Australian Government

Department of Health

UŻU TAL-MASKRI LI JGĦATTU L-WIĊĊ FIL-KOMUNITÀ

X'inhu l-coronavirus

Il-Coronavirus (COVID-19) huwa infezzjoni respiratorja li tinfirex minn persuna għal oħra permezz ta' qtajriet minn sogħla jew tgħatis ta' persuna infettata.

Jista' jinfirex ukoll billi tmiss oġġetti jew uċuħ li għandhom qtajriet minn persuna infettata fuqhom, u mbagħad tmiss ħalqek jew wiċċek.

Għandi nilbes maskra li tgħatti l-wiċċ?

Hekk kif ir-rati ta' COVID-19 qed jiżdiedu f'xi partijiet tal-Awstralja, uħud minna issa għandhom bżonn jilbsu maskra li tgħatti l-wiċċ fil-pubbliku – dan huwa meħtieġ jew irrakkomandat. Huwa importanti li tibqa' aġġornat mal-parir fiż-żona lokali tiegħek. Jekk qiegħed f'żona fejn l-istat, it-territorju jew il-gvern lokali tiegħek tawk il-parir li għandek jew trid tilbes maskra fil-pubbliku, jekk jogħġbok segwi d-direzzjonijiet tagħhom. Iċċekkja regolarment il-websajts tal-gvern tal-istat jew tat-territorju jew żur Australia.gov.au.

Jekk jogħġbok ftakar, li l-maskri huma utli biex iwaqqfu lin-nies li għandhom il-virus milli jgħadduha lill-oħrajn fil-komunità. Jekk jogħġbok kun af li huma effettivi biss meta jintużaw ma' miżuri oħra ta' kontroll ta' infezzjonijiet.

Anki jekk tilbes maskra li tgħatti l-wiċċ int għandek issegwi d-distanzjar fiżiku, iġjene tajba tal-idejn u tan-nifs, u toqgħod id-dar meta tkun ma tiflaħx.

Kif nuża l-maskra tiegħi kif jixraq?

Huwa importanti li tilbes maskra kif jixraq biex tevita li żżid ir-riskju tal-infezzjoni lilek stess u lill-oħrajn. Jekk tmiss jew tneħħi l-maskra tista' tikkontamina idejk.

Jekk jogħġbok aħsel idejk qabel ma tpoġġi l-maskra, dritt wara li tneħħiha, u kull darba li tmissha waqt l-użu.

Meta tilbisha, kun żgur li tkopri kemm imnieħrek kif ukoll ħalqek u tiffittja sew taħt geddumek, fuq l-għadma ta' mnieħrek u mal-ġnub ta' wiċċek.

Tħallihiex tiddendel madwar l-għonq u jekk jogħġbok ipprova tmissx il-parti ta' quddiem tal-maskra tiegħek fl-ebda ħin. Jekk il-maskra tiegħek tkun niedja, trid tibdilha.

X’għandi nagħmel bil-maskra tiegħi wara li użajtha?

Jekk il-maskra tiegħek hija maskra li tużaha darba biss, ilbisha darba biss u mbagħad itfagħha fil-landa taż-żibel.

Jekk għandek maskra li tista’ terġa’ tintuża, poġġiha f'borża tal-plastik sakemm tkun tista' taħsilha.

Maskri tad-drapp jistgħu jinħaslu fil-magna tal-ħasil ma’ ħwejjeġ oħra.

Tista' wkoll taħsilha bl-idejn billi tuża sapun u tara li tissettja l-ilma biex ikun l-aktar sħun li hu l-aktar xieraq għax-drapp li hu magħmul minnu.

Nixxef kompletament il-maskra tad-drapp fi dryer tal-ħwejjeġ jew fl-arja friska qabel ma terġa' tużaha.

Ara li timradx bil-COVID

Biex nipproteġu l-komunitajiet tagħna, kulħadd għandu jkompli jagħmel l-iktar tliet affarijiet importanti biex iwaqqaf it-tixrid tal-virus:

- Ibqa' mill-inqas 1.5 metri 'l bogħod minn oħrajn kulmeta u kull fejn nistgħu.
- Ipprattika iġjene tajba billi taħsel idejk regolarment bis-sapun u bl-ilma. Jekk ma tistax tuża s-sapun u l-ilma ogħrok idejk b’likwidu bbażat fuq l-alkoħol. Tmissx wiċċek, u ftakar li għandek tisgħol u tgħatas f’minkbek minflok f’idek.
- Niżżel l-app COVIDSafe. L-app tgħin biex iżżomm rekord tan-nies li ġejt f’kuntatt magħhom mill-qrib.

Issa aktar minn qatt qabel, huwa importanti li tibqa' d-dar jekk ikollok sintomi ta’ riħ jew l-influwenza. Jekk għandek deni, sogħla, uġigħ fil-griżmejn jew qtugħ ta' nifs, ara li tkun ittestjat għal coronavirus. Ilkoll nistgħu nagħmlu l-parti tagħna biex ngħinu biex inwaqqfu t-tixrid ta' COVID-19.

Aġġornamenti għall-app COVIDSafe

Minbarra bl-Ingliż, l-app COVIDSafe issa tista’ tinkiseb bl-Għarbi, Ċiniż Simplifikat u Tradizzjonali, Vjetnamiż u Korean. Dalwaqt l-app se tkun disponibbli wkoll bit-Taljan u l-Grieg.

L-app COVIDSafe tgħin lill-uffiċjali tas-saħħa pubblika biex jinnotifikaw lill-persuni li ġew f'kuntatt ma' xi ħadd b'COVID-19. Jekk niżżilt l-app, tista' tagħżel li tagħti lill-uffiċjali tas-saħħa aċċess għall-informazzjoni fuq l-app. Dan jippermettilhom jidentifikaw u jikkuntattjaw malajr in-nies li hemm bżonn jikkuntattjaw u jevitaw li l-virus jinfirex.

Aktar informazzjoni dwar COVID-19

Huwa importanti li tibqa' infurmat permezz ta' sorsi uffiċjali. Żur health.gov.au, ċempel il-Linja Telefonika tal-Għajnuna tal-Coronavirus (Coronavirus Helpline) fuq 1800 020 080 jew is-servizz ta’ traduzzjoni u interpretazzjoni fuq 131 450.