ trên mạng lưới tại www.osha.gov. Những công cụ này gồm có *eTools* như Chuyên Gia Cố Vấn (*Expert Advisors*) và Giúp Đỡ Nhằm Tuân Thủ Đúng Luật (*Electronic Compliance Assistance Tools*), Kết Nối Giúp Về Kỹ Thuật (Technical Links); các thông tin cụ thể về những đề tài, luật lệ, hướng dẫn, băng video, và nhiều thông tin khác dành cho nhân viên và chủ nhân. Chương trình phần mềm và dụng cụ hỗ trợ tuân thủ của OSHA hướng dẫn bạn vượt qua những trở ngại và những khó khăn thường gặp để tìm ra giải pháp tốt nhất cho nơi làm việc của bạn.

Hàng loạt ấn phẩm của OSHA, bao gồm luật lệ, tiêu chuẩn, thông dịch, thông tin cụ thể, chứa trong một CD có thể mua từ Văn Phòng In Ấn của OSHA thuộc Bộ Lao Động Hoa Kỳ tại 200 Constitution Avenue, NW, N-3101, Washington, DC 20210. Telephone (202) 693-1888 hoặc fax (202) 693-2498.

Ấn Phẩm OSHA

OSHA có chương trình ấn loát rộng lớn. Để xem bản liệt kê tất cả các ấn phẩm miễn phí hiện có hoặc để bán, xin vào trang mạng OSHA tại www.osha.gov hoặc liên lạc OSHA Publications Office, U.S. Department of Labor, 200 Constitution Avenue, NW, N-3101, Washington, DC 20210. Điện thoại số (202) 693-1888 hoặc fax (202) 693-2498.

Liên Lạc với OSHA

Để báo cáo trường hợp khẩn cấp, nộp đơn khiếu nại, hoặc muốn xin sản phẩm của OSHA, nhờ OSHA hỗ trợ hoặc chỉ dẫn, xin gọi (800) 321-OSHA hoặc liên lạc văn phòng OSHA trong vùng hoặc địa phương gần bạn nhất đã được liệt kê ở cuối ấn bản này. Số viễn liên cho người mất thính giác là (877) 889-5627.

Thư từ văn bản có thể gửi tới văn phòng OSHA trong vùng hoặc địa phương gần bạn nhất được liệt kê ở cuối ấn bản này hoặc gửi tới văn phòng Trung Ương của OSHA tại U.S. Department of Labor, Occupational Safety and Health Administration, 200 Constitution Avenue, N.W., Washington, DC 20210.

Viếng thăm trang mạng OSHA tại www.osha.gov, bạn cũng có thể:

- Nộp đơn khiếu nại qua mạng lưới,
- Đặt những câu hỏi thông thường liên quan đến vấn đề an toàn và sức khỏe tại nơi làm việc, và
- Thu thập thêm thông tin về cơ quan OSHA và vấn đề an toàn và sức khỏe nghề nghiệp.

Các Văn Phòng OSHA Theo Vùng

Vùng I

(CT,* ME, MA, NH, RI, VT*)
JFK Federal Building, Room E340
Boston, MA 02203
(617) 565-9860

Vùng III

(DE, DC, MD,* PA, *VA,WV)
The Curtis Center
170 S. Independence Mall West
Suite 740 West
Philadelphia, PA 19106-3309
(215) 861-4900

Vùng V

(IL, IN,* MI,* MN,* OH, WI)
230 South Dearborn Street
Room 3244
Chicago, IL 60604
(312) 353-2220

Vùng VII

(IA,* KS, MO, NE)
City Center Square
1100 Main Street, Suite 800
Kansas City, MO 64105
(816) 426-5861

Vùng IX

(American Samoa, AZ,* CA,* HI,* NV,* N Mariana Islands)
71 Stevenson Street, Room 420
San Francisco, CA 94105
(415) 975-4310

Vùng X

(AK,* ID, OR,* WA*)
1111 Third Avenue, Suite 715
Seattle, WA 98101-3212
(206) 553-5930

Vùng II

(NJ,* NY,* PR,* VI*)
201 Varick Street, Room 670
New York, NY 10014
(212) 337-2378

Vùng IV

(AL,FL,GA,*KY, *MS, *NC, *SC, TN)
61 Forsyth Street, SW
Atlanta, GA 30303
(404) 562-2300

Vùng VI

(AR, LA, NM,* OK, TX)
525 Griffin Street, Room 602
Dallas, TX 75202
(214) 767-4731 or 4736 x224

Vùng VIII

(CO, MT, ND, SD, UT,* WY*)
1999 Broadway, Suite 1690
PO Box 46550
Denver, CO 80202-5716
(720) 264-6550

*Những tiểu bang và địa hạt này có chương trình an toàn và sức khỏe riêng của mình và được OSHA thông qua (Connecticut, New Jersey, New York and the Virgin Islands chỉ bảo vệ cho nhân viên làm việc công cộng). Những tiểu bang được OSHA thông qua phải bảo đảm tiêu chuẩn tương tự hoặc ít ra bằng tiêu chuẩn của liên bang.

Chú ý: Để nhận được thông tin về văn phòng OSHA, chương trình OSHA tiểu bang và chương trình tham khảo, đến thăm trang mạng www.osha.gov hoặc gọi 1-800-321-OSHA.