



## Australian Government

### Department of Health

#### ማህበረሰቡን ከኮቪድ ቫይረስ (COVID-19) ስለመከላከል

ከ COVIDSafe ደህና ሆኖ ኑሮን እንድንቀጥል፤ ደህና ካልሆኑ ከቤት መቆየቱ ጠቃሚ ነው። የጉንፋን ወይም ፍሉ ኢንፍሎንዛ ምልክቶች ካለብዎት ለ COVID-19 ቫይረስ ምርመራ ስለማካሄድ የህክምና ባለሙያ ምክር ማግኘት አለብዎ። መካከለኛ የበሽታ ምልክቶች ያሉባቸው ሰዎችም ቫይረሱን ማስራጨት ይችላሉ።

#### ለ COVID-19 ቫይረስ ምርመራ ስለማካሄድ

ታካሚዎች የ COVID-19 ቫይረስ ስላለባቸው በምርመራው እንደሚታወቅና ለጤና ጥበቃ ባለስልጣኖች የቫይረስ ስርጭቱን ለማቆም ይረዳቸዋል።

ቀደም ብሎ በምርመራ በሽታን ማወቁ ታዲያ ቫይረሱ ወደ ጓደኞችዎ ወይም ቤተሰብዎ እንዳይሰራጭ ለማስወገድ እርምጃ መውሰድ ይችላሉ። ትኩረት፤ ሳል፤ የጉራሮ ህመም ወይም የመተንፈስ ችግር ካለብዎት ምርመራ ማካሄዱ አስፈላጊ ነው።

ደህና ካልሆኑ ምርመራ ማካሄዱ በበለጠ ጠቃሚ እንደሆነ እና:

- በቅርቡ ከውጭ አገር ወደ አውስትራሊያ ከተመለሱ። ሁሉም ተጓዥዎች ወደ አውስትራሊያ ሲደርሱ ለ 14 ቀናት ከሌሎች ሰዎች ተገልለው ይቆያሉ;
- ባለፉት 14 ቀናት ውስጥ በምርመራ የ COVID-19 ቫይረስ ካለበት ሰው ጋር በቅርበት ግንኙነት አድርገው ከነበር;
- እርስዎ የጤና ጥበቃ ተንከባካቢ፤ በእድሜ አንጋፋ ተንከባካቢ ወይም በመኖሪያ ቤት ተንከባካቢ ሠራተኛ ከሆኑ ወይም በቀጥታ ከታካሚዎች ጋር ግንኙነት ያለው ሠራተኛ አባል ከሆኑ ነው።

#### የት ነው ምርመራ ማካሄድ የምችለው?

ምርመራን ለማቀናጀት ህኪምዎን ማነጋገር ወይም ወደ የትንፋሽ ህክምና ክሊኒክ መሄድ ይችላሉ። ህኪምዎን የሚያዩ ከሆነ በመጀመሪያ ክሊኒኩን ማነጋገርና ያለዎትን ምልክቶች ለነሱ መናገሩ አስፈላጊ ነው። ይህ የርስዎን መድረስ እንዲያውቁና በክሊኒኩ ውስጥ ላሉት ሌሎች ሰዎች ለመቀላከል እንዲዘጋጁ ይረዳል።

የትንፋሽ ህክምና ክሊኒኮች በሞላው አገሪቷ የጤና ጥበቃ ማእከላት ሲሆኑ ትኩረት የሚያደርጉት ከማይደሉ የትንፋሽ ብክለት ምልክቶች ላሉባቸው ሰዎች ምርመራ ማድረግ ነው። በአቅራቢያዎ ያለን የትንፋሽ ህክምና ክሊኒክ ለማግኘት በድረገጽ: [www.health.gov.au/covid19-clinics](http://www.health.gov.au/covid19-clinics) ላይ ገብቶ ማየት። በርስዎ አስተዳደር ግዛትና ተራቶርይ ምርመራ የሚያደርጉበት ተጨማሪ ክሊኒኮች ሊኖራቸው ይችላል። እነዚህን በርስዎ አስተዳደር ግዛትና ተራቶርይ ድረገጾች ላይ ማግኘት ይችላሉ።

ለቫይረሱ ምርመራ አካሂደው ከሆነ በቤትዎ መቆየትና ከሌሎች ሰዎች ጋር ግንኙነትን ማስወገድ። ያካሄዱት መርመራ ውጤት እስኪመጣ ድረስ አንድ ወይም ሁለት ቀናት ሊወስድ ይችላል።

ከባድ የበሽታ ምልክቶች ካለዎት ማለት እንደ የመተንፈስ ችግር፣ በአስቸኳይ ህክምና ለመታየት በስልክ 000 አድርጎ መደወል።

**እርዳታ ማድረግ ለስርጭቱ ይረዳል**

ማህበረሰብዎን ለመከላከል፣ እያንዳንዱ ሰው የአካል ርቀትንና ጥሩ ንጽህና ሃይጂን መጠበቁን መቀጠል። ከሌሎች ሰዎች ያለዎትን እርቀት 1.5 ሜትር ስለመሆኑ ማረጋገጥና ደህና ካልሆኑ ቤት ውስጥ መቆየት። እጆቹዎን በውሃና በሳሙና አድርጎ መታጠብ እንዲሁም በሚሰሉበትና ሲያስነጥሱ በክንድዎት ውስጥ ማድረግ። ሁላችንም የራሳችንን ድርሻ ማካሄድ በመቻል የ COVID-19 ቫይረስ መሰራጨትን ለማቆም ይረዳል።

**የ COVIDSafe App በመጫን ማስገባት**

ለርስዎ ቤተሰብ፣ ጓደኞችና ማህበረሰብ ለመከላከል የሚረዳን የ COVIDSafe app እስካሁን ካላስገቡ። ከኮሮና ቫይረስ ካለባቸው ሰዎች ጋር ግንኙነት ያደረጉትን ሰዎች በህዝባዊ ጤና ጥበቃ ሀላፊዎች በኩል ለመለየት አፕ/ app ይረዳቸዋል።

**ስለ COVID-19 የበለጠ መረጃ**

በህጋዊ የሆኑ መገልገያዎች በኩል መረጃን እያገኙ መቆየት አስፈላጊ ነው። በድረገጽ፣ [www.australia.gov.au](http://www.australia.gov.au) ላይ ማየት። ለኮሮና ቫይረስው እርዳታ መስመር በስልክ 1800 02: 0 080 ወይም ለትርጉምና አስተርጓሚ አገልግሎት በስልክ 131 450 አድርጎ መደወል።