



ข้อมูลสำหรับโรงเรียนและศูนย์ดูแลเด็กเล็ก นักเรียน และผู้ปกครอง

ผู้ที่เพิ่งเดินทางกลับมาจากประเทศหรือพื้นที่ซึ่งมีความเสี่ยงระดับสูงหรือปานกลางต่อเชื้อโควิด-19

ควรเฝ้าระวังสุขภาพของตนเองอย่างใกล้ชิด หากคุณเริ่มมีอาการไข้และไอ

คุณควรแยกตัวเองออกจากผู้อื่นทันทีและติดต่อแพทย์อย่างเร่งด่วน ไปที่ www.health.gov.au/covid19-travellers

สำหรับรายชื่อประเทศที่มีความเสี่ยง

นอกจากนี้

ผู้ที่คิดว่าตัวเองอาจมีการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อไวรัสโคโรนาควรเฝ้าระวังสุขภาพของตนเองและติดต่อแพทย์อย่างเร่งด่วน

นักเรียนหรือพนักงานสามารถไปโรงเรียนและศูนย์ดูแลเด็กเล็กหรือไม่

ได้มีการกำหนดระเบียบข้อบังคับพิเศษสำหรับผู้ที่เดินทางกลับมาจากประเทศหรือพื้นที่ซึ่งมีความเสี่ยงสูงหรือปานกลางต่อ

COVID-19 หรือผู้ที่คิดว่าตัวเองอาจได้มีการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ที่ได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อไวรัสโคโรนา ไปที่

www.health.gov.au/covid19-travellers สำหรับรายชื่อประเทศที่มีความเสี่ยงและข้อบังคับเรื่องการกักกันตัวเอง (self-isolation)

โรงเรียนหรือศูนย์ดูแลเด็กเล็กที่เกี่ยวข้องควรได้รับแจ้ง

นักเรียนอาจขอให้มีการจัดเตรียมการเรียนรู้ออนไลน์ในช่วงระยะเวลาที่กักกันตัวเองคือสูงสุด 14

วันในกรณีที่บุคคลนั้นสุขภาพแข็งแรงดี

การคัดแยกตนเองออกจากผู้อื่นโดยอยู่บ้านหมายถึงอะไร

ผู้ที่ต้องกักกันตัวเองจะต้องอยู่บ้านและไม่ไปในที่สาธารณะ โดยเด็ดขาด โดยเฉพาะอย่างยิ่งห้ามไปที่ทำงาน โรงเรียน ศูนย์เลี้ยงเด็ก หรือมหาวิทยาลัย และควรมีแค่ผู้ที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนตามปกติอยู่แล้วในบ้านเท่านั้น

อย่าพบผู้มาเยี่ยม และให้ผู้อื่นให้ผู้อื่น เช่น

เพื่อนฝูงหรือคนในครอบครัวที่ไม่จำเป็นต้องกักกันตัวเองช่วยหาอาหารและของใช้จำเป็นอื่น ๆ ให้

หากผู้ที่กำลังกักกันตัวเองจำเป็นต้องออกจากบ้านหรือที่พักอาศัย เช่น เพื่อไปพบแพทย์

พวกเขาได้รับคำสั่งให้สวมหน้ากากอนามัยถ้าพวกเขามี

จะอย่างไรถ้านักเรียนหรือพนักงานมีอาการเจ็บป่วยระหว่างที่กักกันตัวเอง

อาการของโรครวมถึง (แต่ไม่จำกัดเพียง) เป็นไข้ ไอ เจ็บคอ เหนื่อยล้า และหายใจติดขัด

หากนักเรียน/พนักงานเริ่มมีอาการดังกล่าวเพียงเล็กน้อย พวกเขาจะต้อง:

ข้อมูลสำหรับโรงเรียนและศูนย์ดูแลเด็กเล็ก นักเรียน และผู้ปกครอง - เวอร์ชัน 8 (19/03/2020)

โรคไวรัสโคโรนา (COVID-19)

- แยกตัวเองออกจากผู้อื่นที่บ้านและใช้ห้องน้ำแยกกันถ้าเป็นไปได้;
- สวมหน้ากากอนามัย และถ้าพวกเขาไม่มีใช้ ให้ปฏิบัติตามวิธีจาม/ไออย่างถูกสุขอนามัย;
- รักษาความสะอาดมืออย่างถูกสุขอนามัย; และ
- โทรหาแพทย์หรือโรงพยาบาลและบอกเล่าประวัติการเดินทางหรือการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อเมื่อไม่นานมานี้

หากพวกเขามีอาการรุนแรง เช่น หายใจลำบาก:

- โทร 000 เพื่อเรียกรถพยาบาลและแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบเกี่ยวกับประวัติการเดินทางหรือการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อเมื่อไม่นานมานี้

หากรู้สึกไม่สบาย

พนักงานและนักเรียนควรได้รับการยกเว้นจากการเข้าเรียนหรือเข้าสู่ศูนย์ดูแลเด็กเล็กจนกว่าพวกเขาจะได้รับการประเมินโดยแพทย์ประจำตัวของพวกเขา

แพทย์จะเป็นผู้ประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่เพื่อประเมินว่าพวกเขาจะกลับไปใช้ชีวิตตามปกติอย่างปลอดภัยได้เมื่อใด

เราจะช่วยป้องกันการระบาดของไวรัสโคโรนาได้อย่างไร

การรักษาความสะอาดมือและการจาม/ไออย่างถูกสุขอนามัยเป็นวิธีป้องกันไวรัสส่วนใหญ่ที่ดีที่สุด คุณควร:

- ล้างมือของคุณบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ รวมถึงก่อนและหลังการรับประทานอาหารและหลังจากใช้ห้องน้ำ
- ปกป้องปากและจมูกเวลาไอและจาม ทั้งกระดาษชำระที่ใช้ และใช้เจลล้างมือแบบแอลกอฮอล์
- และหากรู้สึกไม่สบาย ให้หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่น (อยู่ห่างจากผู้อื่นเป็นระยะมากกว่า 1.5 เมตร)

ข้อมูลเพิ่มเติม

ในช่วงที่ไวรัสโคโรนากำลังเป็นเรื่องน่ากังวล เป็นสิ่งสำคัญที่คุณต้องเตือนตัวเองไว้ว่าคนส่วนใหญ่ที่มีอาการไอ/ไอ เจ็บคอ หรือเหนื่อยล้า นั้นกำลังเป็นไข้หวัดหรือเป็นโรคเกี่ยวกับทางเดินหายใจอื่น ๆ มากกว่า - ไม่ใช่ไวรัสโคโรนา

สำหรับคำแนะนำ ข้อมูล และแหล่งความรู้ล่าสุด เข้าไปที่ www.health.gov.au

โทรติดต่อบริการสายด่วนไวรัสโคโรนาทั่วประเทศได้ที่ 1800 020 080 ซึ่งเปิดให้บริการทุกวันตลอด 24 ชั่วโมง 7 วันต่อสัปดาห์ หากคุณต้องการใช้บริการแปลหรือล่าม กรุณาโทรไปที่ 131 450

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

โปรดพูดคุยกับแพทย์หากคุณมีความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพของคุณ