

## Patient information

# COVID-19: Nakon izlaska iz bolnice

### Što možete očekivati posle dijagnoze da imate COVID

- Većina obolelih od COVID-a 19 će biti malo bolesni i oporavit će se nakon nekoliko dana.
- Uobičajeni simptomi su nos koji curi, kašalj, iscrpljenost i vrućica. Ovi simptomi se leče odmaranjem i uzimanjem mnogo tečnosti, slično kao kada imate običnu prehladu ili gripu (flu).
- Ako vam nije dobro, možete uzeti paracetamol ili ibuprofen radi ublažavanja simptoma.
- Pijte mnogo vode i odmarajte.
- Trebaće da se samoizolujete sve dok vam iz Ministarstva zdravlja ne jave da možete izaći iz kuće.

### Što da činim sada?

1. Ostanite izolirani u kući saglasno uputstvima Ministarstva zdravlja.
2. Recite svima koji borave u vašem domu da ste imali pozitivan test na COVID-19. Ukućani moraju imati test na COVID-19 i zatim se odmah vratiti kući i izolirati se.
3. Telefonirajte vašem domaćem liječniku (GP) da bi obavjestili da ste pozitivni na COVID-19 i da ste bili na Hitnoj (Emergency Department) ili u bolničkom odelu (ward) bolnice Austin.

### Vodite brigu o sebi

#### Vaše zdravlje

Ako nemate drugih bolesti, vaš domaći liječnik može voditi brigu o vama putem konzultacija telefonom.

- Ako imate bolove ili vrućicu, uzmite paracetamol ili ibuprofen.
- Redovno pijte vodu.
- Nastavite uzimati vaše uobičajene lijekove. Ako ih potrošite, javite se lokalnoj apoteci i zamolite da vam lijekove donesu kući.

#### Kad da vidite liječnika

Liječničku pomoć možete zatražiti ako:

- Teško dišete ili se vaše disanje pogoršalo
- Imate bolove ili stezanje u prsima
- Iskašljavate krv
- Nemate apetit duže od jednog dana
- Imate nesvjesticu



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 ПРЕВЕДУВАЧ PREVODILAC مترجم فوري

## Za pomoć koja nije hitna možete se javiti:

- Vašem domaćem liječniku (GP)
- Austin Health COVID Positive Pathways na 1800 518 205 (pritisnite 5).
- Viktorijskoj dežurnoj liniji za koronavirus 24 časa dnevno na 1800 675 398 и pritisnite 0 za informacije na vašem jeziku.

U hitnim slučajima javite se na Tri Nule (000) i recite da ste pozitivni na COVID-19.

## Financijska pomoć i podrška zajednice

Možete se javiti dežurnoj liniji za koronavirus na 1800 675 398 i zatražiti pomoć u vezi:

- Njege ako vam je gore u toku izolacije
- Prijevoza radi liječenja i ponovnog testiranja na COVID
- Alternativnog smještaja ako se ne možete bezbjedno izolirati kod kuće
- Besplatnog paketa u hitnim situacijama, sa osnovnom hranom i namirnicama (na primer, pelene ili predmeti za ličnu njegu), ako vam trebaju.

Vi možda ispunjavate uvjete za dodatak Pandemic Leave Disaster Payment od 1.500 dolara – jednokratnu isplatu radi pomoći viktorijskim radnicima od koji je zatraženo da se izoluju. Javite se Centrelink-u na 131 202.

Probajte domaću isporuku namirnica:

- Coles: [shop.coles.com.au](http://shop.coles.com.au)
- Woolworths: [woolworths.com.au](http://woolworths.com.au)
- IGA: [iga.com.au/shop-online](http://iga.com.au/shop-online)

## Podrška za mentalno zdravlje

- Beyond Blue: Specijalizirana služba ako ste uzrujani, pod stresom, depresivni ili vam treba pomoć. Javite se na 1800 512 348 ili posjetite [coronavirus.beyondblue.org.au](http://coronavirus.beyondblue.org.au)
- HeadtoHelp: Razgovarajte sa profesionalcem za mentalno zdravlje i stupite u vezu sa službama za podršku na 1800 595 212. Takođe možete posjetiti [headtohelp.org.au](http://headtohelp.org.au)
- Lifeline Australia: Služba za podršku u krizi, koja vam možda može pomoći kad vam je teško izaći na kraj ili se ne osjećate bezbjednim. Javite se na [lifeline.org.au](http://lifeline.org.au)
- Headspace: Služba za podršku i savjetovanje mladih Viktorijaca u dobi od 12 do 25 godina, kao i njihovih obitelji i prijatelja. Javite se službi Headspace na 1800 650 890 ili posjetite [headspace.org.au/](http://headspace.org.au/)

Datum izdavanja: Oktobar 2021

Datum revizije: Oktobar 2024

