

COVID-19 증상이 있을 때 해야 할 일



증상이 있나요?

기침 일시적 미각 상실

재채기와 콧물 목 따가움

발열 숨 가쁨



검사 조치를 취하고 가구 구성원들과 격리하세요.

무증상?

가구 내 접촉자가 아닌 한, 검사할 필요가 없습니다.

검사 장소 / 자가 검사

지역 검사소에서 검사를 받으세요.
requestrats.covid19.health.nz에서 온라인으로 신속 항원 검사(RAT) 키트를 주문한 후 수령 센터(healthpoint.co.nz/covid-19에서 소재지 확인 가능)에서 수령할 수 있습니다.

신속 항원 검사 (RAT)

- 패킷에 적힌 지침에 따르세요.
- 15분 ~ 20분 후에 결과가 표시됩니다.



양성

대부분의 사람들에게 COVID-19는 집에서 쉬며 회복할 수 있는 정도의 경미하거나 보통 수준의 증상을 일으킵니다.



음성

My COVID Record에 검사 결과를 입력하세요.
경계심을 버리지는 마세요.
증상이 있으면 집에 머물고 다음 날 검사하세요.

검사 결과 제출

- My Covid Record에 양성 RAT 결과를 입력하거나 0800 222 478로 전화하세요.
- 24시간 이내에 추가 안내 및 지원 정보가 담긴 문자 메시지가 옵니다.

주위에 알리기

COVID-19 감염자가 있어 가구가 격리 중이라는 사실을 주위에(자주 오는 방문객이나 직장, 교육기관, 학교 등) 알려주세요.

자가격리 방법

- 당사자와 모든 가구 구성원이 7일 동안 격리해야 합니다.
- 가구 구성원과의 접촉을 피하기 위한 상식적인 예방 조치를 취하세요.
- 식료품과 물품은 비접촉식으로 전달받아야 합니다.
- 동네 옥외에서 운동할 수 있으나 수영장이나 헬스장과 같은 다중 이용 시설에서는 그럴 수 없습니다.

가구 내 접촉자

- 가구 내 접촉자는 모두 3일차와 7일차에 검사를 해야 합니다.
- 가구 내 접촉자는 양성 반응을 보이면 다시 7일간 자가격리를 시작해야 합니다.
- 가구 구성원 중 또 다른 사람이 양성 반응을 보이더라도 가구 내 접촉자는 최종 검사에서 음성으로 나오는 한, 다시 격리를 시작할 필요가 없습니다.

증상 모니터링

증상이 악화되면 Healthline(0800 358 5453)으로 전화해 조언을 구하세요.
긴급 상황이라면 즉시 111로 전화하세요.

추가 지원

대부분의 사람들이 가족과 친구의 도움으로 자가격리를 해낼 수 있지만 필요한 경우 지원을 받을 수 있는 서비스도 있습니다.
workandincome.govt.nz를 방문하거나 COVID 복지 지원 안내 전화(0800 512 337)로 전화하세요.

재정적 지원

자가격리 기간 동안 집에서 일할 수 없다면 파트타임이나 시간제 직원이라도 고용주는 급여 지급을 위한 Leave Support Scheme(휴가 지원금)을 신청할 수 있을지 모릅니다.

양성 검사 결과에 대한 자세한 정보:



Covid19.govt.nz/positive