

તમે ટેસ્ટ શરૂ કરો તે પહેલાં આખી માર્ગદર્શિકા ધ્યાનથી વાંચો.  
તમે અગાઉ જેનો ઉપયોગ કર્યો છે તેના કરતાં આ પરીક્ષણ અલગ હોઈ શકે છે.

# DHSC COVID-19 સેલ્ફ-ટેસ્ટ માટેની તમારી સ્ટેપ-બાય-સ્ટેપ ગાઇડ (રેપિડ એન્ટિજન ટેસ્ટ)



ઉપયોગ માટેની આ સૂચનાઓનો સંબંધ માત્ર DHSC COVID-19 સેલ્ફ-ટેસ્ટ (રેપિડ એન્ટિજન ટેસ્ટ) સાથે જ છે.

COVID-19 માટે તમારો પોતાનો અને અન્ય વ્યક્તિનો ટેસ્ટ કેવી રીતે કરવો અને NHSને પરિણામો અંગે જાણ કેવી રીતે કરવી તે આ માર્ગદર્શિકા સમજાવે છે.

વૈકલ્પિક ભાષા સંસ્કરણો અને વિડીયો ડેમોન્સ્ટ્રેશન્સ અહીં ઉપલબ્ધ છે:

[gov.uk/covid19-self-test-help](https://gov.uk/covid19-self-test-help)

તમારા પરીક્ષણનાં બધાં પરિણામો NHSને જણાવો

# તમારે શું કરવાનું છે

## તમારી સ્ટેપ-બાય-સ્ટેપ ગાઇડ

સૂચનાઓ વાંચો અને યોગ્ય ક્રમમાં પગલાંઓનું પાલન કરો. પ્રત્યેક ટેસ્ટ સેટ અપ કરવામાં લગભગ 15 મિનિટ લાગશે અને પરિણામો વધુ 30 મિનિટ બાદ તૈયાર હશે.



વિભાગ	શીર્ષક	પૃષ્ઠ
1	તમારા ટેસ્ટનો વિસ્તાર તૈયાર કરો	6
	તમારી ટેસ્ટ કિટની સામગ્રી ચેક કરો	7
2	તમારો ટેસ્ટ સેટ અપ કરો	8
3	તમારો સ્વેબ સેમ્પલ લો	10
	કોઈ અન્ય માટે ટેસ્ટ કરવો	11
4	સ્વેબ સેમ્પલ પર પ્રક્રિયા કરો	12
5	તમારું પરિણામ વાંચો	14
6	તમારા પરિણામ અંગે જાણ કરો	15
7	તમારા પરિણામનો શો અર્થ છે	16
8	ટેસ્ટનો દેખાવ	17
9	તમારી ટેસ્ટ કિટનો સુરક્ષિત રીતે નિકાલ કરો	17
	તમારા ટેસ્ટનાં પરિણામોની નોંધ કરો	18

## COVID-19 જેમને હોય એવા 3માંથી 1 લોકોને ખબર હોતી નથી કે તેમને આ રોગ છે.

નિયમિત સેલ્ફ-ટેસ્ટથી આપણે ફેલાવો ધીમો કરી શકીએ છીએ અને આપણાં કુટુંબો અને સમાજોમાં સૌથી વધુ કમજોર લોકોનું રક્ષણ કરવામાં મદદ કરી શકીએ છીએ.

## ટેસ્ટ કરાવવા વિશે સલાહ

તમને સહાયતા કરવા માટે સમગ્ર ગાઇડમાં ઉપયોગી ટિપ્સ, સલાહ અને ચેતવણીસૂચક ખાનાંઓ ફેલાયેલાં છે. આ સૂચનાઓનું સ્ટેપ-બાય-સ્ટેપ કાળજીપૂર્વક પાલન કરવાથી તમને વિશ્વસનીય પરિણામ મળે તેની સંભાવનામાં ઘણો સુધારો થશે.

## સામાન્ય માર્ગદર્શન અને ચેતવણીઓ

- પ્રત્યેક વ્યક્તિ માટે એક અલગ ટેસ્ટ કિટનો ઉપયોગ કરો. તમે ટેસ્ટ કિટમાંની પ્રત્યેક વસ્તુમાંનો માત્ર એક જ વખત ઉપયોગ કરી શકશો.
- આ વસ્તુઓનો ફરીથી ઉપયોગ કરશો નહિ. તમારે પ્રત્યેક વ્યક્તિના પરિણામ અંગે જાણ કરવાની રહેશે.
- જો તમને તમારા હાથ કે આંખનો પ્રોબ્લમ હોય તો સ્વેબિંગ અને ટેસ્ટ કરવાની સહાયતા માટે તમારે કોઈ વ્યક્તિની જરૂર પડી શકે છે.
- જો તમે નાકની એક બાજુએ કાણું કરાવ્યું હોય તો બીજા નસકોરામાંથી સ્વેબ લો. જો બંને બાજુએ કાણાં પડાવ્યાં હોય તો સ્વેબિંગ પૂર્વે એક બાજુએથી કાણું દૂર કરો.
- જો છેલ્લા 24 કલાકમાં તમને નાકમાંથી લોહી નીકળ્યું હોય તો અન્ય નસકોરામાંથી સ્વેબ લો અથવા 24 કલાક રાહ જુઓ.
- ટેસ્ટ બગડી જવાનું જોખમ ઘટાડવા માટે ટેસ્ટ કરતાં પહેલાં ઓછામાં ઓછી 30 મિનિટ અગાઉ ખાશો કે પીશો નહિ.
- આ કિટ્સ માત્ર માણસોના ઉપયોગ માટે જ બનાવવામાં આવી છે.

### સલાહ

ટેસ્ટ કિટનો ઓરડાના તાપમાને અથવા ઠંડી સૂકી જગ્યાએ (2°Cથી 30°C) સંગ્રહ કરો. તેને સીધા સૂર્યપ્રકાશમાં મૂકશો નહિ અથવા ફિજ કે ફ્રીઝરમાં સંગ્રહ કરશો નહિ.

કિટનો ઉપયોગ ઓરડાના તાપમાને (15°Cથી 30°C) કરવો જોઈએ. જો કિટનો સંગ્રહ ઠંડા વિસ્તારમાં (15°Cથી ઓછું તાપમાન) સંગ્રહ કરવામાં આવ્યો હોય તો તેનો ઉપયોગ કરતાં પહેલાં 30 મિનિટ માટે તેને ઓરડાના સામાન્ય તાપમાને મૂકી રાખો.

ટેસ્ટ કિટ બાળકોની પહોંચથી દૂર રાખો.

## શા માટે તમારે સેલ્ફ-ટેસ્ટ કરવો જોઈએ

આ સેલ્ફ-ટેસ્ટ કિટ જેમને લક્ષણો ન હોય એવા લોકો માટે છે, તમને ચેપ લાગ્યો છે કે કેમ તે ચેક કરવા માટે તે નાક અને ગળા માટેનો સ્વેબ ટેસ્ટ છે.

લક્ષણ વિનાના લોકો એ લોકો છે જેઓ વાઇરસના વાહક હોય છે, પરંતુ તેનાં કોઈ લક્ષણો દર્શાવતા નથી.

## જો COVID-19 માટે તમારો ટેસ્ટ પોઝિટિવ આવે તો તમે:

- બિમારીનો ફેલાવો મર્યાદિત કરવામાં મદદ કરી શકો છો, તમે અને તમારા ઘરના લોકોએ સરકારી નિર્દેશોનું પાલન કરીને સેલ્ફ-આઇસોલેટ થવું જોઈએ:  
[nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/)
- તમે જેમની સાથે નજીકના સંપર્કમાં આવ્યા હોય એવા લોકો અથવા છેલ્લા 14 દિવસોમાં તમે જે સ્થળોની મુલાકાત લીધી હોય તે અંગે લોકોને જાણ કરો અને સંભવિત COVID-19 ચેપ માટે ટેસ્ટ કરાવવા માટે કહો.

## જો તમારો COVID-19 માટેનો ટેસ્ટ નેગેટિવ આવે તો

એવી સંભાવના છે કે ટેસ્ટ કરવામાં આવ્યો તે સમયે તમને ચેપ લાગેલો ન હતો. જોકે, નેગેટિવ ટેસ્ટથી એવી કોઈ ખાતરી મળતી નથી કે તમને કોરોનાવાઇરસનો ચેપ લાગ્યો નથી.

### સલાહ

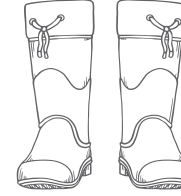
જો તમને કોરોનાવાઇરસ (COVID-19)નાં લક્ષણો હોય અથવા કોરોનાવાઇરસ (COVID-19)નો ચેપ લાગ્યો હોય તો કૃપા કરીને ઓનલાઇન NHSના નિર્દેશો જુઓ:

[nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19)

જો તમને કોરોનાવાઇરસ (COVID-19)નાં લક્ષણો હોય અને તમારી સ્થિતિ વધારે ખરાબ થાય અથવા તમને 7 દિવસો બાદ સારું ન થાય તો NHS **111** ઓનલાઇન સેવાનો ઉપયોગ કરો: **111.nhs.uk**. જો તમે ઇન્ટરનેટની સુવિધા ધરાવતા ન હો તો NHS **111** પર કોલ કરો. તબીબી કટોકટી માટે **999** ડાયલ કરો.

જો તમને ચિંતા થતી હોય તો મદદ મેળવવામાં મોડું કરશો નહિ. તમારી આંતરસૂઝ પર વિશ્વાસ કરો.

## આ ટેસ્ટ કોના માટે યોગ્ય છે



**18 વર્ષની ઉંમરના લોકો** સેલ્ફ-ટેસ્ટ અને રિપોર્ટ, જરૂર જણાય તો મદદ સાથે.



**12થી 17 વર્ષના કિશોરો** જાતે ટેસ્ટ કરો અને વડીલના નિરીક્ષણ સાથે રિપોર્ટ કરો. વડીલ જરૂર પડે તે પ્રમાણે ટેસ્ટ કરી શકે છે.



**12 વર્ષથી ઓછી ઉંમરનાં બાળકો** 12 વર્ષથી ઓછી ઉંમરનાં બાળકોનું ટેસ્ટ કોઈ પુખ્ત વ્યક્તિ દ્વારા કરવામાં આવવું જોઈએ. જો તમને બાળકનું ટેસ્ટ કરવાનું ફાવે નહિ તો આ ટેસ્ટ કરશો નહિ.

## ટેસ્ટ કેટલી વખત કરવો

તમારે કેટલી વખત ટેસ્ટ કરવો જોઈએ તેમાં તમારા સંજોગો અને હાલના રાષ્ટ્રીય અને સ્થાનિક નિર્દેશોના આધારે ફેરફારો થઈ શકે છે.

## વધારાની સહાયતા ક્યાંથી મેળવવી

સેલ્ફ-ટેસ્ટ માટે વધુ માહિતી ક્યાંથી મેળવવી: [gov.uk/covid19-self-test-help](https://www.gov.uk/covid19-self-test-help)

# 1. તમારા ટેસ્ટનો વિસ્તાર તૈયાર કરો

# તમારી કિટની સામગ્રી ચેક કરો

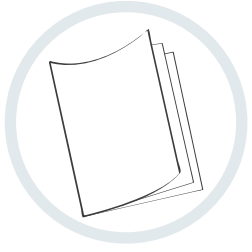


30  
મિનિટ

તમારા ટેસ્ટ પહેલાં  
30 મિનિટ માટે કશું  
ખાશો કે પીશો નહિ

તમારે જોઈશે:

- ઘડિયાળ કે કલોક જેવું ટાઇમર
- ટિશ્યુ
- અરીસો
- સરફેસ ક્લીનર
- હૅન્ડ સેનિટાઇઝર અથવા સાબુ અને ગરમ પાણીની સુવિધા.



- 1 આ સૂચના માર્ગદર્શિકા કાળજીપૂર્વક વાંચો. જો તમને વધુ સહાયતાની જરૂર હોય તો તમે સ્વેબ ટેસ્ટ વીડિયો ઓનલાઇન પણ જોઈ શકો છો:  
[gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help](http://gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help)



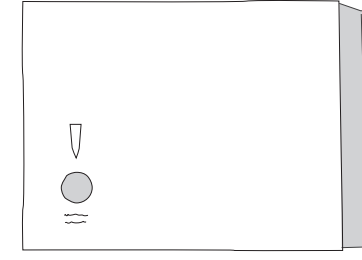
- 2 ટેસ્ટ શરૂ કરતાં પહેલાં તરત એક સમતલ સપાટી સ્વચ્છ કરો, સાફ કરીને કોરી કરો, જેથી તેના પર ટેસ્ટ કિટ મૂકી શકાય.



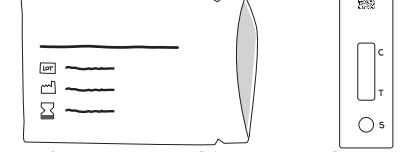
20  
સેકન્ડ

- 3 સાબુ અને સાધારણ ગરમ પાણી અથવા હૅન્ડ સેનિટાઇઝરનો ઉપયોગ કરીને 20 સેકન્ડ માટે તમારા હાથ બરાબર ધુઓ. જો એકથી વધુ ટેસ્ટ કરી રહ્યા હો તો સપાટી સાફ કરો અને પ્રત્યેક ટેસ્ટની વચ્ચે તમારા હાથ ફરીથી ધુઓ.

- 4 તમારા ટેસ્ટ બોક્સમાં તમારી પાસે નીચેની વસ્તુઓ હોવી જોઈએ:



એક્સ્ટ્રેક્શન ટ્યૂબ હોલ્ડર



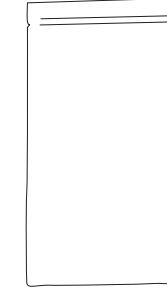
સીલ કરેલા પેકેજિંગમાં ટેસ્ટ સ્ટ્રિપ



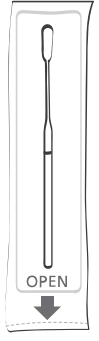
એક્સ્ટ્રેક્શન બફર સેંશ



એક્સ્ટ્રેક્શન ટ્યૂબ



કચરાની બેગ



સીલ કરેલા રૅપરની અંદર સ્વેબ લો

## સલાહ

કશુંક નુકસાન પામ્યું હોય, તૂટી ગયું હોય કે ગુમ થયું હોય તો શું કરવું જો તમે નોટિસ કરો કે કશાકને નુકસાન થયું છે, તૂટી ગયું છે કે ખોવાયેલું છે તો કૃપા કરીને ટેસ્ટ કિટનો ઉપયોગ કરશો નહિ. તમે ગ્રાહક સંપર્ક કેન્દ્રને કોલ કરીને તમારો પ્રતિભાવ આપી શકો છો. લાઇનો દરરોજ સવારે 7થી રાત્રે 11 વાગ્યા સુધી ખુલ્લી રહે છે.

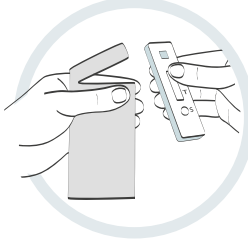
કોલ કરો: **119** (મોબાઇલ અને લેન્ડલાઇનમાંથી મફત).

અમે 200 ભાષાઓમાં તેમજ બ્રિટિશ સાઇન લેન્ગ્વિજમાં સહાયતા આપીએ છીએ.

જો તમને કોઈ સાધન દ્વારા નુકસાન થયું હોય તો તે અંગે જાણ કરવાથી અન્યોને મદદ મળી શકે તો કૃપા કરીને આ લિંક પર જાઓ:

[coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](http://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk)

## 2. તમારું ટેસ્ટ સેટ અપ કરો

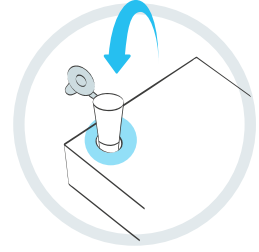


30  
મિનિટ

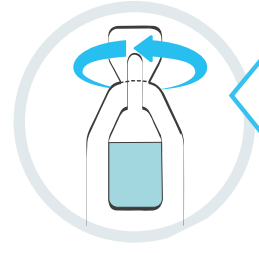
- 5 સીલ કરેલી બેગમાંથી ટેસ્ટ સ્ટ્રિપ લો અને તેને સ્વચ્છ સમતલ સપાટી પર મૂકો.

### ચેતવણી

એક વખત ખૂલ્યા બાદ 30 મિનિટની અંદર ટેસ્ટ શરૂ કરો.

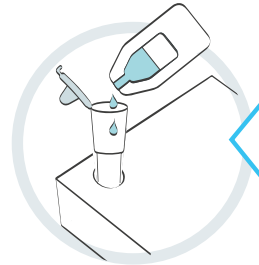


- 6 ભરેલી ટ્યૂબને એક્સ્ટ્રેક્શન ટ્યૂબ હોલ્ડરમાં મૂકો, જે બોક્સની અંદર જોડેલ છે.



કાળજી લો

- 7 સેંશે કાળજીપૂર્વક ફેરવો અથવા તોડીને ખોલો. તેને તમારા ચહેરાથી દૂર રાખીને ખોલો અને તેમાંથી કોઈ લિક્વિડ ઢોળાય નહિ તેની સાવધાની રાખો.



કાળજી લો

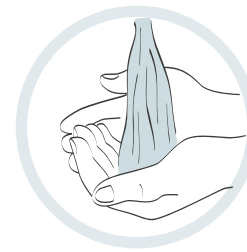
- 8 એક્સ્ટ્રેક્શન ટ્યૂબ ખોલો અને હળવેથી સેંશેનું બધું પ્રવાહી દબાવીને ટ્યૂબમાં કાઢો. ટ્યૂબની વિરુદ્ધ સેંશેને અડો નહિ તેની કાળજી રાખો. સેંશે પૂરી પાડવામાં આવેલી પ્લાસ્ટિકની કચરાની બેગમાં મૂકો.



20  
સેકન્ડ

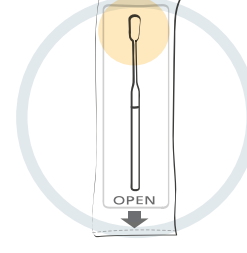
- 9 હળવેથી ટિશ્યૂમાં તમારા નાકને ખંખેરો અને કચરાપેટીમાં ટિશ્યૂને ફેંકી દો.

જો તમે બાળકનો ટેસ્ટ કરી રહ્યા હો તો તેને પોતાનું નાક ખંખેરવામાં મદદ કરો. આ એટલા માટે છે જેથી તેને વધારાના મ્યૂકસથી છૂટકારો મળે.



- 10 સાબુ અને ગરમ પાણીનો અથવા હૅન્ડ સેનિટાઇઝરનો ઉપયોગ કરીને 20 સેકન્ડ માટે તમારા હાથ ફરીથી બરાબર ધુઓ.

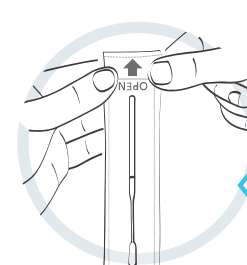
જો તમે કોઈ અન્ય વ્યક્તિ પર આ ટેસ્ટ કરી રહ્યા હો તો તમારે બંનેએ હાથ ધોવા જોઈએ અથવા તમારા હાથ ફરીથી સેનિટાઇઝ કરવા જોઈએ.



- 11 તમારી સમક્ષ સીલ કરેલા રૅપરમાં સ્વેબ શોધો. સ્વેબની હળવી, રેશમી ટોચ ઓળખો.

### ચેતવણી

સ્વેબની નરમ, રેશમી ટોચને અડશો નહિ.



કાળજી લો

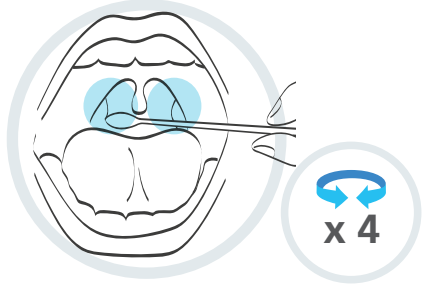
- 12 તમે ઉપયોગ કરવા માટે તૈયાર હો ત્યારે જ સ્વેબ પેકેજિંગ ફાડીને ખોલો અને હળવેથી સ્વેબ બહાર કાઢો.

# 3. તમારો સ્વેબ સેમ્પલ લો

## ચેતવણી

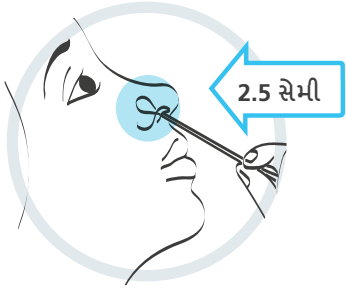
સ્વેબની રેશમી ટોચ વડે જીભ, દાંત, ગાલ, પેઢાં કે અન્ય કોઈ સપાટીઓને અડશો નહિ. જો તે અન્ય કોઈ વસ્તુને અડે તો તેનાથી તમારો નમૂનો બગાડી શકે છે. તમારા હાથ વડે સ્વેબની સુંવાળી, એ રેશમી ટોચને ક્યારેક અડશો નહિ.

જો 12 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળક અથવા જેને મદદની જરૂર હોય એવી વ્યક્તિનો ટેસ્ટ કરતા હો તો પાન 11 પરનાં પગલાંઓને અનુસરો.

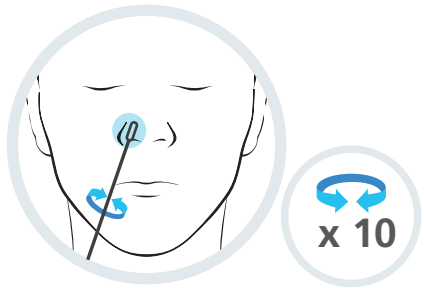


**13** તમારું મોં એકદમ પહોળું કરો અને સ્વેબની રેશમી ટોચને બંને કાકડાઓ પર ઘસો (અથવા તેમનું જ્યાં સ્થાન હોય ત્યાં).

પ્રત્યેક બાજુ પર 4 વખત સારા સંપર્ક સાથે આમ કરો (તમને આ કામ કરવામાં સહાયતા મળે તે માટે ટોચ અથવા અરીસાનો ઉપયોગ કરો). તમારા ગળાના પાછળના ભાગેથી કાળજીપૂર્વક સ્વેબ દૂર કરો.



**14** એ જ સ્વેબને હળવેથી 1 નસકોરા પર ત્યાં સુધી મૂકો, જ્યાં સુધી તમને હળવા અવરોધનો અનુભવ ન થાય (તમારા નાકમાં લગભગ 2.5 સેમી ઉપર).



**15** સ્વેબને નસકોરાની અંદર હળવેથી ઘસો, 10 સંપૂર્ણ વર્તુળ બનાવો. કોઈ બળ કરવાની જરૂર નથી.

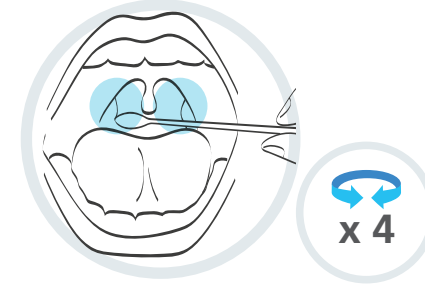
આનાથી અસ્વસ્થતા થઈ શકે છે. જો તમને મજબૂત ગતિરોધ અથવા દુખાવાનો અનુભવ થાય તો સ્વેબ બિલકુલ વધારે ઊંડો દાખલ કરશો નહિ.

# કોઈ અન્ય માટે ટેસ્ટ કરવો

12 વર્ષથી ઓછી ઉંમરનાં બાળકોનું પરીક્ષણ કોઈ વડીલ દ્વારા થવું જોઈએ. જેમને સહાયતાની જરૂર હોય એવા બાળક કે વ્યક્તિને કઈ રીતે તૈયાર કરવા અને તેમનો ટેસ્ટ કરવો તે અંગે નીચેના નિર્દેશોનું પાલન કરો. તમે આ લિંક પર ડૉમો વીડિયો જોઈ શકો છો:

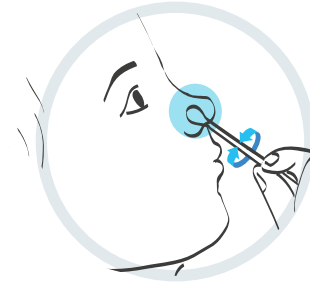
[gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help](https://www.gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help)

જો તમે બાળકનું પરીક્ષણ કરી રહ્યા હો તો તેઓને ટેસ્ટ કિટ બતાવો અને તમે શું કરવા જઈ રહ્યા છો તે વિશે તેઓને વાત કરો. જો શક્ય હોય તો તેને કોઈના ખોળામાં બેસાડો અથવા કોઈને તેનો હાથ પકડવાનું કહો. બાળકને ટિશ્યૂમાં પોતાનું નાક ખંખેરવાનું કહો. ટિશ્યૂને બંધ કચરાપેટીમાં મૂકો.

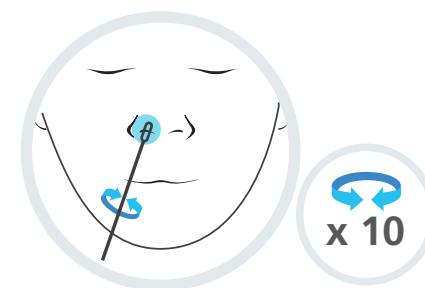


**13** તમારા હાથમાં સ્વેબ પકડો, બાળકને પોતાનું મોં પહોળું કરવાનું અને પોતાનું માથું પાછળ તરફ નમાવવાનું કહો. સ્વેબની રેશમી ટોચને બંને કાકડાઓ પર (અથવા તેમનું જ્યાં સ્થાન હોય ત્યાં) હળવેથી ઘસો.

દરેક બાજુએ 4 વખત સારા સંપર્ક સાથે આ કામ કરો. સ્વેબ કાળજીપૂર્વક દૂર કરો.



**14** તમને જ્યાં સુધી થોડા અવરોધનો અનુભવ ન થાય ત્યાં સુધી તેમના કોઈ 1 નસકોરામાં આ જ સ્વેબની રેશમી ટોચ હળવેથી મૂકો.



**15** વર્તુળાકાર ગતિમાં તેઓના નાકની અંદરના ભાગ ફરતે 10 વખત સ્વેબ હળવેથી ફેરવો.

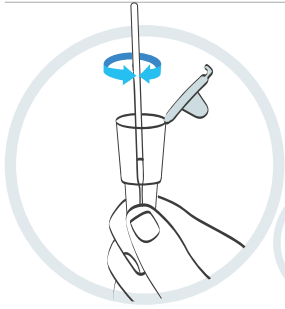
જો તમે કાકડા પર સ્વેબ ફેરવ્યો ન હોય તો બંને નસકોરામાં સ્વેબ ફેરવો અને દરેક નસકોરામાં 10 સંપૂર્ણ વર્તુળો બનાવો.



# 4. સ્વેબ સેમ્પલ પર પ્રક્રિયા કરો

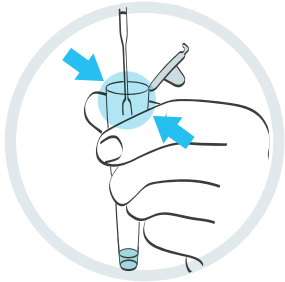
## ટિપ

શ્રેષ્ઠ દેખાવ માટે તમારા નસકોરાને લૂછ્યા બાદ શક્ય તેટલી જલ્દી સ્વેબને ટેસ્ટ કરો.



- 16** એક્સ્પ્રેક્શન ટ્યૂબ લો, અને સ્વેબની રેશમી ટોચ એક્સ્પ્રેક્શન ટ્યૂબમાં એવી રીતે મૂકો જેથી તે પ્રવાહીમાં રહે.

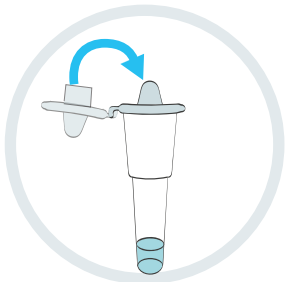
ટોચને બળ સાથે એક્સ્પ્રેક્શન ટ્યૂબની ધાર સામે દબાવો, જે દરમિયાન 15 સેકન્ડ માટે એક્સ્પ્રેક્શન ટ્યૂબની ફરતે તેને ફેરવો. પ્રવાહીમાં તમારું સેમ્પલ ટ્રાન્સફર કરવા માટે આમ કરવામાં આવે છે.



- 17** તમે સ્વેબને દૂર કરો તે દરમિયાન એક્સ્પ્રેક્શન ટ્યૂબને તેની સામે સજ્જડ અડાડી રાખો.

સ્વેબની રેશમી ટોચમાંથી તમે બધું પ્રવાહી દૂર કરો તેની ખાતરી કરો.

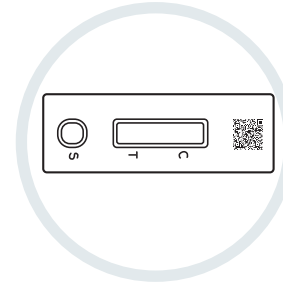
સ્વેબને પૂરી પાડવામાં આવેલી કચરાની બેગમાં મૂકો.



- 18** ઢાંકણને ચુસ્ત રીતે એક્સ્પ્રેક્શન ટ્યૂબ પર મૂકો જેથી કોઈ પણ લીકેજ ટાળી શકાય.

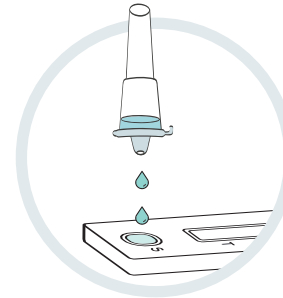
## સલાહ

આ પગલું પૂરું કર્યા બાદ તમારા હાથ ફરીથી ધુઓ.



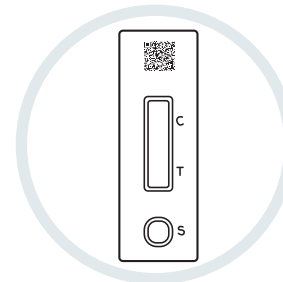
- 19** ટેસ્ટ કિટ સ્વચ્છ અને સમતલ સપાટી પર હોય તેની ખાતરી કરો.

ટેસ્ટ દરમિયાન સ્ટ્રિપને ખસેડશો નહિ.



- 20** પ્રવાહીનાં 2 ટીપાં ટેસ્ટ સ્ટ્રિપ પર સ્પેસિમેન વેલ (S) પર મૂકવા માટે એક્સ્પ્રેક્શન ટ્યૂબને હળવેથી દબાવો.

ખાતરી કરો કે તમે પ્રવાહી પાડી રહ્યા હો, નહિ કે હવાનો પરપોટો. નમૂનાના એકત્રીકરણની કૃપી સ્વેબની સાથે કચરાની બેગમાં મૂકો.



- 21** ટાઇમર સેટ કરો અને તમે તમારું પરિણામ વાંચો તે પહેલાં 30 મિનિટ રાહ જુઓ.

20 મિનિટ બાદ કોઈ પણ સમયે પોઝિટિવ રિઝલ્ટ આવી શકે છે, પરંતુ નેગેટિવ રિઝલ્ટ નોંધવા માટે તમારે પૂરી 30 મિનિટ સુધી રાહ જોવી જોઈએ, કારણ કે ટેસ્ટ લાઇન (T) દેખાવામાં આટલો સમય લઈ શકે છે.

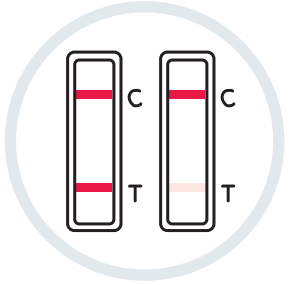
તમારું પરિણામ કેવી રીતે વાંચવું અને તે અંગે કેવી રીતે જાણ કરવી તે પછીના પાને જાણો. >>

## 5. તમારું પરિણામ વાંચો

### અગત્યનું

ટેસ્ટને વિકસવા માટે 30 મિનિટથી વધુ સમય માટે રાખી મૂકશો નહિ, કારણ કે તેનાથી પરિણામ અમાન્ય થશે.

30  
મિનિટ



### પોઝિટિવ પરિણામ

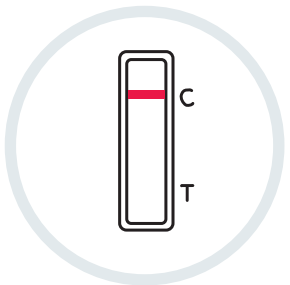
બે લાઇનો દેખાશે. એક રંગીન લાઇન કન્ટ્રોલ લાઇનના વિસ્તારમાં (C) હોવી જોઈએ અને અન્ય રંગીન લાઇન ટેસ્ટ લાઇનના વિસ્તારમાં (T) હોવી જોઈએ.

Cની પાસેની એક લાઇન અને Tની પાસેની એક લાઇન, એમ બે લાઇનો, ઝાંખી લાઇનો પણ સૂચવે છે કે ટેસ્ટ પોઝિટિવ છે.

### અગત્યનું

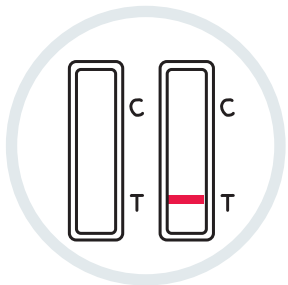
જો તમારો ટેસ્ટ પોઝિટિવ આવે તો તમારે અને તમારા ઘરના લોકોએ સરકારી નિર્દેશોનું પાલન કરીને સેલ્ફ-આઇસોલેટ થવું જોઈએ:

[nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/)



### નેગેટિવ રિઝલ્ટ

એક રંગીન લાઇન કન્ટ્રોલ લાઇનના વિસ્તારમાં (C) દેખાય છે. ટેસ્ટ લાઇનના વિસ્તારમાં (T) કોઈ લાઇન દેખાતી નથી.

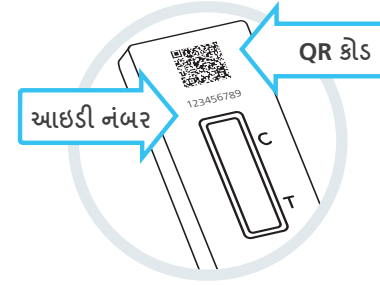


### અમાન્ય પરિણામ

કન્ટ્રોલ લાઇન (C) દેખાઈ શકતી નથી.

## 6. તમારા પરિણામ અંગે જાણ કરો

તમારે તમારાં પોઝિટિવ, નેગેટિવ અને વોઇડ પરિણામો અંગે NHSને જાણ કરવી જોઈએ.



ટેસ્ટનાં બધાં પરિણામો રેકૉર્ડ કરવાથી વૈજ્ઞાનિકો વાઇરસના નવા રોગચાળાઓ જોઈ શકે છે અને પ્રતિભાવ કેવી રીતે આપવો તે અંગે સલાહ આપી શકે છે. જો લોકો માત્ર પોઝિટિવ પરિણામ જ રિપોર્ટ કરે તો કેસનાં સ્તરો ખરેખર હોય તેના કરતાં વધારે લાગે છે.

તેથી, તમારું પરિણામ નેગેટિવ અથવા વોઇડ હોય તો પણ તમે ખાતરી કરશો કે NHSની માહિતી ચોક્કસ રહે.

તમારા પરિણામ અંગે જાણ કરવા માટે તમારે તેની નીચે એક QR કોડ, અથવા આઇડી નંબરની જરૂર પડશે.



### ઓનલાઇન રિપોર્ટ કરો (સૌથી ઝડપી)

જો તમે ઇંગ્લેન્ડ, વેલ્સ અથવા ઉત્તર આયર્લેન્ડમાં રહેતા હો તો આ વેબસાઇટ પર જાઓ:

[gov.uk/report-covid19-result](https://www.gov.uk/report-covid19-result)

જો તમે સ્કોટલેન્ડમાં રહેતા હો તો આ લિંક પર જાઓ: [covidtest.scot](https://www.covidtest.scot)



### અથવા ટેલિફોનથી જાણ કરો

119 પર કોલ કરો

લાઇનો દરરોજ સવારે 7થી રાત્રે 11 વાગ્યા સુધી ખુલ્લી રહે છે, (મોબાઇલ અને લેન્ડલાઇનમાંથી મફત)



# 7. તમારા પરિણામોનો અર્થ શો છે

તમે તમારો ટેસ્ટ ત્યારે જ પૂરો કરશો,  
જ્યારે તમે તમારા પરિણામ અંગે જાણ કરી હોય

## + પોઝિટિવ રિઝલ્ટ

જો તમારું પોઝિટિવ પરિણામ આવે તો તેનો અર્થ એ છે કે હાલમાં તમને હાલમાં COVID-19નો ચેપ લાગ્યો છે અને અન્યોને ચેપ લગાડશો એવું જોખમ છે. જ્યારે તમે તમારા પરિણામ અંગે જાણ કરો ત્યારે હવે પછી કયાં પગલાં લેવાં તે અંગે તમને વધુ સૂચના આપવામાં આવશે.

### ચેતવણી

તમે, તમારી સાથે રહેતી કોઈ પણ વ્યક્તિ, અને તમારા સપોર્ટ બબલમાં હોય એવી કોઈ પણ વ્યક્તિએ હાલના રાષ્ટ્રીય અને સ્થાનિક નિર્દેશો અનુસાર સેલ્ફ-આઇસોલેટ થવું જોઈએ, જે આ લિંક પર મળી શકશે: [nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/)

## - નેગેટિવ રિઝલ્ટ

જો તમારું નેગેટિવ પરિણામ આવે તો એવી સંભાવના છે કે ટેસ્ટ કરવામાં આવ્યું તે સમયે તમને ચેપ લાગેલો ન હતો. જોકે, નેગેટિવ ટેસ્ટથી એવી કોઈ ખાતરી મળતી નથી કે તમને COVID-19નો ચેપ લાગ્યો નથી.

જો તમારો ટેસ્ટ નેગેટિવ આવે તો તમારે નિયમિત હાથ ધોવા, સામાજિક અંતર રાખવું અને જ્યાં જરૂર હોય ત્યાં માસ્ક પહેરવા સહિતના રાષ્ટ્રીય અને સ્થાનિક નિયમો અને નિર્દેશોનું પાલન કરવાનું ચાલુ રાખવું જોઈએ.

જો તમને ભારે તાપમાન, નવી કે સતત રહેતી ખાંસી અથવા તમારી સ્વાદ કે ગંધ પારખવાની ક્ષમતાનો હાસ અથવા તેમાં ફેરફાર થવો વગેરે લક્ષણો જણાય તમારે અને તમારા ઘરના લોકોએ સેલ્ફ-આઇસોલેટ થવું જોઈએ અને થાય અને [gov.uk/get-coronavirus-test](https://www.gov.uk/get-coronavirus-test) પર વધુ એક ટેસ્ટ કરાવવા માટેના નિર્દેશો છે અથવા 119 પર ગ્રાહક સંપર્ક કેન્દ્રને કોલ કરીને વધુ એક ટેસ્ટ કરાવો. લાઇનો સવારે 7થી રાત્રે 11 વાગ્યા સુધી રોજ ખુલ્લી રહે છે.

## ⊘ અમાન્ય પરિણામ

જો તમારું વોઇડ પરિણામ આવે તો આનો અર્થ એ છે કે ટેસ્ટ બરાબર થયો નથી. તમારે પેકમાંથી વધુ એક લેટરલ ફ્લો ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે. પ્રથમ ટેસ્ટમાંથી કશાનો પણ ફરીથી ઉપયોગ કરશો નહિ અને પગલા 1થી ટેસ્ટની કાર્યપ્રણાલી શરૂ કરો.

## જો સમસ્યા ચાલુ રહે તો

જો સમસ્યા ચાલુ રહે તો ટેસ્ટ કિટ્સનો તાત્કાલિકપણે ઉપયોગ કરવાનું બંધ કરો. જો તમારી પાસે બીજો એક ટેસ્ટ ઉપલબ્ધ ન હોય તો તમે NHS COVID-19 એપ દ્વારા અથવા નીચેની લિંક પર જઈને અલગ પ્રકારનો ટેસ્ટ કરાવી શકો છો:

[gov.uk/get-coronavirus-test](https://www.gov.uk/get-coronavirus-test) અથવા 119 પર ગ્રાહક સંપર્ક કેન્દ્રને કોલ કરીને તેમ કરી શકો છો. લાઇનો દરરોજ સવારે 7 વાગ્યાથી રાત્રે 11 વાગ્યા સુધી ખુલ્લી રહે છે.

## 8 ટેસ્ટનો દેખાવ

જો કોઈ વ્યક્તિના શરીરમાં કોરોનાવાઇરસ (COVID-19)નાં ઉચ્ચ સ્તરો હોય તો ટેસ્ટમાં પોઝિટિવ પરિણામ આવે એવી સંભાવના વધારે હોય છે. આનો અર્થ એ છે કે જેઓ હાલમાં ચેપગ્રસ્ત હોય અને તાત્કાલિકપણે સેલ્ફ-આઇસોલેટ થવું જેમના માટે જરૂરી હોય એવા લોકોની ઓળખ થવાની સંભાવના વધારે હોય છે.

## 9 તમારી ટેસ્ટ કિટનો સુરક્ષિત રીતે નિકાલ કરો

એક વખત તમારો ટેસ્ટ પૂરો થયા બાદ તમામ વપરાયેલી ટેસ્ટ કિટની સામગ્રી પૂરી પાડેલી કચરાની બેગમાં મૂકો અને તેને તમારા ઘરના સામાન્ય કચરામાં મૂકો.

નિકાલ બાદ તમારા હાથ બરાબર ધુઓ.

## તમારા ટેસ્ટનાં રિઝલ્ટની નોંધ બનાવો

તે તમારા પોતાના રેકોર્ડ માટે છે. તેમ છતાંયે તમારે તમારા પરિણામ અંગે NHSને જાણ કરવાની રહેશે (માહિતી માટે જુઓ પાન 15).  
આ લિંક પર જાઓ: [gov.uk/report-covid19-result](https://gov.uk/report-covid19-result)



ટેસ્ટ કોણે કર્યું	તારીખ	સમય	ટેસ્ટનું રિઝલ્ટ

## તમારી કિટમાં નીચેની સામગ્રી છે

વસ્તુઓ	3-પેક	7-પેક
ઉપયોગ માટે સૂચનાઓ (આ દસ્તાવેજ)	1	1
ટ્યૂબ હોલ્ડરના કાણા સાથેનું ખોખું	1	1
સીલ કરેલા પેકમાં ટેસ્ટ સ્ટ્રિપ	3	7
એક્સ્ટ્રેક્શન બફર સેંશે	3	7
એક્સ્ટ્રેક્શન ટ્યૂબ હોલ્ડર	3	7
સીલ કરેલા રેપરની અંદર સ્વેબ	3	7
કચરાની બેગ	3	7
	પ્રોડક્ટ કોડ TK2196	પ્રોડક્ટ કોડ TK2193

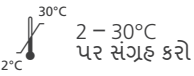
NHS ટેસ્ટ એન્ડ ટ્રેસ પ્રોગ્રામ હેઠળ DHSC ડિપ્લોયમેન્ટના ભાગરૂપે જ આ સાધનનો સપ્લાય કરવાની પરવાનગી છે.



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

**DHSCને કરાર હેઠળ ઉત્પાદન કરી આપનાર:** Xiamen Biotime Biotechnology Co Ltd, 2F/3F/4F, No. 188, Pingcheng South Road, Haicang Street, Haicang District, Xiamen, Fujian, 361026, P. R. China.

સંજ્ઞાઓનો અનુક્રમ



2 - 30°C પર સંગ્રહ કરો



ઇથીલીન ઓક્સાઇડનો ઉપયોગ કરીને જંતુમુક્ત કરાયું



ઉત્પાદક



ટેસ્ટ સ માટે પૂરતું ધરાવે છે



લોટ ક્રમાંક



આ તારીખ સુધીમાં ઉપયોગ કરવો જોઈએ



ક્યાની અંદરનું નિદાનાત્મક તબીબી સાધન



પેકેજને નુકસાન થયું હોય તો ઉપયોગ કરશો નહિ



સૂર્યપ્રકાશથી દૂર રાખો



ઉત્પાદનની તારીખ



ફરીથી ઉપયોગ કરશો નહિ



રિસાઇકલેબલ



કોરું રાખો



ઉપયોગ માટે સૂચનાઓ જુઓ



ચેતવણી

આ દસ્તાવેજમાંની બધી માહિતી અને તસ્વીરો 18 જૂન 2021 પ્રમાણે સાચી છે.  
સંસ્કરણ 1.3.4