



COVID'in gelecekteki durumu

Turkish | Türkçe
OFFICIAL

COVID hayatlarımızın parçası olmaya devam edecektir. Hep birlikte görevimiz, gelecek dalgalar için plan yaparak ailelerimizi, toplum kesimlerini ve sağlık çalışanlarını güvende tutmaktır.

Kuralların çoğu kaldırıldı ancak COVID özellikle toplumumuzdaki risk altındaki kişiler için bir tehdit olmaya devam ediyor. Kendinizi korumak onları korumanın en iyi yoludur. COVID'e yakalanmazsanız COVID'i yayamazsınız.

Victoria halkı COVID'in risklerini yönetmeye yardımcı olacak bilgiler için Victoria Sağlık Bakanlığına güvenmeye devam edebilir.

Başkalarını korumak için kendinizi nasıl koruyabilirsiniz

Kendinizi COVID'den korumanın en iyi yolu COVID'e yakalanmaktan sakınmaktır. COVID'i uzağınızda tutabilmek için işte yapabileceğiniz birkaç şey:

- **Aşı olun.** Aile hekimi ya da eczanenizden, sonraki dozunuz için randevu alın ve virüse karşı korunmanızı en üst seviyeye çıkarın. Aşı olmak ileri derecede hastalanmaktan korunmanın en iyi yoludur.
- **Test yapın.** Hızlı antijen testleri kolayca temin edilebilir ve belirtileriniz varsa son derece etkilidir. Evde birkaç tane bulundurmak her zaman iyi bir fikirdir.
- **Maske takın.** Dışarı çıktığınızda yanınızda maske bulundurun. Maskeler virüse yakalanma ve onu yayma ihtimalini azaltarak sizi korur.
- **Camlarınızı açın.** Eve temiz hava girmesini sağlayın - virüsün yayılmasını azaltır.
- **Aile hekiminizle konuşun.** İleride derecede hastalanma riskiniz yüksekse COVID ilaçları hakkında aile hekiminizle konuşun ve COVID'e yakalanma durumunuza karşı plan yapın.
- **Başkaları hakkında dikkatli olun.** Risk altındaki birisini ziyaret etmeyi düşünüyorsanız maske takarak, fiziksel mesafenizi koruyarak ve belirtiniz varsa ziyaretinizi erteleyerek onların korunmasını sağlamak için ilave önlemler alın.

COVID'e yakalanırsanız ne yapmalısınız

COVID testinizin sonucu pozitif çıkarsa:

- **Sağlığınıza dikkat edin.** Tedavi ilaçlarından yararlanma şartlarını karşılayıp karşılamadığınızı kontrol edin. COVID ilaçları en büyük faydayı belirtilerin ortaya çıkmasını izleyen ilk 5 gün içinde sağlar.
- **Kendinizi izole edin.** En az 5 gün boyunca ve belirtileriniz kaybolana kadar evde kalın. Acil durumda evde çıkmanız gerekirse maske takın.
- **Sonucunuzu bildirin.** Bildirim işini [İnternet üzerinden](#) ya da 1800 675 398 numaralı telefonu arayarak yapabilirsiniz; böylece, doğru bakımdan ve gerekli şartları taşıyorsanız COVID ilaçlarından yararlanmanıza yardımcı olabiliriz.
- **Temaslılarınıza söyleyin.** Temas ettiğiniz kişilere COVID'e yakalandığınızı söyleyin.
- **İşe gitmeyin.** İş yerinizi ya da okulunuzu arayıp onlara COVID'e yakalandığınızı söyleyin. Bazı kişiler [mali destekten](#) yararlanabilir.
- **Hassas ortamlardan uzak durun.** Hastaneler ve yaşlı bakım evleri gibi hassas ortamlara gitmeyin ya da buralarda çalışmayın.
- **Destek alın.** Gıda, ilaç ve bebek maması gibi temel ihtiyaçlarınızın eve teslim edilmesini sağlayın ve arkadaşlarınızı ve ailenizin yardımcı olup olamayacağını öğrenin.
- **İlave önlemler alın.** Ziyaretçi kabul etmeyin. Evinize gelirlerse onlara COVID'e yakalandığınızı söyleyin; böylece, kendilerini korumak için ilave önlemler alabilirler.

Bu yayını erişilebilir formatta edinmek için pph.communications@health.vic.gov.au adresine e-posta gönderin