



ŠEST KORAKA DA SE ZAUSTAVI ŠIRENJE MEĐU STANARIMA U DOMOVIMA ZA NJEGU STARIJIH

Hvala vam što pomažete da sačuvate sebe, druge stanare u domu i sve one koji brinu o vama. Znamo da je to ponekad teško i da se od svijetu zahtijevaju velika prilagođavanja.

Vaša zaštita i dobrobit su naš najveći prioritet. Mjere koje smo uveli bile su uvedene zato da vas sačuvaju.

Važno je da svi i dalje činimo sve što možemo da od COVID-19 zaštitimo stanare u domovima i osoblje koje se brine o njima. Sljedeće informacije će vam pomoći da ostanete zdravi i zaštićeni.

Ako imate bilo kakvih nedoumica ili mislite da vam je potrebno više informacija, obratite se članovima porodice, njegovateljima ili osoblju. U ovome smo svi zajedno.

Dodatne informacije mogu se naći na web stranici [health.gov.au](https://www.health.gov.au) ili ako nazovete Nacionalnu liniju za koronavirus (National Coronavirus Helpline) na 1800 020 080.

Šest koraka da se zaustavi širenje:

1. Obavijestite svog zdravstvenog radnika ako se ne osjećate dobro

Svom zdravstvenom radniku morate reći sve simptome bolesti koje imate, čak i ako su jako blagi. Zdravstveni radnik će procijeniti stanje i možda vas testirati na COVID-19. Simptomi COVID-19 mogu izgledati kao prehlada ili gripa i mogu uključivati:

- povišenu temperaturu
- kašalj
- otežano disanje
- bol u grlu
- glavobolju
- gubitak čula mirisa

- gubitak čula okusa
- curenje iz nosa
- bolove u mišićima
- bolove u zglobovima
- proljev
- mučninu/povraćanje
- gubitak apetita.

Testiranje na COVID-19 omogućeno je svim stanarima staračkih domova.

2. Redovno perite ruke

Ruke morate dobro oprati. To treba uvijek uraditi prije i nakon kontakta s bilo kojim drugim stanarom, posjetiocima ili radnicima. Ruke treba prati sapunom i vodom najmanje 20 sekundi. Ako na rukama ne vidite da su prljave, možete koristiti sredstvo za dezinfekciju na bazi alkohola.

3. Voditi brigu o sebi i o posjetiocima

Da bi se smanjio rizik od širenja COVID-19, preporučujemo vam da:

- zamolite svoje posjetioce da vam ne dolaze u posjetu ako se ne osjećaju dobro
- podsjetite svoje posjetioce da peru ruke i recite im gdje to mogu uraditi
- ne primajte više od dva posjetioca u isto vrijeme
- sastanite se sa svojim posjetiocima u vašoj sobi, na vanjskom području ili na mjestu koje dom područje
- izbjegavajte s posjetiocima ići u zajedničke prostorije
- uvijek održavajte fizičku distancu (znamo da je to teško - posebno s unucima)
- provjerite da vaši posjetioci nisu imali bliski kontakt u zadnjih 14 dana s nekim ko ima COVID-19.

4. Znete li kakva su pravila u domu koja se odnose na posjetioce?

Domovi za njegu starijih osoba moraju slijediti uputstva u svojim državama i teritorijama. Svaki dom za njegu starijih osoba ima pravila koja pomažu da se zaustavi širenje virusa. Pobrinite se da i vi i vaši posjetioci budete upoznati s tim pravilima. Pravila se mogu promijeniti ako se pojave slučajevi COVID-19 na vašem lokalnom području.

Prije ulaska u dom posjetioci će morati:

- odgovoriti na pitanja kako bi pomogli osoblju da procijeni rizik od COVID-19
- pokazati da su primili vakcinu protiv gripe 2020. godine
- potvrditi da će se držati pravila za posjetioce

Zamolite svoje posjetioce da odgovore iskreno, tako da slučajno ne bi proširili virus COVID-19.

5. Znete li kako ostati u kontaktu sa svojim najmilijima ako oni ne mogu doći u posjetu?

Može nastupiti vrijeme da dom za njegu starijih osoba mora ograničavati posjete. Na primjer, ako dođe do epidemije u domu ili na lokalnom području.

Savjetujemo domovima za njegu starijih i rodbini da zajedničkim radom osiguraju da ostanete u kontaktu. Čak i ako vas vaši voljeni ne mogu posjetiti, postoji mnogo načina da ostanete povezani.

Zamolite članove porodice ili osoblje doma da vam pokažu kako održavati kontakt putem video poziva. Zamolite ih da vam pokažu kako i gdje se možete spojiti na internet.

6. Znete li da možete tražiti da privremeno živite sa svojom familijom dok traje opasnost od COVID-19?

Ako se osjećate sigurnije da ostanete kod familije koja vam može pružiti njegu, možete uzeti odsustvo zbog vanrednog slučaja. Trenutna pandemija je vanredna situacija. Hitno odsustvo se može dobiti do 30. juna 2021. godine.

Razgovarajte sa svojim pružateljem usluga njege o starijim osobama ukoliko želite otići na odsustvo iz doma.

Potrebna nam je vaša pomoć

Aplikacija COVIDSafe potpuno je dobrovoljna. Preuzimanje aplikacije nešto je što možete učiniti da biste zaštitili porodicu, prijatelje i zajednicu. Možete pomoći da se spase životi drugih ljudi. Što se više Australaca poveže aplikacijom COVIDSafe, brže možemo pronaći virus.

Za sve službene informacije, resurse i smjernice posjetite www.health.gov.au