



Fletë informuese: Çfarë duhet të dini në lidhje me COVID-19

17/09/2020

Çfarë është COVID-19

Koronaviruset janë një familje e madhe virusesh që shkaktojnë infeksione respiratore. Këto mund të renditen nga një ftohje e zakonshme në sëmundje më serioze.

COVID-19 është një sëmundje e shkaktuar nga një lloj i ri i koronavirusit. Ajo u raportua për herë të parë në dhjetor 2019 në qytetin Wuhan në Kinë.

Simptomat e COVID-19

Simptomat e COVID-19 mund të renditen nga një sëmundje e butë në pneumoni të rëndë. Disa njerëz do të shërohen shpejt dhe me lehtësi, ndërsa të tjerët mund të sëmuren shumë shpejt.

Simptomat e COVID-19 përfshijnë:

- ethe
- simptomat e frymëmarrjes
- kollitje
- dhimbje të fytit
- gulçim

Simptoma të tjera mund të përfshijnë hundë që rrjedhin, dhimbje koke, dhimbje të muskujve ose të nyjeve, të përzier, diarre, të vjella, humbje të ndjenjës së erës, ndryshim i ndjenjës së shijes, humbjen e oreksit dhe lodhje.

Si përhapet

COVID-19 përhapet nga një person tek një person tjetër përmes:

- kontaktit të ngushtë me një person të infektuar (duke përfshirë ata që kanë pasur simptoma 48 orë më parë)
- kontakti me spërkalat nga kollitja e një personi të infektuar ose teshtitja

- duke prekur objekte ose sipërfaqe (si doreza të dyerve ose tavolina) që kanë spërkala nga një person i infektuar dhe pastaj duke prekur gojën ose fytyrën

Pasi që COVID-19 është një sëmundje e re, nuk ka imunitet ndaj tij në komunitetin tonë. Kjo do të thotë se mund të përhapet gjerësisht dhe shpejt.

Si mund të testohem për COVID-19?

Çdokush me simptoma të COVID-19 duhet të testohet. Është e rëndësishme të testoheni edhe nëse keni vetëm simptoma të lehta.

Nëse jeni të shqetësuar se mund të keni COVID-19 ju mund të:

- kontrolloni simptomat duke përdorur kontrolluesin e simptomave healthdirect ose telefononi Linjën Kombëtare për këshilla për koronavirus në 1800 020 080. Nëse nuk flisni anglisht, mund të përdorni Shërbimin e Përkthimit dhe Interpretimit duke telefonuar në 131 450.
- shkoni në një klinikë respiratore për COVID-19 që punon falas (klinika testuese)
- kontaktoni mjekun tuaj me telefon dhe ata do të organizojmë testin, kjo mund t'ju kushton një tarifë

Klinikat respiratore për COVID-19 janë qendra shëndetësore të dedikuara e të locuara në gjithë vendin, duke u fokusuar në testimin e njerëzve me simptoma të infeksionit respirator.

Gjeni [klinikën respiratore për COVID-19 më të afërt për ju](#).

Duke pritur rezultatet e testimit

Mund të duhen disa ditë për të marrur rezultatet e testimit. Ndërsa jeni duke pritur për rezultatet tuaja të testimit ju duhet të ndiqni udhëzimet nga autoritetet e shëndetit publik dhe profesionistët mjekësorë që ju kanë testuar.

Nëse testohuni për shkak se ju keni simptoma ju duhet të shkoni drejt në shtëpi dhe të qëndroni atje. Ju duhet ta bëni këtë derisa të keni një rezultat negativ të testit ose simptomat tuaja të kanë kaluar - cilido që zgjat më shumë.

Ju mund të jeni në karantinë sepse jeni një udhëtar që kthehet në vend ose keni pasur kontakt të ngushtë me një person me COVID-19. Nëse testoheni për ndonjë arsye kur jeni në karantinë, duhet të vazhdoni të qëndroni në karantinë deri në fund të periudhës së karantinës (14 ditë). Ju duhet ta bëni këtë edhe nëse nuk keni simptoma dhe testi juaj është negativ.

Nëse rezultati juaj i testimit është pozitiv ju duhet të izolohuni larg njerëzve të tjerë në shtëpinë tuaj, spitalin ose akomodimin tjetër siç udhëzohet nga mjeku juaj dhe autoriteti i shëndetit publik.

Si trajtohet COVID-19?

Aktualisht nuk ka trajtim specifik ose vaksinë e miratuar që shëron ose parandalon COVID-19. Ka disa trajtime që mund të ndihmojnë njerëzit të shërohen nga COVID-19 i rëndë. Është duke u bërë hulumtim në Australi dhe në mbarë botën për të zhvilluar vaksinat dhe trajtimet e mundshme.

Kush është më i rrezikuar nga COVID-19?

Në Australi, njerëzit më të rrezikuar për të kapur virusin janë:

- udhëtarët që kanë qenë kohët e fundit jashtë shtetit
- njerëzit që kanë qenë në kontakt të ngushtë me dikë që është diagnostikuar me COVID-19
- njerëzit në hapësirat korrektuese dhe të paraburgimit
- njerëzit në vende banimi grupe

Njerëzit që janë, ose kanë më shumë gjasa të jenë, në rrezik më të lartë për t'u sëmurë rëndë nëse kapin virusin janë:

- njerëz të moshës 70 vjeç e lart
- njerëzit që sistemet imune të tyre janë kompromituar për shkak të kushteve ose trajtimeve të caktuara mjekësore
- njerëzit në gjendje kronike mjekësore si:
 - sëmundje të zemrës
 - sëmundje të mushkërive
 - mosfunksionimi i veshkave
 - diabetit
 - obeziteti i rëndë
 - sëmundje të mëlçisë

Kjo nuk është një listë e plotë e gjendjeve kronike mjekësore që mund të rrisin rrezikun. Nëse keni ndonjë gjendje mjekësore rekomandohet që të diskutoni rrezikun tuaj individual dhe çfarë mund të bëni për të mbrojtur veten me mjekun tuaj.

Deri më tani ka pasur një shkallë të ulët të rasteve të konfirmuara të COVID-19 tek fëmijët, në krahasim me popullsinë më të gjerë.

Për tani ka dëshmi të kufizuara kohë lidhur me rrezikun tek gratë shtatzëna.

Si të mbroni veten dhe të tjerët nga COVID-19

Gjithkush ka një rol për të luajtur në ndalimin e përhapjes së COVID-19. Është e rëndësishme të bëni gjërat e mëposhtme për të ngadalësuar përhapjen e COVID-19 dhe për të mbrojtur ata që janë më të rrezikuar.

- qëndroni 1.5 metra larg nga të tjerët
- shmangni përshëndetjet fizike të tilla si shtrëngimet e duarve, përqafimet dhe puthjet
- qëndroni në shtëpi nëse keni simptoma të të ftohtit ose të gripit dhe testoheni edhe nëse simptomat tuaja janë të buta
- mbulonni kollitjet dhe teshtitjet me bërryl ose me faculetë
- vendosni faculetat e përdorura drejt në shportë dhe lani duart
- lani duart shpesh me sapun dhe ujë, duke përfshirë edhe para dhe pas ngrënies dhe pas shkuarjes në tualet
- përdorni sanitizues me bazë alkooli
- shmangni preken e syve, hundës dhe gojës
- pastroni dhe dezinfektoni sipërfaqet e përdorura shpesh të tilla si banake, tavolina dhe dorezat e dyerve
- pastroni dhe dezinfektoni sendet e përdorura shpesh siç janë telefonat celularë, çelësat, kuletat dhe sendet e punës
- rriteni sasinë e ajrit të freskët në dispozicion duke hapur dritare ose rregulluar kondicionimin e ajrit.
- shkarkoni aplikacionin CovidSafe

Ndiqni këshillat për tubimet publike nga [autoritetet e shtetit ose territorit](#) tuaj gjatë tërë kohës.

Është e rëndësishme që të vazhdoni të mbani terminet tuaja normale mjekësore — veçanërisht nëse keni gjendje kronike ose ekzistuese që kanë nevojë për kujdes mjekësor.

Më shumë informacione dhe kontakte

[Uebfaqja e Qeverisë së Australisë e Departamentit të Shëndetësisë](#)

[Resurset në anglisht për COVID-19](#)

[Burime të përkthyer për COVID-19](#)

[Uebfaqja e Qeverisë së Australisë](#)

[Kontrollues i simptomave Healthdirect](#)

Gjeni [klinikën më të afërt për ju për testim të COVID-19](#) (healthdirect)

[Uebfaqja e Head to Health](#) për mbështetje të shëndetit mendor dhe mirëqenies

Linja Kombëtare për ndihmë për koronavirus: 1800 020 080. Kjo linjë informacioni funksionon 24 orë në ditë, shtatë ditë në javë.

Shërbimi për përkthim dhe interpretim: 131 450. Për përkthim dhe interpretim nëse jeni nuk flisni anglisht.