



防止家人和探访者染疫的六个步骤

感谢所有澳大利亚养老院居民亲友的支持与配合。在这个非常时期，这种支持和配合十分重要。

我们都知道 COVID-19 对老年人有着极大的影响。我们比以往任何时候都更加努力地工作，以确保您的亲人在养老院中的防疫安全。

脆弱和年迈的澳大利亚老年人的安全和福祉是我们绝对的优先事项。

以下信息将帮助您保护澳大利亚老年人免受 COVID-19 的侵害。

欲了解更多信息，请访问 health.gov.au 网站的“resources section”部分。我也鼓励您在 COVID-19 疫情期间，阅读《养老院探访行业规范》（Industry Code for Visiting Residential Aged Care Homes）<https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>。

我们必须始终根据《老年护理权利章程》保护接受老年护理人士的权利。阅读章程，请参见：<https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>。

阻止病毒传播的六个步骤

可通过以下六个步骤阻止疫情传播，保障防疫安全

1. 感到身体不适？

如果感到不舒服，则必须要呆在家里，不要去探访任何人。即使症状很轻微，也必须这样做。COVID-19 的症状可能像感冒或流感，其中包括：

- 发烧
- 咳嗽
- 气短
- 喉咙痛
- 头痛
- 失去嗅觉
- 失去味觉
- 流鼻涕
- 肌肉疼痛
- 关节疼痛
- 腹泻
- 恶心/呕吐
- 食欲不振

2. 是否接种了当季的流感疫苗？

如果想要去养老院探访，则必须接种流感疫苗。必须提供最新流感疫苗接种的证据。如果无法接种疫苗，则必须提供由您的医生出具的医疗豁免证明。如果要到养老院探访年长的亲戚和朋友，我们也建议您接种疫苗。

3. 是否了解如何尽可能地保障探访时的防疫安全？

为了帮助降低 COVID-19 传播的风险，我们建议您：

- 用肥皂洗手至少 20 秒，或者使用酒精类免冲洗手液：
 - » 在探访开始和结束时
 - » 在和居民接触之前和之后，比如帮助他们吃饭
 - » 一天中有规律地洗手
- 出示证据，证明您本人和所有同行的探访者都接种了 2020 年流感疫苗
- 咳嗽或打喷嚏时用手肘或纸巾遮挡口鼻，并立即将用过的纸巾放进垃圾桶，并洗手
- 每位居民一次不得接待超过两名探访者
- 请在亲属的房间、室外区域或养老院指定的区域探访亲属
- 避开公共区域
- 尽可能保持距离

在过去的 14 天里，如果有以下情况，则不得到养老院探访：

- 从海外归来，或
- 与 COVID-19 患者有密切接触

应自我隔离或接受强制隔离，不得探访任何人。

所有工作人员和探访者都应向老年护理机构提供最新的联系方式。

4. 探访时是否会带上孩子？

在去养老院之前，需要核查未成年人是否能和您一道探访。如果允许未成年人一道探访，则需要监管孩子的行为，确保他们遵循社交距离和卫生建议。

5. 了解相关养老院的探访规定吗？

每个养老服务机构须根据规定就探访规则与养老院居民及其家人沟通。他们需要让您随时了解最新的变化。您需要：

- 诚实回答有关 COVID-19 染疫风险的筛查问题
- 出示已经接种 2020 年流感疫苗的证据

- 遵守探访规定

应查看您所在州或领地政府的建议，因为针对老年护理服务机构和公众的防疫要求可能有所不同。

6. 如果无法来院探访，知道如何与亲人保持联系吗？

有时养老院可能需要限制探访。例如，如果养老院内或当地爆发了疫情。

我们鼓励老年护理机构与居民家属协作，帮助您与养老院内亲人保持联系。

如果您对探访或养老院内亲朋好友所获得的照护有所顾虑，请联系：

- Older Persons Advocacy Network (OPAN), 电话：1800 700 600 或
- 访问其网站：www.opan.com.au。

OPAN 可与您和老年护理机构协作。这项服务免费且保密。另外，也可致电 1800 951 822，联系 Aged Care Quality and Safety Commission (ACQSC)，或访问 agedcarequality.gov.au。

如果您对养老院内家属或朋友的精神健康有任何顾虑，请拨打 1800 171 866，联系面向澳大利亚老年人的免费 COVID-19 支持热线。

我们需要您的帮助

COVIDSafe 应用程序的下载完全出于自愿。下载 COVIDSafe 有助于保护您的家人、朋友和社区。您可帮助拯救其他澳大利亚人的生命，包括那些接受您护理的老年人。越多的澳大利亚人使用 COVIDSafe 应用程序，我们就能越快找到病毒接触者。

有关所有官方信息、资源和指南，请访问 www.health.gov.au