NHS
Test and Trace

ٹیسٹ شروع کرنے سے پہلے اس پورے رہنما کو دھیان سے پڑھیں۔
یہ ٹیسٹ اس سے مختلف ہوسکتا ہے جو آپ نے پہلے استعمال کیا ہے۔

DHSC COVID-19 کی از خود ٹیسٹنگ کے لیے آپ کا مرحلہ وار رہنما (ریپڈ اینٹیجین ٹیسٹ)

یہ ہدایات صرف DHSC COVID-19 از خود ٹیسٹ (ریپڈ اینٹیجین ٹیسٹ) سے متعلق استعمال کے لیے ہیں۔

یہ رہنما وضاحت کے ساتھ بتاتا ہے کہ COVID-19 کے مدنظر کس طرح خود کا یا دوسرے فرد کا ٹیسٹ کیا جائے، اور NHS کو نتائج کی رپورٹ کی جائے۔

متبادل زبان میں ورژن اور ویڈیو مظاہرے دستیاب ہیں:
gov.uk/covid19-self-test-help

اپنے تمام ٹیسٹ کے نتائج NHS کو رپورٹ کریں

آپ کو کیا کرنے کی ضرورت ہے

آپ کا مرحلہ وار رہنما

مکمل ہدایات کو پڑھیں اور درست ترتیب میں اقدامات پر عمل کریں۔ ہر ٹیسٹ کو ترتیب دینے میں لگ بھگ 15 منٹ لگتے ہیں اور نتائج مزید 30 منٹ کے بعد تیار ہوں گے۔

سیکشن	عنوان	صفحہ
1	اپنے ٹیسٹ کی جگہ تیار کریں	6
	اپنے ٹیسٹ کٹ کے مشمولات کی پڑتال کریں	7
2	اپنا ٹیسٹ ترتیب دیں	8
3	اپنے سویب کا نمونہ لیں	10
	کسی دوسرے پر ٹیسٹ کرنا	11
4	سویب کے نمونے پر کارروائی کریں	12
5	اپنا نتیجہ پڑھیں	14
6	اپنے نتیجے کی رپورٹ کریں	15
7	آپ کے نتائج کا کیا مطلب ہے	16
8	ٹیسٹ کی کارکردگی	17
9	اپنا ٹیسٹ کٹ بحفاظت ضائع کریں	17
	اپنے ٹیسٹ کے نتائج کا ایک نوٹ بنائیں	18

COVID-19 میں مبتلا تقریبا 3 افراد میں سے 1 کو معلوم نہیں ہوتا ہے کہ وہ اس کا شکار ہے۔

باقاعدہ از خود ٹیسٹنگ کی مدد سے ہم پھیلاؤ کو کم کر سکتے ہیں اور اپنے خاندانوں اور سماج میں سب سے مصیبت زدہ افراد کا تحفظ کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

ٹیسٹ کرنے کے بارے میں مشورہ

آپ کی مدد کے لیے رہنما کے ساتھ مفید نکات ، مشورے اور انتباہ والے خانے پھیلائے گئے ہیں۔ مرحلہ وار ان ہدایات پر احتیاط سے عمل کرنے پر، آپ کے پاس معتبر نتیجہ حاصل کرنے کا زیادہ بہتر موقع ہوگا۔

عمومی رہنمائی اور انتباہات

- ہر فرد کے لیے علیحدہ ٹیسٹ کٹ استعمال کریں۔ آپ ٹیسٹ کٹ میں موجود ہر ایک آئٹم صرف ایک بار استعمال کر سکتے ہیں۔
- آئٹمز کو دوبارہ استعمال مت کریں۔ آپ کو ہر فرد کے نتیجے کی رپورٹ کرنی ہوگی۔
- اگر آپ کو اپنے ہاتھوں یا بینائی میں مسائل درپیش ہوں تو آپ کو سویب لینے اور ٹیسٹنگ کی کارروائی میں اپنی اعانت کے لیے کسی کی ضرورت ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ نے ناک چیھدوایا ہے تو دوسرے نتھنے سے سویب لیں۔ اگر آپ نے دونوں طرف چیھدوایا ہے تو سویب لینے سے پہلے ایک طرف سے نتھنی ہٹا دیں۔
- اگر پچھلے 24 گھنٹے کے اندر آپ کی ناک سے خون بہا ہو تو دوسرے نتھنے سے سویب لیں یا 24 گھنٹے انتظار کریں۔
- ٹیسٹ بیکار ہونے کے خطرے کو کم کرنے کے لیے ٹیسٹ کرنے سے پہلے کم از کم 30 منٹ تک نہ کھائیں یا پیئیں۔
- یہ کٹس صرف انسانی استعمال کے لیے بنائی گئی ہیں۔

مشورہ

ٹیسٹ کٹ کو کمرے کے درجۂ حرارت پر یا ٹھنڈی خشک جگہ (2°C تا 30°C) میں رکھیں۔ براہ راست دھوپ میں مت رکھیں اور فرج یا فریزر میں اسٹور مت کریں۔

کٹ کو کمرے کے درجۂ حرارت (15°C تا 30°C) پر استعمال کرنا چاہیے۔ اگر کٹ کو ٹھنڈی جگہ (15°C سے کم) پر اسٹور کیا گیا ہو تو استعمال کرنے سے پہلے اسے 30 منٹ تک کمرے کے معمول کے درجۂ حرارت پر رکھیں۔

ٹیسٹ کٹ کو بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں۔

اس ٹیسٹ کے بارے میں

آپ کو از خود ٹیسٹ کیوں کروانا چاہیے

یہ از خود ٹیسٹ کٹ لا علامتی افراد کے لیے ہے، یہ ناک اور حلق کے لیے ایک سویب ٹیسٹ ہے تاکہ یہ چیک کیا جائے کہ آیا آپ متاثر ہوئے ہیں۔

لا علامتی افراد وہ ہوتے ہیں جن میں وائرس ہوتا ہے لیکن اس میں اس کی کوئی علامت نظر نہیں آتی ہے۔

اگر COVID-19 کے لیے آپ کا ٹیسٹ مثبت آتا ہے تو آپ یہ کام کر سکتے ہیں:

- بیماری کے پھیلاؤ کو محدود کرنے میں تعاون کریں، آپ اور آپ کے گھرانے کو حکومت کے درج ذیل رہنما خطوط پر عمل کرتے ہوئے خود کو تنہا کرنا چاہیے:
  nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/
- پچھلے 14 دنوں میں آپ جن افراد کے قریبی رابطے میں رہے ہیں، یا جن مقامات پر آپ گئے ہیں انہیں بتائیں، تاکہ COVID-19 کے ممکنہ انفیکشن کی جانچ کی جائے۔

اگر COVID-19 کے مدنظر آپ کی جانچ منفی ہے

اس امر کا امکان ہے کہ ٹیسٹ کیے جانے کے وقت آپ متعدی نہیں تھے۔ تاہم، ٹیسٹ کا منفی نتیجہ اس بات کی ضمانت نہیں ہے کہ آپ میں کورونا وائرس نہیں ہے۔

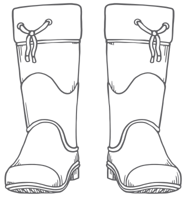
مشورہ

اگر آپ کو کورونا وائرس (COVID-19) کی علامات ہوں یا کورونا وائرس (COVID-19) کی زد میں آئے ہوں تو، براہ کرم آن لائن NHS کی رہنمائی سے رجوع کریں:
nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19

اگر آپ کو کورونا وائرس (COVID-19) کی علامات ہوں اور آپ کی کیفیت بگڑ جائے، یا 7 دنوں کے بعد آپ کی طبیعت بہتر نہ ہو تو، **111** NHS آن لائن سروس: **111.nhs.uk** ملاحظہ کریں۔ اگر آپ کی رسائی انٹرنیٹ تک نہ ہو تو، **111** NHSکو کال کریں۔ طبی ایمرجنسی کے لیے **999** ڈائل کریں۔

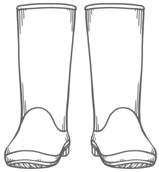
اگر آپ کو فکر لاحق ہو تو مدد حاصل کرنے میں تاخیر مت کریں۔ اپنے وجدان پر بھروسہ کریں۔

یہ ٹیسٹ کس کے لیے موزوں ہے



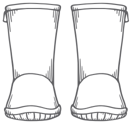
+18 سال کی عمر کے بالغان

اگر ضرورت ہو تو اعانت لے کر، خود سے ٹیسٹ کریں اور رپورٹ کریں۔



17 – 12 سال کی عمر کے جوان

خود ٹیسٹ کریں اور بالغ کی نگرانی میں رپورٹ کریں۔ اگر ضروری ہو تو بالغ ٹیسٹ کا انصرام کر سکتا ہے۔



12 سال سے کم عمر کے بچے

12 سال سے کم عمر کے بچوں کا ٹیسٹ کسی بالغ فرد کو کرنا چاہیے۔
اگر بچے کا ٹیسٹ کرنے میں آپ کو اعتماد محسوس نہیں ہوتا ہو تو یہ ٹیسٹ مت کریں۔

کتنی مرتبہ ٹیسٹ کرنا ہے

آپ کو کتنی بار ٹیسٹ کرنا چاہیے یہ آپ کے حالات اور موجودہ ملکی یا مقامی رہنما خطوط پر انحصار کرتے ہوئے مختلف ہو سکتا ہے۔

اضافی مدد کہاں سے تلاش کریں

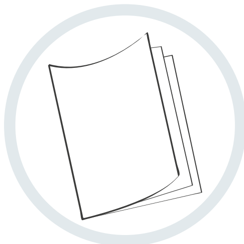
از خود ٹیسٹ کی مزید معلومات حاصل کریں: **gov.uk/covid19-self-test-help**

1. اپنے ٹیسٹ کی جگہ تیار کریں

اپنے ٹیسٹ سے پہلے
30 منٹ تک نہ کھائیں
یا پیئیں

آپ کو ضرورت ہوگی:

- گھڑی یا گھڑیال جیسے ٹائمر کی
- ٹشوز
- شیشہ
- چپٹی سطح
- ہینڈ سینیٹائزر یا صابن اور گرم پانی تک رسائی۔



1 اس ہدایاتی رہنما کو بغور پڑھیں۔
اگر آپ کو مزید مدد درکار ہو تو آپ سویب ٹیسٹ کی ویڈیو آن لائن بھی دیکھ سکتے ہیں:
gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help

---

2 ٹیسٹ شروع کرنے سے عین قبل، ٹیسٹ کٹ کو رکھنے کے لیے ایک سپاٹ سطح کو صاف، صفائی اور خشک کریں۔

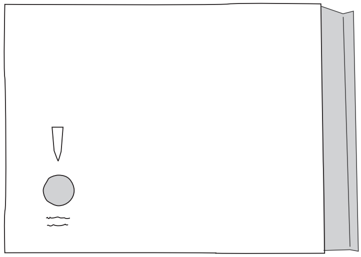
---

3 صابن اورگرم پانی، یا ہینڈ سینیٹائزر استعمال کر کے، 20 سیکنڈ تک اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح دھوئیں۔

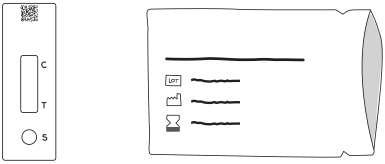
اگر ایک سے زیادہ ٹیسٹ کر رہے ہیں تو، ہر ٹیسٹ کے بیچ میں سطح کو صاف کریں اور اپنے ہاتھوں کو دوبارہ دھوئیں۔

اپنی کٹ کے مشمولات کی پڑتال کریں

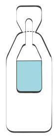
4 آپ کے ٹیسٹ باکس میں درج ذیل اشیاء ہونی چاہئیں:



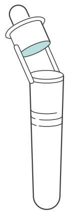
استخراجی ٹیوب ہولڈر



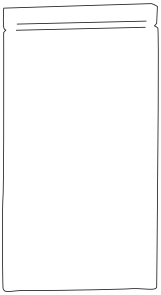
مہر بند پیکیجنگ میں ٹیسٹ والی پٹی



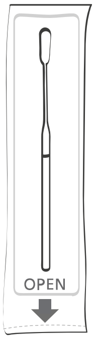
استخراجی بفر ساشے (پڑیا)



استخراجی ٹیوب



فضلہ والا بیگ



مہر بند ریپر کے اندر سویب

مشورہ

اگر کوئی چیز خراب، ٹوٹی ہوئی یا غائب ہو تو، کیا کریں

اگر آپ کو کوئی چیز خراب شدہ، ٹوٹی ہوئی یا غائب نظر آتی ہے تو، براہ کرم ٹیسٹ کٹ استعمال نہ کریں۔ آپ کسٹمر کنٹیکٹ سنٹر پر کال کرکے فیڈ بیک فراہم کرسکتے ہیں۔ لائنیں روزانہ، 7 بجے صبح سے 11 بجے رات تک کھلی رہتی ہیں۔

کال کریں: **119** (موبائل اور لینڈ لائنوں سے مفت)۔
ہم 200 زبانوں نیز برطانوی اشاراتی زبان میں تعاون پیش کرتے ہیں۔

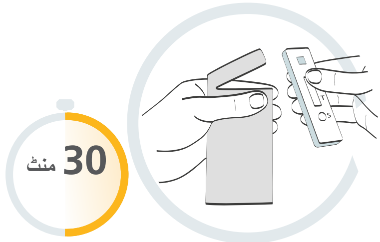
اگر آپ کو ڈیوائس سے ایسا ضرر پہنچتا ہے جس کی رپورٹ کرنے سے دوسروں کو مل سکتی ہے، تو براہ کرم اس پر جائیں:
coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

2. اپنا ٹیسٹ ترتیب دیں

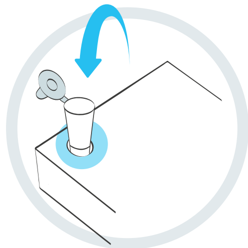
5 ٹیسٹ اسٹرپ کو مہر بند بیگ سے باہر نکالیں اور صاف چپٹی سطح پر اسے رکھیں۔

انتباہ

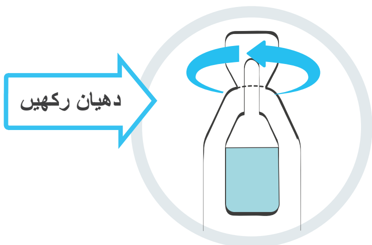
کھل جانے پر، 30 منٹ کے اندر ٹیسٹ شروع کر دیں۔



6 ٹیوب کو باکس کے اندر منسلک استخراجی ٹیوب ہولڈر میں رکھیں۔



7 پڑیا کو کھولنے کے لیے احتیاط سے موڑیں یا توڑیں۔ اسے اپنے چہرے سے دور رکھ کر کھولیں اور دھیان رکھیں کہ ذرا بھی مائع باہر نہ چھلکے۔



8 استخراجی ٹیوب کھولیں اور پڑیا سے تمام مائع آہستگی سے ٹیوب کے اندر نچوڑ دیں۔

احتیاط کریں کہ ٹیوب کے مقابل ساشے نہ لگے ۔ ساشے کو فراہم کردہ فضلہ والے بیگ میں رکھیں۔

9 ٹشو میں آہستگی سے اپنی ناک صاف کریں اور اسے بند کوڑے دان میں پھینک دیں۔

اگر آپ کسی بچے کا ٹیسٹ کر رہے ہیں تو ان کی ناک صاف کرنے میں ان کی مدد کریں۔ یہ اس لیے ہے کہ آپ زائد بلغم سے چھٹکارا پا جائیں۔

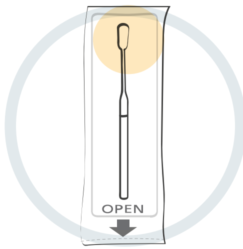
10 صابن اور گرم پانی یا ہینڈ سینیٹائزر استعمال کر کے دوبارہ 20 سیکنڈ تک اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح دھوئیں۔

اگر آپ یہ ٹیسٹ دوسرے فرد پر انجام دے رہے ہیں تو، آپ دونوں کو چاہیے کہ اپنے ہاتھوں کو دوبارہ دھوئیں یا سینیٹائز کریں۔

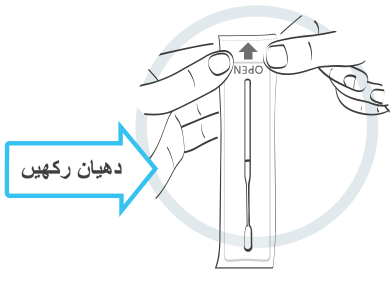
11 اپنے سامنے مہر بند ریپر میں سویب کو تلاش کریں۔ نرم، فیبرک والے سرے کیپہچان کریں۔

انتباہ

سویب کے نرم، فیبرک والے سرے کو مس نہ کریں۔



12 سویب پیکیجنگ کو صرف اسی وقت کھینچ کر کھولیں جب آپ استعمال کرنے کے لیے تیار ہوں اور سویب کو آرام سے باہر نکالیں۔



3. اپنے سویب کا نمونہ لیں

انتباہ

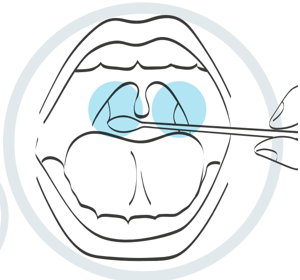
سویب کے فیبرک (کپڑے) والے سرے سے زبان، دانت، گالوں، مسوڑھوں یا کسی دیگر سطح کو نہ چھوئیں۔ اگر یہ کسی اور چیز سے چھوتا ہے تو آپ کا نمونہ ضائع ہوسکتا ہے۔
کبھی بھی سویب کے نرم، فیبرک والے سرے کو اپنے ہاتھوں سے نہ چھوئیں۔

اگر 12 سال یا اس سے کم عمر کے بچے کا، یا جس فرد کو اعانت درکار ہو اس کا ٹیسٹ کر رہے ہیں تو، صفحہ 11 پر درج مراحل پر عمل کریں۔

13

اپنےمنہ کو چوڑائی میں کھولیں اور پھر سویب کے کپڑے والے سرے کو دونوں ٹونسل کے اوپر (یا جہاں پر وہ ہوں گے وہاں پر) رگڑیں۔

ہر سمت میں 4 مرتبہ اچھی رگڑ کے ساتھ یہ کام کریں۔ (اس کام میں اپنی مدد کے لیے ٹارچ یا آئینہ استعمال کریں)۔ سویب کو اپنے حلق کی پشت سے احتیاط سے ہٹائیں۔



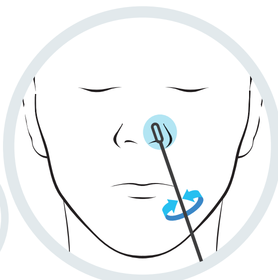
14

وہی سویب آرام سے 1 نتھنے میں ڈالیں یہاں تک کہ آپ کو تھوڑی سی مزاحمت محسوس ہو (آپ کی ناک کے اوپر لگ بھگ 2.5 سینٹی میٹر)۔

15

10 مکمل حلقے بناتے ہوئے نتھنے کے اندر چاروں طرف سویب سے آہستگی سے پونچھیں۔ طاقت لگانے کی ضرورت نہیں ہے۔

یہ تکلیف دہ محسوس ہوسکتا ہے۔ اگر آپ تیز مزاحمت یا درد محسوس کریں تو سویب کو گہرائی تک مت داخل کریں۔



کسی دوسرے پر ٹیسٹ کرنا

12 سال سے کم عمر کے بچوں کا ٹیسٹ کسی بالغ فرد کو کرنا چاہیے۔ تیاری اور بچے یا تعاون کے ضرورت مند آدمی کا ٹیسٹ کرنے کے طریقے سے متعلق ذیل کی رہنمائی پر عمل کریں۔ آپ ایک نمائشی ویڈیو: **gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help** پر دیکھ سکتے ہیں۔

اگر آپ کسی بچے کا ٹیسٹ کر رہے ہیں تو، انہیں ٹیسٹ کٹ دکھائیں اور ان سے بات کریں کہ آپ کیا کرنے جا رہے ہیں۔ اگر ممکن ہو تو، انہیں کسی کی گود میں بٹھائیں یا کسی سے ان کے ہاتھوں کو پکڑوائیں۔ ٹشو میں بچے سے اپنی ناک صاف کرنے کے لیے کہیں۔ ٹشو کو بند کوڑے دان میں پھینک دیں۔

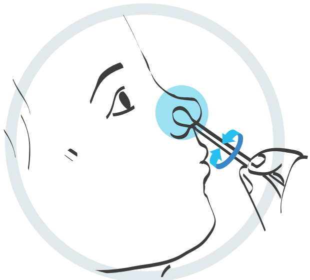
13

سویب کو اپنے ہاتھ میں پکڑیں، بچے سے اپنا منہ چوڑائی میں کھولنے کو کہیں اور ان کا سر پیچھے کی طرف جھکائیں۔ سویب کے کپڑے والے سرے کو دونوں ٹونسلز کے اوپر (یا جہاں پر وہ ہوں گے وہاں پر) آہستہ سے رگڑیں۔

ہر سمت میں 4 مرتبہ اچھی رگڑ کے ساتھ یہ کام کریں۔ سویب کو احتیاط سے ہٹائیں۔

14

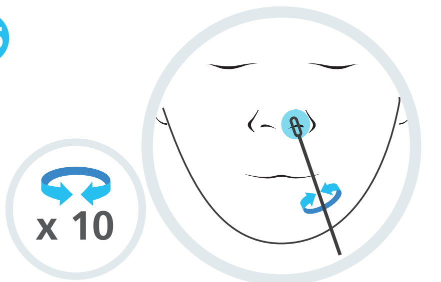
اسی سویب کے فیبرک والے سرے کو آرام سے ان کے نتھنوں میں سے 1 میں ڈالیں یہاں تک کہ آپ کو کچھ مزاحمت محسوس ہو۔



15

ان کے نتھنے کے اندر چاروں طرف مدور حرکت میں 10 بار سویب سے آہستگی سے پونچھیں۔

اگر آپ ٹونسل سے سویب نہیں لیتے ہیں تو، دونوں نتھنوں سے، ہر نتھنے میں 10 مکمل دائرے بنا کر سویب لیں۔



4. سویب کے نمونے پر کارروائی کریں

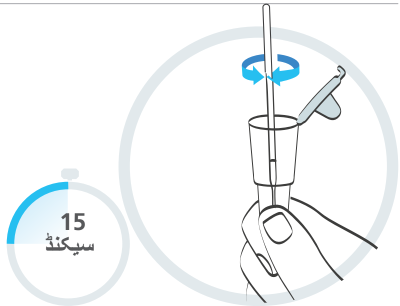
مشورہ

بہترین کارکردگی کے لیے، اپنے نتھنے کو پونچھنے کے بعد جتنی جلدی ممکن ہو سویب ٹیسٹ کریں۔

16

استخراجی ٹیوب لیں اور سویب کے فیبرک والے سرے کو استخراجی ٹیوب کے اندر ڈالیں تاکہ یہ مائع کے اندر ہو۔

سرے کو استخراجی ٹیوب کے اندرونی کنارے سے زور سے دبائیں، جبکہ سویب کو 15 سیکنڈ تک گھماتے رہیں۔ یہ آپ کا نمونہ مائع میں منتقل کرنے کے لیے ہے۔

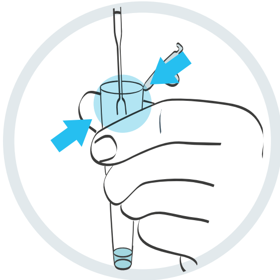


17

جب آپ اسے نکالیں تو استخراجی ٹیوب کو سویب کے ساتھ دبائیں۔

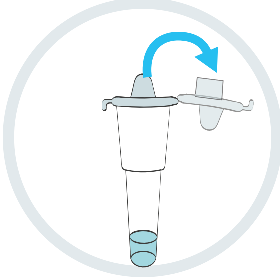
یقینی بنائیں کہ آپ نے سویب کے نرم سرے سے تمام مائع کو نکال لیا ہے۔

سویب کو فراہم کردہ فضلہ والے بیگ میں رکھیں۔



18

کسی رساؤ سے بچنے کے لیے ڈھکن کو استخراجی ٹیوب کے اوپر مضبوطی سے دبائیں۔



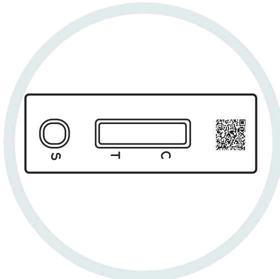
مشورہ

اس مرحلے کو مکمل کرنے کے بعد دوبارہ اپنے ہاتھوں کو دھوئیں۔

19

یقینی بنائیں کہ ٹیسٹ کٹ صاف اور سپاٹ سطح پر ہو۔

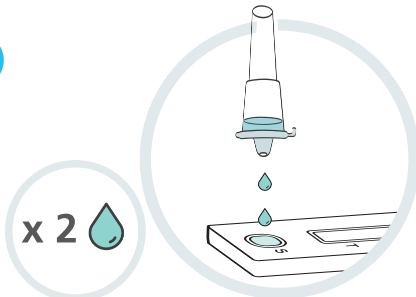
ٹیسٹ کے دوران اسٹرپ کو نہ ہلائیں۔



20

استخراجی ٹیوب کو آرام سے دبا کر مائع کے 2 قطرے ٹیسٹ اسٹرپ پر اسپیسیمین ویل (S) کے اندر ڈالیں۔

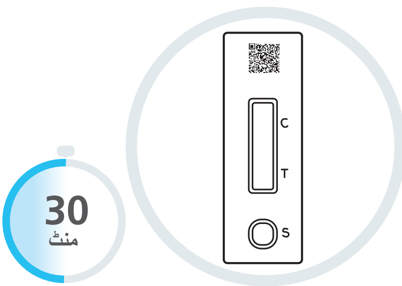
یقینی بنائیں کہ آپ ہوا کا بلبلہ نہیں بلکہ سیال ٹپکا رہے ہیں۔ نمونہ لینے والی وائل کو سویب کے ساتھ کچرے کے ڈبے میں ڈالیں۔



21

ٹائمر سیٹ کریں اور اپنا نتیجہ پڑھنے سے قبل 30 منٹ انتظار کریں۔

مثبت نتیجہ 20 منٹ کے بعد کبھی بھی ظاہر ہو سکتا ہے، مگر منفی نتیجہ ریکارڈ کرنے کے لیے آپ کو پورے 30 منٹ تک انتظار کرنا ضروری ہے کیونکہ ٹیسٹ لائن (T) ظاہر ہونے میں اتنا وقت لگ سکتا ہے۔

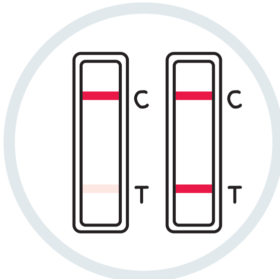


اگلے صفحہ پر اپنے نتیجے کو پڑھنے اور اس کی رپورٹ کرنے کا طریقہ معلوم کریں۔ >>

5. اپنا نتیجہ پڑھیں

اہم

ٹیسٹ کو 30 منٹ سے زیادہ دیر تک تیار ہونے کے لیے مت چھوڑیں کیونکہ اس سے نتیجہ غلط ہو جائے گا۔



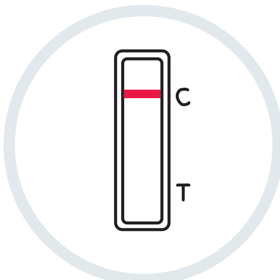
مثبت نتیجہ

دو لکیریں نمودار ہوتی ہیں۔ ایک رنگین لکیر کنٹرول لائن والے حصے (C) میں ہونی چاہیے، اور دوسری رنگین لکیر ٹیسٹ لائن والے حصے (T) میں ہونی چاہیے۔

دو لائنیں، ایک C سے آگے اور ایک T سے آگے، حتی کہ دھندلی لائنیں ظاہر کرتی ہیں کہ ٹیسٹ مثبت ہے۔

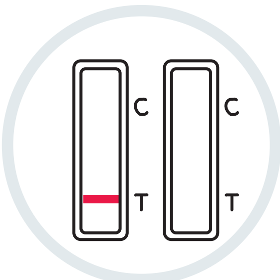
اہم

اگر آپ کا ٹیسٹ مثبت آتا ہے تو، آپ اور آپ کے گھرانے پر حکومت کے درج ذیل رہنما خطوط پر عمل کرتے ہوئے خود کو تنہا کرنا لازم ہے:
nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/



منفی نتیجہ

ایک رنگین لکیر کنٹرول لائن والے حصے (C) میں نمودار ہوتی ہے۔ ٹیسٹ لائن والے حصے (T) میں کوئی لکیر نمودار نہیں ہوتی ہے۔

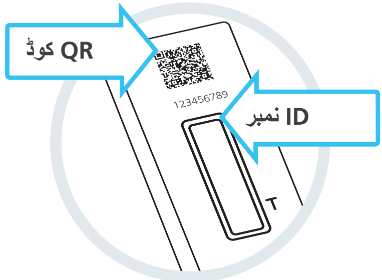


باطل نتیجہ

کنٹرول لائن (C) نمودار ہونے میں ناکام ہوتی ہے۔

6. اپنے نتیجے کی رپورٹ کریں

آپ کو چاہیے کہ NHS کو اپنے مثبت، منفی اور باطل نتائج کی رپورٹ کریں۔



تمام ٹیسٹ کے نتائج کو ریکارڈ کرنے سے سائنس دانوں کو وائرس کی نئی ابتلاء کا پتہ لگانے اور اس پر جوابی اقدام کرنے کا طریقہ بتانے میں مدد ملتی ہے۔ اگر لوگ صرف مثبت نتیجے کی ہی رپورٹ کریں تو، کیسز کی سطحیں اس سے زیادہ نظر آتی ہیں جتنی واقعتاً وہ ہیں۔

لہٰذا یہاں تک کہ آپ کا نتیجہ منفی یا باطل ہو تو، آپ NHS کی معلومات درست رہنے کو یقینی بنائیں گے۔

آپ کو اپنے نتیجے کی رپورٹ کرنے کے لیے درج QR کوڈ، یا اس کے نیچے موجود ID نمبر درکار ہوتا ہے۔

آن لائن رپورٹ کریں (جلد سے جلد)

اگر آپ انگلینڈ، ویلز یا
شمالی آئرلینڈ میں رہتے ہیں تو ملاحظہ کریں:
gov.uk/report-covid19-result

اگر آپ اسکاٹ لینڈ میں رہتے ہیں تو ملاحظہ کریں:
covidtest.scot

یا بذریعہ ٹیلیفون رپورٹ کریں

119 پر کال کریں

لائنیں روزانہ، 7 بجے صبح سے 11 بجے رات تک کھلی رہتی ہیں، (موبائل اور لینڈ لائنوں سے مفت)

7. آپ کے نتائج کا کیا مطلب ہے

آپ کا ٹیسٹ صرف اسی وقت مکمل ہوتا ہے جب آپ نے اپنے نتیجے کی رپورٹ کر دی ہو

مثبت نتیجہ

اگر آپ کو مثبت نتیجہ ملتا ہے تو، اس سے یہ پتہ چلتا ہے کہ آپ فی الحال COVID-19 سے متاثر ہیں اور دوسروں کو متاثر کرنے کا خطرہ ہے۔ جب آپ اپنے نتائج کی رپورٹ کریں تو ، آپ کو اختیار کیے جانے والے اگلے مراحل کے بارے میں مزید معلومات فراہم کی جائیں گی۔

انتباہ

آپ پر، جس کے ساتھ آپ رہتے ہیں اس پر، اور آپ کے امدادی دائرے میں شامل کسی پر بھی موجودہ ملکی اور مقامی رہنمائی کے مطابق خود کوتنہا کرنا لازم ہے، جو **nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/self-isolation-and-treatment/** پر مل سکتی ہے

منفی نتیجہ

اگر آپ کو منفی نتیجہ ملتا ہے تو، اس امر کا امکان ہے کہ ٹیسٹ کیے جانے کے وقت آپ متعدی نہیں تھے۔ تاہم، ٹیسٹ کا منفی نتیجہ اس بات کی ضمانت نہیں ہے کہ آپ میں COVID-19 نہیں ہے۔

اگر آپ کا ٹیسٹ منفی ہے تو، آپ پر لازم ہے کہ ملکی اور مقامی اصولوں اور رہنما خطوط پر عمل کرتے رہیں، جس میں باقاعدگی سے ہاتھ دھونا، سماجی دوری بنانا اور ضرورت پڑنے پر نقاب پہننا شامل ہے۔

اگر آپ میں تیز درجۂ حرارت، نئی، مسلسل کھانسی، یا ذائقے یا بو کے آپ کے شعور کا فقدان یا اس میں تبدیلی پیدا ہوتی ہے تو، آپ اور آپ کے گھرانے کو چاہیے کہ خود کو تنہا کریں اور دوسرا ٹیسٹ کروانے کے لیے رہنما خطوط: **gov.uk/get-coronavirus-test** یا کسٹمر کنٹیکٹ سنٹر کو **119** پر کال کرنے پر دستیاب ہیں۔ لائنیں روزانہ 7 بجے صبح تا 11 بجے رات کھلی رہتی ہیں۔

باطل نتیجہ

اگر آپ کو باطل نتیجہ موصول ہوتا ہےتو، اس کا مطلب یہ ہے کہ ٹیسٹ صحیح سے نہیں ہوا ہے۔ آپ کو پیک سے دوسرا لیٹرل فلو ٹیسٹ استعمال کرنے کی ضرورت ہے۔ پہلے ٹیسٹ سے کسی بھی چیز کو دوبارہ استعمال نہ کریں، اور ٹیسٹ کا طریقہ کار مرحلہ 1 سے شروع کریں۔

اگر مسئلہ برقرار رہتا ہے

اگر مسئلہ برقرار رہتا ہے تو، ٹیسٹ کٹ کا استعمال فوری طور پر بند کر دیں۔
اگر آپ کے پاس دوسرا ٹیسٹ دستیاب نہیں ہے تو، آپ NHS COVID-19 ایپ کی معرفت یا:

gov.uk/get-coronavirus-test کو ملاحظہ کر کے یا کسٹمر کنٹیکٹ سنٹر کو **119** پر کال کر کے مختلف قسم کا ٹیسٹ کر سکتے ہیں۔ لائنیں روزانہ 7 بجے صبح سے 11 بجے رات تک کھلی رہتی ہیں۔

8 ٹیسٹ کی کارکردگی

اگر کسی کو اعلی درجے کا کورونا وائرس (COVID-19) ہے تو ٹیسٹ سے مثبت نتیجہ ملنے کا زیادہ امکان ہے۔
اس کا مطلب یہ ہے کہ اس سے ایسے فرد کا پتہ لگنے کا سب سے زیادہ امکان ہے جو فی الحال متعدی ہیں اور جنہیں فوری طور پر خود کو آئسولیٹ کرنے کی ضرورت ہے۔

9 اپنا ٹیسٹ کٹ بحفاظت ضائع کریں

آپ کا ٹیسٹ مکمل ہو جانے پر، استعمال شدہ کٹ کا تمام مواد فراہم کردہ فضلہ والے بیگ میں ڈالیں اور اپنے عمومی گھریلو کچرے میں ڈالیں۔

تلف کرنے کے بعد اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح دھوئیں۔

اپنے ٹیسٹ کے نتائج کا ایک نوٹ بنائیں

یہ آپ کے اپنے ریکارڈ کے لیے ہے۔ آپ کو اب بھی NHS کو اپنے نتیجے کی رپورٹ کرنی چاہیے (معلومات کے لیے صفحہ 15 دیکھیں)۔

ملاحظہ کریں: **gov.uk/report-covid19-result**

ٹیسٹ کس نے کیا ہے	تاریخ	وقت	ٹیسٹ کا نتیجہ

آپ کی کٹ درج ذیل سامان پر مشتمل ہے

آئٹم	3-پیک	7-پیک
استعمال کے لیے ہدایات (یہ دستاویز)	1	1
ٹیوب ہولڈر سوراخ والا باکس	1	1
مہر بند پیک میں ٹیسٹ اسٹرپ	3	7
استخراجی بفر ساشے (پڑیا)	3	7
استخراجی ٹیوب ہولڈر	3	7
مہر بند ریپر کے اندر سویب	3	7
فضلہ والا بیگ37		
	پروڈکٹ کوڈ TK2196	پروڈکٹ کوڈ TK2193

NHS
Test and Trace

اس ڈیوائس کی سپلائی کی صرف NHS ٹیسٹ اینڈ ٹریس پروگرام کے تحت DHSC کی تعیناتی کے حصے کے بطور اجازت ہے۔

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

DHSC سے معاہدے کے تحت تیار کردہ بذریعہ: Xiamen Biotime Biotechnology Co Ltd, 2F/3F/4F, No. 188, Pingcheng South Road, Haicang Street, Haicang District, Xiamen, Fujian, 361026, P. R. China

علامات کا اشاریہ

30°C / 2°C	2 – 30°C کے اندر اسٹور کریں
STERILE EO	ایتھلین آکسائیڈ کا استعمال کر کے جراثیم سے پاک کیا ہوا
	مینوفیکچرر
Σ	xx ٹیسٹ کے لیے کافی ہے
LOT	لاٹ نمبر
	اس تاریخ تک استعمال کریں
IVD	In vitro ڈائگنوسٹک میڈیکل ڈیوائس
	اگر پیکیج خراب شدہ ہو تو استعمال مت کریں
	دھوپ سے دور رکھیں
	مینوفیکچر کی تاریخ
	دوبارہ استعمال مت کریں
	ری سائیکل کے قابل
	خشک رکھیں
	ہدایات برائے استعمال سے رجوع کریں
	احتیاط

اس دستاویز میں درج تمام معلومات اور تصاویر 18 جون 2021 تک درست ہیں۔

ورژن 1.3.4

اپنے تمام ٹیسٹ کے نتائج NHS کو رپورٹ کریں