

Patient information

新型冠状病毒肺炎（COVID -19）：出院后

确诊新冠后会发生什么

- 大多数新冠患者病情轻微，几天后就会康复。
- 常见症状包括流鼻涕、咳嗽、疲倦和发烧。这些普通感冒或流感样症状可以透过休息和多摄取水分来缓解。
- 如果感到不适，则可服用扑热息痛(Paracetamol)或布洛芬(Ibuprofen)以缓解症状。
- 多喝水和休息
- 须自我隔离，直至卫生部（Department of Health）通知可以离家外出。

您现在应该做什么？

1. 遵守卫生部（Department of Health）的指引进行居家隔离。
2. 告诉所有同住的人您的新冠病毒检测呈阳性。他们必须接受检测并立即回家隔离。
3. 打电话告诉家庭医生您检测阳性，并已到了 Austin 医院的急诊室或病房作检查。

照顾自己

您的健康

如果您没有其他疾病，家庭医生可以用电话会诊与您跟进病情。

- 服用止痛药（例如：扑热息痛或布洛芬）以舒缓酸痛、疼痛和发烧
- 经常喝水。
- 继续服用平日的药物。如果药物用完了，打电话给药房要求送药上门。

什么时候去见医生

如果出现以下情况，则应求医：

- 呼吸出现困难或恶化
- 胸口痛或胸闷
- 咳血
- 超过 1 天不能进食
- 昏厥

非紧急情况下，您可以致电：

- 您的家庭医生（GP）



Austin Health acknowledges the Traditional Custodians of the land and pays its respects to Elders past, present and emerging.

Austin Health celebrates, values and includes people of all backgrounds, genders, sexualities, cultures, bodies and abilities.



☎ 9496 6888

口译员 傳譯員 INTERPRETE TERCÜMAN ΔΙΕΡΜΗΝΕΑΣ
THÔNG DỊCH VIÊN ПРЕВЕРУВАЧ PREVODILAC مترجم فوري

- Austin 医院新冠病人支援服务（Austin Health COVID Positive Pathways），电话 1800 518 205（按 5）。
- 维州新冠病毒热线 1800 675 398（24 小时）按 0 获取中文信息。

紧急情况下，拨打 000 并告知接线员您是新冠肺炎感染者。

社区支援服务和经济援助

您可致电新冠热线，电话 1800 675 398 安排：

- 护理，若在隔离期间感觉病情转差；
- 来往治疗或新冠病毒检测的交通；
- 其他住宿，如无法在家作安全隔离；
- 免费紧急援助包。援助包里有基本食品和日用品（例如：尿片或个人用品）

您可能有资格领取\$1500 的疫情病假灾难补贴（Pandemic Leave Disaster Payment）。这是一次性的经济补贴，帮助因隔离而不能工作的维州人士。可致电福利部（Centrelink）131 202。

使用送货上门服务购买日用品，例如：

- Coles: shop.coles.com.au
- Woolworths: woolworths.com.au
- IGA: iga.com.au/shop-online

精神健康支援服务

- 抑郁症协会（Beyond Blue）：为感到焦虑、压力、抑郁或须要帮助的人士提供专门服务。致电 1800 512 348 或访问 coronavirus.beyondblue.org.au
- HeadtoHelp: 致电 1800 595 212 与精神健康专业人员交谈，为您联系支援服务。您也可以访问 headtohelp.org.au
- 澳大利亚生命热线（Lifeline Australia）：感到问题难以应付或不安全时为您提供危机支援服务。拨打 Lifeline 电话 13 11 14 或访问 lifeline.org.au
- Headspace: 为 12-25 岁的维州居民、其亲友提供支援和心理辅导服务。拨打 Headspace 电话 1800 650 890 或访问 headspace.org.au/

制作日期：2021 年 10 月

审核日期：2024 年 10 月

