



Πληροφορίες για Σχολεία και Βρεφονηπιακούς Σταθμούς, φοιτητές και γονείς

Οι άνθρωποι που έχουν επιστρέψει από μια χώρα ή περιοχή που βρίσκεται σε υψηλό ή μέτριο κίνδυνο COVID-19 θα πρέπει να παρακολουθούν στενά την υγεία τους. Εάν παρουσιάσετε συμπτώματα όπως πυρετό και βήχα, θα πρέπει να απομονωθείτε αμέσως και να καλέσετε άμεσα ιατρική βοήθεια. Ανατρέξτε στο www.health.gov.au/covid19-travellers για τον κατάλογο των χωρών που διατρέχουν κίνδυνο.

Οι άνθρωποι που πιστεύουν ότι μπορεί να έχουν έρθει σε στενή επαφή με επιβεβαιωμένο κρούσμα κορωνοϊού θα πρέπει επίσης να παρακολουθούν την υγεία τους και να καλέσουν άμεσα ιατρική φροντίδα.

Μπορούν οι μαθητές ή το προσωπικό να παρευρίσκονται σε σχολεία και Βρεφονηπιακούς Σταθμούς;

Υπάρχουν ειδικές απαιτήσεις για τα άτομα που έχουν επιστρέψει από μια χώρα ή περιοχή που υπάρχει υψηλός ή μέτριος κίνδυνος COVID-19, ή πιστεύουν ότι μπορεί να έχουν έρθει σε στενή επαφή με επιβεβαιωμένο κρούσμα κορωνοϊού. Ανατρέξτε στο www.health.gov.au/covid19-travellers για τον κατάλογο των χωρών που διατρέχουν κίνδυνο και τις απαιτήσεις απομόνωσης.

Θα πρέπει να ειδοποιηθεί το συγκεκριμένο σχολείο ή βρεφονηπιακός σταθμός. Οι μαθητές που μπορούν να αναζητήσουν εναλλακτικές λύσεις για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση έχοντας υπόψη την περίοδο απομόνωσης, και υπό την προϋπόθεση ότι το άτομο χαιρεί καλής υγείας, είναι το ανώτερο 14 ημέρες.

Τι σημαίνει απομόνωση στο σπίτι;

Τα άτομα που πρέπει να απομονωθούν πρέπει να μείνουν στο σπίτι και να μην βγαίνουν σε δημόσιους χώρους, ιδίως στην εργασία, στο σχολείο, στους βρεφονηπιακούς σταθμούς ή στο πανεπιστήμιο. Μόνο τα άτομα τα οποία συνήθως διαμένουν στο σπίτι πρέπει να είναι στο σπίτι.

Μη δέχεστε επισκέπτες. Όπου είναι δυνατόν, ζητήστε από άλλους, όπως από τους φίλους ή την οικογένεια, οι οποίοι δεν χρειάζεται να απομονωθούν, να σας αγοράσουν τρόφιμα ή άλλα είδη. Συνιστάται στο άτομο σε απομόνωση να φοράει χειρουργική μάσκα εάν πρέπει να βγει από το σπίτι ή την κατοικία, όπως για να αναζητήσει ιατρική περίθαλψη.

Τι θα συμβεί εάν ένας φοιτητής ή μέλος του προσωπικού αρρωστήσει ενώ βρίσκεται σε απομόνωση;

Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν (αλλά δεν περιορίζονται σε) πυρετό, βήχα, πονόλαιμο, κόπωση και δύσπνοια.

Εάν ένας φοιτητής/μέλος του προσωπικού εκδηλώσει ήπια συμπτώματα, πρέπει να:

- απομονωθεί από τους άλλους στο σπίτι και να χρησιμοποιεί ξεχωριστό μπάνιο, εάν υπάρχει,
- φορέσει χειρουργική μάσκα και αν δεν έχει, να υιοθετήσει καλή υγιεινή χεριών και φταρνίσματος/βήχα,
- υιοθετήσει καλή υγιεινή χεριών, και

- να καλέσει το γιατρό ή το νοσοκομείο και να τους πει για το πρόσφατο ιστορικό ταξιδιού του ή στενής επαφής.

Εάν έχει σοβαρά συμπτώματα όπως δυσκολία με την αναπνοή:

- να καλέσει το 000, για ασθενοφόρο και να τους ενημερώσει για το πρόσφατο ιστορικό ταξιδιού τους ή στενής επαφής.

Σε περίπτωση αδιαθεσίας, το προσωπικό και οι μαθητές θα πρέπει να απέχουν από το σχολείο ή τον βρεφονηπιακό σταθμό έως ότου αξιολογηθεί η κατάστασή τους από τον φορέα πρωτοβάθμιας περίθαλψης. Ο φορέας πρωτοβάθμιας περίθαλψης θα έρθει σε επαφή με την τοπική αρχή δημόσιας υγείας για να καθοριστεί πότε είναι ασφαλές να επιστρέψουν στις συνήθεις δραστηριότητες.

Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε στην πρόληψη της εξάπλωσης του κορωνοϊού;

Η υιοθέτηση καλής υγιεινής φταρνίσματος/βήχα είναι η καλύτερη άμυνα κατά των περισσότερων ιών. Θα πρέπει:

- να πλύνετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό, πριν και μετά το φαγητό, και μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα
- να καλύψετε το βήχα και το φτάρνισμα, απορρίψετε τα χαρτομάντηλα και χρησιμοποιήστε αλκοολούχο απολυμαντικό χεριών, και
- εάν δεν είστε καλά, να αποφύγετε την επαφή με άλλους (κρατείστε απόσταση πάνω από 1,5 μέτρα από τους άλλους).

Περισσότερες πληροφορίες

Παρ' όλο που ο κορωνοϊός είναι ανησυχητικός, είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι τα περισσότερα άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα όπως πυρετό, βήχα, πονόλαιμο ή κόπωση είναι πιθανό να υποφέρουν από κρυολόγημα ή άλλη αναπνευστική νόσο - όχι από κορωνοϊό

Για πρόσφατες συμβουλές, πληροφορίες και πόρους, επισκεφθείτε το [στο www.health.gov.au](http://www.health.gov.au)

Καλέστε την Εθνική Γραμμή Πληροφοριών για την Υγεία Κορωνοϊού στο 1800 020 080. Λειτουργεί 24 ώρες την ημέρα, επτά ημέρες την εβδομάδα. Εάν χρειάζεστε υπηρεσίες μετάφρασης ή διερμηνείας, καλέστε στο 131 450.

Ο αριθμός τηλεφώνου της υπηρεσίας δημόσιας υγείας στην πολιτεία ή στην επικράτειά σας είναι διαθέσιμος στο www.health.gov.au/state-territory-contacts

Εάν ανησυχείτε για την υγεία σας, μιλήστε με το γιατρό σας.