

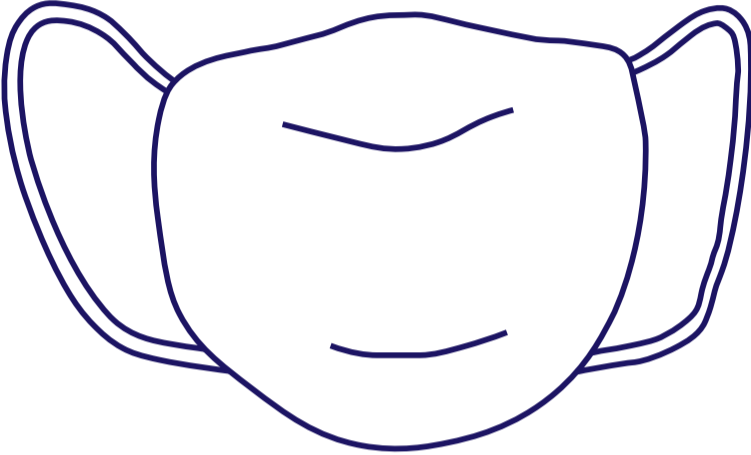


តើខ្ញុំត្រូវតែពាក់ម៉ាស់មែនទេ ?

ប្រសិនបើអ្នកស្រួលខ្លួន មិនចាំបាច់ពាក់ម៉ាស់នោះទេនៅកន្លែងដែលមានការចម្លងជំងឺ COVID-19 ទាបនៅក្នុងសហគម៌។ យ៉ាងណាមិញ ប្រសិនបើអ្នកស្ថិតនៅក្នុងស្ថានភាពពិបាករក្សាគម្លាតពីគ្នា ដូចជានៅលើបណ្តាញបាយដឹកជញ្ជូនសាធារណៈ អ្នកអាចនឹងជ្រើសរើសពាក់ម៉ាស់បាន

ដើម្បីរួមផ្សំការពារជំងឺ COVID សូមធ្វើនូវប្រការទាំង ៣ ៖

1. លាង ឬ ធ្វើអនាម័យដៃរបស់អ្នក
2. រក្សាគម្លាតពីគ្នា (1.5 ម៉ែត្រ)
3. មានកម្មវិធីទូរស័ព្ទសុវត្ថិភាពកូរ៉ូដ (COVIDSafe app)។

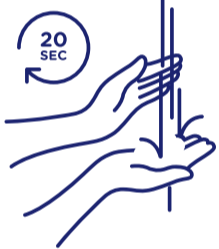


ដូចគ្នាផងដែរ សូមនៅផ្ទះ ប្រសិនបើអ្នកមិនស្រួលខ្លួន ហើយត្រូវតែធ្វើតេស្ត។

ប្រសិនបើអ្នកជ្រើសរើសពាក់ម៉ាស់ វាមានសារៈសំខាន់ដែលត្រូវ៖



លាងដៃរបស់អ្នកមុនពេលពាក់ម៉ាស់។



ត្រូវប្រាកដថាម៉ាស់បានគ្របលើច្រមុះ និងមាត់របស់អ្នក ហើយត្រូវលុបចោលនៅក្រោម ចង្ការរបស់អ្នក នៅពេលខ្លួនច្រមុះរបស់អ្នក និងផ្តិតបន្តិចប្រហែលស្រដៀងនឹងមុខរបស់អ្នក។



កុំប៉ះផ្នែកខាងមុខនៃម៉ាស់ពេលកំពុងពាក់វា ឬ នៅពេលដោះវាចេញ។ ប្រសិនបើអ្នកពិតជាបានប៉ះម៉ាស់មែននោះ សូមលាង ឬ ធ្វើអនាម័យដៃរបស់អ្នកភ្លាមៗ។ កុំអនុញ្ញាតឱ្យម៉ាស់ធ្លាក់លុះសំយុងនៅជុំវិញកម្រិតរបស់អ្នកឡើយ។



លាង ឬ ធ្វើអនាម័យដៃរបស់អ្នកក្រោយពិបាកដោះម៉ាស់ចេញ។



* ម៉ាស់ប្រើប្រាស់តែមួយដងមិនគួរប្រើប្រាស់ឡើងវិញទេ ហើយគួរចោលភ្លាមៗក្រោយប្រើរួច។

សំខាន់៖ មនុស្សដែលមានស្ថានភាពសុខភាពធ្ងន់ធ្ងរដង្ហើមរ៉ាំរ៉ៃគួរស្វែងរកការព្យាបាលជាមួយអ្នកជំនាញផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រមុននឹងប្រើប្រាស់ម៉ាស់។

ព័ត៌មានបន្ថែមសូមចូលទៅកាន់ www.health.gov.au