

COVID-19

Zmiany dotyczące zasad samoizolacji



Nie musisz poddawać się samoizolacji po uzyskaniu dodatniego wyniku w kierunku COVID-19, ale zalecamy, aby pozostać w domu do czasu ustąpienia ostrych objawów (katar, ból gardła, kaszel i gorączka).

Jeśli musisz wyjść z domu:

- noś maseczkę w pomieszczeniach i w środkach transportu publicznego
- unikaj dużych zgromadzeń i zatłoczonych pomieszczeń
- przez co najmniej 7 dni nie odwiedzaj osób z grupy wysokiego ryzyka ciężkiej postaci choroby ani tych, co znajdują się w szpitalu lub w domu opieki dla osób w starszym wieku lub dla osób niepełnosprawnych
- omów z pracodawcą, kiedy możesz powrócić do pracy.

Jeśli masz [objawy](#) przeziębienia lub grypy, zostań w domu i [poddaj się testom](#). Jeśli się kwalifikujesz do otrzymywania [leków przeciwwirusowych](#) na COVID-19, istotne jest, aby poddać się testom, jak tylko pojawią się u Ciebie objawy. Nawet jeśli wynik badania w kierunku COVID-19 okaże się ujemny, na czas choroby zostań w domu, aby nie zarażać swoich najbliższych i osób w lokalnej społeczności.

Chociaż zgłaszanie dodatniego wyniku szybkiego testu antygenowego nie jest już obowiązkowe, NSW Health prosi, aby rejestrować wyniki w Service NSW, jako że rejestracja ułatwi ci dostęp do usług medycznych i pomocy innego typu.

Jeśli chcesz porozmawiać na temat swojego stanu zdrowia, a wymagasz pomocy tłumacza, zadzwoń do Telefonicznej Służby Tłumaczy (Translating and Interpreting Service, TIS) pod numer 131450 i poproś o połączenie z Healthdirect pod numerem 1800 022 222.

