# NSW ပြည်နယ်ရှိ အိမ်ထောင်စုများ နှင့် ရောဂါရှိခဲ့သူနှင့် နီးစပ်မှုရှိခဲ့သူများအတွက် COVID-19 ရောဂါဆိုင်ရာ စည်းကမ်းအသစ်များ

အကယ်၍သင်သည် အိမ်ထောင်စုတစု (သို့မဟုတ်) ရောဂါရှိခဲ့သူနှင့်နီးစပ်မှုရှိခဲ့သူတစ်ယောက် ဖြစ်သော်လည်းCOVID-19ရောဂါလက္ခဏာများ မရှိပါက၊သီးခြားနေရန် မလိုအပ်ပါ။ သို့သော်အောက်ပါ NSW ပြည်နယ်ကျန်းမာရေးဌာန (NSW Health) ၏ လမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာရမည်။

- ဆေးရုံများနှင့်သက်ကြီးရွယ်အို စောင့်ရှောက်ရေးဌာနများ ကဲ့သို့သောအန္တရာယ်များသော နေရာများသို့ သွားရောက်ခြင်းမပြုပါနှင့်။
- ဖြစ်နိုင်ပါက  အိမ်မှ စာသင်ခြင်း၊ အလုပ်လုပ်ခြင်းများကို ဆောင်ရွက်ပါ။ အလုပ် (သို့မဟုတ်) ကျောင်းသို့သွားရန် လိုအပ်ပါက သင့်အလုပ်ရှင် (သို့မဟုတ်) ပညာရေးဌာနထံမှ ခွင့်ပြုချက် လိုအပ်ပါသည်။
- အကယ်၍ သင်သည် အသက် 12 နှစ် နှင့် အထက် ဆိုပါက အဆောက်အအုံများ အတွင်းတွင် နှာခေါင်းစည်း အကာအကွယ် တပ်ပါ။ သင့်အိမ် အတွင်းတွင်  နှာခေါင်းစည်း အကာအကွယ် တပ်ရန် မလိုအပ်ပါ။
- သင်နှင့် အိမ်တွင်း အတူမနေသူများနှင့် အဆောက်အအုံအတွင်း လူစုလူဝေးပြုလုပ်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။  အကယ်၍ သင်သွားရောက်ရန် လိုအပ်ပါက သင်မသွားမီ နှာခေါင်း (သို့မဟုတ်) တံတွေး တို့ဖတ်ယူ၍ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု (Rapid Antigen Test(RAT)) ကို ပြုလုပ်ပါ။

သင့်အိမ်ထောင်စုရှိလူတစ်ဦး COVID-19 ရောဂါပိုးတွေ့ရှိသည့်နောက်ဆုံးအကြိမ်မှ ၇ ရက်ကြာ  သီးခြားနေထိုင်ရမည့် စည်းမျဉ်းများ ကို လိုက်နာပါ။

သင့်တွင် ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိလာပါက၊ သင်ကိုယ်တိုင်  တဦးတည်းသီးခြားနေထိုင်ပြီး COVID-19 ရောဂါ အတွက် စစ်ဆေးမှုခံယူရပါမည်။ သင်၏ စစ်ဆေးမှု ရလဒ်သည် ရောဂါ ကူးစက်ကြောင်း (positive) ရလဒ် ဖြစ်ပါက NSW ပြည်နယ်ကျန်းမာရေးဌာန (NSW Health) ၏ အကြံပြုချက်ကို လိုက်နာပါ။

သင်၏ စစ်ဆေးမှုရလဒ်သည် ရောဂါမကူးစက်ကြောင်း (negative) ရလဒ် ဖြစ်ပါက သင့်တွင် ရောဂါ လက္ခဏာ မပြတော့သည့်တိုင် အိမ်တွင်နေပါ။

ပိုမိုသိရှိလိုပါက www.nsw.gov.au/covid-19/management/household-contacts သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။



© NSW Health April 2022.