



Impormasyon para sa mga residente na nagbibigay ng mga serbisyo sa tirahan ng nangangalaga sa matatanda (*residential aged care*), miyembro ng kanilang mga pamilya at bisita

Ang matatanda ang mas may mataas na peligro na parehong makakuha ng COVID-19, at magkaroon ng malubhang karamdaman bilang resulta. Ang mga tagapamahala, kawani, pamilya, kaibigan at residente ay nangangailangan na magtulungan upang maprotektahan ang mga pinakamahirang miyembro ng ating komunidad.

Upang maprotektahan ang mga nakatatanda, ipatutupad ang mga bagong paghihigpit sa pagbisita sa mga pasilidad nang nangangalaga sa matatanda. Mahalaga na mag-ingat ang kawani, mga bisita at bumibisitang *worker* upang matiyak na makaiwas sila mula sa mga nagbibigay serbisyo sa tirahan ng nangangalaga sa matatanda (*residential aged care*) kung mayroon man silang COVID-19. Dapat nilang masubaybayan ang kanilang sariling kalusugan, at hihilingin na magbigay ng mga detalye ng estado ng kanilang kalusugan bago sila pumasok sa pasilidad.

Mga residente

Katulad ng lahat ng miyembro ng komunidad, ang mga taong nakatira sa mga nagbibigay serbisyo sa tirahan ng nangangalaga sa matatanda (*residential aged care*) ay may mahalagang papel na gagampanan sa pagprotekta sa kanilang sariling kalusugan. Bilang karagdagan sa pagsasanay ng tamang kalinisan at *social distancing* (pagpapanatili ng tiyak na distansya sa isa't isa), magkakaroon ng mga paghihigpit sa mga pagbisita sa mga pasilidad ng tirahan ng nangangalaga sa matatanda (*residential aged care*). Ang mga pagbisita ng malalaking grupo, pagtitipon, at mga panlabas na eskursiyon ay ipagpapaliban. Ang mga residente ay sinusuportahan upang manatiling konektado sa pamilya at mga kaibigan sa pamamagitan ng mga pagtawag sa telepono at video call.

Kung ikaw ay magkaroon ng mga sintomas ng COVID-19, ikaw ay ihihiwalay mula sa ibang mga residente at hind makatatanggap ng mga bisita. Ang tagapangalaga ng kalusugan at mga *worker* sa tirahan ng nangangalaga (*residential care*) ay patuloy na magbibigay ng suporta at pangangalaga habang ikaw ay nakabukod (*isolated*). Kung kinakailangan mong lumabas ng iyong kwarto, tulad ng para sa pangangalagang medikal, ikaw ay inaatasang magsuot ng surgical mask, na ibibigay ng mga *worker* na nangangalaga sa kalusugan. Hindi kinakailangang magsuot ng mask ang sinumang malusog na residente.

Mga bisita

Ang mga bisita na nagbalik mula sa ibang bansa o nakipag-ugnayan sa mayroong kumpirmadong COVID-19 sa huling 14 na araw ay hindi maaaring bumisita sa pasilidad ng tirahan ng nangangalaga sa matatanda (*residential aged care*). Ni ang sinuman na may lagnat, mga sintomas ng karamdaman sa paghinga, o sinuman na hindi pa nababakunahan laban sa influenza, ang maaaring bumisita.

Mula 1 Mayo dapat kang mabakunahan na pang-influenza upang makabisita sa pasilidad nang nangangalaga sa matatanda.

Ang mga pagbisita ay dapat maiksi, at isagawa sa loob ng kwarto ng residente, sa labas, o nasa partikular na itinalagang lugar (hindi sa mga lugar ng komunidad)

Ang bawat residente ay hindi dapat magkaroon ng hihigit sa dalawang bisita, kasama na ang mga doktor, sa bawat pagkakataon, at ang pagbisita ng mga batang wala pang 16 na taong gulang ay hindi pinapayagan maliban sa mga espesyal na sirkumstansya

Ang lahat ng mga bumibisita ay nangangailang na maghugas ng kanilang mga kamay bago pumasok at umalis sa kwarto ng residente at hihikayatin na magsanay nang *social distancing* kung saan posible, kasama na ang pag iwag kung hindi mabuti ang pakiramdam.

Mga tagapamahala at kawani

Inanunsyo ng Gobyerno na ang mga pasilidad nang nangangalaga sa matatanda ay dapat na magdagdag ng pag-iingat upang mapanatiling ligtas ang mga residente mula sa COVID-19. Ang kalusugan ng kawani ay susubaybayan ng mabuti, ang bago at nagbabalik na mga residente ay sasalain bago pumasok, at ang karatula at iba pang mga uri ng komunikasyon ay gagamitin upang maipaliwanag ang mga ginagawang hakbang upang maprotektahan ang kalusugan ng mga residente.

Upang may magamit na mga *worker* sa mga tagapagbigay ng pangangalaga sa matatanda, pinapaluwag ng Gobyerno ang mga kondisyon ng *work visa* ng mga internasyonal na estudyante para sa mga pasilidad nang nangangalaga sa matatanda at mga tagapagbigay ng pangangalaga sa bahay. Papayagan nito ang mga internasyonal na estudyanteng nars at iba pang mga *worker* na nangangalaga sa matatanda na makapagtrabaho ng higit sa 40 na oras sa isang magdamag. May humigit-kumulang na 20,000 na mga internasyonal na estudyanteng nars na kasalukuyang nag-aaral sa Australia.

Paano tayo makatutulong na maiwasan ang paglaganap ng coronavirus?

Pagsasanay ng mainam na kalinisan sa kamay at pagbahing/pag-ubo ang pinakamahasag na depensa laban sa karamihan ng mga virus. Dapat mong:

- hugasan ng madalas ang iyong mga kamay na may sabon at tubig, bago at pagkatapos kumain, at pagkagaling sa banyo
- magtakip pag umuubo at bumabahing, itapon ang mga tissue, at gumamit ng hand sanitiser na may alkohol
- kung masama ang pakiramdam, iwasang makisalamuha sa iba (manatili ng higit sa 1.5 na metro mula sa mga tao kung maaari).

Karagdagang impormasyon

Habang nakababaha ang coronavirus, mahalagang tandaan natin na karamihan sa mga taong nagpapakita ng mga sintomas na ito ay malamang na dumaranas ng sipon o iba pang karamdaman sa paghinga – hindi COVID-19.

Para sa pinakabagong abiso, impormasyon at mga mapagkukunan, pumunta sa www.health.gov.au

Tumawag sa National Coronavirus Help Line sa 1800 020 080. Bukas ito ng 24 na oras sa isang araw, pitong araw sa isang linggo. Kung nangangailangan ng mga serbisyo sa pag-translate o pag-interpret, tumawag sa 131 450.

Ang numero ng telepono ng iyong estado o ahensya ng pampublikong kalusugan sa iyong nasasakupan ay makukuha sa www.health.gov.au/state-territory-contacts

Kung mayroon kang mga alalahanin tungkol sa iyong kalusugan, makipag-usap sa iyong doktor.