

Các thực hành tốt nhất được đề xuất cho Trị liệu Massage

Cập nhật ngày 14 tháng 12 năm 2020

Massage được yêu cầu tuân thủ các hướng dẫn sau đây, các hướng dẫn này được triển khai bởi sự hợp tác giữa Phòng Y tế Công cộng, Bộ Phát triển Kinh tế, Hiệp hội Trị liệu Massage Hoa Kỳ (AMTA), Chi hội Nebraska và Lực lượng Đặc nhiệm Phát triển Nebraska. *Tham khảo DHM địa phương của bạn, ở một số khu vực có các giới hạn về số người hoặc quy mô tập hợp được đánh giá bổ sung.*

Nhân viên

- Bố trí ca kíp để tuân thủ với DHM và giảm số lượng người ở trong cửa hàng.
- Bất cứ khi nào có thể, thực hiện giãn cách xã hội giữa các nhân viên. Thiết kế lại quy trình làm việc, phân công nhiệm vụ và chỗ làm việc cho các nhân viên cụ thể hoặc cho các nhóm liên hệ để giảm thiểu tình trạng lộn xộn và tối đa hóa giãn cách xã hội.
- Tăng cường huấn luyện an toàn cho nhân viên, nhấn mạnh quy tắc vệ sinh (tránh chạm vào mắt, mũi và miệng) và vệ sinh tay đúng cách bao gồm rửa tay ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh, trước khi ăn và sau khi hắt hơi hoặc ho, hoặc sau khi chạm vào các bề mặt thường chạm (ví dụ: tay nắm cửa, ghế và bàn).
- Hoàn thành việc sàng lọc trước đối với nhân viên (ví dụ, đo nhiệt độ và đánh giá các triệu chứng liên quan đến COVID-19) trước khi bắt đầu làm việc.
- Cân nhắc sử dụng nhãn dán sau khi kiểm tra sốt và nhật ký triệu chứng. Truyền đạt hàng ngày với nhân viên rằng họ phải thông báo ngay cho người quản lý nếu họ cảm thấy bị bệnh hoặc gặp **bất kỳ triệu chứng nào**, bao gồm, nhưng không giới hạn ở: khởi phát sốt, ho hoặc khó thở, mất vị khác hoặc khứu giác.
- Nhân viên khỏe mạnh nhưng có thành viên gia đình ở nhà bị nhiễm COVID-19 (được xác nhận trong phòng xét nghiệm hoặc chẩn đoán lâm sàng) nên thông báo cho người giám sát của họ trước khi bắt đầu ca làm việc. Chủ lao động nên tham khảo ý kiến của **sở y tế địa phương** để đánh giá xem liệu có sự phơi nhiễm với thành viên trong gia đình ở nhà hay không (ví dụ: nếu cá nhân chăm sóc thành viên gia đình bị bệnh) hoặc nếu không có phơi nhiễm (ví dụ: cá nhân sống ở phòng riêng và có phòng tắm riêng) trước khi xác định xem nhân viên có phù hợp để đi làm không hay cần tự cách ly. Tiếp tục theo dõi sức khỏe của nhân viên trong các ca làm theo **các triệu chứng COVID-19** (bao gồm, nhưng không giới hạn ở: sốt, ho, khó thở, mất vị giác hoặc khứu giác). Nếu một nhân viên bị ốm tại nơi làm việc, hãy đưa họ về nhà ngay lập tức và sau đó làm sạch và khử trùng bề mặt tại nơi làm việc của họ. Các nhân viên và khách hàng khác tại cơ sở có tiếp xúc gần (trong vòng 6 feet) với nhân viên bị bệnh trong thời gian này nên được xem xét phơi nhiễm. Hướng dẫn nhân viên bị bệnh ở nhà và làm theo các biện pháp phòng ngừa trong **Phải làm gì nếu bạn bị ốm** của CDC và tham khảo ý kiến của sở y tế địa phương về hướng dẫn thêm.
- Tạo một **kế hoạch ứng phó** cho bất kỳ trường hợp nào của nhân viên bị nghi ngờ hoặc được xác nhận là đã nhiễm COVID-19. Nếu cần, tham khảo ý kiến của **sở y tế địa phương** để được hướng dẫn thêm.
- Nhân viên nên cân nhắc việc mang quần áo để thay sau ca làm việc.
- Nhân viên nên để điện thoại di động ở xa hoặc ở một vị trí trung tâm, có sẵn khăn lau khử trùng. Khử trùng điện thoại sau khi sử dụng.

Cơ sở

- Bàn ghế cho khách hàng phải cách nhau ít nhất sáu feet. Tham khảo DHM địa phương của bạn, có thể yêu cầu giãn cách vật lý.
- Loại bỏ các vật phẩm không thể khử trùng được khỏi sảnh, chẳng hạn như tạp chí, sách mẫu, v.v.
- Không cho phép thêm khách. Không có bạn bè hoặc gia đình, ngoại trừ một phụ huynh hoặc người giám hộ có thể có mặt nếu trẻ vị thành niên đang nhận được một quy trình.

- Khử trùng nơi làm việc (bao gồm ghế, bàn, thiết bị điện và dây điện, v.v.) và tất cả các vật dụng tiếp xúc với khách hàng trước mỗi khách hàng mới. Làm sạch, khử trùng và khử khuẩn tất cả các dụng cụ không phải loại dùng một lần sau mỗi lần sử dụng.
- Vứt bỏ và thay thế các sản phẩm đã được sử dụng, hoặc đã bị ô nhiễm sau khi sử dụng không đúng cách hoặc không hợp vệ sinh.
- Khử trùng các vật thường xuyên chạm vào ít nhất bốn giờ một lần, ví dụ: tay nắm cửa, cổng và quầy.
- Người trị liệu massage và khách hàng phải rửa tay trước mỗi quy trình, trong ít nhất 20 giây.
- Nhân viên phải thay găng tay dùng một lần giữa mỗi khách hàng.
- Làm sạch cửa và lau cửa sổ trong và ngoài tiệm sau mỗi 30 phút.
- Cung cấp bình khử trùng tay bên trong cửa trước cho khách hàng.
- Nếu có thể, hãy sử dụng các ô cửa trước và sau để thiết lập luồng giao thông một chiều xuyên suốt cơ sở.
- Bố trí lịch giao hàng.
- Đảm bảo cơ sở của bạn có thông gió thích hợp. Điều chỉnh cài đặt HVAC của bạn để lưu thông không khí trong lành đến không gian làm việc của bạn.
- Tạo các bảng biển/ áp phích quảng cáo cho các chính sách mới.

Khách hàng

- Khuyến khích các cuộc hẹn được thực hiện trực tuyến hoặc qua điện thoại; không khuyến khích cuộc hẹn không hẹn trước. Nếu có thể, hãy sử dụng thanh toán trước trực tuyến, thanh toán không tiếp xúc, thẻ và thẻ quà tặng qua tiền mặt. Nhân viên nên lau bề mặt POS bằng chất khử trùng giữa mỗi lần sử dụng.
- Khách hàng nên đợi ở bên ngoài trong xe ô tô trước khi được gọi vào để gặp, hoặc đợi trên một hàng cách nhau 6 feet trước cửa hàng.
- Nếu cần sử dụng khu vực sảnh, thêm các biển báo hoặc băng đánh dấu để chỉ định nơi khách hàng đứng hoặc ngồi; giảm số lượng ghế trong khu vực sảnh hoặc tăng khoảng cách giữa các ghế; sau 30 phút lại lau ghế ở hành lang một lần; cất các đồ chơi, trò chơi, điều khiển TV, tài liệu quảng cáo, đồ uống và máy pha cà phê; và loại bỏ các phiếu đăng ký.
- Không khuyến khích khách hàng mang theo các vật dụng cá nhân (ví, áo khoác, v.v.).

AMTA- Chi hội Nebraska và Hiệp hội Quốc gia cung cấp các hướng dẫn bổ sung sau đây. **Lưu ý: hướng dẫn dưới đây không thay thế các yêu cầu về Biện pháp y tế được chỉ định của Bang Nebraska.**

Hướng dẫn của AMTA Chi hội Nebraska

Tiếp tục tuân theo tất cả các quy định của tiểu bang và thừa nhận các quy trình và biện pháp phòng ngừa tiêu chuẩn. Các quy trình vệ sinh vẫn là tiêu chuẩn. Nhắc nhở bản thân và nhân viên về các quy định của tiểu bang (truy cập <http://dhhs.ne.gov/licensure/Pages/Massage-Therapy.aspx>). Có được sự hiểu biết đầy đủ về các luật và pháp lệnh mới ở cấp địa phương, tiểu bang và quốc gia và điều chỉnh các thực hành của bạn cho phù hợp, theo hướng dẫn của CDC và OSHA (Phụ lục A, B). Lưu ý rằng sau đây là những hướng dẫn thực hành tốt nhất nhằm giúp đảm bảo an toàn cho các nhà trị liệu và khách hàng massage.

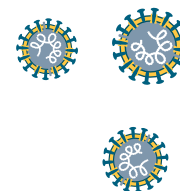
Các biện pháp bảo vệ nhà trị liệu

- Chỉ tiếp người có hẹn, không tiếp người không hẹn trước.
- Không để khách hàng chờ trong phòng chờ, trừ khi có thể duy trì giãn cách xã hội; khách hàng phải đợi trong xe cho đến khi nhà trị liệu sẵn sàng.
- Giới hạn số người trong cơ sở là một người cho mỗi nhà trị liệu.
- Nhân viên sẽ đeo khẩu trang và vệ sinh tay khi vào / ra khỏi phòng điều trị.
 - Xem xét việc đeo kính hoặc kính bảo vệ mắt.
 - Xem xét sử dụng tạp dề hoặc thay đổi quần áo giữa các lượt trị liệu khách hàng.
 - Xem xét việc thay giày tại lối vào/ra của cơ sở.

- Khách hàng sẽ rửa / vệ sinh tay khi vào / ra khỏi cơ sở.
- Biểu mẫu tiếp nhận và chấp thuận mở rộng để bao gồm các câu hỏi về COVID19:
 - Trước buổi hẹn hoặc trước khi vào cơ sở:
 - ◆ Bạn đã bị phơi nhiễm phải không? Bạn đã đi du lịch gần đây phải không? Bạn đã bị ốm phải không?
 - Khách hàng ký giấy miễn trừ thừa nhận họ hiểu bản chất truyền nhiễm của COVID-19, khả năng phơi nhiễm với COVID-19 và họ không chịu trách nhiệm về doanh nghiệp / cơ sở / nhà trị liệu.
 - Đánh giá chính sách và các quy trình hủy bỏ nếu khách hàng cần hủy do các dấu hiệu, triệu chứng hoặc phơi nhiễm COVID-19.
- Nhân viên sẽ đo nhiệt độ của họ trước khi bắt đầu mỗi ngày làm việc. Nhiệt độ 100,4 ° F nên được coi là dấu hiệu của việc nhiễm COVID-19.
- Đánh giá phạm vi chung của việc làm sạch / vệ sinh; mở rộng nếu cần thiết.
 - Sử dụng các sản phẩm có màn chắn không thấm nước, như tấm đệm, phủ bàn, bàn nóng, v.v.
 - Thực hiện vệ sinh thường xuyên hơn và đảm bảo bạn vệ sinh mọi bề mặt giữa các lượt điều trị khách hàng.
 - Đảm bảo tất cả các thiết bị, ghế và bàn được sử dụng bởi nhân viên sẽ được vệ sinh giữa các lượt điều trị khách hàng.
 - Loại bỏ hoàn toàn khăn trải giường sau mỗi trị liệu.
 - Xem xét đồ rác giữa mỗi lượt điều trị khách hàng.
 - Xem xét sử dụng đèn UVC và bộ lọc HEPA để khử trùng bổ sung.
 - Lập kế hoạch dọn trải để phân bổ đủ thời gian cho vệ sinh mở rộng và bố trí khách hàng.
 - Đánh giá các quy trình giặt ủi, đặc biệt là giặt ủi tại chỗ.
 - Vệ sinh kho lưu giữ và hàng hóa.
- Khách hàng nên đeo khẩu trang khi vào / ra khỏi cơ sở, trong khi ăn và khi nằm nghiêng hoặc nằm ngửa.
 - Cần nhắc sử dụng tấm che gối kê cổ dùng một lần để bọc gối cao cổ của bạn; đặt nó trên gối, tạo một túi dạng vòng bên dưới để hứng giọt bắn của khách hàng khi họ đang nằm sấp.
- Giảm thiểu tiếp xúc trong quá trình liên hệ đăng ký vào/ra
 - Khuyến khích thanh toán không tiếp xúc.
 - Treo biển báo trong phòng họp, phòng chờ và các khu vực chung để nhấn mạnh giãn cách xã hội và cập nhật các quy trình.

Giao tiếp với Nhân viên

- Chủ lao động sẽ gặp tất cả các nhân viên và giao tiếp bằng lời nói và văn bản.
- Trị liệu Massage Nebraska phải đăng các thay đổi quy định hiện hành trên trang web của mình.
- Mỗi tổ chức nên đăng những thay đổi quy định mới nhất.



Các biện pháp Bảo vệ Khách hàng

- Không nhân viên nào bị sốt hoặc có bất kỳ triệu chứng nào khác của COVID-19 có thể cung cấp dịch vụ cho khách hàng.
- Chỉ một Trị liệu viên Massage được cấp phép với một khách hàng.
- Không ai được phép ngồi trong khu vực chờ.
- Bất kỳ lúc nào, Chỉ có một khách hàng và người trị liệu được cho phép trong một phòng trị liệu.
- Những nhân viên trị liệu phải đeo khẩu trang bảo vệ.
- Tất cả các thiết bị, ghế và bàn được sử dụng bởi một nhân viên và khách hàng sẽ được vệ sinh giữa các lượt điều trị khách hàng.
- Cung cấp nước rửa tay/khử trùng cho khách hàng khi đến.
- Khách hàng nên đeo khẩu trang khi vào / ra khỏi cơ sở, trong khi ăn và khi nằm nghiêng hoặc nằm ngửa.

Giao tiếp với Khách hàng

- Đăng các quy trình được cập nhật lên các phương tiện truyền thông xã hội, trang web và các phương tiện thông tin liên lạc điện tử khác với khách hàng.
- Thông tin về các quy trình được cập nhật khi một cuộc hẹn được đặt lịch.
- Đăng các quy trình được cập nhật tại lối vào cơ sở, cũng như trong các khu vực chung và phòng điều trị.

Tổng kết

Nói chung, nguy cơ lây nhiễm được giảm thiểu đáng kể bằng cách tuân theo các thực hành vệ sinh và tiêu chuẩn vệ sinh. Sửa đổi cách lập thời gian biểu để có nhiều thời gian hơn giữa các khách hàng cho phép thêm thời gian để làm sạch triệt để hơn các khu vực chung và giảm số lượng người đi qua các khu vực chung.

Hướng dẫn AMTA Quốc gia

Hiểu rằng mọi tiểu bang sẽ khởi động lại theo cách riêng của mình và có thể sẽ cung cấp các thông tin cụ thể khác nhau về cách thức và thời điểm bạn có thể bắt đầu thực hành, dưới đây là 10 cân nhắc quan trọng:

1. Có được sự hiểu biết đầy đủ về bất kỳ luật và pháp lệnh mới nào ở cấp địa phương, tiểu bang và quốc gia, và điều chỉnh thực hành của bạn cho phù hợp.
2. Việc làm sạch kỹ lưỡng, khử trùng và vệ sinh các quy trình trong phòng massage của bạn cũng như bất kỳ khu vực chung nào, và của bất kỳ vật nào mà khách hàng chạm vào.
3. Xem xét chính sách giặt cho quần áo, khăn trải giường, khăn tắm và các đồ vật có thể giặt khác của bạn.
4. Hãy suy nghĩ về việc sử dụng Thiết bị Bảo vệ Cá nhân (PPE) của riêng bạn (bao gồm khẩu trang, găng tay và quần áo).
5. Thực hành rửa tay đúng cách và các quy trình vệ sinh.
6. Xem xét việc đặt phòng của bạn; thực hiện bất kỳ thay đổi nào để cho phép các quy trình vệ sinh và thừa nhận rằng các khuyến nghị giãn cách xã hội có thể giới hạn số lượng người trong một không gian. Đánh giá chính sách và các quy trình hủy bỏ của bạn nếu khách hàng có dấu hiệu bị bệnh.
7. Thực hiện quy trình tiếp nhận nâng cao và thể hiện cam kết của bạn đối với sức khỏe của khách hàng và chính bạn.
8. Giảm thiểu giao tiếp trong quá trình đăng ký vào/ra (sử dụng các công cụ ảo).
9. Nếu bạn làm việc với các nhà trị liệu massage hoặc nhà cung cấp dịch vụ khác, hãy xem xét mọi cập nhật cần thiết cho chính sách nhân sự và tuyển dụng nhân viên của bạn. Nếu bạn là nhân viên, hãy xem xét cẩn thận mọi hướng dẫn bạn sẽ cần tuân theo.
10. Treo các biển báo trong phòng chờ và các khu vực chung để nhấn mạnh giãn cách xã hội, rửa tay và bất kỳ thiết bị bảo vệ nào bạn cho rằng khách hàng của mình sử dụng. Chúng tôi khuyến khích mọi nhà trị liệu massage sử dụng phán đoán chuyên môn tốt nhất của họ về khả năng đảm nhận và chăm sóc khách hàng theo cách tuân thủ các nguyên tắc của tiểu bang, các hướng dẫn của CDC và OSHA. Chúng tôi đang làm việc để có được câu trả lời cụ thể hơn từ các chuyên gia chăm sóc sức khỏe, chính phủ và hội đồng cấp phép trị liệu massage, và sẽ cung cấp cho bạn các nguồn tài liệu để bảo vệ cả chính bạn và khách hàng của bạn.