



በእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ ላሉ ነዋሪዎች የቫይረሱን ስርጭት ለማቆም ስድስት እርምጃዎች

ለርስዎ፣ ከርስዎ ጋር ላሉት ነዋሪዎች እና ለርስዎ ደህንነት እንክብካቤ ለሚያደርጉት ሁሉ ስለመርዳትዎ እናመሰግናለን። በዚህን ጊዜ አስቸጋሪ እንደነበርና ለሁሉም በዋናነት ማስተካከያ ስለመደረጉ እየረዳን ነው።

ለርስዎ ደህንነትና በጎሁኔታ ከፍተኛ ቅድሚያ እንሰጣለን። ያስቀመጥናቸው እርምጃዎች የእርስዎን ደህንነት ስለሚጠብቅ ነው።

በእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ ላሉ ነዋሪዎች እና ሰራተኞች ከኮቪድ/COVID-19 ቫይረስ ለመከላከል ሁላችን ማድረግ የምንችለውን ማንኛውም ነገር መቀጠሉ አስፈላጊ ነው። የሚከተለው መረጃ የሚረዳው እርስዎ በደህንነት እንዲቆዩ ነው።

የሆነ አሳሳቢ ጉዳይ ወይም የበለጠ መረጃ ከፈለጉ፣ እባክዎ ለቤተሰብ አባል፣ ተንከባካቢዎች ወይም ለሰራተኞች ማነጋገር። በዚህ ላይ ሁላችንም አብረን ነን።

በበለጠ መረጃ በድረገጽ፡ health.gov.au ላይ ይቀርባል ወይም ለሃገር አቀፍ ኮርና ቫይረስ ሆትላይን መስመር በስልክ 1800 020 080 መደወል።

ስርጭቱን ለማቆም ስድስት እርምጃዎች፡

1. ደህና ካልሆኑ ለጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ማሳወቅ

ምንም እንኳን ያለብዎት ህመም መካከለኛ ቢሆንም ማንኛውም የህመም ምልክቶች ሲኖርብዎ ለርስዎ ጤና እንክብካቤ ሰራተኛ ሪፖርት ማድረግ አለብዎት። እነሱ መከታተል እንደሚችሉና ለኮቪድ/ COVID-19 ቫይረስ ምርመራ ሊያቀናጁ ይችላሉ። የኮቪድ/COVID-19 ቫይረስ ምልክቶች እንደ ጉንፋን ወይም ፍሉ ኢንፍሎዌንዛ ሊሆን እንደሚችልና በዚህ መካተት የሚችሉት፡

- ትኩሳት
- ሳል
- የትንፋሽ እጥረት
- የጉሮሮ ህመም
- እራስ ምታት
- አለማሸተት

- ጣእምን ማጣት
- የአፍንጫ ፈሳሽ
- የጅምት ህመም
- የመገናኛ ህመም
- ተቅማጥ
- ማቅለሽለሽ/ማስታወክ
- የመመገብ ፍላጎትን ማጣት

የኮቪድ/COVID-19 ምርመራ በእድሜ አንጋፋ መኖሪያ እንክብካቤ መስጫ ላሉ ሁሉም ነዋሪዎች ይቀርባል።

2. በተደጋጋሚ እጆችዎን መታጠብ

እጆችዎን በሚገባ መታጠብ አለብዎት። ከሌሎች ነዋሪዎች፣ ጎብኝዎች ወይም ሰራተኞች ጋር ከመገናኘትዎ በፊትና በኋላ ሁልጊዜ ይህንን ማድረግ አለብዎት። እጆችዎን በሳሙናና በውሃ አድርጎ ቢያንስ ለ 20 ደቂቃዎች የሚሆን መታጠብ። በእጅዎ ቆሻሻው የማይታይ ከሆነ አልኮሆል ባለው የእጅ ማጽጃ ሳኒታይዘር መጠቀም ይችላሉ።

3. እርስዎንና ጎብኝዎችን መንከባከብ

የኮቪድ/ COVID-19 ቫይረስ ስርጭት ችግርን ለመቀነስ እንዲረዳ የሚከተሉትን እንመክራለን፡

- የርስዎ ጎብኝዎች ደህና ካልሆኑ እንዳይመጡ ይጠይቁ
- የርስዎ ጎብኝዎች እጃቸውን እንዲታጠቡ ማስታወስና መቆየት ወደሚችሉበት ቦታ ማሳየት
- በአንድ ጊዜ ሁለት ጎብኝዎች ብቻ መቀበል
- የርስዎን ጎብኝዎች በክፍልዎ ውስጥ፣ በውጭ ደጃፍ አካባቢ ወይም በርስዎ መገልገያ በተወሰነ አካባቢ ላይ መገናኘት
- በጋራ መገልገያ ቦታዎች ላይ ለርስዎ ጎብኝዎች ማስወገድ
- ሁልጊዜ የአካል እርቀትን ተግባራዊ ማድረግ (ይህ ከባድ እንደሆነ እናውቃለን - በተለይ ከልጅ ልጆች ጋር)
- ጎብኝዎችዎ ባለፉት 14 ቀናት ውስጥ ከኮቪድ/ COVID-19 ቫይረስ ካለበት የሆነ ሰው ጋር በቅርበት ግንኙነት ስላለማድረጋቸው ማጣራት

4. በርስዎ መገልገያ ላይ ለጎብኝዎች ያሉትን ደንቦች ያውቃሉን?

የእድሜ አንጋፋ መኖሪያ እንክብካቤ አገልግሎቶች በአስተዳደር ግዛትና ተሪቶርይ የወጣውን መመሪያ መከተል ይኖርባቸዋል። የቫይረሱን ስርጭት ለማቆም እያንዳንዱ የእድሜ አንጋፋ መኖሪያ እንክብካቤ አገልግሎት ደንቦች ይኖሩታል። እርስዎና ጎብኝዎች እነዚህን ደንቦች ስለማወቅ ማረጋገጥ ነው። በአካባቢዎ ያለው የ COVID-19 ቫይረስ ጉዳይ ከተገኘ እነዚህ ደንቦች ሊቀየሩ ይችላሉ።

ጎብኝዎች ወደ እርስዎ የእድሜ አንጋፋ መገልገያ ከመግባታቸው በፊት ማድረግ ያለባቸው፡

- ሰራተኞች ስለ ኮቪድ/ COVID-19 ለማጣራት እንዲረዳ ለሚቀርቡት ጥያቄዎች ለመስጠት
- የ 2020 ዓ.ም ፍሉ ኢንፍሎዌንዛ ክትባት እንደወሰዱ ማሳየት
- ጎብኝዎች ደንቦችን እንዲከታተሉ መስማማት

የሰጡት መልስ ብሃቅ የተመሰረተ ስለመሆኑ ለርስዎ ጎብኝዎች መጠየቅ፣ ስለዚህ የኮቪድ/COVID-19 ቫይረሱን ባልታሰበ መልኩ አያሰራጩም።

5. ለሚወዷቸው ሰዎች መጎብኘት ካልቻሉ እንዴት መገናኘት እንደሚቻል ያውቃሉን?

በርስዎ የእድሜ አንጻሩ እንክብካቤ መገልገያ ላይ ሰዎች ከዚህ በኋላ እቤትዎ መጥተው እንዳይጎበኙ እገዳ ሊወጣ ይችላል። ለምሳሌ፡ በቤትዎ እና በአካባቢው ውስጥ ወረርሽ ተከስቶ ከነበር ነው።

ግንኙነት መቀጠል ስለመቻሉ ለማረጋገጥ ለእድሜ አንጻሩ እንክብካቤ መገልገያዎች እና አብረው ለሚሰሩ ዘመዶች እናበረታታለን። ምንም እንኳን የሚወዷቸው ሰዎች በአካል መጥቶ ፊት ለፊት መጎብኘት ባይችሉም፤ ነገር ግን ግንኙነትን ለመቀጠል ብዙ መንገዶች አሉ።

ቪዲዮ ጥሪን በመጠቀም እንዴት ግንኙነትን ማስቀጠል እንደሚቻል እንዲያሳይዎት ለቤተሰብ አባላት ወይም ለመገልገያ ሰራተኞች መጠየቅ። ለኢንተርኔት ለመቀጠል የሚችሉት የት እንደሆነ እንዲያሳይዎት መጠየቅ።

6. በኮቪድ/COVID-19 ድንገተኛ ችግር ጊዜ ከቤተሰብ ጋር ለጊዜው እንዲቆዩ መጠየቅ እንደሚችሉ ያውቃሉን?

ለርስዎ እንክብካቤ ከሚያቀርብ ቤተሰብ ጋር ለመቆየት የተሻለ ደህንነት አለው የሚሉ ከሆነ፤ የድንገተኛ ጊዜ ፈቃድ መውሰድ ይችላሉ። በአሁን ጊዜ ያለው ወረርሽኝ ድንገተኛ ሁኔታ ነው። ለድንገተኛ ጊዜ ፈቃድ የሚቀርበው እስከ ቀን 30 June 2021 ዓ.ም ይሆናል።

ከርስዎ የእድሜ አንጻሩ እንክብካቤ መኖሪያ ቤት ፈቃድ ለመውሰድ ከፈለጉ፤ ከርስዎ የእድሜ አንጻሩ እንክብካቤ አቅራቢ ጋር መነጋገር።

የርስዎን እርዳታ እንፈልጋለን

የ COVIDSafe app የሚጠናቀቀው በፈቃደኝነት ነው። የርስዎን ቤተሰብ፤ ጓደኞች እና ማህበረሰብ ለመከላከል ማድረግ ከሚችሉት ነገር አጥ/ap ተጭኖ መክፈት ነው። የሌሎች ሰዎች ህይወት እንዲተርፍ መርዳት ይችላሉ። አውስትራሊያኖች በበለጠ የ COVIDSafe app በመቀጠል ፈጥኖ ቫይረሱን ማግኘት ይቻላል።

ህጋዊ ለሆነ መረጃ መገልገያዎችና መመሪያዎች በሙሉ በድረገጽ www.health.gov.au ላይ ገብቶ ማየት።