



**Australian Government**  
**Department of Health**

**කොරෝනා වයිරස් (කෝවිඩ්-19) මගින් ප්‍රජාව ආරක්‍ෂා කර ගැනීම**

අප කෝවිඩ්සේෆ් (COVIDSafe) ආකාරයට ජීවත්වීම කරා පිවිසෙන අතර, ඔබට අසනීප නම්, නිවසට වී සිටීම වැදගත්වේ. ඔබට උණ සෙම්ප්‍රතිශ්‍යා ආදී රෝග ලක්ෂණ ඇතිනම්, කෝවිඩ්-19 සම්බන්ධයෙන් පරීක්‍ෂා කර ගැනීම සඳහා වෛද්‍ය උපදෙස් ලබාගත යුතුය. ඉතා කුඩා රෝග ලක්ෂණ ඇති අයෙකුගෙන් චුළු වයිරසය පැතිරිය හැකිවේ.

**කෝවිඩ්-19 සම්බන්ධයෙන් පරීක්‍ෂාකර ගැනීම**

පරීක්‍ෂා කිරීම මගින් රෝගීන් හට කෝවිඩ්-19 ආසාදනය වී ඇතිද යන්න හඳුනාගත හැකි අතර, සෞඛ්‍යය බලධාරීන් හට වයිරසය පැතිරෙන ආකාරය බලාගත හැකිවේ.

කල්තියා හඳුනා ගැනීම මගින් ඔබගේ පවුලේ අය සහ මිතුරන් හට වයිරසය පැතිරීම වළක්වා ගැනීමට පියවර ගත හැකිවේ. ඔබට උණ, කැස්ස, උගුරේ ආසාදන හෝ හුස්ම කෙටිවීම වැනි දෙයක් ඇතිනම්, පරීක්‍ෂා කරවා ගැනීම වැදගත්වේ.

ඔබ අසනීප නම් සහ පහත අවස්ථාවල පරීක්‍ෂාකර ගැනීම වඩාත් වැදගත්වේ:

- ඔබ විදේශයක සිට මෑතකදී ඕස්ට්‍රේලියාවට පැමිණ සිටිනම්. සියළු ගමන් කල අය ඕස්ට්‍රේලියාවට පැමිණීමෙන් පසු දින 14ක කාලයක් නිරෝධායනය කරනු ඇත;
- පසුගිය දින 14 ඇතුළත කෝවිඩ්-19 ආසාදනය වූයු අයෙකු සමඟ ඔබ සමීප සම්බන්ධතාවයක් තිබීම;
- ඔබ සෞඛ්‍ය රැකවරණ, වයෝවෘද්ධ හෝ නේවාසික රැකවරණ සේවකයෙකු හෝ කාර්ය මණ්ඩල සාමාජිකයෙකු වන අතර රෝගියෙකු සමඟ ඍජු සම්බන්ධතාවයක් තිබීම.

**මා හට පරීක්‍ෂා කර ගත හැක්කේ කොහිත්ද?**

පරීක්‍ෂණයක් පිලියෙලකර ගැනීම සඳහා ඔබගේ වෛද්‍යවරයා සමඟ සම්බන්ධවන්න, නැතිනම් ඔබගේ සායනයකට යන්න. ඔබ ඔබගේ වෛද්‍යවරයා හමුවට යන්නේ නම්, කලින් සායනය අමතා ඔබට ඇති රෝග ලක්ෂණ සම්බන්ධයෙන් දැනුම්දීම වැදගත්වේ. මේ මගින් සායනයට යාම සඳහා ඔබට සුදානම්කල හැකිවන අතර සායනයේ සිටින අන් අය ඔබගෙන් ආරක්‍ෂා කිරීමට උපකාරවේ.

ඔබගේ සායන යනු රට පුරා ඇති මිනිසුන්ගේ දරණු බෝවන ඔබගේ රෝග ලක්ෂණ පරීක්‍ෂා කරන සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානවේ. ඔබ ආසන්නයේ ඇති ඔබගේ සායනයක් සොයා ගැනීම සඳහා [www.health.gov.au/covid19-clinics](http://www.health.gov.au/covid19-clinics) වෙබ් අඩවිය වෙත යන්න. ඔබගේ ප්‍රාන්ත හෝ ටෙරිටරි රජය තුළ ඔබට පරීක්‍ෂාකර ගත හැකි අමතර සායන තිබිය හැකිය. ඔබගේ ප්‍රාන්ත හෝ ටෙරිටරි රජයේ සෞඛ්‍යය වෙබ් අඩවි මගින් මේවා සොයා ගත හැකිවේ.

ඔබ වසරක සඳහා පරීක්ෂා කරන ලද්දේ නම්, නිවසේ රැඳී සිටි අනෙක් අය සමඟ සම්බන්ධවීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය. ඔබගේ ප්‍රතිඵල නැවත ලැබීමට දින එකක් හෝ දෙකක් ගතවනු ඇත.

ඔබට හුස්ම ගැනීමේ අපහසුව වැනි දරුණු රෝග ලක්ෂණ ඇතිනම්, හදිසි වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර සඳහා 000 ඇමරිකා යුතුය.

**ව්‍යාජව පැතිරීම නැවැත්වීමට උපකාරී වන්න**

අපගේ ප්‍රජාව ආරක්ෂා කර ගැනීමට, සෑම අයෙකු විසින්ම භෞතික දුරස්ථභාවය සහ යහපත් සනීපාරක්ෂක ක්‍රම අනුගමනය කළ යුතුය. ඔබ අනෙක් අයගෙන් මීටර් 1.5 ක දුරින් සිටින බවට සහ අසනීපනම් නිවසටවී සිටින බවට වග බලා ගන්න. ඔබගේ අත් සබන් සහ ජලයෙන් සෝදා ගන්න, එසේම කැසස සහ කිවිසුම් ඔබගේ අතට සිදු කරන්න. කෝවිඩ්-19 පැතිරීම නැවැත්වීමට උපකාර කිරීම සඳහා අප විසින් කලයුතු කාර්ය භාරය අපට ඉටුකල හැකිවේ.

**කෝවිඩ්සේස් ඇප් එක ලබා ගන්න**

ඔබ මෙතෙක් කෝවිඩ්සේස් ඇප් එක ලබාගෙන නැතිනම්, ඔබගේ පවුලේ අය, මිතුරන් සහ ප්‍රජාව ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා එය ලබා ගන්න. ඇප් එක මගින් මහජන සෞඛ්‍යය බලධාරීන් හට කොරෝනා වසරය ඇති අයෙකු සමඟ සම්බන්ධවනු ඇයව හඳුනා ගැනීමට උපකාර කරනු ඇත.

**කෝවිඩ්-19 සම්බන්ධ වැඩිදුර විස්තර**

නිල මූලාශ්‍ර ඔස්සේ දැනුවත්වී සිටීම වැදගත්වේ. [www.australia.gov.au](http://www.australia.gov.au) වෙබ් අඩවිය වෙත යන්න, දුරකථන අංක 1800 020 080 ඔස්සේ කොරෝනා වසරය හෙල්ප්ලයින් අමතන්න, නැතිනම් දුරකථන අංක 131 450 ඔස්සේ දුරකථන සහ තෝලක සේවාව අමතන්න.