

COVID-19: Dopo la visita in ospedale

Cosa aspettarsi dopo la diagnosi di COVID-19

- La maggior parte delle persone affette dal COVID-19 avrà dei sintomi lievi e si riprenderà in pochi giorni.
- I sintomi più comuni includono naso che cola, tosse, spossatezza e febbre. Questi sintomi possono essere gestiti con il riposo e l'assunzione di molti liquidi, come nel caso di un normale raffreddore o influenza.
- Se non vi sentite bene, potete prendere paracetamolo e ibuprofene per alleviare i sintomi.
- Bevete molta acqua e riposate
- Dovrete stare in isolamento per il periodo di tempo comunicatovi dal Ministero della Sanità.

Cosa c'è da fare adesso?

1. Continuate ad isolarvi nella comunità come indicato dal Ministero della Sanità.
2. Informate tutte le persone con cui abitate che siete risultati/e positivi/e al COVID-19. Dovranno fare un test per il COVID-19 e tornare a casa per isolarsi immediatamente.
3. Telefonate al vostro medico di base (GP) e comunicate che siete risultati/e positivi/e al COVID-19 e che avete visitato il pronto soccorso o un reparto dell'Austin Hospital.

Prendersi cura di sé

La vostra salute

If you do not have any other illnesses, your regular doctor (GP) can take care of you using telephone appointments. Se non avete altre patologie, il vostro medico di base (GP) può prendersi cura di voi in Telemedicina.

- Prendete antidolorifici (ad es. Paracetamolo o Ibuprofene) per dolori e febbre
- Bevete acqua regolarmente.
- Continuate a prendere i vostri farmaci abituali. Se questi finiscono, chiamate la vostra farmacia locale e chiedete che ve li consegnino a domicilio.

Quando vedere un medico

Dovreste richiedere l'assistenza di un medico, in caso di:

- Affanno di nuova comparsa o in peggioramento
- Dolore o senso di costrizione al petto
- Tosse con sangue
- Assenza di appetito per più di 1 giorno
- Svenimento



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 ПРЕВДУВАЧ PREVODILAC مترجم فوري

Per assistenza non urgente, potete contattare:

- Il vostro medico di base (GP)
- Austin Health COVID Positive Pathways al numero 1800 518 205 (premere 5).
- La Victorian Coronavirus Hotline, disponibile 24/7 al numero 1800 675 398; premete 0 per informazioni nella vostra lingua.

In caso di emergenza, chiamate lo 000 e comunicate all'operatore che siete risultati/e positivi/e al COVID19.

Supporto nella comunità e aiuti economici

La Coronavirus Hotline al numero 1800 675 398 può aiutarvi:

- Se vi sentite peggio durante l'isolamento
- Con servizi di trasporto per cure mediche o per ripetere il test per il COVID-19
- Con un alloggio alternativo se non potete isolarvi in sicurezza a casa vostra
- Con un pacchetto di aiuti di emergenza gratuito contenente alimenti di base e articoli essenziali (come pannolini o articoli per l'igiene personale) se ne avete bisogno

Potreste avere diritto al "Pandemic Leave Disaster Payment" di 1.500\$, un sussidio una tantum per aiutare i lavoratori del Victoria a cui è stato richiesto di isolarsi. Contattate Centrelink al 131 202.

Provate un servizio di consegna a domicilio di generi alimentari, come ad esempio:

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

Supporto per la salute mentale

- Beyond Blue: Un servizio dedicato per chi si sente stressato, depresso o ha bisogno di aiuto. Chiamate il 1800 512 348 o visitate coronavirus.beyondblue.org.au
- HeadtoHelp: Parlate con un professionista della salute mentale e richiedete servizi di supporto, chiamando il 1800 595 212. Potete anche visitare headtohelp.org.au
- Lifeline Australia: Servizio di supporto in caso di crisi per aiutarvi con difficoltà ad affrontare la situazione o se vi sentite in pericolo. Chiamate Lifeline al 13 11 14 o visitate lifeline.org.au
- Headspace: Servizio di supporto e counseling per i residenti del Victoria dai 12 ai 25 anni e per i loro familiari e amici. Chiamate il 1800 650 890 o visitate headspace.org.au/

Data di creazione: ottobre 2021
Prossima revisione: ottobre 2024

