

COVID-19

မိမိကိုယ်တိုင်သီးသန့်ခွဲခြားနေထိုင်ခြင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှု



သင့်တွင် COVID-19 ရောဂါပိုးတွေ့ရှိပါက ကိုယ်တိုင်သီးသန့်ခွဲခြားနေထိုင်ရန် မလိုအပ်ဘဲ သော်လည်း ပြင်းထန်သော ရောဂါလက္ခဏာများ (နာရည်ယိုခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် ဖျားနာခြင်း) မပျောက်ကင်းမီ အိမ်တွင်နေရန် အကြံပြုပါသည်။

အိမ်ကနေ မဖြစ်မနေ အပြင်ထွက်ရမည် ဆိုလျှင် -

- အလုပ်ပိတ်အခန်းများအတွင်းနှင့် အများသုံးသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးယာဉ်များပေါ်တွင် ပါးစပ်/နာခေါင်းစည်း တပ်ဆင်ပါ။
- လူစုလူဝေးများနှင့် လူစည်ကားသော အလုပ်ပိတ်အခန်းတွင်းနေရာများကို ရှောင်ကျဉ်ပါ။
- ပြင်းထန်စွာ နာမကျန်းဖြစ်နိုင်သောသူများ၊ ဆေးရုံတက်နေသော သူများ (သို့မဟုတ်) သက်ကြီးရွယ်အို (သို့မဟုတ်) မသန်စွမ်းသူ စောင့်ရှောက်ရေးဂေဟာများသို့ အနည်းဆုံး ၇ ရက်ခန့်အထိ မသွားရောက်ပါနှင့်။
- အလုပ်ခွင်သို့ ပြန်လည်ဝင်ရောက်ရမည့်အချိန်နှင့် ပတ်သက်ပြီး မိမိအလုပ်ရှင်နှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ။

သင့်တွင် အအေးမိခြင်း သို့မဟုတ် တုပ်ကွေးရောဂါ လက္ခဏာများ ရှိပါက အိမ်တွင်နေ၍ ဆေးစစ်ပါ။ အကယ်၍ သင်သည် COVID-19 ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသတ်ဆေးဝါးများ ရယူခွင့်ရှိပါက ရောဂါလက္ခဏာများ ပေါ်လာသည်နှင့် တပြိုင်နက် စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် အရေးကြီးပါသည်။ သင့်တွင် COVID-19 ရောဂါမတွေ့ရှိလျှင်ပင် နေမကောင်းဖြစ်နေပါက အိမ်တွင်နေပါ။ မိမိ ချစ်ခင်ရသူများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို မကူးစက်စေရန် ဖြစ်သည်။

ရောဂါတွေ့ရှိသည့် အန်တီဂျင်အမြန် စစ်ဆေးချက်ကို NSW Health တွင် မဖြစ်မနေ စာရင်းသွင်းရန် မလိုအပ်တော့သော်လည်း စာရင်းသွင်းထားလျှင် ကျန်းမာရေးနှင့် အခြားပံ့ပိုးကူညီမှုများကို ရယူနိုင်သောကြောင့် ပြည်သူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ ဆေးစစ်ချက်ရလဒ်များကို Service NSW တွင် စာရင်းသွင်းရန် တောင်းဆိုပါသည်။

သင့်တွင် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စိုးရိမ်မှုများနှင့် ဘာသာစကားဆိုင်ရာ အကူအညီ လိုအပ်ပါက ဘာသာပြန်ခြင်းနှင့် စကားပြန်ဝန်ဆောင်မှု (TIS) ၏ ဖုန်းနံပါတ် 131450 သို့ခေါ်ဆိုပြီး Healthdirect ၏ ဖုန်းနံပါတ် 1800 022 222 သို့ မေးမြန်းပါ။

