



## 바이러스 확산 방지를 위한 6 단계 가족과 방문자들을 위한 정보

나이가 많으신 호주분들의 가족과 이들이 사랑하시는 분들의 지원과 협력에 대해 감사를 드립니다. 이 어려운 상황에서 여러분의 지원과 협력은 아주 중요합니다.

COVID-19 이 노인분들한테 불균형적인 영향을 미친다는 점을 압니다. 여러분이 사랑하는 분들이 노인 케어 서비스에서 안전하게 지내시도록 저희는 어느 때보다 더 열심히 일하고 있습니다.

취약하고 나이가 많으신 호주인들의 안전과 웰빙은 저희의 최우선 순위입니다.

아래 정보는 나이 많으신 호주분들을 COVID-19 으로부터 보호하기 위해 도움이 될 것입니다.

Health.gov.au 웹사이트에 있는 “Resources section (자료 섹션)”에서 더 자세한 정보를 구할 수 있습니다. 또한 여러분이 <https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>에서 COVID-19 기간 동안 거주 노인 케어 홈을 위한 산업 강령 (Industry Code for Visiting Residential Aged Care Homes during COVID-19)을 읽으시길 권장합니다.

저희는 노인 케어 권리 현장에 따라 노인 케어를 받는 사람들의 권리를 계속해서 지켜야 합니다. 이 현장은 <https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>에서 볼 수 있습니다.

## 확산 방지를 위한 6 단계:

다음의 6 단계를 모두 준수하여 확산을 방지하고 안전을 유지할 수 있습니다

### 1. 몸 상태가 좋으신가요?

몸이 좋지 않으면 집에 머물고 누구도 방문하지 마십시오. 증상이 경미할지라도 그렇게 해야 합니다. COVID-19의 증상은 감기 혹은 독감과 같을 수 있으며 아래 증상을 포함할 수 있습니다:

- 발열
- 기침
- 호흡 곤란
- 인후통
- 두통
- 후각 상실
- 미각 상실
- 콧물
- 근육통
- 관절통
- 설사
- 구역질/구토
- 식욕 상실

### 2. 최근의 독감 백신을 접종하셨나요?

거주 노인 케어 시설을 방문하실 경우 독감 예방주사를 맞아야 합니다. 최근 독감 백신 접종 증거를 제시해야 합니다. 백신 접종을 할 수 없으면 담당 의사가 준 의료 면제 증거를 제시해야 합니다. 또 나이 많으신 친척이나 친구들의 집을 방문하려면 독감 예방주사를 맞도록 권장합니다.

### 3. 가능한 최대한 안전하게 방문하는 방법을 알고 계시나요?

COVID-19 확산 위험성을 줄이기 위해 다음 사항을 권장합니다:

- 손을 비누와 물로 최소한 20 초 씻거나 알코올 기반의 손 소독제를 사용합니다. 씻는 시간:
  - » 방문 시작 시와 마칠 때
  - » 거주자를 접촉하기 전과 후에 (예를들면 거주자의 식사를 도와주기 위하여)

» 하루 종일 일정한 시간 간격을 두고

- 자신과 그리고 함께 온 방문자가 2020 독감 백신 접종을 받은 증거를 보입니다.
- 팔꿈치나 티슈에 기침이나 재채기를 하고 사용한 티슈는 바로 쓰레기통에 버리고 손을 씻습니다.
- 한번에 방문자는 두명 이하
- 거주자의 방이나 야외구역이나 시설에서 지정한 구역에서 친지를 만납니다.
- 공용 구역을 피합니다.
- 가능하면 물리적 거리두기를 합니다.

지난 14 일 동안에 아래와 같은 상황이었으면 방문할 수 없습니다.

- 해외에서 돌아왔거나
- COVID-19 확진자와 가까이 접촉했음

그러한 경우 이미 자가 격리 상태여야 하고 누구도 방문하면 안됩니다.

모든 근로자와 방문자들은 최근 연락처를 노인 케어 시설에 제공해야 합니다.

#### 4. 방문시에 동행하는 어린이가 있나요?

거주 노인 케어 시설 (RACF)에 어린이와 함께 방문하기 전에 어린이들이 방문 가능하지 확인합니다. 허락되면 동행한 아이들을 잘 감시하고 물리적 거리두기와 위생 지시를 따르도록 합니다.

#### 5. 사랑하는 사람이 거하는 시설의 규정을 알고 계시나요?

모든 서비스제공자는 거주자와 가족에게 방문규칙을 전해주도록 되어 있습니다. 그들은 최근의 규정 변경이 있을 경우 여러분에게 알려주어야 합니다.

다음과 같이 해야 합니다:

- COVID-19 위험성에 대한 선별 질문에 솔직히 대답합니다.
- 2020 독감 백신 접종 증거를 제시해야 합니다.
- 방문자를 위한 규정을 따라야 합니다.

노인 케어 시설과 일반 권고사항이 다를 수도 있으니 해당 주 혹은 준주 정부의 지침을 확인하십시오.

## 6. 접근이 제한될 경우 사랑하는 사람과 연락하며 지낼 수 있는 방법을 아시나요?

때로는 서비스 제공자가 접근 제한을 해야될 수도 있습니다. 예를들면 시설이나 지역에서 확진자가 발생한 경우입니다.

노인 케어 제공자와 거주자의 친지들이 함께 협력하여 여러분이 사랑하는 사람들과 연락하고 지낼 수 있도록 도와주기를 권장합니다.

친구나 가족의 케어나 방문에 대한 우려사항이 있으면 아래의 기관에 연락하십시오.

- Older Persons Advocacy Network (OPAN) 1800 700 600 으로 전화 혹은
- 웹사이트 [www.opan.com.au](http://www.opan.com.au) 를 참조

OPAN 이 여러분과 노인 케어 제공자와 함께 일할 수 있습니다. 이 서비스는 무료이며 비밀유지가 됩니다. 혹은 1800 951 822 로 전화하거나 [agedcarequality.gov.au](http://agedcarequality.gov.au) 를 방문하여 Aged Care Quality and Safety Commission (ACQSC)에 연락할 수 있습니다.

친구 혹은 가족의 정신 건강에 대한 우려가 있으면 호주 노인들을 위한 COVID-19 지원 서비스에 1800 171 866 으로 전화하십시오.

## 여러분의 도움이 필요합니다

COVIDSafe 앱은 완전히 자발적인 것입니다. 앱을 다운로드하는 것은 가족과 친구 및 지역사회 보호를 돕기 위해 여러분이 하실 수 있는 것입니다. 여러분이 돌보시는 사람을 포함하여 다른 호주인들의 생명을 구하는 일을 도와주실 수 있습니다. 더 많은 호주인들이 COVIDSafe app 에 연결될수록 우리가 더 빨리 바이러스를 찾을 수 있습니다.

.모든 공식 정보, 자료 및 안내를 원하시면 [www.health.gov.au](http://www.health.gov.au) 를 방문하십시오.