



Australian Government
Department of Health

PËRDORNI MASKA FYTYRE NË KOMUNITET

Çfarë është koronavirusi

Koronavirusi (COVID-19) është një infeksion respirator që përhapet nga një person tek tjetri përmes spërkalave nga kollitja apo teshtitja e një personi të infektuar.

Ai gjithashtu mund të përhapet duke prekur sendet apo sipërfaqet që kanë spërkala nga një person i infektuar mbi ato, dhe pastaj duke prekur gojën apo fytyrën tuaj.

A duhet të mbaj maskë?

Me norma në rritje të COVID-19 në disa pjesë të Australisë, disa nga ne duhet të mbajmë maskë fytyre në publik – është e nevojshme ose e rekomanduar. Është me rëndësi që të jeni të informuar me këshillimin në zonën tuaj lokale. Nëse jeni në një zonë ku shteti, territori apo qeveria juaj lokale ka këshilluar se duhet apo është obligative të mbahet maskë në publik, ju lutem ndiqni udhëzimet e tyre. Kontrolloni rregullisht uebfaqet qeveritare të shtetit apo territorit apo vizitoni Australia.gov.au.

Ju lutem mbani mend, maskat ndihmojnë në ndalimin përcjelljes së virusit nga njerëzit që kanë virus tek të tjerët në komunitet. Ju lutem keni parasysh se ato janë efektive nëse përdoren me masa tjera për kontroll të infeksionit.

Edhe nëse mbani maskë fytyre ju duhet ti përmbaheni distancimit fizik, higjienës së mirë të duarve dhe asaj respiratore, dhe të qëndroni në shtëpi nëse nuk ndiheni mirë.

Si të përdorni maskën në mënyrë të duhur?

Është me rëndësi të mbani maskën në mënyrën e duhur për të shmangur rritjen e rrezikut për infektim të vetes dhe të tjerëve. Duke prekur apo hjekur maskën mund t'i kontaminoni duart tuaja.

Ju lutem lani duart para së të vendosni maskën, menjëherë pasi ta hiqni atë, dhe secilën herë kur prekni atë gjatë përdorimit.

Kur mbani atë, sigurohuni që të mbulon të dyja, hundën dhe gojën tuaj dhe të përshtatet nën mjekrrën tuaj, mbi urën e hundës tuaj dhe të dy anët e fytyrës tuaj.

Mos lejoni që ajo të varet në qafë dhe mundohuni të mos prekni pjesën e përparme të maskës në çdo kohë. Nëse maska juaj laget, ju duhet ta ndrroni atë.

Çfarë duhet të bëj më maskën timë pasi ta kem përdorur atë?

Nëse maska juaj është për një përdorim, mbani atë vetëm një herë dhe pastaj hidhne tek shporta.

Nëse keni maskë me pëlhurë që përdoret përsëri, vendosni atë në qese plastike deri kur të keni mundësinë ta lani atë.

Maskat prej pëlhure mund të lahen në lavatriçe me rrobat e tjera.

Ju gjithashtu mund të lani duart me sapun dhe ujë me temperaturë të duhur për pëlhurën.

Thani plotësisht maskën prej pëlhure në tharëse të rrobave apo në ajr të pastërt para se ta përdorni atë përsëri.

Qëndroni të mbrojtur nga COVID

Për të mbrojtur komunitetet tona, secili duhet të vazhdon të bëj tre gjërat më të rëndësishme për të ndaluar përhapjen e virusit:

- Qëndroni së paku 1.5 metra larg tjerëve kurdo dhe kudo që është e mundshme.
- Praktikoni higjienë të mirë duke larë duart rregullisht me sapun dhe ujë. Nëse nuk ka sapun dhe ujë në dispozicion përdorni xhel me bazë alkooli. Mos prekni fytyrën tuaj, dhe mbani mend të kolliteni dhe teshtitni në brendësi të bërrylit në vend se në dorën tuaj.
- Shkarkoni aplikacionin COVIDSafe. Aplikacioni ndihmon ndjekjen e njerëzve që keni pasur kontakt të afërt.

Tani më shumë se kurrë është me rëndësi të qëndroni në shtëpi nëse keni simptome të ftohjes apo të gripit. Nëse keni ethe, kollitje, fyt të pezmatuar apo vështirësi në frymëmarrje, testohuni për koronavirus. Në të gjithë mund të bëjmë pjesën tonë të punës për të ndaluar përhapjen e COVID-19.

Përditësime për aplikacionin COVIDSafe

Përveç se në gjuhën angleze, aplikacioni COVIDSafe është në dispozicion edhe në gjuhën arabe, gjuhë kineze të thjeshtësuar dhe tradicionale, vietnameze dhe koreane. Aplikacioni gjithashtu do të jetë në dispozicion edhe në gjuhën italiane dhe greke së shpejti.

Aplikacioni COVIDSafe ndihmon zyrtarët shëndetësor të njoftojnë njerëzit që kanë qenë në kontakt me dikë që ka COVID-19. Nëse keni shkarkuar aplikacionin, mund të zgjedhni t'i jepni qasje zyrtarëve shëndetësor tek informacionet në aplikacion. Kjo u mundëson atyre më shpejt të identifikojnë dhe kontaktojnë njerëzit e duhur për të parandaluar përhapjen e virusit.

Më shumë informacione në lidhje me COVID-19

Është me rëndësi të qëndroni të informuar përmes burimeve zyrtare. Vizitoni [health.gov.au](https://www.health.gov.au), thirrni Linjën për ndihmë për koronavirus në 1800 020 080 ose shërbimin për përkthim dhe interpretim në 131 450.