



# COVID-19

## ځان بیلولو کې بدلون

که تاسو د COVID-19 په آزمایښت کې مثبت وښودل شوی نو تاسو اړینه یاست چې ځان بیل وساتئ مګر سپارښتنه کېږي ترهغه چې ستاسې ویجاړه نښانې (پزی بهیدل، ستونې درد، ټوخی اوتبه) دمنځه نه وې تلې په کور پاتې شئ.

که تاسې باید کورنه بهرلار شئ:

- په دننه ځایونو او عامه ترانسپورت کې باید ماسک واغونډئ
  - غټو غونډو او مزدحم ځایونو ته څخه ډډه وکړئ
  - هغه خلک چې د ډیرې ناروغې په لوره کچه خطر، او څوک چې په روغتون یا بوډاګانو ساتلو ځایونو کې دي اقل تر 7 ورځو پورې لیدنه مه کوئ
  - خپل کارفرما سره خبرې وکړئ چې تاسې کله کولې شئ بیرته د کارځای ته ستون شئ.
- که تاسې د ریزش یا زکام نښانې لرئ، لطفأ په کور پاتې شئ او آزمایښت وکړئ. که تاسې د COVID-19 ویروس ضد دوايانو د پاره برخمن یاست، همدا چې نښانې موملاحظه کړه ډیره مهمه ده چې سمدستي آزمایښت وکړئ. حتا که ستاسې د COVID-19 آزمایښت پایله منفي هم وښودل شي، کله چې ناروغ یاست په کور پاتې شئ، ترڅو خپله خواږه یاران او ټولنه په مکروب اخته نکړي.

سره له دې چې rapid antigen ازمايښت مثبت پایله راجسترکول اجباری نه ده NSW Health خلکونه غوښتنه کوي چې دوی خپله نتیجه د Service NSW سره راجسترکړي دغه راجسترکولو سره کولې شئ تاسې روغتیايي او نورملاترو مرستو ته لاس رسې ومومئ.

که تاسې کومه بله روغتیايي اندیښنه لرئ او ژبې مرستې ته اړیاست، ژباړلو خدمت (TIS) ته په 131450 اړیکه ونیسئ او په 1800 022 222 شمیره کې د Healthdirect غوښتنه وکړئ.