NHS
Test and Trace

পরীক্ষা শুরু করার আগে সাবধানে এই সম্পূর্ণ পুস্তিকাটি পড়ুন।
এই পরীক্ষাটি আপনি আগে যা ব্যবহার করেছেন তার থেকে ভিন্ন হতে পারে।

Orient Gene-এর দ্রুত কোভিড-19 (অ্যান্টিজেন) সেলফ-টেস্টের জন্য আপনার ধাপভিত্তিক নির্দেশিকা

এই ব্যবহারের নির্দেশনা কেবল Orient Gene-এর দ্রুত কোভিড-19 (অ্যান্টিজেন) সেলফ-টেস্ট (GCCOV-502a-H7OGE) এর জন্য।

কিভাবে নিজের বা অন্য কোনো ব্যক্তির কোভিড-19 পরীক্ষা করবেন এবং NHS এর কাছে পরীক্ষার ফলাফল রিপোর্ট করবেন তা এই নির্দেশিকায় ব্যাখ্যা করা হয়েছে।

ওয়েলশ ভাষা সহ **বিকল্প ভাষার** সংস্করণগুলি এবং ভিডিও প্রদর্শনগুলি **gov.uk/covid19-self-test-help** এ উপলব্ধ

আপনার সমস্ত পরীক্ষার ফল NHS এর কাছে রিপোর্ট করুন

আপনাকে যা করতে হবে

আপনার ধাপভিত্তিক নির্দেশিকা

নির্দেশাবলী ভালোভাবে পড়ুন এবং ধাপগুলো সঠিক ক্রমানুসারে অনুসরণ করুন। প্রতিটি পরীক্ষা প্রস্তুত করতে প্রায় 15 মিনিট সময় লাগবে এবং আরো 15 মিনিট পরে ফলাফল প্রস্তুত হয়ে যাবে।

15 মিনিট প্রস্তুতি

এই পুস্তিকার বিষয়বস্তু

বিভাগ	শিরোনাম	পৃষ্ঠা
1	আপনার পরীক্ষা করার জায়গাটি প্রস্তুত করুন	6
	আপনার টেস্ট কিটের জিনিসপত্র যাচাই করুন	7
2	আপনার পরীক্ষার সেট আপ করুন	8
3	আপনার সোয়াব নমুনা নিন	10
	অন্য কারো পরীক্ষা করা	11
4	সোয়্যাব নমুনা প্রক্রিয়া করুন	12
5	আপনার ফলাফল পড়ুন	14
6	আপনার ফলাফল রিপোর্ট করুন	15
7	আপনার পরীক্ষায় প্রাপ্ত ফলাফলের মানে কী	16
8	পরীক্ষার পারফরমেন্স	17
9	আপনার টেস্ট কিট নিরাপদে ফেলে দিন	17
	আপনার পরীক্ষার ফলাফল লিখে রাখুন	18

কোভিড-19 আছে এমন মানুষদের প্রায় 3 জনের মধ্যে 1 জন জানে না যে তাদের এটা আছে।

নিজে নিজে নিয়মিত পরীক্ষা করে আমরা ভাইরাস বিস্তারের গতি মন্থর করতে পারি এবং আমাদের পরিবার ও সমাজের সবচেয়ে ঝুঁকিপূর্ণ মানুষদের সুরক্ষিত রাখতে সহায়তা করতে পারি।

পরীক্ষাটি করা সম্বন্ধে পরামর্শ

আপনাকে সাহায্য করার জন্য, পুরো নির্দেশিকা জুড়ে ছড়িয়ে আছে দরকারি পরামর্শ, উপদেশ ও সতর্কীকরণ বক্স। এসব নির্দেশনা যত্ন সহকারে ধাপে ধাপে অনুসরণ করলে, নির্ভরযোগ্য ফলাফল পাওয়ার সম্ভাবনা অনেক বেশি থাকবে।

সাধারণ নির্দেশনা ও সতর্কীকরণ

- যদি সোয়াবিংয়ের সময় আপনার নাক দিয়ে রক্তপাত হয়, অনুগ্রহ করে সোয়াবিং বন্ধ করুন। সোয়াবটি পরীক্ষা করা যাবে না।
- পণ্যটি প্রাকৃতিক রাবার ল্যাটেক্স দিয়ে তৈরি করা হয়নি, তবে অন্তিম ব্যবহারকারীকে যেভাবে সরবরাহ করা হয় তাতে পণ্যটির মধ্যে প্রাকৃতিক রাবার ল্যাটেক্স-এর উপস্থিতি বা যৎসামান্য পরিমাণ থাকার সম্ভাবনা সম্পূর্ণ বাদ দেওয়া যায় না।
- টেস্ট কিট বাচ্চাদের নাগালের বাইরে রাখবেন।
- এক্সট্র্যাকশন টিউব হোল্ডার ছাড়া কিটের সবগুলো অংশ একবার ব্যবহারের জন্য। এক্সট্র্যাকশন টিউব হোল্ডার ছাড়া কিটের কোনো অংশ, যেমন সোয়্যাব বা এক্সট্র্যাকশন টিউব পুনরায় **ব্যবহার করবেন না**।
- বিভিন্ন কিটের বাক্স থেকে অংশগুলি **মেশাবেন না**। শুধুমাত্র এই কিটের মধ্যে দেওয়া কিটের অংশগুলিই ব্যবহার করবেন।
- টেস্ট ক্যাসেটটি যদি ঘরোয়া পরিষ্কার করার পণ্যের (বিশেষত ব্লিচ) সংস্পর্শে এসে থাকে, তাহলে সেটি **ব্যবহার করবেন না**, যেহেতু এর ফলে ভুল ফলাফল পাওয়া যেতে পারে।
- পরীক্ষাটি সরাসরি সূর্যালোকে থেকে সম্পাদন করবেন **না**, কেন না এর ফলে ভুল ফলাফল পাওয়া যেতে পারে।
- এসব কিট কেবল মানুষের ব্যবহারের জন্য তৈরি।
- এক্সট্র্যাকশন টিউব হোল্ডারটি বাতিল করবেন **না**, এটি সমস্ত পরীক্ষার জন্য পুনরায় ব্যবহার করা হয়।

পরামর্শ

- টেস্ট কিটটি স্বাভাবিক ঘরের তাপমাত্রায় বা একটি শীতল শুকনো জায়গায় (2°C থেকে 30°C) সংরক্ষণ রাখুন।
- সরাসরি রোদে রাখবেন না এবং ফ্রিজারে সংরক্ষণ করবেন না।
- কিটটি স্বাভাবিক তাপমাত্রায় (15°C থেকে 30°C) ব্যবহার করা উচিত। কিটটি যদি একটি জায়গায় সংরক্ষণ করা হয় যা 15°C এর কম, তাহলে এটি ব্যবহার করার আগে 30 মিনিটের জন্য স্বাভাবিক ঘরের তাপমাত্রায় রেখে দিন।

এই পরীক্ষা বিষয়ে

আপনার কেন নিজে পরীক্ষা করা উচিত

এই দ্রুত কোভিড-19 (অ্যান্টিজেন) স্বয়ং-পরীক্ষার কিটটি হল নাকের জন্য একটি সোয়্যাব পরীক্ষা যাতে পরীক্ষা করা যায় যে আপনি সংক্রামক কিনা। যে সমস্ত মানুষের উপসর্গ আছে এবং যাদের কোনো উপসর্গ নেই, এটি সেই উভয় প্রকারের মানুষের জন্য। তবে, আপনার জন্য কোন ধরনের পরীক্ষা সঠিক তা যাচাই করার জন্য আপনার জাতীয় নির্দেশনাগুলি অনুসরণ করা উচিত।

আপনার কোভিড-19 পরীক্ষার ফল পজিটিভ হলে আপনার যা করা উচিত:

- রোগটির বিস্তারকে সীমিত করতে সাহায্য করার জন্য, আপনাকে এবং আপনার পরিবারকে বর্তমান সরকারি নির্দেশিকা মেনে চলতে হবে: **nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/**
- আপনি যাদের নিকট সংস্পর্শে ছিলেন এবং যে সকল জায়গায় আপনি গত 48 ঘন্টায় গেছেন আপনার উপসর্গ শুরু হওয়ার আগে, অথবা যদি কোন উপসর্গ উপস্থিত না থাকে তাহলে যেদিন আপনি একটি পজিটিভ পরীক্ষার ফল পেয়েছেন, তাদের সম্পর্কে জানান সম্ভাব্য কোভিড-19 সংক্রমণের পরীক্ষা করার জন্য। সব সময় স্থানীয় এবং জাতীয় নির্দেশিকা মেনে চলুন।

আপনার কোভিড-19 পরীক্ষায় নেগেটিভ ফল পাওয়া গেলে

এটা সম্ভব যে পরীক্ষা করানোর সময় আপনি সংক্রামক ছিলেন না। কিন্তু, একটি নেগেটিভ ফলাফল কোনো নিশ্চয়তা দেয় না যে আপনার করোনাভাইরাস নেই। আপনার উচিত সরকারি নির্দেশিকা অনুসরণ করা অব্যাহত রাখা উচিত।

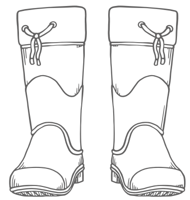
পরামর্শ

যদি আপনার বা আপনার শিশু/শিশুদের করোনাভাইরাস (কোভিড-19) এর উপসর্গ থাকে বা করোনাভাইরাস (কোভিড-19) হয়ে থাকে, তাহলে অনুগ্রহ করে অনলাইনে NHS এর নির্দেশিকা দেখুন: **nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19**

যদি আপনার বা আপনার শিশু/শিশুদের করোনাভাইরাসের (কোভিড-19) উপসর্গ থাকে এবং অবস্থার অবনতি ঘটে, বা আপনি/আপনার শিশু/শিশুরা 7 দিন পরেও ভালো না হন, তাহলে NHS **111** অনলাইন পরিষেবা: **111.nhs.uk** এ যান। আপনার যদি ইন্টারনেট অ্যাক্সেস না থাকে, তাহলে NHS **111** নম্বরে কল করুন। কোনো চিকিৎসাগত জরুরি অবস্থার ক্ষেত্রে **999** নম্বরে ডায়াল করুন।

আপনি উদ্বিগ্ন হলে, সাহায্য নিতে দেরি করবেন না। আপনার সহজাত বুদ্ধি-বিবেচনার উপর ভরসা রাখুন।

এই পরীক্ষাটি কাদের জন্য উপযুক্ত

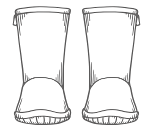


18+ বছর বয়সী প্রাপ্তবয়স্ক

নিজে পরীক্ষা করে রিপোর্ট করুন, প্রয়োজনে অন্যের সহায়তা নিন।

12-17 বছর বয়সী কিশোর-কিশোরী

প্রাপ্তবয়স্কের তত্বাবধানে নিজে পরীক্ষা ও রিপোর্ট করুন। প্রয়োজন হলে প্রাপ্তবয়স্ক পরীক্ষাটি করতে পারেন।



12 বছরের কম বয়সী শিশু

12 বছরের কম বয়সী শিশুদের কোনো প্রাপ্তবয়স্ককে দিয়ে পরীক্ষা করানো উচিত। আপনি যদি একটি শিশুকে পরীক্ষা করার জন্য আত্মবিশ্বাসী অনুভব না করেন, তাহলে এই পরীক্ষাটি করবেন না। শিশুটি যদি কোনো ব্যথা অনুভব করে, তাহলে পরীক্ষাটি অব্যাহত রাখবেন না।

- দৃষ্টিশক্তি ব্যাহত মানুষরা তাও আমাদের টেস্ট কিটগুলি ব্যবহার করতে পারবেন, কিন্তু তাদের হয়ত সহায়তার প্রয়োজন হবে।
- এই পরীক্ষাটি তাদের জন্য উপযোগী নয় যাদের নাক দিয়ে রক্ত পরার প্রবণতা আছে, অথবা যাদের গত 6 মাসের মধ্যে মুখ বা মাথায় আঘাতের অস্ত্রোপচার হয়েছে।

কত ঘন ঘন পরীক্ষা করতে হয়

আপনার কত ঘন ঘন পরীক্ষা করা উচিত তা আপনার পরিস্থিতি এবং বর্তমান জাতীয় বা স্থানীয় নির্দেশিকা অনুযায়ী ভিন্ন হতে পারে।

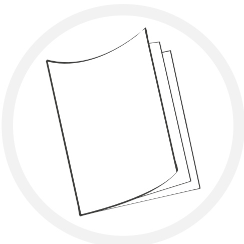
আরো সহায়তা কোথায় পাওয়া যাবে

নিজে নিজে পরীক্ষার আরো তথ্য পাওয়া যাবে এখানে: **gov.uk/covid19-self-test-help**

1. আপনার পরীক্ষা করার জায়গাটি প্রস্তুত করুন

আপনার প্রয়োজন হবে:

- একটি টাইমার, যেমন হাতঘড়ি বা দেয়ালঘড়ি
- টিস্যু
- আয়না
- সারফেস ক্লিনার
- হ্যান্ড স্যানিটাইজার বা সাবান ও গরম পানির প্রাপ্যতা



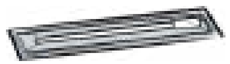
1 যত্ন সহকারে এই নির্দেশিকা পড়ুন। আরো সাহায্য লাগলে সোয়্যাব পরীক্ষার ভিডিওটি অনলাইনে দেখতে পারেন: **gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help**

2 পরীক্ষা করার ঠিক আগে, পরীক্ষার কিটটি রাখার জন্য একটি সমতল পৃষ্ঠতলকে পরিষ্কার করুন ও শুকিয়ে নিন। পরীক্ষাটি দূষিত হয়ে যাওয়া এড়াতে এটা করতে হয়।

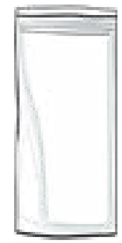
3 20 সেকেন্ড ধরে ভালোভাবে আপনার হাত ধুয়ে নিন সাবান এবং উষ্ণ জল অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করে। আপনি যদি একজনের বেশি ব্যক্তির পরীক্ষা করেন অথবা একটি বাতিল হওয়া পরীক্ষা আবার করেন, তাহলে প্রতিটি পরীক্ষার মাঝে পৃষ্ঠতলটি পরিষ্কার করুন এবং আবার আপনার হাত ধুয়ে নিন। পরীক্ষাটি দূষিত হয়ে যাওয়া এড়াতে এটা করতে হয়।

আপনার কিটের জিনিসপত্র যাচাই করুন

4 আপনার পরীক্ষার বক্সে যা যা থাকা উচিত:

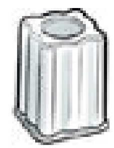

সীল করা মোড়কে নির্বীজকৃত সোয়্যাব (x7)

সিল করা পাউচে টেস্ট ক্যাসেট (x7)


জিপ-লক ব্যাগ (x7)
বর্জ্য পদার্থের ব্যাগ হিসেবে ব্যবহার করুন

বাফার সহ এক্সট্র্যাকশন টিউব (x7)

নজল ক্যাপ (x7)


এক্সট্র্যাকশন টিউব হোল্ডার
(x1 পুনর্ব্যবহারযোগ্য)
(বাতিল করবেন না)

পরামর্শ

কোনো কিছু ক্ষতিগ্রস্ত, ভাঙা বা অনুপস্থিত থাকলে কী করতে হবে

আপনি যদি লক্ষ্য করেন যে কোনো কিছু ক্ষতিগ্রস্ত, ভাঙা বা অনুপস্থিত আছে, তাহলে অনুগ্রহ করে পরীক্ষার কিটটি ব্যবহার করবেন না। আপনি গ্রাহক যোগাযোগ কেন্দ্রে ফোন করে ফীডব্যাক দিতে পারেন। লাইনগুলি প্রতিদিন সকাল 7টা থেকে রাত 11টা পর্যন্ত খোলা থাকে।

ফোন করুন: **119** নম্বরে (মোবাইল এবং ল্যান্ডলাইন থেকে বিনামূল্য উপলব্ধ)। আমরা 200টি ভাষায় ছাড়াও ব্রিটিশ সাইন ল্যাঙ্গুয়েজে সহায়তা প্রদান করি।

আপনি যদি কোনো ডিভাইসের দ্বারা ক্ষতিগ্রস্ত হন, সেই ক্ষেত্রে এটা রিপোর্ট করলে অন্যদের সাহায্য হতে পারে, অনুগ্রহ করে এখানে যান: **coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk**

এই পুস্তিকাটি কেবল Orient Gene দ্রুত কোভিড-19 (অ্যান্টিজেন) সেলফ-টেস্ট: GCCOV-502a-H7OGE এর কথা বলে

2. পরীক্ষা করার জন্য সেট আপ করুন

5 টিউবটিকে আপনার মুখ থেকে দূরে রেখে, আলতোভাবে এক্সট্র্যাকশন টিউবের সিল ফিল্মটির মোড়ক খুলুন যাতে কোনো তরল চলকে পড়া এড়ানো যায়।

সতর্কীকরণ

এক্সট্র্যাকশন বাফারে প্রিজার্ভেটিভ আছে যা কিছু মানুষের মধ্যে অ্যালার্জি-ঘটিত প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করতে পারে। যদি দ্রবণটি ত্বক বা চোখের সংস্পর্শে আসে, তাহলে প্রচুর পানি দিয়ে ধুয়ে নিন। ত্বকে জ্বালা হলে চিকিৎসকের শরণাপন্ন হোন।

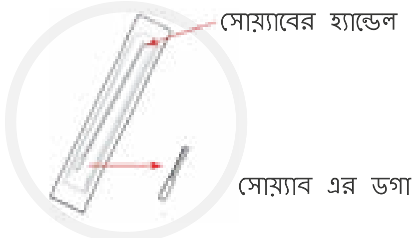
সতর্কীকরণ

এক্সট্র্যাকশন টিউবের সিল ফিল্মটি কামড়ে খোলার চেষ্টা করবেন না। এক্সট্র্যাকশন বাফারের সঙ্গে আপনার ত্বকের সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন।

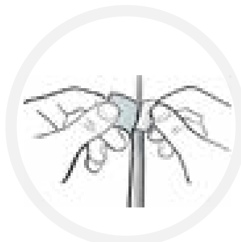
6 যে এক্সট্র্যাকশন টিউবের মধ্যে বাফারটি আছে সেটিকে এক্সট্র্যাকশন টিউব হোল্ডারের মধ্যে রাখুন।

7 **আলতোভাবে** একটি টিস্যুর **মধ্যে আপনার নাক ঝাড়ুন** এবং এটিকে আপনার সাধারণ আবর্জনায় ফেলে দিন। অতিরিক্ত শ্লেষ্মার থেকে রেহাই পেতে এটা করতে হয়। আপনি কোনো শিশু/নির্ভরশীল ব্যক্তিকে পরীক্ষা করলে তাদেরকে প্রয়োজন অনুসারে নাক ঝাড়তে সাহায্য করুন।

8 **নাক ঝাড়ার পরে সাবান** ও পানি বা হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করে 20 সেকেন্ডের জন্য আপনার **হাত ভালোভাবে ধুয়ে নিন**। পরীক্ষাটি দূষিত হয়ে যাওয়া এড়াতে এটা করতে হয়। আপনি কোনো শিশু/নির্ভরশীল ব্যক্তিকে তাদের নাক ঝাড়তে সহায়তা করলে উভয়কেই 20 সেকেন্ডের জন্য **হাত ভালোভাবে ধুয়ে নিতে হবে** অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করতে হবে।



9 সিল করা মোড়কে স্টেরাইল সোয়্যাবটি খুঁজুন। সোয়্যাবের নরম, কাপড়ের ডগাটি সনাক্ত করুন।



10 সোয়্যাবের প্যাকেজটি ছিঁড়ে ফেলুন এবং আলতো করে সোয়্যাবটি বার করে নিন।

সতর্কীকরণ

সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি কখনই আপনার হাত দিয়ে স্পর্শ করবেন না বা কোনো পৃষ্ঠতলে স্পর্শ করবেন না।

এই পুস্তিকাটি কেবল Orient Gene দ্রুত কোভিড-19 (অ্যান্টিজেন) সেল্ফ-টেস্ট: GCCOV-502a-H7OGE এর কথা বলে
আপনার সমস্ত পরীক্ষার ফল NHS এর কাছে রিপোর্ট করুন

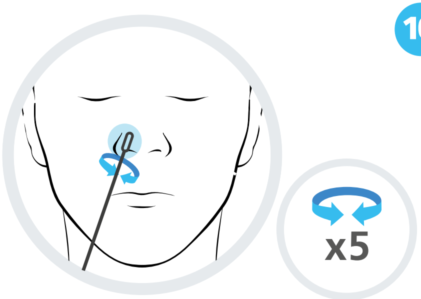
3. আপনার সোয়াব নমুনা নিন

সতর্কীকরণ

সোয়্যাব নেওয়ার আগে নাকে ফুটো করা সমস্ত জিনিস বা অনুরূপ গয়না খুলে ফেলা সুনিশ্চিত করুন।

যদি 12 বছরের কম বয়সের কোনো শিশুর পরীক্ষা করেন, অথবা সহায়তা প্রয়োজন হয় এমন কোনো ব্যক্তির পরীক্ষা করেন, তাহলে 11 পৃষ্ঠায় দেওয়া ধাপগুলো অনুসরণ করুন।

নিজেকে পরীক্ষা করা

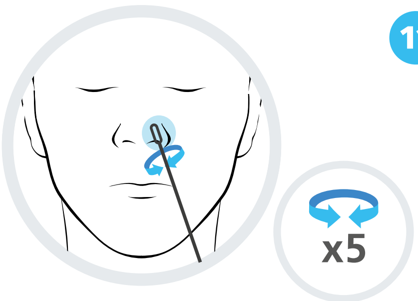


10 প্রথম নাসারন্ধ্র

সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি একটি নাসারন্ধ্রের সামান্য ভিতরে প্রবেশ করান (আনুমানিক 2.5 সেমি), সুনিশ্চিত করুন যে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি প্রথম নাসারন্ধ্রের 2.5 সেমি ভিতরে আছে।

সোয়্যাবটি আপনার নাসারন্ধ্রের ভিতরে **চারপাশে বৃত্তাকারে 5 বার** আলতোভাবে মুছুন। সুনিশ্চিত করুন যে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগার সঙ্গে নাসারন্ধ্রের ভিতরের অংশ ভালোভাবে স্পর্শ করেছে।

কোনো বল প্রয়োগের প্রয়োজন নাই এবং নাসারন্ধ্রের ভিতরে অনেক দূর পর্যন্ত চাপ দিতে হবে না।



11 দ্বিতীয় নাসারন্ধ্র

একই সোয়্যাব ব্যবহার করুন, সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি অপর নাসারন্ধ্রের সামান্য ভিতরে প্রবেশ করান (আনুমানিক 2.5 সেমি), সুনিশ্চিত করুন যে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি দ্বিতীয় নাসারন্ধ্রের 2.5 সেমি ভিতরে আছে।

সোয়্যাবটি আপনার নাসারন্ধ্রের ভিতরে **চারপাশে বৃত্তাকারে 5 বার** আলতোভাবে মুছুন। সুনিশ্চিত করুন যে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগার সঙ্গে নাসারন্ধ্রের ভিতরের অংশের ভালভাবে স্পর্শ হয়েছে।

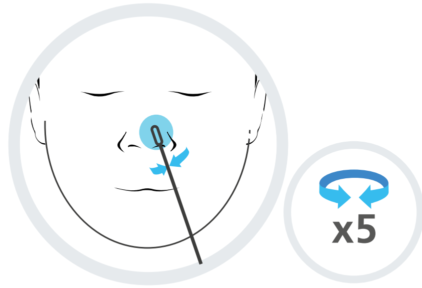
সতর্কীকরণ

সোয়্যাব করার সময়ে আপনার নাক থেকে রক্ত পড়লে অনুগ্রহ করে সোয়্যাব করা থামান। সে ক্ষেত্রে সোয়্যাবটি পরীক্ষা করা যাবে না। রক্ত পড়া অব্যাহত থাকলে আপনার ডাক্তারের পরামর্শ নেওয়া উচিত।

অন্য কারো পরীক্ষা করা

12 বছরের কম বয়সী শিশুদের একজন প্রাপ্তবয়স্কের পরীক্ষা করা উচিত। নীচের নির্দেশিকা অনুসরণ করুন একটি শিশু বা যে ব্যক্তির সাহায্যের প্রয়োজন তাকে প্রস্তুত ও পরীক্ষা কিভাবে করতে হয় তার জন্য। আপনি একটি ভিডিও দেখতে পারেন: **gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help**

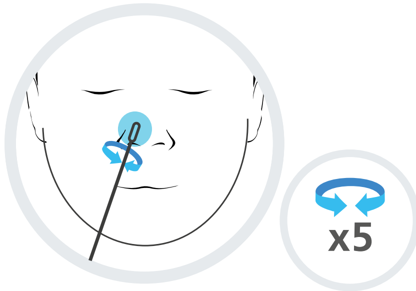
আপনি যদি কোন শিশুকে পরীক্ষা করেন তাহলে তাকে পরীক্ষার কিটটি দেখান এবং আপনি কি করবেন তা নিয়ে তাদের সাথে কথা বলুন। সম্ভব হলে শিশুকে কারো কোলে বসান বা কাউকে ওর হাত ধরতে বলুন। শিশুটিকে বলুন একটি টিস্যুতে তাদের নাক ঝাড়তে। টিস্যুটি একটি বন্ধ বিনের মধ্যে রাখুন।



10 প্রথম নাসারন্ধ্র

আপনি যে শিশু/ব্যক্তিকে পরীক্ষা করছেন তার একটি নাসারন্ধ্রের সামান্য ভিতরে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি প্রবেশ করান।

সোয়্যাবটি তার নাসারন্ধ্রের ভিতরে **চারপাশে বৃত্তাকারে 5 বার** আলতোভাবে মুছুন। কোনো বলপ্রয়োগের প্রয়োজন নাই এবং আপনাকে নাসারন্ধ্রের অনেক গভীরে চাপ দিতে হবে না, সুনিশ্চিত করুন যে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগার সঙ্গে প্রথম নাসারন্ধ্রের ভিতরের অংশ ভালোভাবে স্পর্শ করেছে।



11 দ্বিতীয় নাসারন্ধ্র

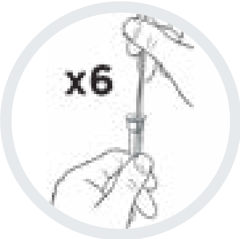
একই সোয়্যাব ব্যবহার করে, আপনি যে শিশু/ব্যক্তির পরীক্ষা করছেন তার অপর নাসারন্ধ্রের সামান্য ভিতরে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি প্রবেশ করান।

সোয়্যাবটি তার নাসারন্ধ্রের ভিতরে **চারপাশে বৃত্তাকারে 5 বার** আলতোভাবে মুছুন, সুনিশ্চিত করুন যে সোয়্যাবের কাপড়ের ডগার সঙ্গে দ্বিতীয় নাসারন্ধ্রের ভিতরের অংশ ভালোভাবে স্পর্শ করেছে।

সতর্কীকরণ

আপনি যে ব্যক্তির সোয়্যাব নিচ্ছেন তার নাক থেকে রক্ত বের হলে অনুগ্রহ করে সোয়্যাব করা থামান। সে ক্ষেত্রে সোয়্যাবটি পরীক্ষা করা যাবে না। রক্ত পড়া অব্যাহত থাকলে তাকে ডাক্তারের পরামর্শ নেওয়ার সুপারিশ করা হচ্ছে।

4. সোয়্যাব নমুনা প্রক্রিয়া করুন



12 সোয়্যাবের কাপড়ের ডগাটি এক্সট্র্যাকশন টিউবের তরলের মধ্যে রাখুন।

ডগাটি এক্সট্র্যাকশন নলের গায়ে জোর দিয়ে চেপে ধরুন, এবং একই সাথে **কমপক্ষে 6 বার** এটিকে টিউবের মধ্যে চারপাশে ঘোরান।

13 সোয়্যাবটিকে এক্সট্র্যাকশন টিউবে রেখে দিন, একটা **টাইমার সেট করুন** এবং **1 মিনিটের** জন্য রেখে দিন।

14 সোয়্যাবটিকে এক্সট্র্যাকশন টিউব থেকে বের করে নিন।

15 প্লাস্টিক জিপ-লক ব্যাগের মধ্যে সোয়্যাবটি রাখুন।

পরামর্শ

একক জিপ-লোক ব্যাগগুলি বর্জ্য পদার্থের ব্যাগ হিসেবে ব্যবহার করা যেতে পারে।

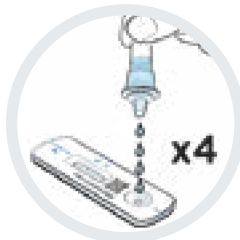
16 নজল ক্যাপটি এক্সট্র্যাকশন টিউবে **আঁট করে চেপে** দিন যাতে লিক হওয়া এড়ানো যায়।

এক্সট্র্যাকশন টিউবটিকে পুনরায় এক্সট্র্যাকশন টিউব হোল্ডারের মধ্যে রাখুন।

17 সীল করা পাউচের ওপরে মেয়াদ **অতিক্রমের তারিখ (EXP) যাচাই করুন।** সিল করা পাউচ থেকে টেস্ট ক্যাসেটটি বার করে পরিষ্কার করা সমতল পৃষ্ঠতলের উপর রাখুন।

সতর্কীকরণ

সিল করা পাউচের বাইরে 30 মিনিটের বেশি সময়ের জন্য রাখা ছিল এমন কোনো টেস্ট ক্যাসেট বাতিল করা উচিত। অভ্যন্তরীণ ডেসিক্যান্ট ব্যাগ এবং পাউচটি প্লাস্টিকের বর্জ্য ফেলার ব্যাগ/জিপ-লক ব্যাগের মধ্যে নিরাপদে ফেলে দিন।



18 এক্সট্র্যাকশন টিউবটিকে **আলতোভাবে** চাপুন যাতে টেস্ট ক্যাসেটের স্যাম্পল ওয়েলের (**S** দ্বারা চিহ্নিত) ওপরে **4 ফোঁটা** তরল পড়ে।

পরামর্শ

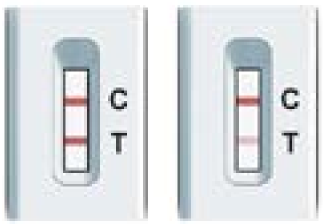
আপনি টেস্ট ক্যাসেটটি অবশ্যই একটি **সমতল জায়গায় রাখবেন**। পরীক্ষা করার সময়ে টেস্ট ক্যাসেটটি সরাবেন না। ধীরে ধীরে নমুনার সাথে ফোঁটা যোগ করুন। বেশি ভর্তি করবেন না।

19 **টাইমার সেট করুন।**
ফলাফল পড়ার জন্য 15 মিনিট অপেক্ষা করুন।

5. আপনার ফলাফল পড়ুন

গুরুত্বপূর্ণ

20 মিনিটের বেশি পরীক্ষা চলতে দেবেন না, তাহলে ফলাফল বরবাদ হয়ে যাবে।

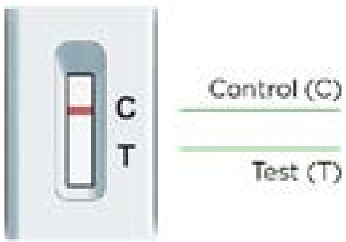


পজিটিভ ফলাফল

দুটি লাইন দেখা যায়। একটি রঙিন লাইন কন্ট্রোল লাইন অঞ্চলে (C) থাকা উচিত এবং অন্য একটি রঙীন লাইন টেস্ট লাইন অঞ্চলে (T) থাকা উচিত। C-এর পাশে একটি আর T-এর পাশে একটি, মোট দুইটি রেখা, এমন কি আবছা হলেও দেখায় যে পরীক্ষার ফলাফল পজিটিভ এসেছে।

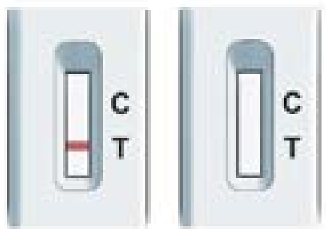
গুরুত্বপূর্ণ

আপনি যদি পরীক্ষায় পজিটিভ ফল লাভ করেন তাহলে আপনার নিজেকে বিচ্ছিন্ন রাখা উচিত এবং আপনার পরিবারের উচিত নিজেকে বিচ্ছিন্ন রাখা সম্পর্কে সরকারি নির্দেশিকা মেনে চলা: **nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/**



নেগেটিভ ফলাফল

একটি রঙিন লাইন কন্ট্রোল লাইন অঞ্চলে (C) দেখা যায়। টেস্ট লাইন অঞ্চলে (T) কোনো লাইন দেখা যায় না।



বাতিল হওয়া ফলাফল

কন্ট্রোল লাইন (C) দেখা দিতে ব্যর্থ।

6. আপনার ফলাফল রিপোর্ট করুন

আপনার পজিটিভ, নেগেটিভ ও বাতিল হওয়া ফলফল NHS এর কাছে রিপোর্ট করতে হবে।

সকল পরীক্ষার ফলাফল রেকর্ড করা হলে তা বৈজ্ঞানিকদেরকে নতুন ভাইরাসের প্রাদুর্ভাব ধরতে এবং কীভাবে ব্যবস্থা নিতে হবে সেই পরামর্শ দিতে সাহায্য করে। লোকজন যদি কেবল পজিটিভ ফলাফল রিপোর্ট করে, তাহলে সংক্রমণের মাত্রা প্রকৃত অবস্থার চেয়ে বেশি দেখায়।

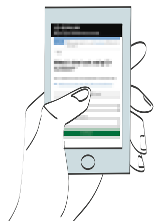
তাই আপনার পরীক্ষার ফলাফল নেগেটিভ বা বাতিল হলেও, নিশ্চিত করবেন যেন NHS এর তথ্য নির্ভুল থাকে।

আপনার ফলাফল রিপোর্ট করার জন্য আপনার QR কোড বা সেটার নিচের আইডি নম্বরটি প্রয়োজন।

অনলাইনে রিপোর্ট করুন (দ্রুততম)

যদি আপনি ইংল্যান্ড, ওয়েলস বা উত্তর আয়ারল্যান্ডে বসবাস করেন, তাহলে দেখুন: **gov.uk/report-covid19-result**

আপনি যদি স্কটল্যান্ডে বসবাস করেন, তাহলে দেখুন: **covidtest.scot**



অথবা ফোনের মাধ্যমে জানান

119 নম্বরে ফোন করুন

লাইনগুলি প্রতিদিন সকাল 7টা থেকে রাত 11টা পর্যন্ত খোলা থাকে, (মোবাইল এবং ল্যান্ডলাইন থেকে বিনামূল্য উপলব্ধ)

7. আপনার ফলাফলের মানে কী

আপনি আপনার ফলাফল রিপোর্ট করার পরেই আপনার পরীক্ষাটি সম্পূর্ণ হবে

পজিটিভ ফলাফল

যদি আপনি একটি পজিটিভ ফলাফল পান, সম্ভবত আপনি বর্তমানে কোভিড-19 আক্রান্ত এবং অন্যদের সংক্রমিত করার ঝুঁকি আছে। আপনার নিজেকে বিচ্ছিন্ন করা উচিত। আপনি যখন আপনার ফলাফল জানাবেন আপনাকে পরবর্তী পদক্ষেপগুলি সম্পর্কে আরও তথ্য প্রদান করা হবে।

সতর্কীকরণ

আপনার এবং আপনার সাথে বসবাস করেন এমন কারো উচিত বর্তমান জাতীয় এবং স্থানীয় নির্দেশিকা মেনে চলা। এটি এখানে পাওয়া যাবে: nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/self-isolation-and-treatment/

নেগেটিভ ফলাফল

আপনি যদি একটি নেগেটিভ ফলাফল পান, তাহলে এই সম্ভাবনা আছে যে পরীক্ষাটি যে সময়ে করা হয়েছিল তখন আপনি সংক্রামক ছিলেন না। তবে পরীক্ষার একটি নেগেটিভ ফলাফল নিশ্চয়তা দেয় না যে আপনার কোভিড-19 নেই।

আপনার পরীক্ষার ফল নেগেটিভ হলে, আপনাকে জাতীয় ও স্থানীয় নিয়মাবলী ও নির্দেশনা অনুসরণ করা চালিয়ে যেতে হবে, যার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত হলো নিয়মিত হাত ধোয়া, সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখা এবং যেখানে প্রয়োজন সেখানে মুখ ঢাকার আবরণ পরা।

আপনার যদি উপসর্গ দেখা দেয় তাহলে আপনার নিজেকে বিচ্ছিন্ন রাখা উচিত এবং বর্তমান সুপারিশকৃত পরীক্ষা করান এখানে: gov.uk/get-coronavirus-test বা **119** নম্বরে গ্রাহক যোগাযোগ কেন্দ্রে ফোন করে। লাইনগুলি প্রতিদিন সকাল 7টা থেকে রাত 11টা পর্যন্ত খোলা থাকে। আপনার এবং আপনার পরিবারের জাতীয় নির্দেশিকা অনুসরণ করা উচিত।

বাতিল হওয়া ফলাফল

যদি আপনি একটি অকার্যকর ফলাফল পান, তার অর্থ এই যে পরীক্ষাটি করার সময় আপনার ভাইরাস ছিল কিনা তা বলা সম্ভব নয়। আপনার করোনাভাইরাস আছে কিনা তা পরীক্ষা করার জন্য, যত তাড়াতাড়ি সম্ভব আরেকটি পরীক্ষা করান। প্রথম পরীক্ষা থেকে কিছু পুনরায় ব্যবহার করবেন না, এবং ধাপ 1 থেকে পরীক্ষার প্রক্রিয়া শুরু করুন।

যদি সমস্যাটি বিরাজমান থাকে

যদি সমস্যাটি বিরাজমান থাকে, তাহলে পরীক্ষার কিটগুলো ব্যবহার করা অবিলম্বে বন্ধ করুন। যদি আরেকটি পরীক্ষার সরঞ্জাম না থাকে, তাহলে ভিন্ন ধরনের পরীক্ষা করাতে পারেন NHS কোভিড-19 অ্যাপের মাধ্যমে অথবা gov.uk/get-coronavirus-test এ গিয়ে, বা **119** নম্বরে গ্রাহক যোগাযোগ কেন্দ্রে ফোন করে। লাইনগুলি প্রতিদিন সকাল 7টা থেকে রাত 11টা পর্যন্ত খোলা থাকে।

8 পরীক্ষার পারফরমেন্স

যদি কারো উচ্চমাত্রার করোনাভাইরাস (কোভিড-19) থাকে তাহলে পরীক্ষায় তার পজিটিভ ফলাফল আসার সম্ভাবনা বেশি।
এর মানে হলো, যে সকল মানুষ বর্তমানে আক্রান্ত এবং যাদের অবিলম্বে নিজেকে আলাদা করা প্রয়োজন, তাদেরকে এটি খুব সম্ভবত সনাক্ত করবে।

9 টেস্ট কিট নিরাপদে নিষ্কাশন করুন

আপনার পরীক্ষাটি সম্পূর্ণ হওয়ার পর, ব্যবহৃত পরীক্ষার কিটের সমস্ত উপাদান প্রদত্ত আবর্জনার ব্যাগে রাখুন প্লাস্টিক টিউব হোল্ডার বাদে, এবং এটা আপনার বাসার সাধারণ আবর্জনার মধ্যে রাখুন।

ফেলে দেওয়ার পরে আপনার হাত ভালোভাবে ধুয়ে নিন।

পরামর্শ

একক জিপ-লোক ব্যাগগুলি বর্জ্য পদার্থের ব্যাগ হিসেবে ব্যবহার করা যেতে পারে।

এই পুস্তিকাটি কেবল Orient Gene দ্রুত কোভিড-19 (অ্যান্টিজেন) সেলফ-টেস্ট: GCCOV-502a-H7OGE এর কথা বলে
আপনার সমস্ত পরীক্ষার ফল NHS এর কাছে রিপোর্ট করুন 17

আপনার পরীক্ষার ফলাফল লিখে রাখুন

এটা আপনার নিজের রেকর্ডের জন্য। আপনাকে এরপরেও আপনার ফলাফল NHS-এর কাছে রিপোর্ট করতে হবে (তথ্যের জন্য পৃষ্ঠা 15 দেখুন)।

দেখুন: **gov.uk/report-covid19-result**

যদি স্কটল্যান্ডে বসবাস করেন, তাহলে দেখুন: **covidtest.scot**

টেস্ট কিটের QR কোড / আইডি নম্বর	কে পরীক্ষা করেছেন	তারিখ	সময়	পরীক্ষার ফলাফল

আপনার কিটে নিম্নলিখিত উপকরণ রয়েছে

আইটেম	7-প্যাক
ব্যবহারের নির্দেশাবলী (এই নথি)	1
সিল করা মোড়কে স্টেরাইল সোয়্যাব	7
সীল করা পাউচে টেস্ট ক্যাসেট	7
বাফার সহ এক্সট্র্যাকশন টিউব	7
নজল ক্যাপ	7
জিপ-লক ব্যাগ	7
এক্সট্র্যাকশন টিউব হোল্ডার	1
QC সার্টিফিকেট	1
	x

শুধুমাত্র NHS টেস্ট অ্যান্ড ট্রেস কর্মসূচির আওতায় স্বাস্থ্য এবং সামাজিক পরিষেবা বিভাগ (DHSC) মোতায়েন বাস্তবায়নের অংশ হিসেবেই এই ডিভাইস সরবরাহের অনুমতি আছে।

Zhejiang Orient Gene Biotech Co., Ltd
ঠিকানা: 3787#, East Yangguang Avenue, Dipu Street,
Anji 313300, Huzhou, Zhejiang, China (গণপ্রজাতন্ত্রী চীন)
টেলি: +86-572-5226111 ফ্যাক্স: +86-572-5226222
ওয়েবসাইট: www.orientgene.com
quality@orientgene.com

UK RP SENSUS GROUP LTD
ঠিকানা: The Barn, Tednambury Farm, Tednambury, Spellbrook,
Herts, CM23 4BD United Kingdom (ইউনাইটেড কিংডম)

EC REP Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe)
ঠিকানা: Eiestrasse 80, 20537 Hamburg, Germany (জার্মানি)

সোয়্যাবের তথ্য:
Jiangsu ChangFeng Medical Industry Co., LTD
ঠিকানা: Touqiao Town, Guangling DISTRICT,
Yangzhou, Jiangsu 225109 China (গণপ্রজাতন্ত্রী চীন)

CE 0197

EC REP Llins Service & Consulting GmbH
Obere Seegasse 34/2, 69124 Heidelberg, Germany (জার্মানি)
ইমেল: info@llins-service.com

CE 0123

ব্যবহৃত প্রতীক

2°C – 30°C	সংরক্ষণ করুন 2 – 30°C তাপমাত্রায়	STERILE EO	ইথাইলিন অক্সাইড দিয়ে স্যানিটাইজ করা হয়েছে		প্রস্তুতকারক		প্যাকেজে খুঁত থাকলে পণ্যটি ব্যবহার করবেন না
LOT	লট নম্বর		মেয়াদোত্তীর্ণের তারিখ	IVD	ইন ভিট্রো ডায়াগনস্টিক মেডিকেল ডিভাইস		
	রোদ থেকে দূরে রাখুন		তৈরি করার তারিখ		পুনরায় ব্যবহার করবেন না		সাবধান, অনুগ্রহ করে নির্দেশনা দেখুন
	শুকনো রাখুন		ব্যবহারের জন্য নির্দেশনা দেখুন	Σ 7	প্যাকের ইউনিটগুলির সংখ্যা (7)		
UK RP	যুক্তরাজ্যের জন্য দায়িত্বপ্রাপ্ত ব্যক্তি	LATEX	ল্যাটেক্স মুক্ত	REF	ক্যাটালগ নম্বর		পুনরায় স্টেরিলাইজ করবেন না
EC REP	ইউরোপীয় অনুমোদিত প্রতিনিধি						

সংস্করণ B22088-03 কার্যকর হওয়ার তারিখ 2021/10/04

REF GCCOV-502a-H7OGE

এই পুস্তিকাটি কেবল Orient Gene দ্রুত কোভিড-19 (অ্যান্টিজেন) সেলফ-টেস্ট: GCCOV-502a-H7OGE এর কথা বলে

আপনার সমস্ত পরীক্ষার ফল NHS এর কাছে রিপোর্ট করুন