

2022년 9월 9일

9월 9일 금요일부터 COVID-19 자가 격리 규정이 바뀔 예정입니다.

COVID-19 양성 반응을 보이는 경우 다음을 수행해야 합니다.

1. 서비스 NSW 웹 사이트에서 신속 항원 검사를 등록합니다. 온라인으로 등록할 수 없는 경우 서비스 NSW에 13 77 88번으로 전화하세요. PCR에서 양성 반응을 보인 경우 결과를 등록할 필요가 없습니다.
2. 검사를 받은 날로부터 5일 동안 즉시 자가 격리를 합니다. 인후통, 콧물, 기침 또는 호흡 곤란과 같은 급성 증상이 계속되면 검사를 한 날로부터 7일 동안 격리 상태를 유지합니다.
3. 검사를 받은 날로부터 7일 동안 고위험 환경에 들어가지 않습니다. 여기에는 보건 시설, 노인 케어 시설 및 장애인 케어 시설이 포함됩니다.
4. 여러분이 함께 사는 사람들에게 알리고 그들로부터 자가 격리를 합니다. 여러분의 가구 접촉자들은 여러분이 양성 반응을 보인 후 7일 동안 [NSW Health 가구 및 가까운 접촉자 지침](#)의 권장사항을 따라야 합니다.
5. 증상이 시작되기 이틀 전이나 양성 반응을 보이기 이틀 전 (둘 중 빠른 시간 적용)에 **함께 시간을 보낸 사람들에게 알립니다.** 여기에는 가족과 친구, 직장 동료 및 학교가 포함됩니다. 그 사람들은 [COVID-19에 노출된 사람들을 위한 정보 팩트 시트](#)를 따라야 합니다.

양성 반응을 보인 후 최대 10일 동안 다른 사람들에게 COVID-19 전파가 가능합니다.

주변 사람들을 보호하기 위해 여러분이 검사를 받은 날로부터 10일 동안 다음을 수행하도록 강력히 권장됩니다.

- 자신의 집이 아닌 실내 환경에 있을 때 마스크를 착용합니다.
- 긴급한 치료가 필요하지 않는 한 의료 시설, 노인 케어 및 장애인 케어 시설 그리고 교정 시설에 가는 것을 피합니다.
- 위중증 위험이 높은 사람들과의 접촉을 피합니다. 여기에는 60세 이상의 사람들, 임산부 및 면역 저하된 사람들이 포함됩니다.
- 대형 모임 혹은 붐비는 실내 모임을 피합니다.
- 여러분이 함께 살지 않는 사람들과 함께 실내 모임에 가는 경우 신속 항원 검사를 합니다. 검사 결과가 양성이면 모임에 참석하지 않습니다.
- 직장 복귀 전에 고용주와 상의합니다.
- 자택 근무 혹은 가정 학습을 수행합니다.

증상을 모니터링하세요. 우려되는 경우 GP, NSW Health Flu 및 COVID-19 자택 케어 지원 라인에 1800 960 933으로 또는 National Coronavirus Helpline에 1800 020 080으로 전화해야 합니다.

한국어로 도움이 필요하시면, 통번역 서비스 (TIS National)에 13 14 50번으로 전화하세요.

증상이 심해지면 즉시 000에 전화하세요. 위중증 위험이 높은 일부 사람들은 [항 바이러스제를 받을 자격이 있을 수도](#) 있습니다.