Australian Government

કોરોનાવાઇરસની બાબતમાં ખોટી માહિતી અને તથ્યો (COVID-19)

COVID-19 રસીની માહિતી

ખોટી માહિતીઃ COVID-19 રસીઓ જોખમી છે અને વિદેશમાં તે લીધી હોય તેવા લોકોને તેની ગંભીર વિપરીત અસરો થઇ છે.

તથ્યઃ થેરાપ્યુટીક ગુડ્ઝ એડમિનિસ્ટ્રેશન, ઓસ્ટ્રેલિયામાં ઉપયોગ માટેની રસીઓને મંજૂરી આપે છે. ઓસ્ટ્રેલિયામાં ઉપયોગ માટે મંજૂરી આપવામાં આવે તે પહેલાં સલામતી માટે તમામ રસીઓનું સંપૂર્ણ પરીક્ષણ કરવામાં આવે છે. તેમાં નૈદાનિક કસોટીઓના પરિણામો, ઘટકો, રસાયણીક મિશ્રણ, ઉત્પાદન અને અન્ય પરિબળોનું કાળજીપૂર્વકનું વિશ્લેષણ સામેલ છે. COVID-19 રસીઓની માહિતી ટીજીએની વેબસાઇટ પર https://www.tga.gov.au/covid-19-vaccines શોધી શકાય છે.

COVID-19 રસીઓના દરેક જૂથનું મુલ્યાંકન કરવા ઉપરાંત, થેરાપ્યુટીક ગુડ્સ એડમિનિસ્ટ્રેશન ઓસ્ટ્રેલિયામાં વહેંચાયા પછી પણ રસીની સલામતી પર નજર રાખે છે. ઓસ્ટ્રેલિયાની સરકાર યુકે, જર્મની અને નોર્વે સહિત વિદેશી રોગપ્રતિરક્ષા કાર્યક્રમો પર ચાંપતી નજર રાખી રહી છે. આ બધી માહિતી સાથે મળીને એ સુનિશ્ચિત કરવામાં મદદ કરશે કે ઓસ્ટ્રેલિયાના લોકોને સુરક્ષિત અને અસરકારક COVID-19 રસીની સુવિધા મળી રહે.

જો તમે રસીની આડઅસર અનુભવો તો, આરોગ્ય વ્યાવસાયિકની સલાહ લો અને તેની જાણ ટીજીએ (૧૩૦૦ ૧૩૪ ૨૩૭)ને કરો.

ખોટી માહિતીઃ COVID-19 કરતાં રસીની નકારાત્મક આડઅસરોથી વધુ લોકો મૃત્યુ પામશે.

તથ્યઃ કોઇ પણ રસી કેટલીક હળવી આડઅસરો પેદા કરી શકે છે. રસીઓની મુખ્ય આડઅસરોમાં તમને જ્યાં ઇંજેક્શન આપ્યું હોય ત્યાં થોડો દુખાવો, લાલાશ અથવા સોજો, માથું દુખવું અથવા હળવો

તાવ અને થાક લાગવાનો સમાવેશ થાય છે. આમાંનું મોટાભાગનું થોડી હળવી પીડા નાશક દવાથી મટાડી શકાય છે અને તેમાં ચિંતાનું કોઇ કારણ નથી.

થેરાપ્યુટીક ગુડ્ઝ એડમિનિસ્ટ્રેશન – ઓસ્ટ્રેલિયાના ઔષધ નિયામક – સલામત અને અસરકારક ન હોય તેવી રસીને મંજૂરી આપશે નહિ. તેઓ જે વસ્તુઓ પર ખૂબ જ ચાંપતી નજર રાખી રહ્યા છે તેમાંની એક છે ગંભીર આડઅસર.

વિશ્વની શ્રેષ્ઠ મંજૂરી પ્રક્રિયાઓમાંની એક ઓસ્ટ્રેલિયામાં પાસે છે અને કોઇ પણ દવા કે જે ગંભીર નાકારાત્મક આડઅસરો પેદા કરી શકે છે તેને આ દેશમાં મંજૂરી આપવામાં આવશે નહિ. ટીજીએનું કામ મંજૂરી આપીને અટકતું નથી. તેઓ વિદેશથી આવતી માહિતી પર અને અહિ થઇ રહેલ રસીકરણ કાર્યક્રમ પર પણ ચાંપતી નજર રાખે છે. કશું જ પ્રારબ્ધ પર છોડવામાં આવતું નથી.

જો તમે રસીની આડઅસર અનુભવો તો, આરોગ્ય વ્યાવસાયિકની સલાહ લો અને તેની જાણ ટીજીએ (૧૩૦૦ ૧૩૪ ૨૩૭)ને કરો.

ખોટી માહિતીઃ સરકાર તમારા રંગસૂત્રો એકત્રિત કરવા/બદલવા માટે આવરણ તરીકે રસીકરણ કાર્યક્રમનો ઉપયોગ કરી રહી છે.

તથ્યઃ રસીઓ તમારા શરીરમાં દાખલ કરવામાં આવે છે, તે તમારા શરીરમાંથી કશું કાઢતી નથી કે તમારા રંગસૂત્રમાં ફેરફાર કરતી નથી. કેટલીક નવી COVID-19 રસીઓ તમારા શરીરને COVID-19 સામે રોગપ્રતિકારક પ્રતિભાવ ઉત્પન્ન કરવા સૂચના આપવા માટે સંદેશાવાહક આરએનએ (એમઆરએનએ)ના સુક્ષ્મ ટુકડાનો ઉપયોગ કરે છે. આ એમઆરએનએ તમારા ડીએનએને કશું કરતા નથી.

ખોટી માહિતીઃ વાયરસ એટલો ઝડપથી પરિવર્તિત થાય છે કે રસી ક્યારેય કામ નહિ કરે.

તથ્યઃ બધા જ વાયરસો પરિવર્તિત થાય છે. તે તેમની કુદરતી ઉત્ક્રાંતિનો સામાન્ય ભાગ છે અને COVID-19 તેનાથી અલગ નથી. પુરાવાના આધારે COVID-19 રસીઓ હજુ પણ નવા પ્રકાર સામે અસરકારક રહેશે.

તેનો અર્થ એવો થઇ શકે છે કે લોકોને સળેખમની જેમ જ વધુ અથવા ફરી રસી મૂકાવવાની જરૂર પડી શકે છે. હાલમાં ઓસ્ટ્રેલિયામાં ઉપયોગ માટે મંજૂર કરવામાં આવેલ રસીઓએ દર્શાવ્યું છે કે તેઓ COVID-19થી થતી ગંભીર બીમારીને રોકવામાં ખૂબ અસરકારક છે.

ખોટી માહિતીઃ જે લોકોને COVID-19 થઇને મટી ગયો છે તેમણે રસી લેવાની જરૂર નથી.

તથ્ય: COVID-19 થવાથી કોઇને જે રક્ષણ મળે છે તે દરેક વ્યક્તિએ બદલાય છે. આ વાયરસ નવો હોવાથી, આપણે જાણતાં નથી કે કુદરતી રોગપ્રતિકારક શક્તિ ક્યાં સુધી ટકી રહેશે. જો તમને COVID-19 થઇ ચુક્યો હોય તો પણ જ્યારે શક્ય બને ત્યારે તમારે COVID-19 રસી મૂકાવી લેવી જોઇએ.

ખોટી માહિતી: COVID-19 રસીમાં જાસૂસી રાખવા માટે ઉપયોગી સોફ્ટવેર/માઇક્રોચીપ્સ છે.

તથ્ય: કોઇ પણ COVID-19 રસીમાં સોફ્ટવેર કે માઇક્રોચીપ્સ નથી.

COVID-19 વિષે અન્ય ખોટી માહિતી

ખોટી માહિતી: બાળકો COVID-19નો વધુ અને ઝડપથી ફેલાવો (સુપર સ્પ્રેડર્સ) કરે છે

તથ્ય: જ્યારે સામાન્ય રીતે નાના બાળકો સળેખમ (ઇન્ફ્લુએન્ઝા) જેવા જંતુ અને કીટાણુંઓના 'સુપર સ્પ્રેડર્સ' કહેવાય છે, ત્યારે COVID-19ના વર્તમાન પૂરાવા સૂચવે છે કે, શાળાઓમાં બાળકથી બાળકને ચેપ લાગવો અસામાન્ય છે. વધુમાં, વિશ્વમાં ક્યાંય કોઇ માહિતી નથી કે જે બતાવે કે, નાના બાળકોથી આ વાયરસનો મોટો ફેલાવો થયો હોય. જો કે, હાલનાં પુરાવા સૂચવે છે કે, બાળકો જેનાથી COVID-19નો ચેપ લાગે છે તે વાયરસના સુપર સ્પ્રેડર્સ નથી.

ખોટી માહિતી:ઓસ્ટ્રેલિયા પૂરતાં દાક્તરી સાધનો અને સામગ્રીઓ મેળવી શકે તેમ નથી (વેન્ટીલેટર્સ, માસ્ક્સ, તપાસ કરવા માટેની ટેસ્ટીંગ કીટ્સ)

તથ્ય:વળાંકને સીધો કરવામાં ઓસ્ટ્રેલિયા ઘણું સફળ રહ્યું છે, જેનો અર્થએ થયો કે આપણે આપણી હોસ્પિટલો પર વધતા દબાણને ટાળી દીધું છે.

ઓસ્ટ્રેલિયામાં આપણી પાસે ઘણાં વ્યક્તિગત રક્ષણના સાધનો ઉપલબ્ધ છે, આ ઉપરાંત ઓસ્ટ્રેલિયામાં વધુ ઉત્પાદન થઇ રહ્યું છે તથા બહારથી સતત ઓસ્ટ્રેલિયા પહોંચાડવામાં આવી રહ્યા છે. ઉદાહરણ તરીકે, આરોગ્યને લગતાં સાધનોનો રાષ્ટ્રીય પુરવઠો સારા એવા જથ્થામાં છે અને અડધા અબજ કરતાં વધુ માસ્ક આખા ૨૦૨૧ દરમ્યાન થોડા થોડા જથ્થામાં પહોંચતા રહે, તે રીતે મંગાવવામાં આવ્યા છે.

COVID-19 મહામારી સામે આપણા જાહેર આરોગ્ય પ્રતિસાદને ટેકો આપવા માટે, આવશ્યક પરિક્ષણો કરવામાં આવે તે સુનિશ્ચિત કરવા કમ્યુનીકેબલ ડીસીઝ નેટવર્ક ઓસ્ટ્રેલિયા અને પબ્લીક લેબોરેટરી

નેટવર્ક સહિતની ઓસ્ટ્રેલિયાની સરકારની સલાહકાર સમિતિઓ, COVID-19ના પરિક્ષણની આવશ્યક્તાઓ અંગેના માર્ગદર્શનની પુન:આકારણી કરવા વારંવાર મળતી રહે છે.

ખોટી માહિતી: COVID-19ને લીધે વધતી માંગને ઓસ્ટ્રેલીયાની હોસ્પિટલો પહોંચી નહીં વળે

તથ્ય: વળાંકને સીધો કરવામાં ઓસ્ટ્રેલિયા ઘણું સફળ રહ્યું છે જેનો અર્થ એ થયો કે, આપણે આપણી હોસ્પિટલો પર વધતા દબાણને ટાળી દીધું છે. ઓસ્ટ્રેલિયામાં વૈશ્વિક સ્તરની આરોગ્ય વ્યવસ્થા છે કે જે જરૂર પડે COVID-19 મહામારી દરમ્યાન વધારાની માંગને પહોંચી વળવા સક્ષમ છે. તેમાં, ઓસ્ટ્રેલીયાની કેન્દ્ર સરકાર, રાજ્યોની અને શાસિત પ્રદેશોની સરકારો અને ખાનગી હોસ્પીટલો વચ્ચેની ભાગીદારી થકી વધારાના ખાટલા, તબીબી સાધનો, સામગ્રીઓ અને તબીબી કર્મચારીઓની ક્ષમતાનો સમાવેશ થાય છે.

ખોટી માહિતી: બે અઠવાડિયાનું બંધ કોરોનાવાઇરસને ફેલાતો અટકાવશે

તથ્ય: બે-ત્રણ અઠવાડિયાનું નિયંત્રણ લાદી અને પછી તે ઉઠાવી લઇને આપણાં રોજીંદા જીવનમાં પાછા ફરવાથી COVID-19નો ફેલાવો અટકશે નહીં.

COVID-19નો ચેપ લાગ્યો હોય તેવા મોટાભાગના લોકોને ફક્ત હળવા અથવા કોઇ જ લક્ષણો હોતા નથી. ફક્ત બે અઠવાડિયાનું નિયંત્રણ લાદવામાં જોખમ એ છે કે, નિયંત્રણો હટ્યા પછી જે લોકોને વાયરસના લક્ષણો દેખાતાં નથી તેવા લોકો, અજાણતાં વાયરસનો ચેપ બીજા લોકોને લગાડી શકે છે.

COVID-19ના ફેલાવાને ધીમો પાડવામાં મદદ કરવાનો શ્રેષ્ઠ રસ્તો એ છે કે, હાથ અને શ્વસનની સારી સ્વચ્છતા જાળવીએ, શારિરીક અંતર જાળવવીએ, જો તમે અસ્વસ્થ હોવ તો તપાસ કરાવો અને ઘરે રહો અને જો તમે નોંધપાત્ર સમુદાય સંક્રમણવાળા વિસ્તારમાં હોવ, ખાસ કરીને જો શારિરીક અંતર જાળવવું અઘરું હોય તો માસ્ક પહેરો.

અમારા આરોગ્ય નિષ્ણાતો ઓસ્ટ્રેલિયામાં દરરોજ થઇ રહેલ નવા કેસોની સંખ્યાનું અને ફેલાવો ક્યાં થઇ રહ્યો છે તેનું સતત નિરીક્ષણ કરતાં રહેશે. તેઓ તે પુરાવાઓના આધારે, નવા નિયમો અથવા નિયંત્રણોને લાગુ પાડવા માટે કાયદા ઘડવાની જરુર હશે, તો તેની ભલામણો કરશે. દરેક વ્યક્તિએ www.australia.gov.auની મુલાકાત લઇને વર્તમાન નિયંત્રણોથી માહિતગાર રહેવું જોઇએ.

ખોટી માહિતી: બધાની તપાસ કરવાથી કોરોનાવાઇરસને ફેલાતો અટકાવાશે

તથ્ય: તપાસ કરવાથી વાયરસનો ફેલાવો અટકતો નથી.

COVID-19ના નિવારણ અને નિયંત્રણના મૂળભૂત સ્તંભોમાંથી એક સમયસર, આંકડા જાણી શકાય તેવું અને સચોટ નૈદાનિક પરિક્ષણ છે. નૈદાનિક પરિક્ષણ, રોગચાળાને નિર્ધારિત કરવા, થયો હોય તેને અને સંપર્કમાં આવેલાઓને જાણ કરવા વ્યવસ્થા કરવા અને આખરે વાયરસનો ચેપ લાગતો ઘટાડવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે.

જો કે, COVID-19ની તપાસનું પરિણામ નકારાત્મક આવવાનો અર્થ એ નથી કે તમને જોખમ નથી કે તમે અન્ય માટે જોખમી નથી. સાર્સ-કોવ-૨ (જેનાથી COVID-19 થાય છે તે વાયરસ)ના સંપર્કમાં આવ્યા પછી, પરંતુ તમને તેના લક્ષણો જણાતાં થાય તે પહેલાં, તમારી COVID-19ની તપાસ નકારાત્મક આવી શકે છે. એટલા માટે સારી સ્વચ્છતા જાળવવી અને શારીરિક અંતર રાખવું તથા અસ્વસ્થ હોવ તો ઘરે રહેવું ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. લક્ષ્યાંકિત પરિક્ષણો સાથે આ પગલાં COVID-19 અને બીજા ચેપી રોગોનો ફેલાવો અટકાવવામાં મદદ કરે છે અને તેથી ઓસ્ટ્રેલિયાની જાહેર આરોગ્ય વ્યવસ્થા પર માંગ ઘટાડે છે.

વધતા જતાં કેસની સંખ્યા અને કોઇ વિસ્તારમાં રોગચાળો ફાટી નીકળ્યો હોય ત્યારે જાહેર આરોગ્ય વ્યવસ્થાપનની સફળતા માટે, રોગચાળાના નિયંત્રણને જાળવી રાખવા અને પ્રયોગશાળા તથા પરીક્ષણ કેન્દ્રોની ક્ષમતા ટકાવી રાખવા, પરિક્ષણોની સંખ્યામાં કાળજીપૂર્વકનો લક્ષ્ય રાખવો આવશ્યક છે.

લક્ષણો ન ધરાવતાં હોય તેવા (એસિમ્પ્ટોમેટિક) ઓસ્ટ્રેલિયનોના વ્યાપક પરિક્ષણને ભારપૂર્વક નકારવામાં આવે છે. પરિક્ષણની આવી વ્યુહરચના, ન તો રોગચાળાના શાસ્ત્ર મુજબ સાચી છે, ન તો રોગના ફેલાવાને શોધવાના અસરકારક-ખર્ચના અભિગમને અનુરૂપ છે. ઓસ્ટ્રેલિયાની સરકાર, રોગ નિયંત્રણ અને રોગ પર જાપ્તો રાખવાના હેતુથી ચોક્કસ સંદર્ભમાં એસિમ્પ્ટોમેટિક પરીક્ષણની ભૂમિકા હોય શકે છે, તે સ્વીકારે છે. આ સંદર્ભોમાં, રોગચાળો ફાટી નીકળવાની શક્યતાવાળા વિસ્તારો, ઓછા કિસ્સાવાળા વિસ્તારોમાં ચેપ લાગવાના વધુ જોખમવાળી વસ્તી, ચેપલાગવાની વધુ શક્યતાવાળી વસ્તી અને જેઓ ચેપ લાગવાની વધુ શક્યતા હોય તેવા વાતાવરણમાં હોય અને જો ચપે લાગે તો ગંભીર રોગ થવાની શક્યતા પણ ધરાવતા હોય તેમનો સમાવેશ થાય છે.

સંબંધિત જાહેર આરોગ્ય અધિકારીઓ અને લેબોરેટરી નિર્દેશકોની સલાહ મુજબ એસિમ્પ્ટોમેટિક લાકોને કામના સ્થળે અલગ તારવવાના પ્રોગ્રામ સહિત પરિક્ષણની વ્યૂહરચનાઓ વિકસાવતા રહેવાની ભલામણ ઓસ્ટ્રેલિયાની સરકાર કરતી રહે છે. આવું ખૂબ જ યોગ્ય અને અસરકારક અભિગમો કાર્યરત રહે, તે સુનિશ્ચિત કરવા કરવામાં આવે છે. વ્યાપક એસિમ્પ્ટોમેટિક પરિક્ષણ પર ઓસ્ટ્રેલિયાની સરકારના અભિગમ વિશે વધુ માહિતી માટે આરોગ્ય ખાતાની વેબસાઇટ જોશો.

ખોટી માહિતી: તપાસનાં સાધનો સચોટ નથી

તથ્ય: ઓસ્ટ્રેલિયમાં COVID-19નાં પરિક્ષણો અત્યંત સચોટ છે. ઓસ્ટ્રેલિયામાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવતી તમામ પરિક્ષણ પદ્ધતિઓ વ્યાપકપણે માન્ય કરવામાં આવી છે. થેરાપ્યુટિક ગુડ્સ એડમિનિસ્ટ્રેશન (ટીજીએ) અને ખાસ કરીને સાર્સ-કોવ-૨ (જેનાથી COVID-19 થાય છે તે વાયરસ) માટે વિકસાવવામાં આવેલ ગુણવત્તા ખાતરી કાર્યક્રમોમાં ફરજિયાત ભાગીદારી દ્વારા તેમના પર સખત નજર રાખવામાં આવે છે.

ઓસ્ટ્રેલિયામાં, લેબોરેટરી આધારિત પોલીમર્ઝ ચેઇન રીએક્શન (પીસીઆર) તપાસ પદ્ધતિ એ તમારા શરીરમાં તીવ્ર સાર્સ-કોવ-૨ ચેપનું નિદાન કરવા માટે વપરાયેલ ગોલ્ડ સ્ટાન્ડર્ડ પરિક્ષણ છે અને તે પરિક્ષણ કરવા માટે શ્વસનતંત્રમાંથી નમૂના એકઠા કરવા પડે છે. પીસીઆર પરિક્ષણો અત્યંત સૂક્ષ્મ ફેરફારની પણ નોંધ લઇ શકનારા હોય છે અને શ્વસનતંત્રના નમૂનામાં સાર્સ-કોવ-૨ને લગતાં નાનામાં નાના આનુવંશિક કણો શોધી કાઢે છે.

ઓસ્ટ્રેલિયામાં કોઇપણ નવી પરિક્ષણ પદ્ધતિનું, તેના પરિણામોની ગુણવત્તા અને વિશ્વસનીયતા તથા તેના કાનૂની પુરવઠાને સુનિશ્ચિત કરવા માટે, ટીજીએ દ્વારા ખૂબ જ કાળજીપૂર્વક મૂલ્યાંકન થવું જરૂરી છે. ઓસ્ટ્રેલિયન રજીસ્ટર ઓફ થેરાપ્યુટિક ગુડ્સમાં કયા COVID-19 પરિક્ષણોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે તેની તાજી જાણકારી માટે www.tga.gov.au/covid-19-test-kits-included-artg-legal-supply-australia પર ટીજીએની વેબસાઇટની મુલાકાત લેશો.

ખોટી માહિતી: કોરોનાવાયરસ એક છેતરપિંડી છે

તથ્ય: COVID-19 કોરોનાવાયરસ (સાર્સ-કોવ-૨) દ્વારા થાય છે, જે માણસો અને પ્રાણીઓમાં શ્વસનતંત્રના ચેપ લગાડી શકે તેવા વાયરસોના એક વિશાળ પ્રકારનો ભાગ છે. આ ચેપ સામાન્ય શરદીથી લઇને વધુ ગંભીર માંદગી સુધીના હોય શકે છે. COVID-19 લોકોમાં, શ્વાસમાંથી ઉદ્‌ભવતાં પ્રવાહીનાં સુક્ષ્મ ટીપાં અને દુષિત સપાટીઓથી ફેલાય છે.

ઓસ્ટ્રેલિયામાં, પીટર ડોહર્ટી ઇન્સ્ટીટ્યૂટ ફોર ઇન્ફેક્શન એન્ડ ઇમ્યુનિટીમાં આવેલી વિક્ટોરીયન ઇન્ફેક્શન ડીસીઝ રેફરન્સ લેબોરેટરી (વીઆઇડીઆરએલ), સાર્સ-કોવ-૨ને અલગ તારવનાર ચીનની બહારની પ્રથમ પ્રયોગશાળા હતી. COVID-19ના નિદાન પરિક્ષણોના વિકાસ, માન્યતા અને નૈદાનિક તપાસને સક્ષમ કરવા માટે વીઆઇડીઆરએલએ, જુદો તારવેલ વાયરસ ઓસ્ટ્રેલિયાની બીજી પ્રયોગશાળાઓ, વિશ્વ આરોગ્ય સંગઠન અને બીજા દેશો સાથે વહેંચ્યો હતો.

ઓસ્ટ્રેલિયા ભાગ્યશાળી છે કે, સાર્સ-કોવ-૨ને શોધી અને પુષ્ટિ કરવા માટે યોગ્યતા અને યોગ્ય માન્યતા ધરાવતા જાહેર અને ખાનગી રોગવિજ્ઞાન પ્રયોગશાળાઓનું નિષ્ણાત નેટવર્ક ધરાવે છે. આ પ્રયોગશાળાઓની, તપાસ કરવાની ક્ષમતામાં વૃદ્ધિ કરવાની ક્ષમતા, વળાંકને સીધો કરવામાં અને બીજા દેશોમાં જોવા મળેલ વિનાશક ચેપ દરને ટાળવામાં ઓસ્ટ્રેલિયાની સફળતામાં મહત્વપૂર્ણ રહી છે. COVID-19 ધરાવતા લોકોની સંખ્યા અને આ રોગથી થયેલ મૃત્યુની સંખ્યા અંગેની માહિતી ઓસ્ટ્રેલિયા અને વિશ્વભરમાં એકત્રિત કરવામાં આવે છે. ઓસ્ટ્રેલિયાના આરોગ્ય ખાતા દ્વારા દરરોજ આ માહિતી પ્રકાશિત થાય છે.

ખોટી માહિતી: માસ્ક બિનઅસકારક અને/અથવા અસુરક્ષિત છે.

તથ્ય: માસ્ક જ્યારે સારી સ્વચ્છતા, શારીરિક અંતર અને અસ્વસ્થ હોય તો તપાસ કરાવવી અને ઘરે રહેવું જેવી અન્ય સાવચેતીઓ જોડે વાપરવામાં આવે તો તે COVID-19ના ફેલાવાને ધીમો કરવામાં મદદ કરે છે.

શ્વસનતંત્રના મોટાભાગના બીજા વાયરસોની જેમ જ, સાર્સ-કોવ-૨ (જેનાથી COVID-19 થાય છે તે વાયરસ) પણ મુખ્યત્વે શરીરમાંથી નીકળતા વાયરસગ્રસ્ત પ્રવાહીના સુક્ષ્મ ટીપાં કે જે ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિના બોલવા, ખાંસી અથવા છીંક ખાવાથી ઉદ્ભવે છે, તેનાથી ફેલાય છે. દુષિત સપાટીઓ દ્વારા પણ ફેલાવો થઇ શકે છે. COVID-19 સહિત શ્વસનતંત્રના વાયરસનો ચેપ ધરાવતો વ્યક્તિ, લક્ષણ હોય કે ન હોય, માસ્કનો ઉપયોગ કરીને ચેપગ્રસ્ત સુક્ષ્મ ટીપાંઓને ફેલાતાં ઘટાડીને અન્યોની રક્ષા કરી શકે છે. આરોગ્ય અને સંભાળ કર્મચારીઓ જ્યારે COVID-19 સહિતના શ્વસનતંત્રનો ચેપ ધરાવતા વ્યક્તિથી શારીરિક અંતર જાળવી શકે તેમ ન હોય ત્યારે, પોતાનું રક્ષણ કરવા માસ્કનો ઉપયોગ કરે છે.

માસ્ક પહેરવું એ COVID-19નો ફેલાવો ધીમો કરવા માટેનું એક પગલું છે અને તે અન્ય સાવચેતીઓનો વિકલ્પ નથી. સારી હાથની અને શ્વસનની સ્વસ્છતા જાળવવી, શારીરિક અંતર રાખવું અને અસ્વસ્થ હોવ તો તપાસ કરાવવી અને ઘરે રહેવાનું ચાલુ રાખવું, મહત્વપૂર્ણ છે.

માસ્ક પહેરવો અસુક્ષિત છે અથવા તે ઓક્સિજનનો અભાવ થવો જેવી સમસ્યાઓ ઊભી કરે છે, એવા કોઇ પૂરાવા નથી. આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાઓએ આવી સમસ્યાઓ વિના ઘણા વર્ષોથી લાંબા સમયગાળા માટે માસ્ક પહેર્યા છે.

ઓસ્ટ્રેલિયાની સરકારના COVID-19ના પ્રતિસાદમાં મુખ્ય ફેરફારો વિષે માહિતીગાર રહેવા આ વેબસાઇટને નિયમિતપણે જોતા રહેશો.

એસબીએસ પર પણ તમારી ભાષામાં COVID-19 વિષયક ઘણી માહિતી હોય છે. તમે સરકારી માહિતીને અનુવાદ કરવા માટે મોબાઇલ ફોન એપ્લિકેશનો અને બ્રાઉઝર એક્સ્ટેંશનનો પણ ઉપયોગ કરી શકો છો. તમારી જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરે તેવું એક શોધો.

અંગ્રેજીમાં વધુ માહિતી માટે, www.australia.gov.auની મુલાકાત લો.