

코로나 경보 1 단계 기간 중 의료 서비스 이용 안내 및 건강 관리

(2020 년 10 월 8 일 기준)

1. 현재 몸 상태가 좋다고 느끼시면

- **외출을 할 수 있지만** 계속해서 확진 방지를 위한 공중 보건 조치를 엄두에 두셔야 합니다.
- 오uckland 지역에 내려진 경보 1 단계에 따른 지시 사항을 **준수**해야 합니다.

<https://covid19.govt.nz/alert-system/alert-level-1/>

2. 몸 상태가 좋지 않거나, 검사 또는 의료진의 도움이 필요하십니까?

- 오uckland에 있으면서 감기나 독감 같은 증상이 있다면 반드시 **무료 COVID-19 검사를 받아야 합니다**. COVID-19 은 아래 증상을 포함합니다:
 - ✓ 새롭거나 악화된 기침
 - ✓ 발열
 - ✓ 인후통 (목이 붓고 아픈 증상)
 - ✓ 일시적 후각 마비
 - ✓ 콧물

만약 하나라도 /이러한 증상이 있다면,

1. 먼저 여러분의 GP/가정의에게 **전화**하세요- 검사를 받아야 하는 지 알아보고 지시에 따르세요.
2. 지정해주는 GP 를 **방문**하세요.
3. GP 와 진료 예약이 안될 경우 긴급진료센터 (Urgent Care Unit, 공립병원 응급실이 아님)를 **방문**하세요.
4. 이상의 모든 것이 여의치 않을 경우 COVID-19 검사소 (CTC)를 **방문**하십시오.

검사소는 아래를 링크하세요:

<https://www.arphs.health.nz/public-health-topics/covid-19/where-to-get-tested>

- Healthline, **0800 358 5453** 으로 **전화**해서 의료진의 조언을 받으실 수 있습니다. (통역이 필요한 경우 1 번을 누르고, 잠시 기다린 다음, 간단히 "Korean"이라고 말하고 기다리면 됩니다)

- 다른 건강 상의 이유로 의료 서비스를 받아야 한다면 먼저 **전화**하십시오:
 - ✓ **GP 와 긴급진료센터 (Urgent Care Clinics)**는 정상적으로 운영합니다. 먼저 전화해서 조언을 받으세요.
 - ✓ **공립 병원 예약 환자** (예: North Shore Hospital)
 - 공립 병원에서는 여러분의 안전을 위하여 엄격한 대책을 마련하고 있습니다.
 - 병원으로부터 별다른 통보가 없는 한 현재의 예약된 환자는 병원을 방문하면 됩니다. 상세는 아래의 지역 보건국 웹사이트를 방문하세요:
 - ✓ **공립병원 방문 규칙**
 여러분이 사시는 지역의 지역보건국(DBH) 웹사이트 또는 페이스북에서 각 병원의 규칙을 확인하세요.
Auckland DHB, <http://www.adhb.health.nz/your-health/covid-19/#CTCs>
Counties Manukau Health, <https://countiesmanukau.health.nz/covid-19>
Waitematā DHB, <https://www.waitematadhb.govt.nz/patients-visitors/covid-19-information>

3. 응급상황인 경우

- ✓ **111** 로 전화하거나
- ✓ 가까운 공립병원 응급실(Emergency Department)로 가시면 됩니다. 응급실은 정상 운영합니다.

여러분과 이웃을 보호합시다

- 몸이 아프면 **집에 머물니다**.
- 자주 손을 **20 초** 이상 씻고 기침이나 재채기는 옷소매에 합니다.
- 가정이나 직장에서 **살균제**로 자주 사용하는 표면을 소독합니다.
- 날마다의 동선이 기록되도록 합니다- 접촉자를 파악하고 신속한 조치를 취하는데 도움을 줍니다.
<https://tracing.covid19.govt.nz>
- **친절합시다**.

번역된 정보가 필요하시면 아래로 링크하세요

www.arphs.health.nz/covid-19-information-for-our-communities
www.covid19.govt.nz/updates-and-resources/translations

출처: Auckland DHB, Waitemata DHB, and CM Health 공동

번역 및 자료제공: 아시안 보건 네트워크 (The Asian Health Network)

