



Australian Government
Department of Health

ໃຫ້ສືບຕໍ່ການນັດກັບໝໍ

ໃນລະຫວ່າງທີ່ມີໂຄໂຣນາໄວຣັສ, ເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ທ່ານຕ້ອງສືບຕໍ່ການນັດກັບໝໍຕາມປົກກະຕິ, ໂດຍສະເພາະຖ້າທ່ານມີພະຍາດເຮື້ອຮັງຫຼືມີບັນຫາທາງສຸຂະພາບຢູ່.

ມັນຍັງເປັນການປອດໄພທີ່ຈະໄປພົບກັບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບ. ເມື່ອທ່ານໄປຕາມນັດ, ຈົ່ງປະຕິບັດຕາມຄໍາແນະນໍາທີ່ເຂົາເຈົ້າບອກໄວ້. ສິ່ງນັ້ນ ອາດຈະຮວມເຖິງການໃສ່ໜ້າກາກ (ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການສາມາດເອົາໜ້າກາກໃຫ້ທ່ານ), ຖູ່ມືດ້ວຍນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອເມື່ອມາຮອດແລະເມື່ອເຂົ້າໄປໃນເຂດທີ່ແຍກໄວ້ຕ່າງຫາກ.

ຖ້າທ່ານມີອາການຂອງ COVID-19, ໃຫ້ແຈ້ງໃຫ້ຜູ້ບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບຮູ້ເມື່ອທ່ານເຮັດນັດພົບ. ນອກນີ້ ກໍ່ໃຫ້ບອກເຂົາເຈົ້າກ່ຽວກັບການເດີນທາງໃດໆຂອງທ່ານເມື່ອບໍ່ດົນມານີ້ ຫຼື ຖ້າຫາກວ່າທ່ານໄດ້ພົວພັນໃກ້ຊິດກັບໃຜຜູ້ນຶ່ງທີ່ມີ COVID-19. ໃຫ້ໃສ່ໜ້າກາກເມື່ອໄປຕາມນັດ ແລະ ຈົ່ງຈໍາໄວ້ວ່າຕ້ອງຢູ່ຫ່າງຈາກຄົນອື່ນ 1.5 ແມັດຢູ່ທຸກເວລາ. ໃຫ້ໝູນໜ້າໃສ່ແຂນສອກເວລາໄອຫຼືຈາມ.

ການນັດພົບ ແບບໂທຣະແພດ (Telehealth)

ການນັດພົບ ແບບໂທຣະແພດ ແມ່ນການປຶກສາດ້ານການດູແລສຸຂະພາບທາງໂທຣະສັບຫຼືລົມກັນທາງວິດີໂອ. ການນັດພົບແບບນີ້ຈະເປີດໂອກາດໃຫ້ທ່ານໄດ້ໂທເຂົ້າໄປແລະລົມກັບທ່ານໝໍຂອງທ່ານໂດຍບໍ່ຕ້ອງອອກຈາກບ້ານຂອງທ່ານ. ທ່ານບໍ່ຕ້ອງມີອຸປະກອນພິເສດຢ່າງໃດຢ່າງນຶ່ງ, ແລະທ່ານກໍ່ສາມາດໃຊ້ໂທຣະສັບຂອງທ່ານຫຼືໃຊ້ຄອມພິວເຕີ ກໍ່ໄດ້. ທ່ານເອງແລະຜູ້ໃຫ້ບໍລິການສາມາດຕົກລົງກັນວ່າວິທີໃດແມ່ນເໝາະສົມທີ່ສຸດຕໍ່ຄວາມຕ້ອງການຂອງທ່ານ.

ທ່ານໝໍ, ພະຍາບານ ແລະ ແພດສຸຂະພາບຈິດ ສາມາດເຮັດການນັດພົບແບບໂທຣະແພດໄດ້. ຜູ້ໃດທີ່ມີບັດເມດິແຄຣ໌ ແມ່ນມີສິດໃຊ້ບໍລິການ ໂທຣະແພດ ໄດ້. ນອກນີ້ ທ່ານໝໍຂອງທ່ານກໍ່ສາມາດອອກໃບສັ່ງຢາໂດຍຜ່ານການປຶກສາທາງໂທຣະແພດນີ້ໄດ້ເຊັ່ນກັນ.

ໃນລະຫວ່າງການກວດພະຍາດທາງໂທຣະແພດ ທ່ານໝໍຂອງທ່ານອາດຕ້ອງການອອກໃບສັ່ງຢາໃຫ້ທ່ານ. ທ່ານໝໍສາມາດອອກໃບສັ່ງຢາເປັນເຈ້ຍຫຼືສິ່ງສໍາເນົາ ໃບສັ່ງຢາແບບດິຈິຕອນໄປຫາຮ້ານຂາຍຢາທີ່ທ່ານ ສເນີມາຫຼັງຈາກການປຶກສາທາງໂທຣະແພດແລ້ວ.

ການສັ່ງຢາມາໃຫ້ຮອດເຮືອນ

ທ່ານສາມາດຂໍໃຫ້ມີການສັ່ງຢາມາຮອດເຮືອນທ່ານໄດ້. ການສັ່ງມາຮອດເຮືອນເປັນທາງເລືອກທີ່ດີແບບນຶ່ງ ຖ້າທ່ານຕ້ອງແຍກກັກກັນຕົວ, ມີຄວາມອ່ອນແອຕໍ່ພະຍາດຮ້າຍແຮງ, ຫຼືຕ້ອງການທີ່ຈະຢູ່ບ້ານ.

ໃຫ້ໂທຣະສັບຫາຮ້າຍຂາຍຢາທີ່ທ່ານເລືອກຫຼືກວດເບິ່ງເວັບໄຊຂອງເຂົາເຈົ້າເພື່ອເບິ່ງວ່າເຂົາເຈົ້າມີບໍລິການສິ່ງຢາຮອດເຮືອນບໍ່ ແລະ ກວດເບິ່ງດ້ວຍວ່າເຂົາເຈົ້າມີຢານັ້ນຢູ່ໃນສະຕັອກບໍ່. ທ່ານອາດຈະສາມາດສັ່ງເອົາທາງອອນລາຍນ໌ຫຼືທາງໂທຣະສັບ.

ຖ້າທ່ານມີໃບສັ່ງຢາແບບເປັນເຈ້ຍ, ທ່ານຕ້ອງສັ່ງໄປທາງໄປສະນີ ຫຼື ຂໍໃຫ້ໃຜຜູ້ນຶ່ງເອົາໄປສັ່ງໃຫ້ຮ້ານຂາຍຢາກ່ອນທີ່ເຂົາເຈົ້າຈະສັ່ງຢາມາໃຫ້.

ຖ້າທ່ານໝໍຂອງທ່ານສັ່ງສໍາເນົາຂອງໃບສັ່ງຢາໄປແບບດິຈິຕອນ, ທາງຮ້ານຂາຍຢາກໍຈະສັ່ງຢາມາຕາມທີ່ຢູ່ທີ່ຂຽນໄວ້ໃນໃບສັ່ງຢານັ້ນ.

ການອຸ້ມອຸສໍາລັບສຸຂະພາບຈິດ

ໂຄໂຣນາໄວຣັສໄດ້ປ່ຽນແບງວິຖີຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງພວກເຮົາແລະເຮັດໃຫ້ເຮົາໄດ້ໃຊ້ເວລາຢູ່ກັບຄົນທີ່ເຮົາຮັກ.

ການແຜ່ລະບາດຍັງຈະຢູ່ກັບເຮົາໄປອີກຫຼາຍໆເດືອນ, ແລະມັນເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ເຮົາຕ້ອງຈໍາໄວ້ວ່າເຮົາຕ້ອງດູແລສຸຂະພາບທາງຈິດຂອງເຮົາໃຫ້ດີເຊັ່ນດຽວກັນກັບເຮົາດູແລສຸຂະພາບທາງຮ່າງກາຍນັ້ນເອງ.

ໃຫ້ສືບຕໍ່ພົວພັນກັບໝູ່ເພື່ອນ, ຄອບຄົວ, ແລະ ຊຸມຊົນຂອງທ່ານ ທາງໂທຣະສັບຫຼືອິນເຕີແນັດ.

ຖ້າທ່ານຮູ້ສຶກກົດດັນ, ໂສກເສົ້າ, ເມື່ອຍອ່ອນເພັຍ, ກັງວົນ ຫຼື ໃຈຮ້າຍ, ຈົ່ງຮັບຮູ້ວ່າຄວາມຮູ້ສຶກດັ່ງກ່າວແມ່ນເຮືອງປົກກະຕິແລະຢາຍ້ານທີ່ຈະຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ.

ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບ COVID-19

ເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ຕ້ອງຮູ້ທັນເຫດການໂດຍຜ່ານແຫຼ່ງຂ່າວຕ່າງໆຂອງທາງການ. ໃຫ້ເຂົ້າໄປເບິ່ງ [health.gov.au](https://www.health.gov.au), ໂທຣະສັບຫາ ສາຍຊ່ວຍເຫຼືອເຮືອງໂຄໂຣນາໄວຣັສ ທີ່ເລກໂທ 1800 020 080 ຫຼື ພະແນກແປເອກະສານແລະແປພາສາ ທີ່ເລກໂທ 131 450.