Australian Government

Department of Health

ማህበረሰቡን ከኮሮና ቫይረስ (COVID-19) ስለመከላከል

ከ COVIDSafe ደህና ሆኖ ኑሮን እንድንቀጥል፤ ደህና ካልሆኑ ከቤት መቆየቱ ጠቃሚ ነው። የጉንፋን ወይም ፍሉ ኢንፍሎንዛ ምልክቶች ካለብዎት ለ COVID-19 ቫይረስ ምርመራ ስለማካሄድ የህክምና ባለሙያ ምክር ማግኘት አለብዎ። መካከለኛ የበሽታ ምልክትቶች ያሉባቸው ሰዎችም ቫይረሱን ማሰራጨት ይችላሉ።

ለ COVID-19 ቫይረስ ምርመራ ስለማካሄድ

ታካሚዎች የ COVID-19 ቫይረስ ስላለባቸው በምርመራው እንደሚታወቅና ለጤና ጥበቃ ባለስልጣኖች የቫይረስ ስርጭቱን ለማቆም ይረዳቸዋል።

ቀደም ብሎ በምርመራ በሽታን ማወቁ ታዲያ ቫይረሱ ወደ ጓደኞችዎ ወይም ቤተሰብዎ እንዳይሰራጭ ለማስወገድ እርምጃ መውሰድ ይችላሉ። ትኩሳት፤ ሳል፤ የጉሮሮ ህመም ወይም የመተንፈስ ችግር ካለብዎት ምርመራ ማካሄዱ አስፈላጊ ነው።

ደህና ካልሆኑ ምርመራ ማካሄዱ በበለጠ ጠቃሚ እንደሆነ እና:

- በቅርቡ ከውጭ አገር ወደ አውስትራሊያ ከተመለሱ። ሁሉም ተጓዢዎች ወደ አውስትራሊያ ሲደርሱ ለ 14 ቀናት ከሌሎች ሰዎች ተገልለው ይቆያሉ;
- ባለፉት 14 ቀናት ውስጥ በምርመራ የ COVID-19 ቫይረስ ካለበት ሰው ጋር በቅርበት ግንኙነት አድርገው ከነበር;
- እርስዎ የጤና ጥበቃ ተንከባካቢ፤ በእድሜ አንጋፋ ተንከባካቢ ወይም በመኖሪያ ቤት ተንከባካቢ ሠራተኛ ከሆኑ ወይም በቀጥታ ከታካሚዎች ጋር ግንኙነት ያለው ሠራተኛ አባል ከሆኑ ነው።

የት ነው ምርመራ ማካሄድ የምችለው?

ምርመራን ለማቀናጀት ሀኪምዎን ማነጋገር ወይም ወደ የትንፋሽ ህክምና ክሊኒክ መሄድ ይችላሉ። ሀኪምዎን የሚያዩ ከሆነ በመጀመሪያ ክሊኒኩን ማነጋገርና ያለዎትን ምልክቶች ለነሱ መናገሩ አስፈላጊ ነው። ይህ የርስዎን መድረስ እንዲያውቁና በክሊኒኩ ውስጥ ላሉት ሌሎች ሰዎች ለመቀላከል እንዲዘጋጁ ይረዳል።

የትንፋሽ ህክምና ክሊኒኮች በሞላው አገሪቷ የጤና ጥበቃ ማእከላት ሲሆኑ ትኩረስ የሚያደርጉት ከማይድን የትንፋሽ ብክለት ምልክቶች ላሉባቸው ስዎች ምርመራ ማድረግ ነው። በአቅራቢያዎ ያለን የትንፋሽ ህክምና ክሊኒክ ለማግኘት በድረገጽ፡ www.health.gov.au/covid19-clinics ላይ ገብቶ ማየት። በርስዎ አስተዳደር ግዛትና ተሪቶርይ ምርመራ የሚያደርጉበት ተጨማሪ ክሊኒኮች ሊኖራቸው ይችላል። እነዚህን በርስዎ አስተዳደር ግዛትና ተሪቶርይ ድረገጾች ላይ ማግኘት ይችላሉ።

ለቫይረሱ ምርመራ አካሂደው ከሆነ በቤትዎ መቆየትና ከሌሎች ሰዎች ጋር ግንኙነትን ማስወገድ። ያካሄዱት መርመራ ውጤት እስኪመጣ ድረስ አንድ ወይም ሁለት ቀናት ሊወስድ ይችላል።

ከባድ የበሽታ ምልክቶች ካለዎት ማለት እንደ የመተንፈስ ችግር፤ በአስቸኳይ ህክምና ለመታየት በስልክ 000 አድርጎ መደወል።

እርዳታ ማድረግ ለስርጭቱ ይረዳል

ማህበረሰብዎን ለመከላከል፤ እያንዳንዱ ሰው የአካል ርቀትንና ጥሩ ንጽህና ሃይጂን መጠበቁን መቀጠል። ከሌሎች ሰዎች ያለዎትን እርቀት 1.5 ሜትር ስለመሆኑ ማረጋገጥና ደህና ካልሆኑ ቤት ውስጥ መቆየት። እጆችዎን በውሃና በሳሙና አድርጎ መታጠብ እንዲሁም በሚስሉበትና ሲያስነጥሱ በክንድዎት ውስጥ ማድረግ። ሁላችንም የራሳችንን ድርሻ ማካሄድ በመቻል የ COVID-19 ቫይረስ መሰራጨትን ለማቆም ይረዳል።

የ COVIDSafe App በመጫን ማስገባት

ለርስዎ ቤተሰብ፤ ጓደኞችና ማህበረሰብ ለመከላከል የሚረዳን የ COVIDSafe app እስካሁን ካላስገቡ። ከኮሮና ቫይረስ ካለባቸው ሰዎች ጋር ግንኙነት ያደረጉትን ሰዎች በህዝባዊ ጤና ጥበቃ ሀላፊዎች በኩል ለመለየት ኣፕ/ app ይረዳቸዋል።

ስለ COVID-19 የበለጠ መረጃ

በህጋዊ የሆኑ መገልገያዎች በኩል መረጃን እያገኙ መቆየት አስፈላጊ ነው። በድረገጽ፤ www.australia.gov.au ላይ ማየት። ለኮሮና ቫይረስው እርዳታ መስመር በስልክ 1800 02፡ 0 080 ወይም ለትርጉምና አስተርጓሚ አገልግሎት በስልክ 131 450 ኣድርጎ መደወል።