

COVID-19

ການປ່ຽນແປງໃນການແຍກຕົນເອງ



ທ່ານບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງແຍກຕົວຢູ່ໂດດດ່ຽວຫາກກວດພົບ
ວ່າເປັນ COVID-19 ທາງບວກ ແຕ່ແນະນຳໃຫ້ທ່ານຢູ່ເຮືອນຈົນ
ກວ່າອາການຮຸນແຮງ (ນ້ຳມູກໄຫຼ, ເຈັບຄໍ, ໄອ ແລະ ໄຂ້) ຈະຫາຍໄປ.

ຖ້າທ່ານຈຳເປັນຕ້ອງອອກຈາກເຮືອນ:

- ໃສ່ໜ້າກາກໃນເວລາຢູ່ພາຍໃນທ້ອງ ແລະ ໃນການຂົນສົ່ງສາທາລະນະ
- ຫຼີກລ່ຽງການຊຸມນຸມໃຫຍ່ ແລະ ບ່ອນທີ່ແອອັດ
- ຫ້າມໄປຢາມຜູ້ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງທີ່ຈະເປັນພະຍາດຮ້າຍແຮງ, ຜູ້ທີ່ຢູ່ໃນໂຮງໝໍ, ຫຼື ສະຖານທີ່ດູແລຜູ້ສູງອາຍຸ ຫຼື ຄົນພິການເປັນເວລາຢ່າງໜ້ອຍ 7 ມື້.
- ລົມກັບນາຍຈ້າງຂອງທ່ານກ່ຽວກັບເວລາທີ່ທ່ານຄວນກັບຄືນໄປບ່ອນເຮັດວຽກ.

ຖ້າທ່ານມີອາການເປັນຫວັດ ຫຼືເປັນໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່, ກະລຸນາຢູ່ເຮືອນ ແລະ [ທຳການກວດ](#). ຖ້າທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບ [ຢາຕ້ານໄວຣັສ](#) COVID-19, ມັນເປັນສິ່ງສຳຄັນທີ່ຈະຕ້ອງທຳການກວດຫັນທີ່ທ່ານມີອາການ. ເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານໄດ້ຮັບຜົນກວດ COVID-19 ເປັນທາງລົບ, ຈົ່ງຢູ່ເຮືອນໃນຂະນະທີ່ບໍ່ສະບາຍ, ເພື່ອທ່ານຈະບໍ່ເຮັດໃຫ້ເກີດການຕິດເຊື້ອຕໍ່ຄົນທີ່ທ່ານຮັກ ແລະ ຊຸມຊົນຂອງທ່ານ.

ເຖິງແມ່ນວ່າມັນບໍ່ຈຳເປັນທີ່ຕ້ອງລົງທະບຽນການກວດ ຮາປິດແອນຕິເຈນໃນທາງບວກກໍຕາມ NSW Health ຂໍໃຫ້ປະຊາຊົນລົງທະບຽນຜົນໄດ້ຮັບຂອງພວກເຂົາກັບ Service NSW ຍ້ອນວ່າການລົງທະບຽນສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານເຂົ້າເຖິງເລື່ອງສຸຂະພາບ ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອ ອື່ນໆ.

ຖ້າທ່ານມີຄວາມກັງວົນກ່ຽວກັບສຸຂະພາບ ແລະ ຕ້ອງການ
ການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໃຫ້ໂທຫາບໍລິການແປເອກະສານ
ແລະ ການແປພາສາ (TIS) ຕາມເບີ 131450 ແລະ ຂໍເອົາ
Healthdirect ທີ່ເບີ 1800 022 222.

