



Australian Government

Department of Health

Спазване на Вашите медицински прегледи

По време на коронавируса е важно да спазвате Вашите редовни медицински прегледи – особено ако имате хронични или съществуващи заболявания.

Все още е безопасно да ходите при Вашите доставчици на здравни услуги. Когато отидете за Вашия преглед, следвайте инструкциите, които те Ви дават. Това може да включва носене на маска (Вашият лекар може да Ви даде такава), дезинфекциране на ръцете при пристигане и вход през отделна част на сградата.

Ако имате симптоми на COVID-19, уведомете Вашите медицински специалисти, когато си записвате час. Също така им кажете за всяко неотдавнашно пътуване или ако сте били в контакт с някого, който има COVID-19. Носете маска на прегледа и не забравяйте да стоите поне на 1,5 метра от другите хора по всяко време. Кашляйте и кихайте в лакътя си.

Дистанционно медицинско обслужване Telehealth

Telehealth прегледите са медицински консултации, проведени по телефона или чрез видео конференция. Те Ви позволяват да наберете и да разговаряте с Вашия лекар, без да напускате дома си. Нямаме нужда от специално оборудване и можете да използвате телефона или компютъра си. Вие и Вашият медицински специалист ще решите коя система е най-добре да използвате за Вашите нужди.

Лекарите, медицинските сестри и професионалистите в областта на психичното здраве могат да предоставят дистанционно медицинско обслужване. Всеки, който има Medicare карта, може да ползва услугите на Telehealth. Вашият лекар може да Ви даде и рецепта чрез Telehealth консултация.

По време на дистанционния Ви преглед може да се наложи лекарят да Ви изпише рецепта. Лекарите могат да ви предоставят рецепта на хартиен носител или да изпратят дигитално копие от рецептата на предпочитаната от Вас аптека след Telehealth консултацията Ви.

Доставка на лекарства по домовете

Вашето лекарство може да Ви бъде доставено у дома Ви. Доставка у дома е добър вариант, ако сте в изолация, ако сте по-уязвими към сериозно заболяване или предпочитате да си останете у дома.

Обадете се на предпочитаната от Вас аптека или проверете уебсайта им, за да видите дали предлагат доставка по домовете и дали имат лекарството в наличност. Може да сте в състояние да поръчате онлайн или по телефона.

Ако имате рецепта на хартиен носител, трябва да я изпратите по пощата или да накарате някой да я занесе в аптеката, за да могат да Ви доставят лекарството.

Ако Вашият лекар е изпратил дигитално копие от рецептата, аптеката ще Ви изпрати лекарството на адреса, написан на рецептата.

Подкрепа за психичното здраве

Коронавирусът променя начина ни на живот и това как прекарваме време с обичаните от нас хора.

Пандемията ще бъде с нас в продължение на още много месеци и е важно да не забравяме да се грижим за психичното си здраве, както и за физическото си здраве.

Поддържайте връзка с приятелите и семейството си, както и с общността по телефона или в интернет.

Ако се чувствате стресирани, тъжни, уморени, разтревожени или ядосани, знайте, че това е нормално, и не се страхувайте да потърсите помощ.

Допълнителна информация за COVID-19

Важно е да се информирате от официални източници. Посетете [health.gov.au](https://www.health.gov.au), обадете се на Горещата национална линия за коронавирус (National Coronavirus Helpline) на 1800 020 080 или на Преводаческата служба (TIS National) на 131 450.