

Hướng dẫn ứng phó dịch bệnh COVID-19

Dành cho các công ty ngành nước và các Hiệp hội đứng đầu ngành nước

Là một cộng đồng nghề nghiệp toàn cầu, chúng ta đang nhanh chóng nhận thấy các tác động của đại dịch COVID-19 tới các công ty ngành nước cung cấp dịch vụ cấp nước, vệ sinh và thoát nước thải. Trang thông tin này tập trung vào việc đảm bảo sức khỏe và an toàn cho các công nhân làm việc tại công ty cấp nước và thoát nước, và chia sẻ kinh nghiệm từ các công ty nước tại Úc về cách họ đang ứng phó với đại dịch như thế nào. Thông tin đã được chỉnh sửa, bổ sung và hiệu đính phù hợp để chia sẻ với các công ty nước quốc tế, đặc biệt là các công ty tại các nước đang phát triển tại khu vực Ấn Độ-Thái Bình Dương.

Phải thừa nhận rằng, tại nhiều vùng có thể không có các công ty ngành nước, hoặc nếu có nhưng phục vụ một phần cộng đồng, và hiện tại có thể không đủ năng lực cấp nước an toàn và đảm bảo vệ sinh. Trong những tình huống như vậy, vi-rút gây dịch bệnh COVID-19, giống như nhiều loài vi-rút khác, có thể không được kiểm soát đầy đủ.

Cung cấp dịch vụ cấp nước, vệ sinh và thoát nước thải an toàn và tin cậy là thiết yếu

Việc cung cấp an toàn các dịch vụ nước, vệ sinh và nước thải là rất cần thiết. Đây là phần quan trọng nhất trong hệ thống bảo vệ sức khỏe cộng đồng, bảo vệ môi trường và cung cấp nước cho cứu hỏa và các nhu cầu sử dụng thiết yếu khác. Do đó, đối với các công nhân làm việc trong các dịch vụ thiết yếu như các nhân viên thuộc công ty ngành nước, họ vẫn phải tiếp tục các công việc để đảm bảo sức khỏe của cộng đồng.



Hiểu biết về vi-rút để giúp kiểm soát sự lan rộng

Các thông tin sau đây về cách thức lây lan của virus corona có thể giúp hướng dẫn quản lý an toàn và sức khỏe tại nơi làm việc.

Hai đường lây truyền chính là:

- Lây truyền trực tiếp diễn ra khi vi-rút di chuyển từ một người đã nhiễm bệnh thông qua dịch nhầy hoặc giọt bắn từ phổi và họng

(khi ho, hắt xì hoặc nói chuyện) lọt vào miệng, mũi hoặc họng của người khác. Giữ khoảng cách, hay còn gọi là 'giãn cách xã hội' giúp giảm thiểu các nguy cơ lây truyền.

- Lây truyền gián tiếp diễn ra khi các giọt bắn chứa vi-rút đọng lại trên bề mặt và sau đó được chuyển vào miệng, mũi, mắt hoặc họng của người khác. Hạn chế tối đa tiếp xúc các bề mặt có nguy cơ nhiễm vi-rút, lau chùi và vệ sinh các bề mặt, rửa tay và tránh chạm tay chưa được vệ sinh và rửa sạch vào thực phẩm hoặc mặt đều sẽ giúp giảm thiểu tỷ lệ phát tán.

Các thông tin hữu ích khác về vi-rút và các quy trình có thể giúp hướng dẫn thực hành an toàn và đảm bảo sức khỏe tại nơi công sở bao gồm các thông tin sau đây:

- Vi-rút ở kích thước các hạt nhỏ chỉ nhìn thấy trong kính hiển vi (rất nhỏ để nhìn thấy bằng mắt thường).
- Vi-rút chỉ có thể nhân bản nếu chúng đã thâm nhập vào một ai đó.
- Vi-rút có cấu tạo bao bọc bởi 1 lớp vỏ nhầy vì vậy nước và xà phòng hoặc bột giặt, các loại nước rửa tay diệt vi-rút (chứa $\geq 60\%$ cồn) có thể loại bỏ vi-rút. Các bề mặt được lau với các chất khử trùng diệt vi-rút bao gồm các giấy lau và các loại dung dịch vệ sinh.



Thực hiện vệ sinh tay sạch sẽ

- Vệ sinh tay sạch sẽ là một trong những biện pháp hiệu quả nhất để hạn chế tối thiểu sự lây lan của dịch bệnh.
- Giữ tay sạch bằng việc giảm thiểu tiếp xúc với các bề mặt và không bắt tay.
- Vật dụng rửa tay hoặc dung dịch rửa tay nên được trang bị tại tất cả các công trường.
- Tất cả nhân viên nên thực hành rửa tay thường xuyên hoặc giữ gìn vệ sinh tay.
- Vệ sinh tay hoặc rửa tay phải đúng cách, sạch sẽ trong khoảng thời gian 20 giây.
- Bảng hướng dẫn rửa tay nên được hiển thị các tại các địa điểm rửa tay (ví dụ [Biểu mẫu hướng dẫn của Tổ chức Y tế thế giới](#)).
- Nếu tần suất rửa tay nhiều, hoặc nhân viên có làn da nhạy cảm nên tham khảo thêm lời khuyên từ các bác sĩ da liễu. Ví dụ về các giải pháp gồm có:

- Làm ướt tay trước khi sử dụng xà phòng để tránh da khô tiếp xúc với xà phòng.
- Rửa kỹ xà phòng sau khi sử dụng bằng việc xả nước.
- Tháo bỏ đồ trang sức nếu thấy bị kích ứng, rát tại các vị trí này.
- Sử dụng nước ấm hoặc không nóng hoặc nước lạnh để rửa.
- Sử dụng xà phòng đơn giản, không chứa hương thơm, hoặc xem xét các loại xà phòng thay thế đã được kiểm nghiệm về da liễu.
- Lau khô tay bằng khăn giấy thật kỹ và ngay sau khi rửa.
- Nên dùng dung dịch rửa tay có chứa cồn thay vì dùng xà phòng.
- Sử dụng găng tay để giảm thiểu nhu cầu rửa tay. Sử dụng găng tay với kích cỡ phù hợp, thoải mái và vừa vặn nhất.
- Thoa kem mỡ hoặc loại kem không hương thơm khác dành cho da nhạy cảm.
- Thay đổi nhiệm vụ công việc nếu các vết nứt nẻ, vết thương hở xuất hiện trên da.



Hướng dẫn an toàn tại công sở và sử dụng thiết bị dùng chung

- Tối đa hóa làm việc tại nhà và làm việc tại các địa điểm văn phòng với ít nhân viên hơn trên công trường.
- Giảm thiểu các cuộc họp trực tiếp, sử dụng điện đàm, hội thảo trực tuyến nếu có thể.
- Giảm thiểu số lượng người tham dự các cuộc họp cần thiết.
- Xem xét kéo dài thời gian làm việc trong ngày và sử dụng các ca kíp để giảm số lượng người trên công trường.
- Tại công sở và các cuộc họp, thực hiện giữ khoảng cách với người khác theo quy định của chính phủ.
- Tại các cuộc họp, tránh ôm, hôn và bắt tay khi chào hỏi.
- Tăng cường thông gió cho các phòng và xem xét sử dụng các khu vực ngoài trời.
- Giảm thiểu chạm vào các bề mặt chung (máy bán hàng tự động, vòi nước và tay nắm cửa).
- Để cửa mở (khi có thể) để giảm thiểu tiếp xúc với tay nắm cửa.
- Hạn chế việc dùng chung các thiết bị (máy tính, máy in, máy photocopy, văn phòng phẩm).
- Trang bị giấy lau và dung dịch khử trùng diệt vi-rút.
- Định kỳ lau rửa các bề mặt dùng các khăn lau và nước hoặc các chất diệt vi-rút.
- Vệ sinh các bề mặt “tiếp xúc thường xuyên” hàng ngày (lan can, lan can cầu thang, tay nắm cửa và các mặt bàn).
- Lau rửa bề mặt sử dụng chung trước và sau khi sử dụng với các nước rửa diệt vi-rút.
- Tránh hắt xì, ho khi đứng gần người khác hoặc lên các bề mặt.

- Thường xuyên phải đeo khẩu trang, với chất lượng phù hợp, được đeo đúng cách và loại bỏ đúng cách.
- Hạn chế sử dụng các không gian: ăn/uống tại bàn của mình hoặc giữ khoảng cách với những người khác.
- Rửa các dụng cụ trong bếp đúng cách và sạch sẽ (dùng nước nóng và nước rửa chén/bát hoặc máy rửa chén/bát, ở chế độ rửa nóng).
- Nếu thực phẩm đã được chứa đựng và chế biến, phải che đậy, bảo quản trong điều kiện phù hợp.
- Giảm số lượng ghế và bàn để hạn chế số lượng người tụ tập.
- Bố trí các trạm rửa tay tại các công trường, phương tiện làm việc có liên quan tới nước thải.
- Cố gắng sử dụng phương tiện cá nhân nếu có thể để ngăn ngừa lây nhiễm chéo.
- Cung cấp tới các công nhân công trường bộ công cụ dùng riêng nếu có thể.
- Hạn chế sử dụng các phương tiện công cộng đồng đúc không cho phép đảm bảo giãn cách xã hội.
- Thực hiện giãn cách xã hội (cách xa $\geq 2.0m$) trên các phương tiện công cộng.
- Đối với các vật dụng không thể vệ sinh, hãy mang găng tay dùng 1 lần khi vận chuyển.
- Nếu không có các dụng cụ rửa tay và dung dịch rửa tay, nên mang bao tay dùng 1 lần.
- Sau khi sử dụng, găng tay nên được tháo bỏ an toàn – ([Tổ chức Y tế thế giới cung cấp tài liệu để hướng dẫn việc này](#)).
- Chủ động theo dõi về tình hình sức khỏe bản thân. Thực hiện khai báo sức khỏe toàn dân theo hướng dẫn của Chính phủ.



Điều phối các công nhân chủ chốt

- Điều quan trọng là tránh để nhiều nhân viên chủ chốt bị ốm cùng lúc hoặc được yêu cầu cách li cùng lúc.
- Xác định và lập nhóm các nhiệm vụ quan trọng và các nhân viên, nhóm nhân viên có liên quan sẽ thực hiện các nhiệm vụ đó. Lên kế hoạch chia thành các nhóm thực hiện nhiệm vụ.
- Một số nhân viên có thể được giao nhiệm vụ tại các bàn làm việc và lên kế hoạch cho các hoạt động.
- Nếu chỉ có 1 địa điểm làm việc, xem xét việc giãn cách thời gian làm việc – chia các công nhân theo các ca/kíp làm việc khác nhau.
- Giới hạn các cuộc tham quan không cần thiết bởi các bên khác đến công trường nơi các công nhân chủ chốt đang làm việc.
- Hạn chế tương tác và sử dụng các đồ dùng chung.
- Cung cấp thêm phương tiện, công cụ và các thiết bị nếu có thể để ngăn ngừa việc sử dụng bởi nhiều người.
- Xem xét thuê văn phòng tạm thời để chia các đội làm việc và hạn chế lây nhiễm chéo.

Làm việc với Nhà thầu và Nhà cung cấp

- Các công ty nên cung cấp các lời khuyên đến các nhà thầu và các nhà cung cấp và phổ biến lại các lời khuyên đến nhân viên trong công ty và xem xét sự thống nhất với các lời khuyên từ nhà thầu và nhà cung cấp.



Khi trở về nhà

- Cung cấp lời khuyên về việc ngăn ngừa sự phát tán của các loại vi-rút, vi khuẩn từ những bề mặt hoặc vật liệu có khả năng bị nhiễm bẩn tại nơi làm việc đến những người ở nhà.
- Các lời khuyên có thể bao gồm thay quần áo tại nơi làm việc, lau dọn và vệ sinh các phương tiện, đảm bảo giãn cách xã hội tại nhà cho đến khi thay quần áo và tắm rửa, và bao bọc các dụng cụ có nguy cơ bị nhiễm bẩn cho đến khi chúng được vệ sinh, bỏ đi hoặc rửa sạch.



Kế hoạch cho tình huống khẩn cấp và tiếp tục kinh doanh

- Đảm bảo nhân viên hỗ trợ và chuỗi cung ứng các đồ dùng yêu cầu để đảm bảo nơi làm việc an toàn và khỏe mạnh (khăn giấy, xà phòng, khăn lau và dung dịch diệt khuẩn, diệt vi trùng và các nhân viên trợ giúp như nhân viên lau dọn).
- Các nhân viên từ các công ty khác và một bên thứ 3 cũng có thể cần được đào tạo và làm quen tại các công trường trong trường hợp họ có thể được huy động gấp.



Các hoạt động ưu tiên

- Sắp xếp công việc cần được tiến hành để đảm bảo các trạm xử lý và mạng lưới hoạt động tốt và hoạt động cốt lõi này nên được thực hiện trước.
- Đối với các hoạt động giám sát, các hoạt động giám sát không khẩn cấp và không thiết yếu nên được hoãn lại nếu có thể.



Làm việc với nước thải

- Các nguy cơ bổ sung đối với các công nhân vệ sinh và công nhân nước thải từ vi-rút dịch bệnh COVID-19 được cho là thấp so với các nguy cơ từ các loại vi-rút có khả năng lây truyền cao hơn.
- Đối với các nhiệm vụ hiện tại yêu cầu thiết bị bảo hộ các nhân (PPE), các yêu cầu về trang thiết bị bảo hộ cá nhân vẫn được áp dụng. Hướng dẫn sử dụng, đeo và tháo khẩu trang được cung cấp bởi [Tổ chức Y tế thế giới](#).



Bảo vệ các công nhân có nguy cơ cao

- Xác định các công nhân có nguy cơ cao về sự phức tạp, nghiêm trọng, ở các độ tuổi 60+ đối với dân số chung, hoặc những người có bệnh nền.
- Nếu có thể, ưu tiên thay đổi mô hình công việc của những nhân viên có nguy cơ cao để giảm thiểu tiếp xúc của họ với người khác trong khi giúp đỡ trong quá trình cách ly.



Làm việc tại nhà an toàn

- Làm việc tại nhà vẫn có thể tồn tại những nguy cơ mất an toàn. Đề phòng trượt, vấp và té ngã, xem xét nâng các vật nặng (như bàn ghế), an toàn thiết bị điện và các nguy cơ đến từ động vật và côn trùng.
- Làm việc tại nhà trong thời gian dài có thể tác động tiêu cực tới thể chất và tinh thần của nhân viên, vì vậy nên duy trì giao tiếp và liên lạc thường xuyên và cung cấp bổ sung các hỗ trợ và nguồn lực nếu cần thiết.



Khuyến khích tự cách ly nếu cần

- Mọi người gần như đã nhiễm bệnh trong vài ngày đầu có biểu hiện các triệu chứng. Nếu nhân viên có các dấu hiệu và triệu chứng thường thấy của bệnh COVID-19 đã được thông báo rộng rãi hoặc tiếp xúc gần gũi với người nhiễm bệnh, họ nên gọi cho bác sĩ hoặc đường dây tư vấn y khoa, và nên tự cách ly tại nhà tới khi được kiểm tra bởi bác sĩ.



Nâng cao nhận thức

- Nâng cao nhận thức đối với các thông tin được đưa ra trong bản hướng dẫn này, và các hướng dẫn có liên quan từ chính quyền địa phương các cấp là một phương pháp hữu ích để giúp nhân viên làm quen với các thực hành kiểm soát dịch bệnh COVID-19 và trả lời các câu hỏi.
- Gửi thư điện tử (email), băng rôn, đoạn phim hướng dẫn và các hội thảo qua mạng có thể được sử dụng để chia sẻ thông tin với nhân viên về các hướng dẫn này hoặc các hướng dẫn khác có liên quan và các thông tin cập nhật liên tục.



Để có thêm các hướng dẫn và thông tin đầy đủ khác về dịch bệnh COVID-19, truy cập: waterpartnership.org.au/our-offering/water-and-covid-19.

Để truy cập thông tin chi tiết đầy đủ và mới nhất về dịch bệnh COVID-19 có liên quan tới cấp nước và vệ sinh, tham khảo tại [trang thông tin về dịch bệnh COVID-19 của Tổ chức Y tế thế giới](#), lời khuyên cho cộng đồng.

Biên soạn bởi Hiệp hội ngành nước Úc (AWA), Hiệp hội Dịch vụ ngành nước Úc (WSAA) và Chương trình WaterFutures với sự hỗ trợ của Cơ quan Hợp tác ngành nước Úc (AWP).

MSc. Ha Thanh Hang

Head of Policy Department, Head of International Cooperation Department,
Deputy Project Director - DEWASP, Vietnam Water Supply and Sewerage Association (VWSA)
Address: 19th Floor, Office Building, No.1 Pham Huy Thong Str., Ba Dinh Dist., Hanoi, Vietnam
Mobile: +84-91-331-4997 | Email: hangnamkl@yahoo.com | Gmail: hahanghqv@gmail.com

Bản quyền © 2020 eWater Ltd

**AUSTRALIAN
WATER**
ASSOCIATION



Australia – water partners for development