



Korona kuriin kuudella keinolla vanhustenhoidon asukkaille

Kiitos, että autatte suojelemaan itseänne, muita asukkaita ja henkilökuntaa. Ymmärrämme, että se on ollut joskus vaikeaa ja vaatinut kaikilta sopeutumista.

Turvallisuutenne ja hyvinvointinne on meille tärkeintä. Toteuttamamme toimenpiteet on tehty teidän suojelemiseksenne.

On tärkeää, että me kaikki edelleenkin teemme kaikkemme suojellaksemme vanhustenhoidon asukkaita ja henkilökuntaa COVID-19-taudilta. Seuraavat tiedot auttavat pysymään turvassa ja terveenä.

Jos mikään huolettaa, tai tuntuu, että tarvitsette lisätietoja, voitte puhua perheenjäsenille, hoitajille tai muulle henkilökunnalle. Olemme kaikki tässä yhdessä.

Lisätietoja saa sivustolta [health.gov.au](https://www.health.gov.au) tai soittamalla kansalliseen koronavirustukipuhelimeen (National Coronavirus Helpline) 1800 020 080.

Korona kuriin kuudella keinolla:

1. Ilmoita hoitajalle, jos tunnet olosi sairaaksi

Kaikki oireet on ilmoitettava hoitajalle, olivatpa ne miten lieviä tahansa. Hän voi tehdä arvioinnin ja mahdollisesti testin COVID-19-taudin varalta. COVID-19-taudin oireet voivat muistuttaa flunssaa tai influenssaa, ja oireina voi olla esimerkiksi:

- kuumetta
- yskää
- hengenahdistusta
- kurkkukipua
- päänsärkyä
- hajuainin menetystä

- makuaistin menetystä
- nuhaa
- lihaskipuja
- nivelkipuja
- ripulia
- pahoinvointia tai oksentelua
- ruokahaluttomuutta.

COVID-19-testaus on saatavilla kaikille palvelutalojen tai hoivakotien asukkaille.

2. Pese kädet säännöllisesti

Kädet on pestävä huolellisesti. Ne pitäisi aina pestä ennen kontaktia muihin asukkaisiin, vieraisiin tai työntekijöihin ja sen jälkeen. Kädet on pestävä saippualla ja vedellä vähintään 20 sekunnin ajan. Jos käsissä ei näy likaa, voidaan käyttää alkoholipohjaista käsidesinfektiohuuhdetta.

3. Itsestä ja vieraista huolehtiminen

Vähentääksemme COVID-19-taudin leviämisen riskiä, suosittelemme, että:

- pyydät vierailtasi, etteivät he tulisi käymään sairaana
- muistutat vieraita pesemään kätensä ja ohjaat heidät pesupaikkaan
- luonasi kävisi vain kaksi vierasta kerrallaan
- tapaat vieraat huoneessasi, ulkona tai sitä varten erityisesti järjestetyissä tiloissa
- vältät yhteisalueita vieraittesi kanssa
- pidät aina turvavälit (tiedämme, että se on vaikeaa – erityisesti lastenlasten kanssa)
- tarkistat, ettei vierailtasi ole ollut viimeksi kuluneen 14 päivän aikana lähikontaktia COVID-19-tautiin sairastuneeseen.

4. Tunnetko vieraita koskevat säännöt?

Palvelutalojen ja hoivakotien on noudatettava osavaltioiden ja territorioiden ohjeistusta. Jokaisella asumispalveluja tarjoavalla on säännöt, jotka auttavat pysäyttämään viruksen leviämisen. Varmista, että olet tietoinen ja myös vieraasi ovat tietoisia näistä säännöistä. Säännöt saattavat muuttua, jos COVID-19-tapauksia ilmenee paikallisesti.

Ennen sisälle pääsyään vieraittesi on:

- vastattava kysymyksiin, joilla henkilökunta arvioi heidän COVID-19-riskinsä
- näytettävä todiste vuoden 2020 influenssarokotuksesta
- suostuttava noudattamaan vieraille asetettuja sääntöjä.

Pyydä vieraitasi varmistamaan, että he vastaavat kysymyksiin rehellisesti, jotta eivät vahingossa levitä COVID-19-virusta.

5. Tiedätkö, miten pitää yhteyttä läheisiin, jos he eivät pääse käymään?

Voi tulla aika, jolloin palveluasumisessasi tai hoivakodissasi joudutaan rajoittamaan vierailuja entisestään, esimerkiksi silloin, jos talossa tai lähialueella ilmenee tartuntoja.

Me kannustamme palvelutaloja ja hoivakoteja yhteistyöhön asukkaiden sukulaisten kanssa, jotta varmistetaan yhteydenpito. Vaikka läheisesi eivät voisikaan tulla paikan päälle, yhteydenpitoon on monia muitakin tapoja.

Pyydä perheenjäseniä tai henkilökuntaa näyttämään, miten pitää yhteyttä videopuheluiden avulla. Pyydä heitä näyttämään, miten ja missä voi käyttää internetiä.

6. Tiesitkö, että COVID-19-hätätilan aikana voit pyytää, että voisit asua väliaikaisesti läheistesesi luona?

Jos tunnet olosi turvallisemmaksi läheistesesi luona, jotka voivat antaa tarvitsemaasi hoivaa, sinulla on mahdollisuus poissaoloon vanhustenhoitolaitoksesta hätätilan johdosta. Nykyinen pandemia on hätätila. Hätätilan johdosta vanhustenhoitolaitoksesta voi olla poissa 30. kesäkuuta 2021 asti.

Puhu palveluntarjoajasi kanssa, jos haluaisit ottaa lomaa palveluasumisesta tai hoivakodista.

Tarvitsemme apuasi

COVIDSafe-sovellus on täysin vapaaehtoinen. Lataamalla sovelluksen voit auttaa suojelemaan perhettäsi, ystäviäsi ja yhteisöäsi. Voit auttaa pelastamaan toisten australialaisten henkiä. Mitä useampi Australiassa asuva käyttää COVIDSafe-sovellusta, sitä nopeammin voimme löytää viruksen.

Kaikki viralliset tiedot, materiaalit ja ohjeet saat sivustolta www.health.gov.au.