



HM Government

NHS

Test and Trace

تسی اپنا سیمپل دین توں پہلاں ایس گائیڈ نوں احتیاط نال پڑھ لیو۔

COVID-19 ٹیسٹنگ لئی لعاب دہن دا سیمپل فراہم کرن لئی تہاڈا مرحلہ وار گائیڈ



ٹیسٹ خراب ہون دے خطرے نوں گھٹ کرن لئی اپنا سیمپل لین توں پہلاں
گھٹ توں گھٹ 1 گھنٹاں پہلاں تائیں کچھ وی کھان یا پین توں پرہیز کرو۔

1
گھنٹہ



اپہہ گائیڈ وضاحت کردا اے کہ لعاب دہن سیمپل کلیکشن کٹ نوں ورتدے ہوئے COVID-19 لئی اپنا
یا کسے دوجے دا کیس طرح ٹیسٹ کرنا اے۔ اپہہ تہانوں دسدا اے کہ اپنا سیمپل کیس طرح لینا اے،
اپنے سیمپل نوں لیبارٹری تائیں پہنچان لئی محفوظ طریقے توں کیس طرح پیک کرنا اے تے تہانوں اپنے
نتیجے کیس طرح ملن گئے۔

متبادل بولی دی ورژن تے ویڈیو وضاحتاں ایس اتے دستیاب نیں:

www.gov.uk/covid-19-saliva-test

تہانوں کی کرن دی لوڑاے

ایس گائیڈ دے مندرجات

صفحہ	عنوان	سیکشن
3	ایہہ ٹیسٹ کیس لئی موزوں اے	1
4	کٹ دیاں شیواں دی جانچ کرو	2
5	اپنا لعاب دہن ہا سیمپل کیس طرح لینا اے	3
9	اپنا سیمپل رجسٹرو کرو	4
10	اپنے نتیجے حاصل کرنا	5
11	مدد تے رابطے دی تفصیلاتاں	6

مطلوبہ استعمال

ایہہ لعاب دہن سیمپل کلیکشن کٹ COVID-19 دے ٹیسٹ لئی انسانی لعاب دہن جمع کرن لئی اے۔
سیمپل نوں LAMP (لوپ-میڈیٹڈ آنسو تھرمل امپلیفیکیشن) ٹیکنالوجی ورتدے ہوئے لیبارٹری اج ٹیسٹ
کیتا جاندا اے۔

1. ایہ ٹیسٹ کیس لئی موزوں اے

LAMP لعاب دین دا ٹیسٹ اونہاں لوکاں لئی اے جنہاں نوں COVID-19 دی علامتاں نئیں نیں
(علامتاں دے بغیر)۔ ایہہ ایناں لئی موزوں اے:

18+ سال دی عمر دے بالغ افراد

سیلف سیمپل، جے ضرورت ہووے، تے معاونت دے نال۔



12 – 17 سال دی عمر دے نو عمر افراد

سیلف سیمپل، جے لوڑ ہووے، کسے بالغ دی نگرانی نال۔



11 سال توں گھٹ عمر دے بال

سیمپل بالغ فرد دی نگرانی اچ فراہم کیتا جانا چاہیڈا اے۔



انتباہ



بالاں دی پہنچ توں دور رکھو۔ کٹ اچ نکے نکے حصے بوندے نیں جنہاں دے کارن پھنس کے دم گھٹن دا خطرہ ہو سکدا اے۔

2. کٹ دیاں شیواں دی جانچ کرو

تہاڈی ٹیسٹ کٹ اچ تہاڈے کول ہونا چائیدا:

انتباہ

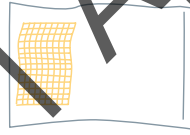
لیک پروف بیگ وچوں جاذب پیڈ نوں نہ چھو تے نہ ایس نوں ہٹاؤ۔



اسپیئر ٹیسٹ کٹ
بار کوڈ



پلاسٹک ٹیوب
ٹھکن نال



لیک پروف بیگ
جاذب پیڈ دے نال



پولی گرپ بیگ

تہاتوں ایس دی وی لوڑ ہووے گی:

- اپنا لعاب دہن جمع کرن لئی اک صاف چھوٹا چمچ
- صابن، گرم پانی، تے اک تولیہ، یا ہینڈ سینیٹائزر

مشورہ

کوئی شے خراب ہووے، جے کوئی شے ٹٹی ہوئی ہووے یا موجود نہ ہووے، تے کی کرنا چائیدا
جے تہانوں کوئی شے خراب، ٹٹی ہوئی نظر آندی یا گمشدہ لگدی اے، تے مہربانی کر کے ٹیسٹ کٹ
استعمال نہ کرو۔ تسی کسٹمر کانتیکٹ سینٹر نوں کال کر کے اپنی رائے دے سگدے او۔ لائن ہر دن
سویرے 7 وجے توں رات 11 وجے تائیں کھلیاں نیں۔
کال کرو: 119 (موبائل تے لینڈ لائن توں مفت اچ)۔ اسی 200 بولیاں اچ نالے برٹش سائن لینگویج اچ
وی مدد دی پیشکش کردے آن۔

3. اپنے لعاب دہن دا سیمپل کس طرح لینا اے



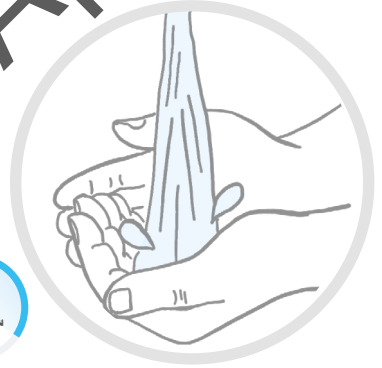
1
گھنٹہ

اپنا سیمپل لین تون اک گھنٹہ پہلاں:

- کجھ نہ پین (پانی سمیت)
- کجھ نہ کھاؤ
- اپنے دندان نوں بوش یا فلاس نہ کرو، یا ماؤتھ واش استعمال نہ کرو

1
اپنے ہتھان نوں صابن تے گرم پانی نال 20
سیکنڈاں تائیں دھوو، فیر پانی نال دھو کے
خشک کرو یا ہینڈ سینٹائزر استعمال کرو۔

20
سیکنڈز



2
کسے سطح نوں صاف تے خشک کرو تے
فیر ٹیسٹ کٹ دیاں شیواں ایس اتے رکھو۔



3 ٹیوب دا ڈھکن کھولو۔ تہانوں ہر ٹیسٹ
لئی صرف اک ٹیوب جمع کران دی لوڑ
ہو وے گی۔



4 ٹیسٹ لئی کافی لعاب پیدا کرن اچ تہاڈی مدد
کرن لئی، سوچو کہ تسی کھا رئے او تے اپنے
منہ نوں ایس طرح بلاؤ کہ جیس طرح تسی
کچھ چبا رئے او۔ اپنے پسندیدہ کھانے دے
بارے اچ سوچنا لئی لعاب دہن پیدا کرن اچ مدد
کر سکتا اے۔



5 اپنے سر نوں آگے نوں جھکاؤ ایس توں
تہاڈا لعاب دہن تہاڈے منہ دے سامنے آئے
حصے اچ جمع ہو جاوے گا۔



6 اپنا لعاب دہن اک صاف چھوٹے چمچ اتے خارج کرو۔ سانوں 2 ملی لیٹر لعاب دہن دی لوڑ ہوندی اے جیہڑا تقریباً ادھے چھوٹے چمچ جینا ہوندا اے۔ جے تہانوں اپنے چھوٹے چمچ اتے خون یا کوئی غذا نظر آندی اے، فیر ایس سیمپل نوں نہ ورتو، اپنے چھوٹے چمچ نوں دھوو تے اک بور سیمپل لیوو۔



7 لعاب دہن نوں نال دتی گئی ٹیوب اچ احتیاط نال انڈیل دیو۔ ٹیوب 2 ملی لیٹر دے نشان تائیں لازمی بھری ہوئی چائیدی اے۔



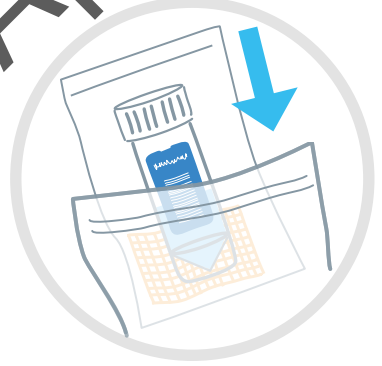
8 ڈھکن نوں ٹیوب اتے واپس گھماندے ہوئے بند کر دیو ایہہ یقینی بناندے ہوئے کہ ایہہ چنگی طرح ایس اتے فٹ آ گیا اے۔



9 ٹیوب نوں لیک پروف بیگ دے وچ جاذب پیڈ دے نال رکھ دیو۔ گرپ سیل نوں بند کرو، تاکہ ایس دے وچ کوئی ہوا نہ رہ جاوے۔ جاذب پیڈ نوں نہ چھوو تے نہ ایس نوں ہٹاؤ۔



10 لیک پروف بیگ نوں جاذب پیڈ تے تہاڈے سیمپل اتے مشتمل ٹیوب دے نال پولی گرپ بیگ اچ رکھو۔ گرپ سیل نوں بند کرو، تاکہ ایس دے وچ کوئی ہوا نہ رہ جاوے۔



11 اپنے ہتھان نوں صابن تے پانی نال 20 سیکنڈاں تائیں دھوو، فیر کھنگال کے خشک کرو۔

20
سیکنڈز



اہم

اپنا سیمپل لین توں بعد، ایس نوں کمرے دے درجہ حرارت (15-25°C) تے سورج دی براہ راست روشنی تے حرارت توں دور رکھو۔ اپنے سیمپل نوں فریج یا فریزر اچ نہ رکھو۔

4. اپنا سیمپل رجسٹر کرو

2 اپنے ٹیسٹ دا نتیجہ حاصل کرن لئی تہانوں ہر سیمپل رجسٹر کرن دی لوڑ ہوندی اے۔ جے تسی خود رجسٹر کر رئے او، gov.uk/register-your-test اتے آن لائن جاؤ۔ تہانوں اپنے ٹیسٹ کٹ بار کوڈ نمبر دی لوڑ پوے گی۔

جے تہادی تنظیم تہادی لئی ایس سیمپل نوں رجسٹر کر رئی اے، فیر اوہو تہاڈے توں اسپینر ٹیسٹ کٹ بار کوڈ دا پوچھ سکدے نیں۔ ایہہ تہانوں تہاڈے سیمپل نال ملاوے گا۔ اسپینر ٹیسٹ کٹ بار کوڈ نوں سیمپل بیگ اچ نہ رکھو۔

جے تہانوں موبائل نمبر یا ای میل پتہ تائیں رسائی حاصل نہیں اے، تہانوں اپنا سیمپل رجسٹر کرن لئی 119 تے کال کرن دی لوڑ ہو وے گی۔ تہانوں مقررہ ڈیسٹ کٹ بار کوڈ نمبر دی لوڑ ہووے گی۔



مشورہ

اک تصویر لیوو یا بار کوڈ نمبر لکھو۔ جے تسی مدد لئی 119 اتے کال کر دے او فیر تہانوں ایس دی لوڑ پوے گی۔

13 اپنا سیمپل واپس کرو

اپنے سیمپل آلے بیگ نوں اپنی تنظیم دی LAMP ڈراپ آف تہاں تے لے کے جاؤ۔

سیمپل نوں لین توں بعد 4 گھنٹاں دے وچ واپس کرنا چاہیدا اے۔ اک کورئیر تہادی ڈراپ آف تہاں تے تہاڈا سیمپل وصول کرے گا تے ٹیسٹ کران لئی لیبل تری لے کے جاوے گا۔



اہم

جے تسی سیمپل لین دے بعد 4 گھنٹاں دے وچ واپس نہیں کر دے او فیر تہاڈا سیمپل باطل ہو سکدا اے۔

5. اپنے نتیجے حاصل کرنا

ٹیسٹ دے نتیجے 1 توں 2 دنن دے وچ NHS ولوں متن سنیا یا ای میل ولوں گھلے جان گئے جے تہاڈے کول ای میل یا موبائل فون نئیں اے فیر تہانوں اپنے ٹیسٹ دے نتیجے لین لئی 119 اے حال کرنی چائیدی اے۔

اپنے نتیجان نوں سمجھنا

⊖ جے تہاڈا COVID-19 دا ٹیسٹ منفی آندا اے

منفی نتیجے دا مطلب اے کہ ٹیسٹ دے ویلے تہانوں COVID-19 ہون دا امکان بہت گھٹ اے۔ فیر وی تہانوں مستقبل اچ وانوس ہو سکدا اے۔ تہانوں حکومتی ہدایتاں تے مشوراں تے عمل کر دے رہنا چائیدا اے۔

⊕ جے تہاڈا COVID-19 دا ٹیسٹ مثبت آندا اے

اک مثبت نتیجے دا مطلب اے کہ ایس گل دا بہت ودھ امکان اے کہ جدوں ٹیسٹ کیتا گیا اوس ویلے تہانوں COVID-19 سی۔ تہانوں الگ تھلگ ہون دے بارے اچ موجودہ حکومتی ہدایتاں اتے عمل کرنا چائیدا اے۔ مہربانی کر کے نوٹ کرو کہ تہاڈے لئی NHS دے ذریعے اک ہور COVID-19 ٹیسٹ دا انتظام کرنا ضروری نئیں اے۔ جے تہاڈے کولی ہور سوالات یا تشویشاں تسی 119 تے رابطہ کر سکدے او۔

⊘ باطل یا بغیر فیصلہ ٹیسٹ دا نتیجہ

اک باطل نتیجے دا مطلب اے کہ لیبیاٹری ولوں تہاڈے سیمپل نوں پراسیس کرنا ممکن نئیں سی گا۔ ایہہ عام طور تے ہوندا اے کیونکہ:

- ٹیسٹ کرن لئی کافی لعاب دہن نئیں سی
- نمونہ کھانے یا پینے توں آلودہ سی
- نمونہ صحیح ٹیوب اچ نئیں گھلایا گیا سی

تہانوں اپنے اگلے سیمپل جمع کرن دے دن دا انتظار کرنا چائیدا اے تے اک نواں سیمپل لینا چائیدا اے۔

6. مدد سے رابطہ دی تفصیلات

لعاب دین دا سیمپل جمع کرن تے LAMP ٹیسٹنگ دے بارے اچ ہور پڑھن لئی ایہے جاؤ:
www.gov.uk/guidance/covid-19-saliva-test

رابطہ تے معاونت

جے تہادے کوئی ہور سوالات یا تشویشات نیں یا جے تہانوں اضافی مدد دی لوڑ اے تسی 119 اتے (موبائل تے لیٹڈ لائنز توں مفت) کال کر سکتے او۔ لائنوں ہر دن، سویرے 7 وجے توں رات 11 وجے تائیں کھلی رہندیاں نیں۔ 119، 200 بولیاں اچ مدد فراہم کر دی اے۔

جے تسی پریشان او تے مدد حاصل کرن اچ دیر نہ کرو۔
اپنی جبلت اتے بھروسہ کرو۔

جے تہانوں COVID-19 دی علامتاں نیں یا COVID-19 توں سامنا ہویا اے، فیر مہربانی کر کے NHS دی رہنمائی اتے عمل کرو: nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19

جے تہانوں COVID-19 دی علامتاں ہون تے تہاڈی حالت خراب ہو جاندی اے، یا تسی ست دناں دے بعد وی چنگے نہیں ہوندے او، تے NHS 111 آن لائن کورونا وائرس سروس 111.nhs.uk استعمال کرو۔

جے تہاڈے کول انٹرنیٹ دی رسائی موجود نہیں اے، NHS 111 نوں کال کرو۔

میڈیکل ایمرجنسی لئی 999 ڈائل کرو۔

تسی بچاں اچ COVID-19 دی علامتاں دے بارے اچ ہور مشورہ ایہوں حاصل کر سکتے او
nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms/coronavirus-in-children/



HM Government

NHS

Test and Trace

COVID-19 دے پھیلن نوں روکن اچ مدد کرن لئی تہاڈا شکر یہ

ایس آلے دی فراہمی دی صرف NHS ٹیسٹ اینڈ ٹریس پروگرام دے بیٹھاں ڈیپارٹمنٹ آف ہیلتھ اینڈ سوشل
کیئر (DHSC) تعیناتی دے حصے دے طور تے اجازت دتی گئی اے۔

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



دوبارہ نہ ورتو



مینوفیکچر دی تاریخ



احتیاط



درجہ حرارت دی حد



انویٹرو

تشخیصی
میڈیکل آلہ



مینوفیکچرر



ایس تاریخ
تائیں ورتو



لاٹ نمبر



پیکج نوں نقصان
پہنچا ہون دی
صورت اچ نہ ورتو



خشک رکھو



ورتن لئی ہدایات
توں مشورہ لیو



سورج دی روشنی
توں دور رکھو



یو کے مطابقت دی
تشخیص کیتی گئی



حیاتیاتی
مادہ زمرہ B



BIOLOGICAL SUBSTANCE
CATEGORY B