

જો કોઇને COVID-19નો ચેપ લાગ્યો હોય તો શું કરવું

જો તમારા કામના સ્થળે કોઇને COVID-19 થયું હોય અથવા તેના સંપર્કમાં આવ્યું હોય, તો તમારે તરત જ નીચેના પગલાં અનુસરવા પડશે. તેમને COVID-19 થયું છે તેની ખાતરી થાય ત્યાં સુધી રાહ ન જુઓ.

આ માહિતી તમને કામના સ્થળે મદદ કરવા માટે છે. જોકે, તમારે હંમેશા તમારા [રાજ્ય અથવા પ્રદેશના જાહેર આરોગ્ય ખાતા](#)ની સલાહને અનુસરવું જોઇએ.

જો વ્યક્તિને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડે તેવા ગંભીર લક્ષણો હોય તો ૦૦૦ પર કોલ કરો.

૧. વ્યક્તિને અલગ કરો

વ્યક્તિને બીજાઓથી અલગ કરો. તમારે તેમને અને તેમને મદદ કરનાર વ્યક્તિને વાપરીને ફેંકી દેવાય તેવા સર્જિકલ માસ્ક અને હેન્ડસેનીટાઇઝર જેવા યોગ્ય સ્વરક્ષણના સાધનો પણ આપવા જોઇએ.

૨. સલાહ લો અને જોખમોનું મૂલ્યાંકન કરો

તમારા [રાજ્ય અથવા પ્રદેશની મદદ સેવા](#) અથવા રાષ્ટ્રીય કોરોનાવાઇરસ મદદ સેવા (૧૮૦૦ ૦૨૦ ૦૮૦) પાસેથી આરોગ્ય વિષે સરકારની સલાહ મેળવો.

ખાતરી કરો કે તમારી પાસે વ્યક્તિની સંપર્ક માહિતી છે. કામના સ્થળે તેઓ જ્યાં જ્યાં પણ ગયા હોય, તેઓ કોના સંપર્કમાં આવ્યા હતા અને કેટલા સમય માટે તેની નોંધ કરો, જેથી જો જોખમમાં હોય, તેમને જણાવી શકો અને જરૂરી વિસ્તારો સાફ અને જંતુમુક્ત કરી શકો.

તમારે તમારા [રાજ્ય અથવા પ્રદેશના કામના સ્થળે આરોગ્ય અને સુરક્ષા નિયામકને](#) પણ સૂચિત કરવાની જરૂર હોય શકે છે.

૩. પરિવહન

વ્યક્તિને ઘરે પહોંચવા જરૂરી વાહનની વ્યવસ્થા હોય, બધાથી અલગ રહેવાની વ્યવસ્થા હોય, અથવા જરૂરી હોય તો તબીબી સુવિધા મળે તે સુનિશ્ચિત કરો. જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં, તેમણે પરિવહનના ખાનગી માધ્યમનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ જેથી ઓછામાં ઓછા લોકો સંપર્કમાં આવે.

૪. સાફ અને જંતુમુક્ત કરો

જ્યાં સુધી સાફ અને જંતુમુક્ત ન થાય ત્યાં સુધી, તે વ્યક્તિએ ઉપયોગ કર્યા હોય તે વિસ્તારો બંધ કરી દો. જો શક્ય હોય તો, બહારની તરફના બારણા અને બારીઓ ખોલી કાઢો જેથી હવાનો ફેલાવો વધારી શકાય.

વ્યક્તિએ ઉપયોગ કર્યો હોય તેવા વિસ્તારો અને સાધનો, જેવા કે ઓફિસો, શૌચાલયો-સ્નાનાગારો, રસોડા અને બધાના ઉપયોગમાં આવતા વિસ્તારો સંપૂર્ણરીતે સાફ અને જંતુમુક્ત કરો.

સફાઈ કર્મચારીઓએ યોગ્ય સ્વરક્ષણનાં સાધનો, જેવાકે મોજા, આંખના ચશ્મા અને વાપરીને ફેંકી દેવાય તેવું મલવસ્ત્ર (એપ્રન) પહેરવા જોઈએ.

૫. જેઓ તેમના વધુ સંપર્કમાં આવ્યા હોય તેમને ઓળખી કાઢો અને તેમને જાણ કરો

રાજ્ય અને પ્રદેશના જાહેર આરોગ્ય એકમ, COVID-19ની પુષ્ટિ થયેલાના વધુ સંપર્કમાં આવ્યા હોય તેઓને ઓળખી કાઢશે અને તેમણે શું કરવું તે કહેશે.

વ્યક્તિ કોના વધુ સંપર્કમાં આવ્યા હતા અને કેટલા સમય માટે અને અસરગ્રસ્ત વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવેલાઓ કામના સ્થળે ક્યાં ક્યાં ગયા હતા, તે શોધી કાઢો.

આનાથી, તમને અન્ય લોકો માટે સંભવિત જોખમો અને વધારાના ક્ષેત્રો કે જેને સફાઈ અને જંતુનાશનની જરૂર હોય, તેની જાણકારી મળશે.

૬. જોખમ વ્યવસ્થાપન નિયંત્રણોની સમીક્ષા કરો

તમારા કામદારો સાથે મંત્રણા કરીને તમારા COVID-19 જોખમ વ્યવસ્થાપન નિયંત્રણોની સમીક્ષા કરો અને મૂલ્યાંકન કરો કે, ફેરફારોની જરૂર છે કે, નહિં.

જો તમે જેના માટે ચિંતિત છો, તે વ્યક્તિ તાજેતરમાં જ તમારા કામના સ્થળે આવ્યા હોય તો લેવાના પગલાં

કામદાર કે ગ્રાહક જેવા કોઈ વ્યક્તિ, કે જે તાજેતરમાં તમારા કામના સ્થળે આવી ચૂક્યા છે, તે કદાચ તમને જણાવે કે તેમને COVID-19નો ચેપ લાગ્યો છે. તે લોકો કેટલા સમય પહેલાં તમારા કામના સ્થળે આવ્યા હતા અને તેઓ બીજા કોઈના સંપર્કમાં આવ્યા હતા કે કેમ, તેની ખાતરી કરો.

અત્યારે તેઓ તમારા કામના સ્થળે ના હોય તો, પણ તમારે ઉપરના પગલાંને અનુસરવાની જરૂર હોય શકે છે. તમારા [રાજ્ય અથવા પ્રદેશની મદદ સેવા](#) પાસેથી સલાહ લો.

શું મારે મારું કામનું સ્થળ બંધ કરવાની જરૂર છે?

COVID-19ના શંકાસ્પદ કે પુષ્ટિ થયેલા કિસ્સાને પગલે આપોઆપ બંધ કરી દેવાની જરૂર નથી. જો વ્યક્તિએ તમારા કામના સ્થળે અમુક જ ભાગની મુલાકાત લીધી હોય અથવા જો આરોગ્ય અધિકારીઓ તમને બીજાઓ તેમના સંપર્કમાં આવ્યા હોવાનું જોખમ ઓછું છે, તેવું જણાવે તો, તેમ કરવું બિનજરૂરી હોય શકે છે.

તમારા કામના સ્થળને બંધ કરવાની જરૂર છે, કે નહિં તેનો આધાર ક્ષેત્રના માપ, કામનો પ્રકાર, માણસોની સંખ્યા અને શંકાસ્પદ દૂષિત વિસ્તારો જેવા પરિબલો પર છે.

કામદારો સ્વસ્થ થયા પછી કે ક્વોરેન્ટાઇન (અલગ રહ્યા) પછી કામ પર ક્યારે પાછા આવી શકે?

COVID-19 માટે હકારાત્મક પરીક્ષણ બાદ, અલગ રાખવામાં આવેલા કામદારો, સંપૂર્ણ સ્વસ્થ થઈ જાય અને આરોગ્ય અધિકારીઓ તેમને મંજૂરી આપે, પછી જ કામ પર પાછા ફરી શકે.

ક્વોરેન્ટાઇન દરમિયાન લક્ષણો ન દેખાયા હોય તેવા કામદારો, ૧૪-દિવસનો સમયગાળો પૂર્ણ કર્યા પછી કામે પાછા ફરી શકે છે. તેમને કામ પર પાછા ફરવા માટે તબીબી મંજૂરીની જરૂર નથી.

વધુ માહિતી

વધુ માહિતી માટે [Safe Work Australia website](https://www.swa.gov.au/coronavirus) પર જશો.