



Australian Government

Department of Health

કોરોનાવાયરસ (COVID-19) થી સમુદાયને સુરક્ષિત કરીએ

હવે જ્યારે આપણે COVIDSafe રહીને જીવન જીવવા તરફ આગળ વધી રહ્યા છીએ, તો જો તમે બિમાર હો તો ઘરે જ રહો તે મહત્વનું છે. જો તમને શરદી કે સળેખમ સાથે તાવના લક્ષણો લાગતા હોય તો, તમારે COVID-19ની તપાસ કરાવવા તબીબી સલાહ લેવી જોઈએ. હળવા લક્ષણો ધરાવતા લોકો પણ આ વાયરસ ફેલાવી શકે છે.

COVID-19ની તપાસ

તપાસ દ્વારા દર્દીને COVID-19 છે કે કેમ, તેની ખાતરી થાય છે અને તે આરોગ્ય અધિકારીઓને વાયરસનો ફેલાવો શોધી કાઢવામાં મદદ કરે છે.

વહેલું નિદાન થવાથી તમે તમારા મિત્રો અને પરિવારજનો સુધી વાયરસ ફેલાતો અટકાવવા માટે પગલાં લઈ શકો છો. જો તમને તાવ હોય, ખાંસી આવતી હોય, ગળામાં દુખતું હોય અથવા શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડતી હોય તો, તમે તપાસ કરાવો તે મહત્વનું છે.

તપાસ કરાવવી તેથી પણ વધુ મહત્વની છે જો તમે, અસ્વસ્થ હો અને:

- તમે હાલમાં જ વિદેશથી ઓસ્ટ્રેલિયા પાછા ફર્યા છો. તમામ પ્રવાસીઓને ઓસ્ટ્રેલિયા પરત ફર્યે ૧૪ દિવસ સુધી ક્વોરન્ટાઇનમાં રાખવામાં આવશે;
- છેલ્લા ૧૪ દિવસમાં તેવા કોઈના સંપર્કમાં આવ્યા હો કે જેને COVID-19નું નિદાન થયું હોય;
- તમે દર્દીના સીધા સંપર્કમાં આવતા આરોગ્ય સંભાળ કર્મચારી, વૃદ્ધ સંભાળ કર્મચારી અથવા રહેવાસી સારસંભાળ કામદાર અથવા કર્મચારી હો.

હું તપાસ ક્યાં કરાવું?

તપાસ કરાવવા માટે તમે તમારા દાક્તરનો સંપર્ક કરી શકો છો અથવા એક શ્વસનતંત્રને લગતા દવાખાનામાં પણ જઈ શકો છો. જો તમે તમારા દાક્તરની મુલાકાત લેવાના હો તો, દવાખાનાને પહેલા સંપર્ક કરી અને તમારા લક્ષણો જણાવવા જરૂરી છે. આનાથી તેમને તમારા આગમનની તૈયારી કરવામાં અને દવાખાનામાં બીજા લોકોને સુરક્ષિત રાખવામાં મદદ મળશે.

શ્વસનતંત્રને લગતા દવાખાનાઓ, દેશભરમાં આવેલા શ્વસનતંત્રના ગંભીર ચેપના લક્ષણો ધરાવતા લોકોની તપાસ કરવા પર કેન્દ્રિત આરોગ્ય કેન્દ્રો છે. તમારી નજીકનું શ્વસનતંત્રને

લગતું દવાખાનું શોધવા, www.health.gov.au/covid19-clinics ની મુલાકાત લો. તમારા રાજ્ય અથવા પ્રદેશમાં વધારાના દવાખાના હોય શકે છે, કે જ્યાં તમે તપાસ કરાવી શકો છો. તે, તમે તમારા રાજ્ય અથવા પ્રદેશની આરોગ્ય વેબસાઇટ દ્વારા શોધી શકો છો.

જો તમે વાયરસની તપાસ કરાવો તો, તમારે ઘરે રહેવાની અને અન્યોનો સંપર્ક ટાળવાની જરૂર છે. તમારી તપાસનું પરિણામ આવતા એક કે બે દિવસ લાગી શકે છે.

જો તમને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડવા જેવા ગંભીર લક્ષણો હોય તો, તમારે તાત્કાલિક તબીબી સારવાર માટે ૦૦૦ પર ફોન કરવો જોઈએ.

ફેલાવો અટકાવવામાં મદદ કરો

આપણા સમુદાયોની સુરક્ષા માટે દરેકે શારીરિક અંતર જાળવવું પડશે અને સારી સ્વચ્છતા રાખવી પડશે. ધ્યાન રાખો કે, તમે બીજા લોકોથી ૧.૫ મીટર દૂર રહો અને જો અસ્વસ્થ હો તો ઘરે રહો. તમારા હાથ સાબુ અને પાણીથી ધુઓ અને ખાંસી અને છીંક તમારી કોણીમાં ખાવ. COVID-19નો ફેલાવો રોકવામાં મદદ માટે આપણે બધાએ આપણો ભાગ ભજવવાનો રહેશે.

COVIDSafe એપ ડાઉનલોડ કરો

જો તમે હજુ ના કરી હોય તો, તમારા પરિવારજનો, મિત્રો અને સમુદાયને સુરક્ષિત રાખવા માટે COVIDSafe એપ ડાઉનલોડ કરો. આ એપ આરોગ્ય અધિકારીઓને, કોરોનાવાયરસ ધરાવતા વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવેલા લોકોને, જાણ કરવામાં મદદ કરે છે.

COVID-19 વિષે વધુ માહિતી

અધિકૃત સ્ત્રોતો મારફતે માહિતગાર રહેવું જરૂરી છે. www.australia.gov.au ની મુલાકાત લો, કોરોનાવાયરસ મદદ રેખાને ૧૮૦૦ ૦૨૦ ૦૮૦ પર અથવા અનુવાદ અને દુભાષિયા સેવાને ૧૩૧ ૪૫૦ પર ફોન કરો.