COVID-19: NSW मा घरायसी र निकट सम्पर्कमा रहेका व्यक्तिहरू (household and close contacts) का लागि नयाँ नियमहरू

यदि तपाईं घरायसी वा निकट सम्पर्कमा रहेको व्यक्ति हुनुहुन्छ र COVID-19 को कुनै लक्षणहरू छैन भने, तपाईंले स्व-आइसोलेसन मा बस्न आवश्यक छैन तर तपाईंले NSW Health को मार्गदर्शनहरूको पालना गर्नुपर्छ:

- अस्पताल तथा वृद्ध स्याहार केन्द्रहरू जस्ता उच्च-जोखिम भएका स्थलहरूमा नजानुहोस्।
- सम्भव भएसम्म घरबाटै काम वा अध्ययन गर्नुहोस्। कार्यस्थल वा विद्यालयमा जानु परेमा तपाईंलाई आफ्नो रोजगारदाता वा शिक्षा केन्द्रको स्वीकृति चाहिन्छ।
- यदि तपाईं १२+ वर्षको हुनुहुन्छ भने इनडोर स्थलहरू (indoors) मा मास्क लगाउनुहोस । तपाईंले आफ्नै घरभित्र मास्क लगाउनु पर्दैन।
- तपाईंसँगै नबस्ने व्यक्तिहरू भएको ठूलो वा भीडभाड भएको इनडोर जमघटहरूमा नजानुहोस्। उपस्थित हुन आवश्यक छ भने, जानुअघि द्रुत एन्टिजेन परीक्षण (rapid antigen test) गर्नुहोस्।

तपाईंको घरपरिवारमा अन्तिम पटक कुनै व्यक्तिको COVID-19 परीक्षणको नतिजा पोजेटिभ देखिएको दिनबाट ७ दिनसम्म यी नियमहरूको पालना गर्नुहोस्।

यदि तपाईंमा लक्षणहरू छन् वा देखापर्छन् भने, तपाईंले स्व-आइसोलेसनमा बस्नुपर्छ र COVID-19 को परीक्षण गर्नुपर्छ। यदि तपाईंको परीक्षणको परिणाम पोजेटिभ भएमा NSW Health को सल्लाह पालना गर्नुहोस्।

यदि तपाईंको परीक्षणको नतिजा नेगेटिभ छ भने कुनै पनि लक्षण बाँकी नरहुन्जेलसम्म घरमै बस्नुहोस्।

थप जानकारीका लागि
www.nsw.gov.au/covid-19/management/household-contacts मा जानुहोस्।

© NSW Health April 2022.