

کووید-۱۹ ویروس کرونا

این ویروس در اغلب کشورهای جهان وجود دارد، از طریق سایر افرادی که از قبل مبتلا هستند منتقل میشود. این است که باید خیلی مواظب باشیم و هر کاری میتوانیم بکنیم که گسترش این ویروس را متوقف کرده و خود و خانواده خود را محفوظ نگه داریم

آیا شما:

- اخیراً از خارج به استرالیا رسیده اید؟
- نزدیک کسی بوده اید که به او گفته شده این ویروس را دارد؟

و

آیا شما:

- تب دارید، سرفه می‌کنید، گلو درد دارید، بدنتان درد می‌کند، در تنفس اشکال دارید یا خیلی خسته هستید؟
اگر جواب سوال های بالا مثبت است:
- با سرویس مترجم تلفنی (TIS) به شماره ۱۳۱۴۵۰ تماس بگیرید و بگویید که به چه زبانی صحبت می‌کنید. پای تلفن باشید و وقتی که مترجم با شما صحبت کرد بگویید که نیاز دارید با خط بهداشت عمومی (Public Health Line) به شماره ۱۸۰۰۶۷۱۷۳۸ تماس بگیرید. کسی که روی آن خط است به شما خواهد گفت که بعد از آن چه کار کنید. ممکن است باید یک آزمایش مخصوص برای ویروس بدهید یا ممکن است که به شما بگویند باید برای دو هفته در منزل بمانید.
- اگر به شما گفتند که باید خود را قرنطینه کنید به این معنی است که باید در منزل خود بمانید و از سایر مردم دوری کنید.
- به محل کار، مدرسه و مغازه ها برای خرید غذا نمی‌توانید بروید - از کسی که میشناسید با تلفن بخواهید که برای شما غذا و دارو تهیه کند و پشت در بگذارد که شما از آنجا بردارید.
- برای دو هفته هیچ کسی که برای ملاقات شما بیاید را به منزل خود راه ندهید.
- برای سایر افراد خانواده غذا نپزید و مواظبت آنها را به عهده نگیرید.
- درحال حاضر اگر دوستان یا اعضای خانواده شما الان به استرالیا برسند باید در منزل خود برای دو هفته باقی بمانند. **داخل منزل** ایشان نشوید، اما می‌توانید غذا به در منزلشان برسانید و از طریق تلفن با ایشان صحبت کنید تا اینکه دو هفته بگذرد.
- چه این ویروس را دارید و چه ندارید خیلی مهم است که در کارهای زیر را انجام دهید:
- دست خود را قبل و بعد از خوردن غذا یا استفاده از توالت با مقدار زیادی صابون بشوئید.
- با سایر اهل خانواده از یک ظرف غذا نخورید.
- جلوی دهان خود را هنگام عطسه یا سرفه با آستین خود یا دستمال کاغذی بپوشانید. اگر از دستمال کاغذی استفاده کردید لطفاً آن را دور بیندازید و دست خود را بشوئید.
- محل پخت و پز در آشپزخانه و توالت را با آب گرم و صابون مرتب تمیز کنید.
- اگر دکتر به شما ماسک داد حتماً از آن استفاده کنید.
- اگر تنها هستید ما می‌خواهیم به شما کمک کنیم. اگر نگران هستید یا از چیزی هراس دارید لطفاً به ما تلفن کنید. ما شماره شما را خواهیم دید و با یک مترجم به شما تلفن خواهیم کرد.

کارکنان بیمارستان عمومی لانستون: سوزان ۰۴۰۹۵۳۷۹۲۲ جانل ۰۴۸۸۶۴۵۳۳۶

بیمارستان رویال آلبرت: جنی یا گریس ۰۴۴۸۹۰۲۰۴۲

مرکز خدمات مهاجرین: کمک غیر پزشکی ۰۶۲۲۱۰۹۹۹

تهیه شده توسط سوزان نیبر، خدمات اجتماعی پناهندگان، ۱۸ مارچ ۲۰۲۰