



Što učiniti ako vam je nalaz testa za koronavirus (COVID-19) pozitivan

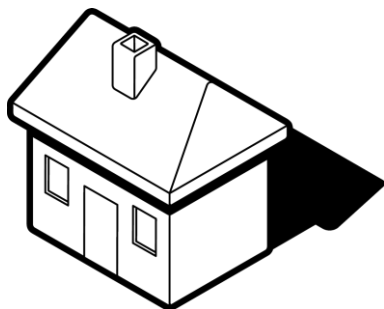
What to do if you've tested positive for coronavirus (COVID-19) – Croatian

Ako vam je nalaz pozitivan na test za koronavirus (COVID-19)

Morate se izolirati dok vam Ministarstvo zdravstva i društvenih usluga (Department of Health and Human Services) ne kaže da je sigurno. Važno je pridržavati se ovih uputa – kako je to zapisano zakonom.

Za više informacija nazovite besplatni telefonski broj za koronavirus na **1800 675 398** (24 sata dnevno, 7 dana u tjednu).

Ako nazovete besplatni telefonski broj za koronavirus, možete dobiti tumača odabiranjem opcije nula (0). Za sve ostale pozive, ako vam je potreban tumač, nazovite najprije TIS National na broj **131 450**.



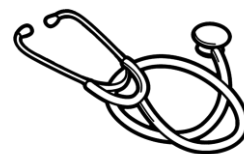
Ostanite kod kuće



Perite ruke i pokrijte usta kad kašljete i kišete



Izolirajte se od obitelji i prijatelja



Ako vam je potrebna liječnička pomoć, nazovite liječnika ili besplatni broj za koronavirus

Zašto se moram izolirati?

Nalaz testa za koronavirus vam je pozitivan i morate se izolirati jer postoji velika vjerojatnost da će se proširiti i na druge osobe. Najbolji način da zaštitite svoju obitelj i zajednicu je da ostanete kod kuće i podalje od drugih ljudi (fizičko distanciranje). Izolacija može biti stresna, ali može pomoći zaustaviti širenje koronavirusa.

Izolacija znači da ne smijete napuštati svoj dom ili smještaj, osim zbog medicinske skrbi ili u hitnim slučajevima. Ne smijete izlaziti iz kuće radi tjelovježbe. Možete dobiti novčana kaznu u iznosu do 4,957 \$ ako napustite kuću dok se od vas traži da budete izolirani. Ostanite kod kuće i zaštitite se.

Ako bilo tko drugi koga poznajete ima simptome, treba se testirati i ostati kod kuće.

Gdje ću se izolirati?

Morate odmah otići na mjesto gdje ćete se izolirati, bez zaustavljanja. Obično je to vaš vlastiti dom, ali Ministarstvo zdravstva i društvenih usluga (Department of Health and Human Services) može vam dopustiti da se izolirate na nekoj drugoj pogodnoj lokaciji .

Morate odmah otići na mjesto gdje ćete se izolirati.

Kome moram reći?

Nakon što vam je rečeno da vam je nalaz testa pozitivan, morate obavijestiti svog poslodavca i možete obavijestiti svoje bliske kontakte. 'Bliski kontakt' je netko na koga ste možda prenijeli virus, to može uključivati osobe s kojima živite, blisko surađujete ili ste s njima bili na nekom društvenom okupu.

Svi oni s kojima živite također će se trebati izolirati, jer postoji velika vjerojatnost da i oni imaju koronavirus. To uključuje i djecu.

Što se događa nakon pozitivnog nalaza testa?

Tim javnog zdravstva razgovarat će s vama o osobama s kojima ste imali kontakt. Tim javnog zdravstva kontaktirat će osobe koje se smatraju bliskim kontaktima. Zabilježiti će gdje ste izolirani i tko živi s vama. Tim javnog zdravstva redovito će održavati kontakt s vama. Uvijek se možete obratiti njima ako vam je potrebna dodatna pomoć ili imate bilo kakvih drugih pitanja o tome kako se čuvati i biti dobro. Morate ostati u izolaciji dok vam tim ne da odobrenje za izlazak.

Kako ću se zaštititi?

Ne smijete napuštati svoj dom ili smještaj, osim ako vam je potrebna medicinska pomoć ili u hitnim slučajevima.

- Odvojite se od drugih ukućana tako što ćete stalno boraviti u zasebnoj sobi.
- Redovito perite ruke i pokrijte usta kada kašljete i kišete.
- Nosite kiruršku masku kada se nalazite u istoj prostoriji s drugima i držite se na udaljenosti od 1,5 metara.
- Koristite zasebnu kupaonicu, ako je moguće.
- Izbjegavajte koristiti kućanske predmete koje i drugi koriste (kao što su tanjuri, šalice i pribor za jelo).
- Čistite površine u kućanstvu koje se dodiruju (stolove, vrata, tipkovnice, slavine i ručke).
- Nosite kiruršku masku i rukavice za jednokratnu uporabu kada rukujete zaprljanim stvarima.
- Bacite onečišćene predmete poput rukavica i maski u obloženu kantu za smeće.
- Ne primajte nikoga u posjetu u svojoj kući ili u smještaju.
- Ako živite u privatnoj kući ili stanu, možete izaći u svoj vrt ili na balkon. Kada se krećete u svom smještaju, morate nositi kiruršku masku.

Zamolite prijatelje ili obitelj, koji ne moraju biti u izolaciji, da vam dobave hranu ili druge potrepštine.

Ako napustite svoj dom dok se od vas traži da budete u izolaciji, možete dobiti novčanu kaznu u iznosu do 4,957 \$.

Pratite simptome

Ako se simptomi pogoršaju, ali nisu ozbiljni, nazovite liječnika. Ako je se radi o hitnom slučaju (na primjer otežano disanje), nazovite 000 i zatražite hitnu pomoć. Recite službenicima hitne pomoći da imate koronavirus (COVID-19).

Vodite brigu o svojoj dobrobiti

Biti u izolaciji može biti teško, osobito za djecu.

- Razgovarajte s ostalim članovima kućanstva. Informiranost o koronavirusu smanjit će tjeskobu.
- Dogovorite se sa svojim poslodavcem da radite od kuće, ako je to moguće.
- Pružite potporu svom djetetu u učenju od kuće. Potražite dostupne resurse na internetu.
- Budite u kontaktu s obitelji i prijateljima putem telefona, elektroničke pošte ili društvenih medija.
- Imajte na umu da izolacija neće vječno trajati.

Potražite resurse na internetu – uključujući i savjete o spavanju, dobrobiti i tjelovježbi kod kuće. Video zapisi mogu se naći na [Wellbeing Victoria](https://www.together.vic.gov.au/wellbeing-victoria) <<https://www.together.vic.gov.au/wellbeing-victoria>>.

Ako se s tim ne možete nositi, porazgovarajte s liječnikom ili kontaktirajte:

- [Lifeline Australia](https://www.lifeline.org.au/) <<https://www.lifeline.org.au/>>, na telefon: **13 11 14**
Služba za potporu u krizi koja pruža podršku u svakom trenutku.
- [Beyond Blue](https://www.beyondblue.org.au/) <<https://www.beyondblue.org.au/>>, telefon: **1300 22 4636**
Ova služba pruža specijalističku pomoć osobama u izolaciji.
- [Kids Helpline](https://www.kidshelpline.com.au/) <<https://www.kidshelpline.com.au/>>, telefon: **1800 551800**
Besplatna i povjerljiva savjetodavna usluga za mlade.

Potpora je dostupna

Jednokratna isplata u iznosu od 1,500 \$ je dostupna kao potpora radnicima u Viktoriji kojima je dijagnosticiran koronavirus ili su bliski kontakt osobe s potvrđenim slučajem. Za informacije posjetite

[Pandemic Leave Disaster Payment](https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/pandemic-leave-disaster-payment)

<<https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/pandemic-leave-disaster-payment>>.

Paketi za pomoć u slučaju nužde s hranom i osobnim potrepštinama dostupni su ako ne možete dobiti pomoć prijatelja ili obitelji.

Za informacije o paketima potpore i hitne pomoći ili pomoći pri nabavi namirnica posjetite [DHHS.vic. – Quarantine and isolation](https://www.dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19) <<https://www.dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19>> ili nazovite besplatni broj za koronavirus na **1800 675 398**.

Informacije za skrbnike i ostale članove kućanstva

Ako skrbite o članu obitelji koji je bolestan, trebali biste učiniti nekoliko važnih stvari kako bi svi u vašem kućanstvu bili zaštićeni:

- Osigurajte da bolesna osoba uvijek bude u jednoj sobi, podalje od drugih osoba.
- Vrata od te sobe moraju biti zatvorena i prozori otvoreni, kad je to moguće.
- Broj skrbnika mora biti minimalan.
- Uvijek operite ruke sapunom i vodom ili upotrijebite sredstvo za dezinfekciju ruku prije i nakon ulaska u tu sobu.
- Posuđe i pribor osobe u izolaciji držite odvojeno od ostalih ukućana.
- Nosite kiruršku masku (masku za jednokratnu uporabu), ako je imate, kada ste u sobi u kojoj se nalazi bolesna osoba. Ako nemate kiruršku masku, koristite pokrivalo za lice, na primjer šal ili maramu.
- Redovito čistite i dezinficirajte često dodirivane površine kao što su stolovi, vrata, tipkovnice, slavine i ručke.
- Bacite papirnate maramice i maske u plastičnu vrećicu sa zatvaračem.

- Nosite masku i rukavice kada dodirujete ručice i perite ga na najvišoj temperaturi.
- Ne primajte posjetitelje.

Ako se ta osoba počne osjećati lošije, za savjet nazovite besplatni broj za koronavirus na **1800 675 398**. Ako trebate posjetiti svog liječnika, nazovite unaprijed kako bi se oni mogli pripremiti.

Pratite simptome

Ako se kod osobe o kojoj skrbite pojave ozbiljni simptomi, poput otežanog disanja, nazovite **tri nule (000)** i zatražite hitnu pomoć.

Ako bilo tko ima bilo kakve simptome, treba se testirati i ostati kod kuće.

Testirajte se ako imate bilo koji od ovih simptoma: vrućicu, zimicu i znojenje, kašalj ili bolno grlo, otežano disanje, curenje iz nosa, gubitak osjećaja mirisa ili okusa.

To find out more information about coronavirus and how to stay safe visit

[DHHS.vic – coronavirus disease \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>

If you need an interpreter, call TIS National on 131 450

For information in other languages, scan the QR code or visit

[DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>



For any questions

Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)

Please keep Triple Zero (000) for emergencies only

To receive this document in another format phone 1300 651 160 using the National Relay Service 13 36 77 if required, or [email Emergency Management Communications](mailto:covid-19@dhhs.vic.gov.au) <covid-19@dhhs.vic.gov.au>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, updated 10 August 2020.

Available at [DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>