



Australian Government

Department of Health

Bertemu tenaga medis setelah membuat janji.

Selama masa pandemi coronavirus, penting untuk bertemu tenaga medis setelah membuat janji rutin, terutama jika mempunyai kondisi kesehatan yang kronis atau yang sudah ada.

Masih aman untuk bertemu dengan penyedia kesehatan Anda. Ketika bertemu dengan tenaga medis, ikuti instruksi yang diberikan pada Anda. Mungkin instruksi ini termasuk memakai masker (penyedia kesehatan dapat memberikannya), membersihkan tangan saat datang dan masuk melalui area terpisah.

Jika mengalami gejala COVID-19, beri tahu penyedia kesehatan Anda saat membuat janji. Juga beri tahu mereka jika melakukan perjalanan baru-baru ini atau jika melakukan kontak dengan orang yang terjangkit COVID-19. Pakai masker saat bertemu dengan tenaga medis dan ingatlah untuk menjaga jarak setidaknya 1,5 meter dari orang lain setiap saat. Menutup mulut dan hidung pada saat batuk dan bersin dengan siku.

Janji Telehealth

Janji Telehealth adalah konsultasi perawatan kesehatan yang dilakukan melalui telepon atau konferensi video. Anda dapat menelepon dan berbicara dengan dokter tanpa harus meninggalkan rumah. Anda tidak memerlukan peralatan khusus, dan dapat menggunakan ponsel atau komputer. Anda dan penyedia kesehatan Anda akan memutuskan sistem yang mana terbaik untuk kebutuhan Anda.

Dokter, perawat, dan profesional kesehatan mental dapat melakukan janji telehealth. Siapapun yang memiliki kartu Medicare memenuhi syarat untuk mendapatkan layanan telehealth. Dokter Anda juga dapat memberi Anda resep melalui konsultasi telehealth.

Selama janji telehealth, dokter mungkin perlu memberi Anda resep. Dokter dapat memberi Anda resep dalam bentuk kertas atau mengirimkan salinan digital resep tersebut ke pihak apotek pilihan Anda setelah konsultasi telehealth Anda.

Pengiriman obat ke rumah

Anda dapat meminta obat Anda dikirim ke rumah Anda. Pengiriman obat ke rumah merupakan pilihan yang baik jika Anda mengisolasi diri, lebih rentan terhadap penyakit serius, atau lebih suka tinggal di rumah.

Telepon apotek pilihan Anda atau periksa situs webnya untuk mengecek apakah pihak apotek menawarkan pengiriman obat ke rumah dan memiliki stok obat yang dibutuhkan. Anda mungkin dapat memesan obatnya secara online atau melalui telepon.

Jika mempunyai resep dalam bentuk kertas, Anda harus mengirimkannya lewat pos atau meminta seseorang membawanya ke apotek sebelum obatnya dapat dikirim.

Jika dokter Anda telah mengirimkan salinan digital resep tersebut, pihak apotek akan mengirimkan obat ke alamat yang tertera pada resep.

Dukungan untuk kesehatan mental.

Coronavirus mengubah cara kita hidup dan menghabiskan waktu bersama orang yang kita cintai.

Pandemi ini akan berlangsung selama beberapa bulan mendatang, dan penting agar kita ingat untuk menjaga kesehatan mental serta kesehatan fisik kita.

Tetap terhubung dengan teman, keluarga, dan komunitas Anda lewat telepon atau internet.

Jika merasa stres, sedih, lelah, cemas atau marah, ketahuilah bahwa ini hal yang normal dan jangan takut meminta bantuan.

Informasi lebih lanjut tentang COVID-19

Penting untuk tetap mendapat informasi melalui sumber resmi. Kunjungi [health.gov.au](https://www.health.gov.au), telepon Coronavirus Helpline (Saluran Bantuan Coronavirus) di 1800 020 080 atau layanan penerjemahan dan juru bahasa di 131 450.