

Luôn khỏe mạnh trong mùa đông này

Vì có rất nhiều COVID-19 lây lan trong cộng đồng, điều quan trọng hơn bao giờ hết là tất cả chúng ta phải biết cách phòng ngừa và chuẩn bị cho lúc bị COVID-19.

Đeo khẩu trang

- Đeo khẩu trang khi ở bên trong với người khác hoặc bất cứ khi nào quý vị không thể duy trì khoảng cách đối với người khác.
- Hãy bảo đảm khẩu trang che kín mũi và miệng.
- Nên sử dụng khẩu trang y tế hoặc khẩu trang P2/N95 thì tốt hơn.

Chích ngừa

- Chích ngừa là cách bảo vệ quý vị tốt nhất chống lại bệnh nặng do COVID-19 gây ra.
- Người trong độ tuổi 16-29 nên tiêm 3 liều vắc-xin COVID-19.
- Người trong độ tuổi 30-49 hội đủ điều kiện tiêm 4 liều vắc-xin COVID-19.
- Người trên 50 tuổi nên tiêm 4 liều vắc-xin COVID-19.

Không biết rõ đi xét nghiệm ở đâu?

Các địa điểm xét nghiệm COVID-19 làm xét nghiệm PCR hoặc xét nghiệm kháng nguyên cấp tốc miễn phí cho người bị các triệu chứng bệnh. Muốn biết thông tin về các địa điểm xét nghiệm và để trình báo kết quả RAT của quý vị trực tuyến, hãy rọi quét mã QR hoặc gọi số: 1800 675 398.



Hãy xét nghiệm

- Xét nghiệm sớm là yếu tố quan trọng để ngăn chặn bệnh lây lan và để được điều trị.
- Xét nghiệm kháng nguyên cấp tốc là công cụ xét nghiệm chính yếu đối với hầu hết người dân Victoria.
- Hãy liệu tính trước xem quý vị có thể đi làm xét nghiệm PCR hoặc xét nghiệm kháng nguyên cấp tốc ở đâu nếu quý vị bắt đầu có các triệu chứng bệnh.
- Nếu kết quả xét nghiệm là dương tính, quý vị phải trình báo kết quả xét nghiệm kháng nguyên cấp tốc của mình và cách ly trong 7 ngày.

Điều trị sớm

- Những người dưới đây sẽ được điều trị COVID-19:
 1. người từ 70 tuổi trở lên
 2. người từ 50 tuổi trở lên, có bị các vấn đề sức khỏe nhất định.
 3. Thổ dân và dân đảo Torres Strait từ 30 tuổi trở lên.
 4. Người từ 18 tuổi trở lên, bị suy giảm miễn dịch trầm trọng.
- Nên bắt đầu điều trị càng sớm càng tốt ngay sau khi quý vị có kết quả dương tính COVID-19.
- Đừng đợi cho đến khi quý vị bị bệnh nặng.
- Bác sĩ gia đình (GP) có thể điều trị, hãy gọi cho họ ngay khi quý vị có kết quả dương tính.
- Quý vị cũng có thể liên lạc với bác sĩ gia đình (GP) trước khi quý vị không khỏe để lập kế hoạch về cách quý vị sẽ được điều trị trong khi cách ly.

Không có bác sĩ gia đình (GP) quen thuộc?

Tại khắp vùng miền tây có một số phòng mạch đa khoa chuyên về hô hấp, cung cấp dịch vụ khám bệnh và điều trị miễn phí cho người có các triệu chứng về hô hấp. Hãy rọi quét mã QR để tìm phòng mạch gần quý vị.



Cách làm Xét nghiệm Kháng nguyên Cấp tốc ở mũi



Dưới đây là một số bước cơ bản để làm theo

Xét nghiệm Kháng nguyên cấp tốc ở mũi (RAT) có nhiều loại. Vui lòng luôn xem chỉ dẫn cụ thể trên bộ xét nghiệm RAT.



Rửa tay.



Đậy nắp ống.



Mở bao bì.



Nhỏ mấy giọt để xét nghiệm.



Ngoáy tăm bông ở cả hai lỗ mũi.



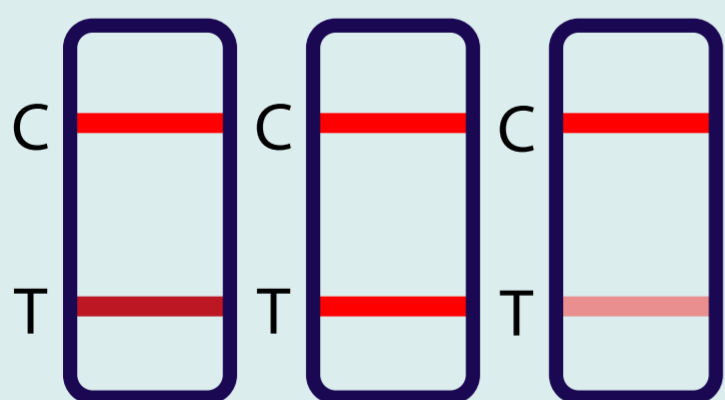
Chờ 15 đến 20 phút.



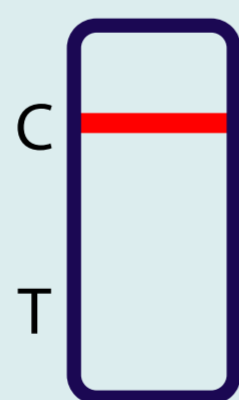
Đặt tăm bông vào ống dung dịch.
Khuấy vòng vòng trong 10 giây.
Lấy tăm bông ra.



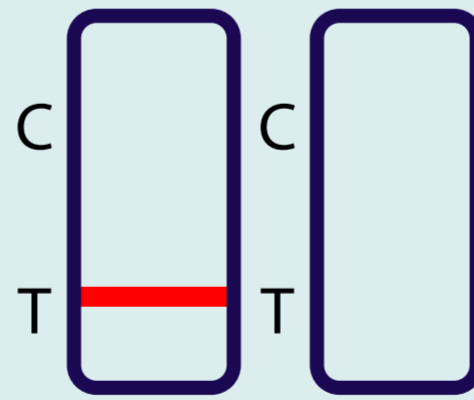
Xem kết quả.



Dương tính
COVID-19



Âm tính
COVID-19



Không hợp lệ*

*nếu kết quả không hợp lệ, quý vị hãy làm xét nghiệm lại. Nếu xét nghiệm đó cũng không hợp lệ, hãy đến địa điểm xét nghiệm để làm xét nghiệm PCR.

Trình báo kết quả của quý vị nếu dương tính.

Trình báo kết quả RAT của quý vị trực tuyến, bằng cách quét mã QR hoặc gọi số: 1800 675 398.

