

COVID-19 گھر پر ٹیسٹنگ

گھر پر کی جانے والی COVID-19 ٹیسٹنگ آپ کو خود COVID-19 ٹیسٹنگ کرنے اور چند منٹوں میں نتائج حاصل کرنے کی سہولت دیتی ہے۔

گھر پر ٹیسٹ کرنے کے لیے تجاویز

- ٹیسٹ کرنے سے پہلے ہدایات کو غور سے پڑھیں اور کوئی بھی ہدایاتی ویڈیوز دیکھیں۔
- ٹیسٹ کرنے سے پہلے اور بعد میں اپنے ہاتھ دھوئیں اور وہ سطح جہاں پر آپ ٹیسٹ کر رہے ہیں اس کی جراثیم کشی کریں۔
- ٹیسٹ کے نتیجے کو اتنے وقت کے اندر پڑھ لیں جتنا ٹیسٹ کٹ کی ہدایات میں لکھا ہے۔ لکھے ہوئے وقت کے دورانیے سے پہلے یا بعد دیکھا جانے والا نتیجہ غلط ہو سکتا ہے۔
- ٹیسٹ کٹس یا ان کے اجزاء کو دوبارہ استعمال نہ کریں۔ ٹیسٹ کے ایسے اجزاء جن کو نقصان پہنچ چکا ہو یا رنگ تبدیل ہو چکا ہو استعمال نہ کریں۔

ٹیسٹ کے نتائج کی تشریح کرنا

- اگر آپ کو حال ہی میں انفیکشن ہوا ہے یا آپ میں علامات نہیں ہیں تو گھر پر ہونے والے ٹیسٹ سے COVID-19 کا پتہ لگانے کا امکان کم ہوتا ہے۔ اس سے ٹیسٹ کا نتیجہ منفی آ سکتا ہے چاہے آپ کو COVID-19 ہو۔
- اگر آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت ہے:
 - اس بات کا قوی امکان ہے کہ آپ کو COVID-19 ہے۔ کسی اضافی ٹیسٹ کی ضرورت نہیں ہے۔
 - کم از کم پانچ مکمل دن تک (دن 1 علامات شروع ہونے کے بعد کا دن ہے یا اگر کوئی علامات نہیں ہیں تو آپ کے COVID-19 ٹیسٹ کے بعد اگلا دن) گھر پر رہیں (آنسولیٹ)۔ مراکز برائے بیماری پر کنٹرول اور روک تھام (Centers for Disease Control and Prevention) کی رہنمائی (bit.ly/cdc-covid-isolation) پر دستیاب ہے) پر عمل کریں کہ آپ کب علیحدگی چھوڑ سکتے ہیں۔ 10 دن تک دوسروں کی موجودگی میں چہرے پر ماسک پہنیں اور دیگر احتیاطی تدابیر اختیار کریں۔ قریبی رابطوں کو مطلع کریں تاکہ وہ ٹیسٹ کروا سکیں۔ علاج کے آپشنز کے بارے میں جاننے کے لیے اپنے نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے رابطہ کریں یا 212-268-4319 پر کال کریں۔
- اگر آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ منفی ہے اور:
 - آپ میں COVID-19 کی علامات ہیں تو علیحدگی میں ہی رہیں اور 48 گھنٹوں میں دوبارہ ٹیسٹ کروائیں۔
 - آپ میں COVID-19 کی علامات نہیں ہیں لیکن آپ کو لگتا ہے کہ آپ COVID-19 کی زد میں آئے ہیں تو 48 گھنٹوں میں دوبارہ ٹیسٹ کروائیں۔ اگر آپ کا دوسرا ٹیسٹ منفی ہے تو 48 گھنٹوں میں دوبارہ ٹیسٹ کروائیں (کل تین ٹیسٹ کے لیے)۔
- متعدد ٹیسٹ کرتے وقت آپ کو ایک ہی ٹیسٹ کٹ برانڈ استعمال کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔
- اگر آپ کا کوئی بھی فالو اپ ٹیسٹ مثبت آئے تو آپ کو ممکنہ طور پر COVID-19 ہے اور آپ کو علیحدگی میں چلے جانا چاہیے۔ اگر آپ کا ٹیسٹ منفی آتا رہتا ہے لیکن آپ کا خیال ہے کہ آپ کو ممکنہ طور پر COVID-19 ہے تو اپنے فراہم کنندہ سے رابطہ کریں یا مالیکیولر (PCR) ٹیسٹ کروائیں۔

اضافی وسائل

- COVID-19 ہونے کی صورت میں اپنا اور دوسروں کا تحفظ کرنے کے بارے میں معلومات کے لیے <https://www1.nyc.gov/site/doh/covid/covid-19-main-ur.page> ملاحظہ کریں اور "When You Are Sick"
- (جب آپ بیمار ہوں) پر کلک کریں۔
- COVID-19 کے علاج کے بارے میں معلومات کے لیے nyc.gov/health/covidtreatments ملاحظہ کریں۔ جتنی جلدی آپ علاج شروع کروائیں گے علاج اتنا ہی بہترین کام کرے گا، لہذا اگر آپ کا ٹیسٹ مثبت آئے تو اپنے فراہم کنندہ سے فوری رابطہ کریں۔
- اگر آپ یا آپ کے بچے کو COVID-19 ہے تو بیماری کی چھٹی کے بارے میں معلومات کے لیے paidfamilyleave.ny.gov/covid19 ملاحظہ کریں۔



- COVID-19 ٹیسٹنگ سائٹ تلاش کرنے کے لیے، جن میں سے کئی مفت ہیں، nyc.gov/covidtest ملاحظہ کریں۔ گھر پر کیے جانے والے ٹیسٹ کی مفت کٹس حاصل کرنے کے لیے، nyc.gov/coronavirus ملاحظہ کریں اور "Get Tested" (ٹیسٹ کروائیں) پر کلک کریں۔
- COVID-19 ٹیسٹنگ کے بارے میں مزید معلومات، بشمول گھر پر ٹیسٹ کرنے سے متعلق ویڈیوز کے لنکس، کے لیے nyc.gov/health/testingtips ملاحظہ کریں یا QR کوڈ اسکین کریں۔

10.7.22 Urdu

صورتحال کے ارتقاء کو دیکھتے ہوئے NYC محکمہ صحت سفارشات تبدیل کر سکتا ہے۔