



තොරතුරු පත්‍රිකාව

නිවසේ සිට රැකවරණය ලබා ගැනීම පිළිගත හැකිය

Coronavirus
(COVID-19)

ඔස්ට්‍රේලියානු රජයේ ප්‍රමුඛතාවය වන්නේ ඔබගේ සෞඛ්‍යයයි. මෙයට ඔබව කොරෝනා වයිරසයෙන් (කෝවිඩ්-19) ආරක්ෂා කිරීමද ඇතුළත්වේ.

ඔබගේ නිවස වෙත පැමිණෙන වයෝවෘද්ධ රැකවරණ සේවකයා විසින් ඔබ ආරක්ෂාකාරීව සිටින බවට වග බලා ගැනීම සඳහා වූ සියළු ක්‍රියා මාර්ග ගනු ඇත.

මේවා අතරට ඔස්ට්‍රේලියාවේ ප්‍රධාන වෛද්‍ය නිලධාරී විසින් ලබාදෙන ආරක්ෂක උපකරණ කුමන අවස්ථාවල භාවිතා කළ යුතුද යන උපදෙස් පිළිපැදීමද ඇතුළත්වේ.

ඔබගේ වයෝවෘද්ධ රැකවරණ සේවකයා විසින් ඔබගේ පළාතේ අවශ්‍යතා ඇතිනම්, මුළු ආවරණ, අත් වැසුම්, ගවුම්, සහ ආරක්ෂක ඇඳ ආවරණ ඇතුළු පුද්ගලික ආරක්ෂණ උපකරණ පැළඳිය යුතුය.

වයෝවෘද්ධ රැකවරණ සේවකයන් විසින් පුද්ගලික ආරක්ෂක උපකරණ පැළඳිය යුත්තේ පහත අවස්ථාවලදීය:

- ඔබට කෝවිඩ්-19 ආසාදනය වී ඇති බවට හඳුනාගෙන ඇතිනම්
- ඔබට කෝවිඩ්-19 ආසාදනය වී ඇති බවට සැකයක් ඇතිනම්
- ඔබට කෝවිඩ්-19 රෝග ලක්ෂණ ඇතිනම්

කෝවිඩ්-19 රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කිරීම වයෝවෘද්ධ රැකවරණ සේවකයකු හට රාජකාරී කිරීමට අවසර නැත - මේ බව සහතිකවීම සඳහා, රෝග ලක්ෂණ ඇති සේවකයන් පරීක්ෂණයට භාජනය කෙරේ.

වයෝවෘද්ධ රැකවරණ සේවකයන් විසින් ඔබව සහ ඔවුන්ව කෝවිඩ්-19 රෝගයෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා හොඳම වෛද්‍ය උපදෙස් අනුගමනය කරනු ඇත.

වැඩිදුර විස්තර

කෝවිඩ්-19 සම්බන්ධ වැඩිදුර තොරතුරු සොයා ගැනීම සඳහා කරුණාකර දුරකථන අංක 1800 020 080 ඔස්සේ ජාතික කොරෝනා වයිරස උපකාරක අංකය අමතන්න, නැතිනම් health.gov.au වෙබ් අඩවිය වෙත යන්න.

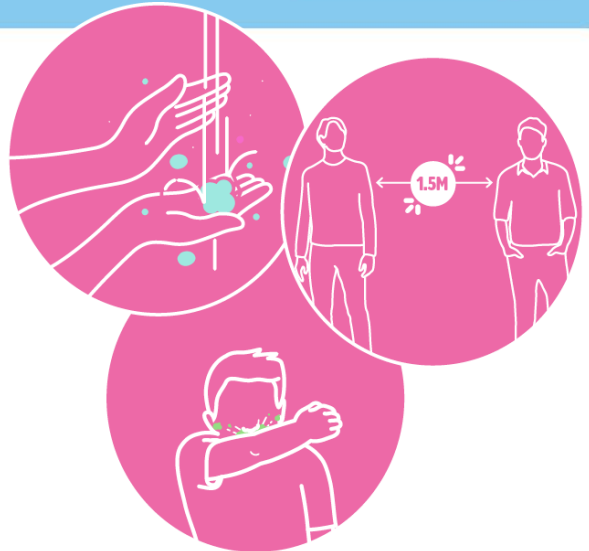
උපකාරක සේවා සම්බන්ධ වැඩිදුර විස්තර සොයා ගැනීමට අවශ්‍යනම්, දුරකථන අංක 1800 200 422 ඔස්සේ මයි එජ්සී කොයාර් (My Aged Care) අමතන්න.

ඔබගේ රැකවරණ සේවා, හෝ රැකවරණකරු සම්බන්ධ කිසියම් කණස්සල්ලක් ඇතිනම්, කරුණාකර ඔබගේ වයෝවෘද්ධ රැකවරණ සේවා සපයන්නා සමඟ සම්බන්ධවන්න.



ඔබව කොරෝනා වයිරස් රෝගයෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීම

කොරෝනා වයිරස් රෝගයට එරෙහිව ඔබට සහ ඔබගේ පවුලේ අයට ඇති හොඳම ආරක්ෂාව වන්නේ යහපත් සනීපාරක්ෂාව සහ වෙනත් අය සමඟ කටයුතු කරන විට ප්‍රවේශම්වීමවේ. මේවා අතර පහත දේ ඇත:



- ඔබ කහින විට හෝ කිවිසුම් යවන විට ඔබගේ වැලමිට හෝ ටිෂූ මගින් ඒවා ආවරණය කර ගැනීම
- භාවිතා කළ ටිෂූ එකෙහෙහිම කසළ බදුන්වලට දමා ඔබගේ අත් සෝදා ගැනීම
- ආහාර ගැනීමට පෙර සහ පසු, සහ වැසිකිළියට යාමට පසු, සහ ඔබ සාප්පු හෝ වෙන ස්ථානවලට ගිය පසු, ඇතුළු අවස්ථාවල සබන් සහ ජලය භාවිතා කර නිතර ඔබගේ අත් සෝදා ගැනීම
- ඇති සෑම අවස්ථාවකම, මධ්‍යසාර පදනම්වූ අත් සැනිටයිසර් (මධ්‍යසාර 60%) භාවිතා කිරීම
- නිතර භාවිතා කරන මතුපිටවල සහ භාණ්ඩ පිරිසිදු කිරීම සහ විශෂ්‍ය නැසීම
- ඔබට උපකාර හෝ රැකවරණය අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී හැර, නිවසටවී සිටීම සහ අනෙක් අය සමඟ ශාරීරික සම්බන්ධතා මග හැරීම
- අත්‍යවශ්‍ය නොවන ගමන් මග හැරීම
- ඔබගේ බෙහෙත් කෙම්සට් ලවා නිවසට ගෙන්වා ගැනීමට සලකා බැලීම
- ඔබගේ නිවසට ඒදිනෙදා අවශ්‍ය දේ සහ අත්‍යවශ්‍ය දේවල් නිවසට ගෙන්වා ගැනීමට සලකා බැලීම
- මීටර 1.5 ක් දුරින් සිටින්න - ඔබට හැකි අවස්ථාවල වෙනත් අයට - අත් දෙකේ දුරින් සිටින්න

ඔබගේ සෞඛ්‍යය රැකවලා ගත යුතුය

ඔබගේ නිතිපතා නිවෙස් රැකවරණය සහ සෞඛ්‍යය රැකවරණය පවත්වා ගත යුතුය. මෙය ඔබව කොරෝනා වයිරස් රෝගයෙන් ආරක්ෂාකර ගන්නවා මෙන්ම වැළැඟත්වේ.

ඔබගේ වෛද්‍යවරයා සමඟ නිතිපතා සම්බන්ධතාවය පවත්වා ගන්න, එසේම, ඔබගේ සෞඛ්‍යය සම්බන්ධයෙන් කිසියම් කණ්ණාසලක ඇතිනම්, ඔවුන් අමතන්න. ඔවුන් විසින් දුරකථනයෙන් හෝ දුරකථන සාකච්ඡාවක් ඔස්සේ රැකවරණ සලකා දිය හැකිය. මුහුණට මුහුණලා සිදුවන හමුවීම් තවම ලබාගත හැක.

000004

