



अपना नमूना प्रदान करने से पहले इस गाइड को ध्यान से पढ़ें।

# COVID-19 परीक्षण के लिए लार का नमूना प्रदान करने के लिए आपकी चरण-दर-चरण गाइड



घंटा

जांच के व्यर्थ होने के जोखिम को कम करने के लिए अपना नमूना लेने से कम से कम 1 घंटा पहले तक न कुछ खाएं न कुछ पीएं।

इस गाइड में यह वर्णन किया गया है कि लार नमूना संग्रह किट का उपयोग करके आप COVID-19 संबंधी अपनी एवं किसी दूसरे व्यक्ति की जांच कैसे करें। यह आपको बताता है कि अपना नमूना कैसे लेना है, प्रयोगशाला में परिवहन के लिए अपने नमूने को सुरक्षित रूप से कैसे पैकेज करना है और आप अपने परिणाम कैसे प्राप्त करेंगे।

वैकल्पिक भाषायी संस्करण तथा वीडियो निरूपण निम्नलिखित पर उपलब्ध हैं:

[www.gov.uk/covid-19-saliva-test](http://www.gov.uk/covid-19-saliva-test)

# आपको क्या करना चाहिए

## इस गाइड की सामग्री

अनुभाग	शीर्षक	पृष्ठ
1	यह जांच किसके लिए उचित है	3
2	किट सामग्री को जांचें	4
3	अपनी लार का नमूना कैसे लें	5
4	अपना नमूना रजिस्टर करें	9
5	अपने परिणाम प्राप्त करना	10
6	सहायता और संपर्क विवरण	11

## आशयित प्रयोग

यह लार नमूना संग्रह किट COVID-19 की जांच के लिए मानव लार एकत्र करने के लिए है। प्रयोगशाला में नमूने की जांच LAMP (लूप-मीडिएटेड आइसोथर्मल ऐम्प्लिफिकेशन) तकनीक का प्रयोग करते हुए की जाती है।

# 1. यह जांच किसके लिए उचित है

LAMP लार जांच उन लोगों के लिए है जिनमें COVID-19 के लक्षण नहीं हैं (लक्षणहीन)। यह इनके लिए उपयुक्त है:



## 18+ आयु के वयस्क

यदि आवश्यकता पड़े तो सहायता के साथ खुद नमूना लें।



## 12-17 वर्ष की आयु के किशोर

यदि आवश्यकता पड़े तो वयस्क के निरीक्षण में खुद नमूना लें।



## 11 वर्ष से कम आयु के बच्चे

नमूना वयस्क के निरीक्षण में प्रदान किया जाना चाहिए।



### चेतावनी

बच्चों की पहुँच से दूर रखें। किट में छोटे भाग शामिल होते हैं जिनसे तरलरोधन का खतरा हो सकता है।

## 2. किट सामग्री को जांचें

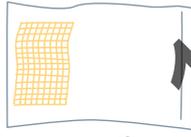
आपकी जांच किट में निम्नलिखित होने चाहिए:

### ⚠ चेतावनी

लीक-प्रूफ बैग से शोषक पैड को न छुएं या न निकालें।



पॉलीग्रिप बैग



लीक-प्रूफ बैग शोषक पैड के साथ



ढक्कन के साथ प्लास्टिक ट्यूब



अतिरिक्त जांच किट बारकोड

### आपको यह भी चाहिए होगा:

- अपनी लार इकट्ठा करने के लिए एक साफ चम्मच
- साबुन, गर्म पानी, और एक तौलिया, या हैंड सैनिटाइज़र

### सलाह

यदि कोई वस्तु क्षतिग्रस्त, टूटी हुई अथवा अनुपलब्ध हो तो क्या करें  
यदि आपको कोई वस्तु क्षतिग्रस्त, टूटी हुई अथवा अनुपलब्ध दिखाई दे, तो कृपया उस जांच किट का प्रयोग न करें। आप फोन करके उपभोक्ता संपर्क केंद्र को फीडबैक दे सकते हैं। लाइनें प्रतिदिन, सुबह 7 बजे से रात 11 बजे तक खुली रहती हैं।  
कॉल: 119 (मोबाइल तथा लैंडलाइन से मुफ्त)। हम 200 भाषाओं के साथ-साथ ब्रिटिश सांकेतिक भाषा में भी सहायता प्रदान करते हैं।

# 3. अपनी लार का नमूना कैसे लें

## महत्वपूर्ण

अपना नमूना लेने से एक घंटे पहले:

- न पिएं (पानी सहित)
- न खाएं
- अपने दाँत ब्रश या फ़्लॉस न करें, या माउथवॉश का उपयोग न करें

1  
घंटा



1

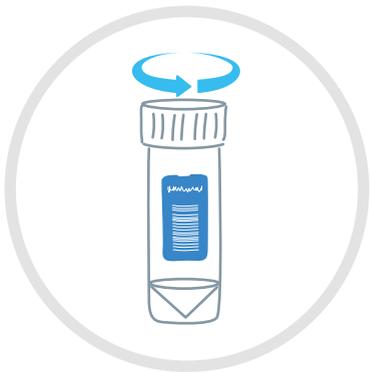
अपने हाथों को साबुन और गर्म पानी से 20 सेकंड तक धोएं, फिर उन्हें धोकर सुखा लें, या हैंड सैनिटाइज़र का उपयोग करें।

20  
सेकेंड्स



2

एक सतह को साफ करें और सुखाएं और फिर उस पर जांच किट की सामग्री रखें।



- 3 ट्यूब के ढक्कन को खोल दें। आपको प्रत्येक जांच के लिए केवल एक ट्यूब जमा करने की आवश्यकता होगी।



- 4 इस जांच के लिए आप ज्यादा लार उत्पन्न कर सकें, इसके लिए यह कल्पना करें कि आप खा रहे हैं और अपना मुंह इस तरह चलाएं जैसे कुछ चबा रहे हों। अगर आप अपने किसी मनपसंद खाने की वस्तु के बारे में सोचें तो इससे भी लार बनने में सहायता मिलेगी।



- 5 आपकी लार मुंह के अगले भाग में एकत्रित हो सके, इसके लिए अपना सिर आगे की ओर झुकाएं।



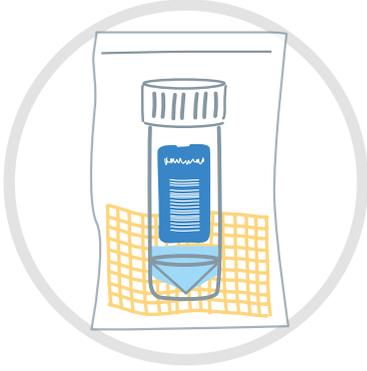
- 6 अपनी लार को एक छोटे साफ चम्मच में निकालें। हमें 2 मि.ली लार चाहिए जो लगभग आधा छोटा चम्मच होती है। यदि आप अपने चम्मच पर रक्त या भोजन देख सकते हैं, तो इस नमूने का उपयोग न करें, अपना चम्मच धो लें और दूसरा नमूना लें।



- 7 आपको जो ट्यूब दी गई है उसमें अपनी लार सावधानी से डाल दें। ट्यूब 2 मि.ली के निशान तक भर जानी चाहिए।



- 8 यह सुनिश्चित करने के लिए कि यह ठीक से फिट बैठता है, ढक्कन को वापस ट्यूब पर कस दें।



- 9 ट्यूब को शोषक पैड के साथ लीक-प्रूफ बैग के अंदर रखें। ग्लिप सील को बंद कर दें, ताकि अंदर कोई हवा न रहे। शोषक पैड को न छुएं और न निकालें।



- 10 लीक-प्रूफ बैग को शोषक पैड और आपके नमूने वाली ट्यूब के साथ पॉलीग्लिप बैग में रख दें। ग्लिप सील को बंद कर दें, ताकि अंदर कोई हवा न रहे।



20  
सेकेंड्स

- 11 अपने हाथों को साबुन और पानी से 20 सेकंड तक धोएं, फिर उन्हें धोकर सुखा लें।

### महत्वपूर्ण

अपना नमूना लेने के बाद, कमरे के तापमान (15-25°C) पर सीधी धूप और गर्मी से दूर रखें। अपने नमूने को फ्रिज या फ्रीजर में न रखें।

## 4. अपना नमूना रजिस्टर करें

- 12** अपना जांच परिणाम प्राप्त करने के लिए आपको प्रत्येक नमूने को पंजीकृत करने की आवश्यकता है। यदि आप अपना पंजीकरण करा रहे हैं, तो [gov.uk/register-your-test](https://gov.uk/register-your-test) पर ऑनलाइन जाएं। आपको अपनी जांच किट के बारकोड नंबर की जरूरत होगी।

यदि आपका संगठन आपके लिए इस नमूने को पंजीकृत कर रहा है, तो वे आपसे अतिरिक्त जांच किट बारकोड मांग सकते हैं। यह आपके नमूने से मेल खाएगा। नमूना बैग में अतिरिक्त जांच किट बारकोड न डालें।



यदि आपके पास मोबाइल नंबर या ईमेल पते तक पहुंच नहीं है, तो आपको अपना नमूना पंजीकृत करने के लिए 119 पर कॉल करना होगा। आपको अद्वितीय जांच किट बारकोड संख्या की आवश्यकता होगी।

### सलाह

एक तस्वीर लें या बारकोड नंबर लिखें। यदि आप सहायता के लिए 119 पर कॉल करते हैं तो आपको इसकी आवश्यकता होगी।

ड्रॉप-ऑफ



### 13 अपना नमूना लौटाएं

आपके नमूने वाले बैग को अपनी संस्था की उस जगह दे आएं जहां LAMP नमूने एकत्रित किए जाते हैं।

नमूना लेने के 4 घंटे के भीतर उसे वापस कर दिया जाना चाहिए। एकत्रीकरण स्थान से आपके नमूने को कूरियर द्वारा एकत्रित किया जाएगा और जांच के लिए प्रयोगशाला ले जाया जाएगा।

### महत्वपूर्ण

यदि आप नमूना लेने के 4 घंटे के भीतर इसे वापस नहीं करते हैं तो यह अमान्य हो सकता है।

# 5. अपने परिणाम प्राप्त करना

जांच परिणाम 1 से 2 दिनों के भीतर NHS द्वारा पाठ संदेश या ईमेल से भेजे जाएंगे। यदि आपके पास ईमेल या मोबाइल टेलीफोन नहीं है तो आपको अपना जांच परिणाम प्राप्त करने के लिए 119 पर कॉल करना चाहिए।

## अपने परिणामों को समझना

**⊖ यदि आपकी COVID-19 जांच नेगेटिव आती है तो**  
नेगेटिव परिणाम का मतलब है कि जांच के समय आपके COVID-19 से संक्रमित होने की संभावना बहुत कम है। आपको भविष्य में भी वायरस हो सकता है। आपको सरकार के दिशा-निर्देशों और सलाह का पालन करते रहना चाहिए।

**⊕ यदि आपकी COVID-19 जांच पॉजिटिव आती है तो**  
पॉजिटिव परिणाम का मतलब है कि जांच के समय आपके COVID-19 से संक्रमित होने की संभावना बहुत ज्यादा है। आपको अलगाव को लेकर मौजूदा सरकार के दिशा-निर्देशों का पालन करना चाहिए। कृपया ध्यान दें कि आपके लिए NHS के माध्यम से एक और COVID-19 जांच आयोजित करना आवश्यक नहीं है। यदि आपके कोई अन्य प्रश्न या चिंताएं हैं तो आप 119 पर संपर्क कर सकते हैं।

## ⊖ शून्य या अनिर्णायक जांच परिणाम

एक शून्य परिणाम का मतलब है कि प्रयोगशाला के लिए आपके नमूने को संसाधित करना संभव नहीं था। आम तौर पर ऐसा इसलिए होता है क्योंकि:

- जांच के लिए पर्याप्त मात्रा में लार नहीं थी
- नमूना किसी खाद्य या पेय वस्तु से दूषित था
- नमूना सही ट्यूब में नहीं भेजा गया

आपको अपने अगले नमूना संग्रह दिन की प्रतीक्षा करनी चाहिए और एक नया नमूना लेना चाहिए।

## 6. सहायता और संपर्क विवरण

लार नमूना संग्रह और LAMP जांच के बारे में अधिक पढ़ने के लिए यहां जाएं:  
[www.gov.uk/guidance/covid-19-saliva-test](http://www.gov.uk/guidance/covid-19-saliva-test)

### संपर्क और सहायता

यदि आपके पास कोई अन्य प्रश्न या चिंता है या आपको अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता है, तो आप **119** (मोबाइल और लैंडलाइन से मुक्त) पर कॉल कर सकते हैं। लाइनें प्रतिदिन सुबह 7 बजे से रात 11 बजे तक खुली रहती हैं। 119, 200 भाषाओं में सहायता प्रदान करता है।

### यदि आप चिंतित हैं तो सहायता लेने में देरी न करें। अपने सहज-बोध पर यकीन करें।

यदि आपमें COVID-19 के लक्षण हैं अथवा आपको COVID-19 हो गया है तो कृपया NHS के दिशानिर्देशों का पालन करें: [nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19](http://nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19)

यदि आपमें COVID-19 के लक्षण हैं तथा आपकी हालत बदतर होती है, अथवा आप सात दिनों के बाद बेहतर नहीं होते, तो NHS 111 ऑनलाइन कोरोनावायरस सेवा [111.nhs.uk](http://111.nhs.uk) का प्रयोग करें।

यदि आपके पास इंटरनेट नहीं है, तो NHS 111 पर कॉल करें।

चिकित्सकीय आपात स्थिति के लिए **999** डायल करें।

आप बच्चों में COVID-19 के लक्षणों के संबंध में इस पर अधिक सलाह प्राप्त कर सकते हैं:  
[nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms/coronavirus-in-children/](http://nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms/coronavirus-in-children/)



HM Government

**NHS**

Test and Trace

# COVID-19 के प्रसार को रोकने में मदद करने के लिए धन्यवाद

इस उपकरण की आपूर्ति की अनुमति केवल NHS टेस्ट एंड ट्रेस कार्यक्रम के तहत स्वास्थ्य एवं सामाजिक देखभाल विभाग (DHSC) परिनियोजन के हिस्से के रूप में है।



Department of Health and Social Care, 39 Victoria Street, Westminster, London, SW1 0EU.



तापमान की सीमा



सावधानी



निर्माण की तिथि



पुनः प्रयोग न करें



लॉट संख्या



इस तिथि तक प्रयोग करें



निर्माता



इनविट्रो डायग्नोस्टिक मेडिकल डिवाइस



सूरज की रोशनी से दूर रखें



प्रयोग के लिए अनुदेशों को पढ़ें



सूखा रखें



यदि पैकेज क्षतिग्रस्त है तो इसका प्रयोग न करें



जैविक सत्व श्रेणी B

BIOLOGICAL SUBSTANCE CATEGORY B



यूके अनुरूपता आकलित