



# سىزنىڭ «COVID» غا تەييار بولۇش يۈرۈشلۈك نەرسىلەر»



ئەگەر سىزدە COVID-19 بولسا ،  
سىرتقا چىقىشىڭىزغا رۇخسەت  
ئېيتىلمىغۇچە ، ئۆيدە يالغۇز  
تۇرۇشىڭىزغا توغرا كېلىدۇ .

## سىزگە ئېھتىياجلىق نەرسىلەر:

- تېرمومېتىر
- ئاغرىق پەسەيتىش (پاراسېتامول ياكى ibuprofen)
- دائىملىق دورىلىرىڭىز (2 ھەپتىدىن ئارتۇق زاپاس)
- ئېغىزدىن سۇ تولۇقلاش ئېرىتمىسى / پاراشوك / تابلېتكا
- كاناي ئاغرىقى ئۈچۈن شۈمەيدىغان دورىلار
- ئەگەر سىز بەك كېسەل بولۇپ قالسىڭىز ھەمدە دوختۇرخانىغا بېرىشقا توغرا كەلسە ، بالىلىرىڭىزغا ، ئەرمەك ھايۋانلىرىڭىزغا ياكى سىز بېقىۋاتقان كىشىلەرگە كىمنىڭ ھالىدىن خەۋەر ئالالايدىغانلىقى توغرىسىدىكى پىلان
- ماسكا ، قولى دېزىنفىكسىيە قىلىش سۇيۇقلۇقى ۋە پەلەي
- 2 ھەپتىلىك يېمەكلىك ۋە زۆرۈر نەرسىلەرنى قانداق ئېلىش توغرىسىدىكى پىلان. (توردا قانداق زاكاز قىلىشنى بىلىشىڭىز ياكى ئىشكىڭىزنىڭ ئالدىغا كېرەكلىك نەرسىلىرىڭىزنى ئېلىپ قويۇپ قويالايدىغان ئائىلە ئەزالىرى / دوسلىرىڭىز كېرەك.)

تېخىمۇ كۆپ ئۇچۇرلار ئۈچۈن : [sahealth.sa.gov.au/COVID-19](https://sahealth.sa.gov.au/COVID-19)

SA COVID-19 ئۇچۇر لىنىيىسى: 1800 253 787



Government  
of South Australia

SA Health