



# long COVID HELP

مساعدة كوفيد  
طويل الأمد

长新冠帮助

COVID kéo dài  
GIÚP ĐỠ

曾经得过新冠的人士，不论其年龄大小或染病时严重程度如何，都有可能受到长新冠的影响。

- ✓ 感觉乏力或极度疲惫
- ✓ 难以入睡
- ✓ 头痛
- ✓ 胸痛
- ✓ 味觉或嗅觉的变化
- ✓ 气促
- ✓ 焦虑或情绪低落
- ✓ 记忆力和注意力问题（脑雾）



“[longcovidhelp.org.au](https://longcovidhelp.org.au)”是与卫生部合作创建的关于长新冠的多语言资源。这是一个关于长新冠症状、预防和治疗的信息库。请即刻浏览并与您的亲友分享这个资源吧

