



ข้อมูลสำหรับผู้ใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อ

หากคุณได้รับการระบุว่าเป็นผู้ที่สัมผัสอย่างใกล้ชิดกับผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคไวรัสโคโรนา (โควิด-19)

เจ้าหน้าที่หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ของคุณจะติดต่อคุณทุกวัน ในระหว่างที่คุณเสี่ยงต่อการติดเชื้อเพื่อติดตามอาการของคุณ คุณต้องกักตัวอยู่ที่บ้านเป็นเวลา 14 วันหลังจากการสัมผัสใกล้ชิดครั้งสุดท้ายกับผู้ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อ โปรดอ่านข้อมูลนี้อย่างละเอียด

การกักตัวเองในบ้านหมายความว่าอย่างไร

ผู้ที่ได้รับคำแนะนำให้กักตัวไม่ควรไปในสถานที่สาธารณะ โดยเฉพาะที่ทำงาน โรงเรียน ศูนย์ดูแลเด็ก หรือมหาวิทยาลัย ผู้ที่อาศัยร่วมบ้านตามปกติเท่านั้นที่ควรอยู่ในบ้าน ห้ามอนุญาตให้ผู้ใดเข้าไปเยี่ยมในบ้าน ไม่จำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัยในบ้าน ถ้าเป็นไปได้ให้ให้อาหารคนอื่น ๆ เช่น เพื่อนหรือครอบครัวที่ไม่ต้องกักตัวให้ช่วยหาอาหารหรือสิ่งจำเป็นอื่น ๆ ให้คุณ หากคุณต้องออกจากบ้าน เช่น เพื่อไปพบแพทย์ให้สวมหน้ากากอนามัยถ้ามี

ไวรัสโคโรนาและโควิด-19 คืออะไร

ไวรัสโคโรนาสามารถสร้างความเจ็บป่วยให้คนและสัตว์ได้ ไวรัสโคโรนาบางชนิดสามารถก่อให้เกิดความเจ็บป่วยคล้ายกับโรคไข้หวัดและบางชนิด อาจทำให้เกิดโรคที่ร้ายแรงกว่านั้นซึ่งรวมถึงโรคทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง (SARS) และโรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS) ไวรัสโคโรนาชนิดใหม่ (เรียกว่า SARS-COV-2) มีถิ่นกำเนิดในมณฑลหูเป่ย์ประเทศจีน ไวรัสนี้ทำให้เกิดโรคไวรัสโคโรนา 2019 หรือที่เรียกกันทั่วไปว่าโควิด-19

การติดเชื้อแพร่กระจายได้อย่างไร

การติดเชื้อมีแนวโน้มที่จะแพร่กระจายจากคนสู่คนผ่าน:

- การสัมผัสใกล้ชิดโดยตรงกับบุคคลในขณะที่พวกเขาติดเชื้อหรือภายใน 24 ชั่วโมงก่อนที่อาการของพวกเขาจะปรากฏ
- การสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อที่มีการไอหรือจาม หรือ
- การสัมผัสวัตถุหรือพื้นผิว (เช่น มือจับประตูหรือโต๊ะ) ที่ปนเปื้อนเมื่อก้างซึ่งเต็มไปด้วยเชื้อไวรัสจากการไอหรือจามจากผู้ที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อแล้วสัมผัสปากหรือใบหน้าของคุณ

การติดเชื้อส่วนใหญ่จะติดต่อกับผู้ที่มีอาการเท่านั้น อาการเหล่านี้รวมถึงไข้ ไอ เจ็บคอ อ่อนเพลีย และหายใจติดขัด

การสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อ (เช่น คนที่อยู่ในบ้านเดียวกันหรือใช้พื้นที่ปิดร่วมกันเป็นเวลานาน) มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูงมากที่สุด

บุคคลหนึ่งสามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้นานแค่ไหน?

เรายังไม่ทราบว่าจะระยะเวลาที่บุคคลหนึ่งสามารถแพร่เชื้อไปยังผู้อื่นได้นานเท่าใด อย่างไรก็ตามมีหลักฐานปรากฏว่าการติดเชื้อแบบไม่แสดงอาการเลยหรือมีอาการน้อยที่สุดและก่อนแสดงอาการ เป็นไปได้ที่บุคคลหนึ่งสามารถแพร่เชื้อตั้งแต่ก่อนหน้าที่พวกเขาจะแสดงอาการจนถึงหนึ่งวันหลังจากอาการหยุดลง

ใครที่เสี่ยงต่อการมีอาการรุนแรงที่สุด?

ผู้ติดเชื้อบางรายอาจไม่มีอาการเจ็บป่วยเลย บางรายจะมีอาการเล็กน้อยซึ่งรักษาหายได้ง่าย และบางรายอาจป่วยมากอย่างรวดเร็ว จากประสบการณ์กับไวรัสสายพันธุ์โคโรนาอื่น ๆ ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อรุนแรงที่สุดได้แก่:

- ผู้ที่มีระบบภูมิคุ้มกันบกพร่อง (เช่น เป็นโรคมะเร็ง)

- ผู้สูงอายุ
- ชาวพื้นเมืองและชาวเกาะในช่องแคบทอร์เรสเนื่องจากพวกเขามีอัตราการเจ็บป่วยเรื้อรังสูง
- ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคเรื้อรัง
- เด็กเล็ก ๆ และทารก*
- ผู้ที่อยู่อาศัยเป็นกลุ่ม
- ผู้ที่อยู่ในสถานกักกัน

* ณ ขณะนี้ ความเสี่ยงต่อเด็กและทารกและบทบาทของเด็กในการแพร่เชื้อโควิด-19 ยังไม่ชัดเจนนัก อย่างไรก็ตาม จนถึงบัดนี้อัตราการติดเชื้อโควิด-19 ในหมู่เด็กยังถือว่าต่ำเมื่อเทียบกับประชากรในวงกว้าง

ฉันจะอย่างไรถ้าฉันเริ่มมีอาการ?

หากคุณมีอาการ (เป็นไข้ ไอ เจ็บคอ เหนื่อยล้า หรือหายใจติดขัด) ภายใน 14 วันนับจากการสัมผัสครั้งสุดท้ายกับผู้ที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อ คุณควรรีบพบแพทย์เพื่อรับการประเมินอย่างเร่งด่วน

คุณควรโทรศัพท์ไปที่คลินิกสุขภาพหรือโรงพยาบาลก่อนที่คุณจะไปถึงและแจ้งให้พวกเขาทราบถึงประวัติการเดินทางของคุณหรือว่าคุณอาจสัมผัสกับผู้ที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อไวรัสโคโรนา

คุณต้องกักตัวในบ้านหรือในสถานอนามัยจนกว่าเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะแจ้งว่าคุณสามารถกลับไปทำกิจกรรมปกติของคุณได้อย่างปลอดภัย

วิธีรักษาการติดเชื้อ

ไม่มีการรักษาที่เฉพาะเจาะจงสำหรับไวรัสนี้ ยาปฏิชีวนะไม่ได้มีประสิทธิภาพต่อการต้านเชื้อไวรัส อาการส่วนใหญ่สามารถรักษาได้ด้วยการดูแลทางการแพทย์

เราจะช่วยป้องกันการแพร่กระจายของการติดเชื้อได้อย่างไร?

การรักษาความสะอาดมือและการจาม/ไออย่างถูกสุขอนามัยเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันไวรัส คุณควร:

- ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำก่อนและหลังรับประทานอาหารและหลังจากเข้าห้องน้ำ
- ปิดปากและจมูกของคุณเวลาไอและจาม ที่กระดาษชำระที่ใช้และใช้เจลล้างมือแบบแอลกอฮอล์
- และหากไม่สบายให้หลีกเลี่ยงการติดต่อกับผู้อื่น (อยู่ห่างจากผู้อื่นมากกว่า 1.5 เมตร)

ฉันควรสวมหน้ากากอนามัยหรือไม่

คุณไม่จำเป็นต้องสวมหน้ากากถ้าคุณสบายดี

ในขณะที่การใช้หน้ากากอนามัยสามารถช่วยป้องกันการแพร่กระจายของโรคจากผู้ป่วยที่ติดเชื้อไปยังผู้อื่นได้ แต่ปัจจุบันไม่มีการแนะนำให้ผู้ที่สุขภาพดีใช้หน้ากากอนามัยในการป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนา

ฉันจะหาข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ไหน

สำหรับคำแนะนำ ข้อมูล และแหล่งข้อมูลล่าสุดไปที่ www.health.gov.au

โทรติดต่อบริการสายด่วนข้อมูลไวรัสโคโรนาทั่วประเทศได้ที่หมายเลข 1800 020 080 ซึ่งเปิดให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง 7 วันต่อสัปดาห์

หากคุณต้องการใช้บริการแปลหรือล่ามโทร 131 450

ค้นหาหมายเลขโทรศัพท์ของหน่วยงานสาธารณสุขของรัฐหรือเขตการปกครองของคุณได้ที่ www.health.gov.au/state-territory-contacts

โปรดพูดคุยกับแพทย์หากคุณมีความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของคุณ