

Koronavirüs (COVID-19) hakkında bilmeniz gerekenler

COVID-19 nasıl bulaşıyor?

COVID-19 insandan insana şu yollarla bulaşıyor:

- Hasta olan kişiyle bulaşıcı olduğu dönemde veya belirtiler ortaya çıkmadan önceki 24 saat içinde yakın temas.
- Hasta olduğu bilinen ve öksüren ve hapşuran kişiyle yakın temas.
- Hasta olduğu bilinen kişinin öksürmesi veya hapşurmasıyla kontamine olmuş bir yüzey veya objeye (örneğin kapı kolu veya masa) dokunduktan sonra ağızınıza veya yüzünüze dokunmak.

COVID-19'un belirtileri nedir?

Federal hükümetin kendi sitesinde verdiği bilgiye göre, koronavirüsün belirtileri hafif rahatsızlıktan zatürreye kadar değişiyor.

COVID-19'un belirtileri diğer soğuk algınlığı ve griplere benziyor.

Belirtiler:

- Yüksek ateş
- Boğaz ağrısı
- Öksürük
- Yorgunluk
- Nefes darlığı

Belirtileri gösterirsem ne olacak?

Yurt dışından Avustralya'ya döndükten sonraki 14 gün içinde veya COVID-19 teşhisi konmuş bir kişiyle temasınızdan sonraki 14 gün içinde yukarıdaki belirtileri gösterirseniz, acil muayene için doktorunuzdan randevu alınız.

Doktorunuzu arayıp randevu alın veya 1800 020 080'den ulusal koronavirüs acil hattını arayın. Gösterdiğiniz belirtileri telefonda anlatmadan bir klinik veya hastaneyi ziyaret etmeyin.

Randevunuza gelmeden önce klinik veya hastaneyi arayıp son zamanlarda ziyaret ettiğiniz ülkeleri ve bölgeleri veya yakın temasta olduğunuz COVID-19'lu kişiler hakkında bilgi verin.

Sağlık yetkilileri size doğrudan normal hayatınıza dönmenizin güvenli olduğunu söylemeden önce, evinizde, otelde veya bir sağlık merkezinde karantinada kalmanız gerekiyor.

Eğer nefes almakta zorlanıyorsanız veya başka bir acil durumda, lütfen 000 numaralı hattı arayın.

COVID-19 testi olmalı mıyım?

COVID-19 testi olmanız için doktorunuzun aşağıdaki şartları karşıladığınıza karar vermesi gerekiyor.

- Son 14 gün içinde yurt dışından döndünüz ve yüksek ateşle veya ateşsiz, solunum sıkıntısı yaşıyorsunuz.
- Son 14 gün içinde COVID-19 teşhisi konmuş bir kişiyle yakın temasta oldunuz ve yüksek ateşle veya ateşsiz, solunum sıkıntısı yaşıyorsunuz.
- Toplum kökenli ağır zatürre geçiriyorsunuz ve nereden kapıldığınız belli değil.
- Doğrudan hastalarla ilgilenen bir sağlık çalışanısınız ve solunum sıkıntınız ve yüksek ateşiniz var.

Artması beklenen talep yüzünden sadece şüpheli vakalar test ediliyor.

Virüs nasıl tedavi ediliyor?

Koronavirüsün belirlenmiş bir tedavisi yok. Ancak belirtilerin çoğu destekleyici tıbbi bakımla tedavi ediliyor. Virüslere karşı antibiyotikler etkili değildir.

En fazla risk altında olanlar kim?

Virüsü kapanların bazıları hasta bile olmayabilir. Bazıları belirtileri hafif bir şekilde atlatıp kısa sürede iyileşiyor. Ancak bazı kişilerde belirtiler kısa süre içinde ciddileşiyor. Daha önceki koronavirüs salgınlarından bildiğimiz üzere, en büyük risk altında olanlar:

- Bağışıklık sistemi zayıflamış kişiler (örneğin kanser hastaları)
- Yaşlılar
- Kronik hastalık oranı daha yüksek olduğu için Aborijin ve Torres Körfezi Adalılar.
- Kronik hastalığı olanlar.
- Yurt veya apartman gibi ortamlarda grup halinde yaşayanlar.
- Hapishanedekiler
- Küçük çocuklar ve bebekler *

* Şu anda çocuklar ve bebeklere yönelik riskler veya hastalığın yayılmasında çocukların oynadığı rol hakkında bilgi sahibi değiliz. Ancak şimdiye kadar genel nüfusla karşılaştırıldığında, COVID-19 teşhisi konan çocuk oranı son derece düşük.

COVID-19'un yayılmasını durdurmak için ne yapabiliriz?

Ellerin sık sık yıkanması, öksürüp hapşururken dikkat etmek ve hasta isek başkalarıyla aramızda gerekli mesafeyi korumak virüslerin çoğuna karşı en iyi koruma yöntemidir.

Yapmanız gerekenler:

- Yemek yemeden ve yedikten sonra ve tuvalet ihtiyacınızı giderdikten sonra, ellerinizi sık sık su ve sabunla yıkayın.
- Öksürürken ve hapşururken ağızınızı ve burnunuzu dirseğinizle örtün. Kullandığınız kağıt mendilleri çöpe atın. Alkol içerikli el dezenfektanları kullanın.
- Kendinizi iyi hissetmiyorsanız başkaları ile temasa geçmeyin. İnsanlarla aranızda 1.5 metrelik mesafe koyun.
- Sorumlu davranın ve mümkün olduğunca evde kalmaya çalışın.

Kimlerin kendini evlerinde izole etmesi gerekiyor?

15 Mart 2020'den sonra yurt dışından Avustralya'ya gelen herkes ve COVID-19 kapmış biriyle yakın temasta olman kişilerin, kendilerini 14 gün izole etmesi gerekiyor.

Eğer COVID-19 teşhisi konmuşsa, evde kalmanız gerekiyor. Ayrıca,

- İş, okul, alışveriş merkezleri, kreşler veya üniversite gibi kamuya açık alanlara gitmeyin
- Başkalarından gıda ve diğer tüketim ihtiyaçlarınızı alıp evinizin kapısına bırakmalarını isteyin.
- Evinize misafir almayın. Sadece beraber yaşadığınız kişilerin evde olması gerekiyor.

Sosyal mesafe nedir?

Sosyal mesafeyi korumak COVID-19 gibi virüslerin yayılmasını önlemek için uygulanması gereken tekniklerden en etkilisi. Hastaysanız evde kalmak, gerekmediği takdirde kamuya açık kalabalık etkinliklerden uzak durmak, diğer insanlarla aranızda en az 1.5 metre mesafe tutmak ve tokalaşma veya sarılma gibi fiziksel temastan kaçınmak, sosyal mesafeyi korumak için gerekli önlemler.

Ayrıca COVID-19'lu kişinin öksürük veya hapşuruğuyla kirletilmiş olabilecek masa veya kapı kolu gibi objelere dokunmamak,

Diğer insanlardan ne kadar uzak durursanız virüsü kapmanız o kadar zorlaşır.

Yaşlı bakımevinde kalan akraba veya arkadaşları ziyaret edebilir miyim?

Bir yaşlı bakımevine herhangi bir virüsün bulaşması büyük sıkıntıya yol açabilir. Ancak COVID-19 özellikle yaşlılar için büyük bir tehdit. Yaşlıları korumak için bazı tedbirler alınmış durumda.

Eğer;

- Son 14 gün içinde yurt dışından döndüyseniz,
- Son 14 gün içinde COVID-19 teşhisi konmuş bir kişiyle yakın temasa geçtiyseniz,
- Yüksek ateşiniz ve solunum sıkıntınız varsa (örneğin öksürük, boğaz ağrısı veya nefes darlığı).

yaşlı bakımevlerinizi ziyaret etmemeniz gerekiyor.

1 Mayıs'tan itibaren herhangi bir yaşlı bakım merkezini ziyaret etmek için grip aşınızı olmuş olmanız gerekecek.

Yüz maskesi takmalı mıyım?

Yüz maskesi sadece hasta olanların virüsü baskalarına bulaştırmasını engelliyor. Sağlıklıysanız yüz maskesi takmanıza gerek yok. Çok sayıda sağlıklı insanın yüz maskesi takmasının hastalığın bulaşmasını engellediğine dair bir bulgu yok.

Kendinizi izole etmeniz gerekiyorsa, aşağıdaki durumlarda yüz maskesi takmanız gerekir:

- Herhangi bir nedenle evinizden çıkıp kamusal bir alana gitmeniz gerekiyor.
- Bir sağlık merkezini ziyaret ediyorsunuz.
- Hastalığın belirtilerini gösteriyorsunuz ve bulunduğunuz odada başkaları var.

Avustralya'ya giriş ve çıkışlar

20 Mart 2020 saat 21:00'den itibaren sadece Avustralya vatandaşları, sürekli oturma hakkı olanlar ve aile üyelerinin ülkeye girişine izin veriliyor.

Avustralya'ya giren herkesin kendini evinde veya bir otelde 14 gün boyunca izole etmesi gerekiyor. Bu tedbiri almayan kişi veya kişilere her eyalet ve bölgede çeşitli cezalar uygulanıyor.

Detaylı bilgi için www.smartraveller.gov.au sitesini ziyaret edin.

Avustralyalı yetkililer COVID-19 salgınına karşı ne yapıyor?

Federal Başbakanlık, [Yeni Koronavirüs \(COVID-19\) Acil Eylem Planını](#) uygulamaya soktu.

Avustralya h k metinin COVID-19 salgınına karşı [ne yaptığını öğrenmek için](#)

En son bilgilere İngilizce olarak eriřebilmek için: health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

SOURCE AUSTRALIAN GOVERNMENT DEPARTMENT OF HOME AFFAIRS