



ŠEST KORAKOV ZA USTAVITEV ŠIRJENJA ZA OSKRBNIKE STAREJŠIH

Hvala za neverjetno delo, ki ga opravljate v težkih okoliščinah. Vaše delo še nikoli ni bilo bolj pomembno.

Vsakdo mora odigrati svojo vlogo pri podpori in skrbi starejših Avstralcev.

Pomembno je, da so vsi oskrbniki starejših seznanjeni z Listino o pravicah za oskrbo starejših (Aged Care Charter of Rights). Listina je vzpostavljena za zaščito pravic oseb, ki prejemajo oskrbo za starejše. Na voljo je na:

<https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>.

Naslednje informacije vam bodo pomagale, da boste varni pri delu, in vam bodo pomagale zaščititi ljudi, za katere skrbite.

Kot uslužbenci oskrbe starejših, je ključnega pomena, da naredite vse, kar lahko, da se zaščitite pred COVID-19. To je pomembno za vaše zdravje, zdravje vaše družine, sodelavce in ljudi, ki jih imate radi.

Če imate kakršne koli pomisleke ali menite, da potrebujete več informacij, se obrnite na svojega delodajalca ali poslovodjo.

Dodatne informacije lahko najdete na spletni strani [health.gov.au](https://www.health.gov.au) - pojdite na Coronavirus (COVID-19) Resources. Prav tako vas pozivam, da preberete Industrijski kodeks za obisk ustanov za skrb starejših med COVID-19 (Industry Code for Visiting Residential Aged Care Homes during COVID-19) na

<https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>

ŠEST KORAKOV ZA USTAVITEV ŠIRJENJA

Širjenje lahko ustavite in ostanete varni tako, da sledite VSEH šest korakov

1. Se počutite dobro?

Če se ne počutite dobro, morate ostati doma, tudi če so vaši simptomi blagi. Posvetujte se z zdravnikom ali dihalno ambulanto in poiščite nasvet. Povejte jim, da ste oskrbnik-ca. COVID-19 testiranje je na voljo za vse oskrbnike-ce starejših. Simptomi COVID-19 so lahko podobni prehladu ali gripi in so lahko:

- zvišana telesna temperatura
- kašelj
- težava z dihanjem
- vneto grlo
- glavobol
- izguba vonja
- izguba okusa
- izcedek iz nosu
- bolečine v mišicah
- bolečine v sklepih
- driska
- slabost/bruhanje
- izguba apetita

2. Ali ste se odstranili od ljudi, ki se ne počutijo dobro?

Morate ostati doma, če ste v zadnjih 14 dneh:

- bili v stiku z nekom, ki ima COVID-19 in niste nosili ustrezne osebne zaščitne opreme (PPE)
- vrnili iz tujine.

Morali bi biti v karanteni ali izolaciji. Obrnite se na svojega delodajalca ali managerja. Ne hodite v službo. Če imate simptome, tudi če so blagi, se posvetujte z zdravnikom. Povejte jim, da ste oskrbnik-ca starejših.

3. Ali je vaše cepljenje proti gripi posodobljeno?

Če delate v ustanovi za oskrbo starejših, morate biti cepljeni proti gripi. Močno spodbujamo oskrbnike-ce v domu, da se ceplijo proti gripi v letu 2020.

4. Ste umili vaše roke?

Roke si morate umivati z milom in vodo vsaj 20 sekund. Če vaše roke niso vidno umazane, lahko uporabite razkuževalec za roke na osnovi alkohola. Morate si temeljito umiti roke:

- pred začetkom dela
- pred in po vsakem obisku osebe, za katero skrbite,
- po stiku s potencialno okuženimi površinami ali predmeti
- v rednih časovnih presledkih ves dan

5. Ali ste končali COVID-19 usposabljanje za oskrbnike-ce starejših?

Na voljo so brezplačni tečaji spletnega usposabljanja, ki vam bodo pomagali:

- razumeti COVID-19
- prepoznati znake in simptome
- zaščitite sebe in druge

Tečaje za usposabljanje lahko najdete na spletni strani: <https://covid-19training.gov.au>

Opraviti morate redno osvežitveno usposabljanje o ukrepih za preprečevanje in obvladovanje okužb.

6. Ali veste, kako in kdaj uporabljati OSEBNO ZAŠČITNO OPREMO (PPE)?

Osebna zaščitna oprema je pomembna, da bi ostali med delom varni. Za uporabo osebne zaščitne opreme morate upoštevati navodila za uporabo osebne zaščitne opreme.

Osebno zaščitno opremo je treba nositi, ko skrbite za nekoga:

- s potrjenim ali domnevnim primerom COVID-19
- ki je v karanteni

Pred vstopom v sobo ali dom si nadenite osebno zaščitno opremo. Če niste sigurni, se posvetujte z delodajalcem ali managerom. Oglejte si video za osebno zaščitno opremo in preberite diagram poteka za uporabo opreme pri negi starejših, pod COVID-19 viri na health.gov.au.

Potrebujemo vašo pomoč

Aplikacija COVIDSafe je popolnoma prostovoljna. Prenos aplikacije je nekaj, kar lahko storite, da zaščitite svojo družino, prijatelje in skupnost. Lahko pomagate rešiti življenja drugih ljudi. Več, ko bo Avstralcev povezano z aplikacijo COVIDSafe, hitreje bomo lahko našli virus.

Za vse uradne informacije, vire in smernice obiščite www.health.gov.au