Australian Government
Department of Health

BE COVIDSAFE

Fuljett tal-fatti: X'għandek bżonn tkun taf dwar COVID-19

17/09/2020

X'inhu COVID-19

Il-Coronaviruses huma familja kbira ta' viruses li jikkawżaw infezzjonijiet respiratorji. Dawn jistgħu jvarjaw minn riħ komuni għal mard aktar serju.

COVID- 19 hija marda kkawżata minn tip ġdid ta' coronavirus. Ġie rrappurtat għall-ewwel darba f'Diċembru 2019 fil-Belt ta' Wuhan fiċ-Ċina.

Is-sintomi ta' COVID-19

Is-sintomi ta' COVID- 19 jistgħu jvarjaw minn mard ħafif għal pnewmonja severa.
Xi nies se jirkupraw malajr u faċilment, u oħrajn jistgħu jimirdu malajr ħafna.

Is- sintomi ta' COVID-19 jinkludu:

- deni
- sintomi respiratorji
- sogħla
- uġigħ fil-griżmejn
- qtugħ ta' nifs

Sintomi oħra jistgħu jinkludu imnieħer inixxi, uġigħ ta' ras, uġigħ fil-muskoli jew fil- ġogi, dardir, dijarea, rimettar, telf ta' sens ta' riħa, tibdil fis-sens tat-togħma, ma jkollokx aptit u għeja.

Kif jinfirex

COVID-19 jinfirex minn persuna għal oħra permezz ta':

- kuntatt mill-qrib ma' persuna infettata (inkluż fit-48 siegħa qabel ma kellhom sintomi)
- kuntatt ma' qtar minn sogħla jew għatis ta' persuna infettata
- meta tmiss oġġetti jew uċuħ (bħal pumi ta' bibien jew imwejjed) li għandhom qtar minn persuna infettata, u mbagħad tmiss ħalqek jew wiċċek

Peress li COVID-19 hija marda ġdida, m'hemm l-ebda immunità għaliha fil-komunità tagħna. Dan ifisser li tista' tinfirex b'mod wiesa' u malajr.

Kif niġi ttestjat għal COVID-19?

Kulmin għandu sintomi ta' COVID- 19 għandu jiġi ttestjat. Huwa importanti li tiġi ttestjat anki jekk għandek biss sintomi ħfief.

Jekk int imħasseb li jista' jkollok COVID-19 tista':

- tiċċekkja s-sintomi billi tuża iċ-ċeker tas-sintomi ta' healthdirect jew ċempel il-Linja Nazzjonali Telefonika tal-Għajnuna tal-Coronavirus għal parir fuq 1800 020 080. Jekk int ma titkellimx bl-Ingliż, tista' tuża s-Servizz tat-Traduzzjoni u l-Interpretazzjoni billi ċċempel 131 450.
- mur fi klinika respiratorja li hi b'xejn ta' COVID-19 (klinika tal-ittestjar)
- ikkuntattja lit-tabib tiegħek bit-telefown u se jiffissaw appuntament għat-test, dan jista' jfisser li ser ikollok tħallas xi flus

Il-kliniċi respiratorji ta' COVID-19 huma ċentri tas-saħħa ddedikati li jinsabu madwar il-pajjiż, li jiffukaw fuq l-ittestjar ta' nies b'sintomi ta' infezzjoni respiratorja.

Sib il-klinika respiratorja COVID-19 li hi l-eqreb għalik.

Stennija għar-riżultati tat-test

Ir-riżultati tat-test jistgħu jieħdu ftit jiem biex jiġu lura. Waqt li tkun qed tistenna r-riżultati tat-testijiet tiegħek int għandek issegwi d-direzzjonijiet mill-awtoritajiet tas-saħħa pubblika u l-professjonisti mediċi li ttestjawk.

Jekk tkun ittestjat għax għandek sintomi, int trid tmur dritt id-dar u tibqa' hemm. Trid tagħmel dan sakemm jew ikollok riżultat negattiv tat-test jew is-sintomi tiegħek ikunu marru - skont liema minnhom ikun l-itwal.

Għandu mnejn tkun fi kwarantina għax int għadek kif ġejt lura jew kont f'kuntatt mill-qrib ma' persuna b'COVID-19. Jekk tiġi ttestjat għal xi raġuni meta tkun fi kwarantina trid tkompli tibqa' fi kwarantina sa tmiem il-perjodu ta' kwarantina (14-il jum). Għandek tagħmel dan anki jekk m'għandekx sintomi u t- test tiegħek huwa negattiv.

Jekk ir-riżultat tat-test tiegħek huwa pożittiv trid tiżola 'l bogħod minn persuni oħra fid-dar, l-isptar jew akkomodazzjoni oħra tiegħek kif qallek it-tabib u l-awtorità tas-saħħa pubblika tiegħek.

Kif jiġi kkurat COVID- 19?

Bħalissa m'hemm l- ebda kura speċifika jew vaċċin approvat li jfejjaq jew jipprevjeni COVID-19. Hemm xi kura li tista' tgħin lin-nies jirkupraw minn COVID-19 severa. Bħalissa għaddejja riċerka fl-Awstralja u madwar id-dinja biex jiġu żviluppati vaċċini potenzjali u kura.

BE COVIDSAFE

Min hu l-aktar f'riskju minn COVID-19?

Fl-Awstralja, in-nies l-aktar f'riskju li jiċċappsu bil-virus huma:

- vjaġġaturi li reċentement kienu barra l-Awstralja
- persuni li kienu f'kuntatt mill-qrib ma' xi ħadd li ġie dijanjostikat b'COVID-19
- persuni f'faċilitajiet korrettivi u ta' detenzjoni
- persuni f'ambjenti residenzjali fi grupp

Il-persuni li huma, jew li huma aktar probabbli li jkunu, f'riskju ogħla ta' mard serju jekk jaqbdu l-virus huma:

- persuni li għandhom 70 sena jew aktar
- persuni li s-sistemi immuni tagħhom huma dgħajfa minħabba ċerti kundizzjonijiet jew kura medika
- persuni b'kundizzjonijiet mediċi kroniċi bħal:
    - mard tal-qalb
    - mard tal-pulmun
    - insuffiċjenza tal-kliewi
    - dijabete
    - obesità severa
    - mard tal-fwied

Din mhijiex lista sħiħa tal-kundizzjonijiet mediċi kroniċi li jistgħu jżidu r-riskju. Jekk għandek xi kundizzjonijiet mediċi huwa rakkomandat li tiddiskuti r-riskju individwali tiegħek u x' tista' tagħmel biex tipproteġi lilek innifsek mat-tabib li qed jikkurak.

S'issa kien hemm rata baxxa ta' każijiet ikkonfermati ta' COVID-19 fost it-tfal, meta mqabbla mal-popolazzjoni usa'.

Bħalissa hemm evidenza limitata dwar ir-riskju f'nisa tqal.

Kif tipproteġi lilek innifsek u lil oħrajn minn COVID-19

Kulħadd għandu rwol x'jaqdi fit-twaqqif tat-tixrid ta' COVID-19. Huwa importanti li tagħmel l-affarijiet li ġejjin biex tnaqqas ir-ritmu tat-tixrid ta' COVID-19 u tipproteġi lil dawk li huma l-aktar f'riskju.

- żomm 1.5 metri 'l bogħod minn oħrajn
- tevita tislijiet fiżiċi bħal tieħu bl-idejn, tgħanniq u bews
- toqgħod id-dar jekk għandek sintomi bħal ta' riħ jew bħal tal-influwenza u mur għat-test anki jekk is-sintomi tiegħek huma ħfif
- għatti ħalqek meta tisgħol u għatas fil-minkeb tiegħek jew f'maktur tal-karti (tissue)
- poġġi it-tissues użati dritti fil-landa taż-żibel u aħsel idejk
- aħsel idejk ta' spiss bis-sapun u l-ilma, inkluż qabel u wara l-ikel u wara li tmur fit-tojlit

- uża sanitiżers tal-idejn ibbażati fuq l-alkoħol
- evita li tmiss għajnejk, imnieħrek u ħalqek
- naddaf u ddiżinnfetta uċuħ li jintużaw ta' spiss bħal bankijiet tax-xogħol, skrivaniji pomi tal-bibien
- naddaf u ddiżinfetta oġġetti li jintużaw ta' spiss bħal telefowns ċellulari, ċwievet, kartieri u passes tax-xogħol
- żid l-ammont ta' arja friska disponibbli billi tiftaħ it-twieqi jew taġġusta l-kondixiner tal-arja.
- niżżel l-app COVIDSafe

Segwi l-pariri dwar laqgħat pubbliċi mill-awtoritajiet tiegħek tal-istat jew tat-territorju il-ħin kollu.

Huwa importanti li tkompli żżomm l-appuntamenti mediċi normali tiegħek - b'mod partikolari jekk għandek kundizzjonijiet kroniċi jew eżistenti li jeħtieġu kura medika.

Aktar informazzjoni u kuntatti

Is-sit web tad-Dipartiment tas-Saħħa tal-Gvern Awstraljan

Riżorsi dwar COVID-19 bl-Ingliż

Riżorsi dwar COVID-19 tradotti

Is-sit web tal-Gvern Awstraljan

Iċ-ċeker tas-sintomi ta' Healthdirect

Sib l-eqreb klinika tal-ittestjar dwar COVID-19 (healthdirect)

Sit tal-web Head to Health għas-sapport rigward saħħa mentali u l-benesseri

Linja Nazzjonali Telefonika tal-Għajnuna rigward il-Coronavirus: 1800 020 080. Din il-linja ta' informazzjoni topera 24 siegħa kuljum, sebat ijiem fil-ġimgħa.

Servizz ta' Traduzzjoni u Interpretazzjoni: 131 450. Għat-traduzzjoni u l-interpretazzjoni jekk int ma titkellimx bl-Ingliż.