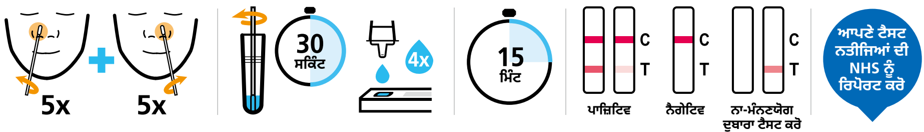
NHS Test and Trace

ਤੁਹਾਡੀ ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਗਾਈਡ *ACON Flowflex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ) ਲਈ

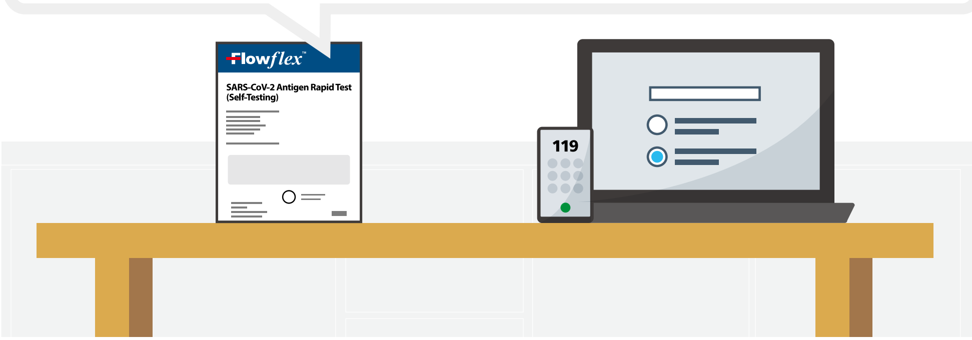
ਚਿਤਾਵਨੀ ਦੂਜੀਆਂ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਨਾ ਮਿਲਾਓ

ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਪੂਰੀ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ।
ਇਹ ਟੈਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹੋਰ ਟੈਸਟਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਿਰਫ ਨੱਕ ਦਾ ਟੈਸਟ



1. ਦੋਨਾਂ ਨਾਸਾਂ ਨੂੰ ਸਵੈਬ ਕਰੋ **2. ਨਮੂਨੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰੋ** **3. ਉਡੀਕ ਕਰੋ** **4. ਨਤੀਜੇ** **5. ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ**



ਇਹ ਹਦਾਇਤਾਂ, ਸਿਰਫ ACON Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ), ਉਤਪਾਦ ਕੋਡ: L031-118Y5 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ।

ਇਹ ਗਾਈਡ ਸਮਝਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ COVID-19 ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ NHS ਨੂੰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਦੱਸਣਾ ਹੈ। ਵਿਕਲਪਿਕ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸੰਸਕਰਣ, ਵੈਲਸ਼ ਸਮੇਤ, ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ - **gov.uk/covid19-self-test-help**

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੀ ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਗਾਈਡ

*ACON Flow*flex™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ) COVID-19 ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਤੇਜ਼ ਟੈਸਟ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਵਰਤੋਂਕਾਰ ਆਪਣੇ ਸਵੈਬ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਤੋਂ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਸਵੈ-ਟੈਸਟਿੰਗ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਰਫ *ਇਨ ਵਿਟਰੋ* ਨਿਦਾਨਾਤਮਕ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਹੈ।

ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵੈ-ਟੈਸਟ ਕਿਉਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਇਹ COVID-19 ਸਵੈ-ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗ ਹੈ, ਇੱਕ ਨੱਕ ਦਾ ਸਵੈਬ ਟੈਸਟ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਟੈਸਟ ਸਹੀ ਹੈ।

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਅੰਦਰ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ	2
ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ਼	3
ਇਸ ਟੈਸਟ ਬਾਰੇ	4
ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰੋ	5
ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ	6
ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਸੈੱਟਅਪ ਕਰੋ	7
ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ	8
ਆਪਣਾ ਸਵੈਬ ਨਮੂਨਾ ਲਵੋ	9
ਸਵੈਬ ਨਮੂਨੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰੋ	10
ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ	12
ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ	14

ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ਼

ਚਿਤਾਵਨੀ	ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਟੈਸਟਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਟੋਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਮਿਲਾਇਆ ਹੈ। ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਕਿਸਮ ਤੋਂ ਤਰਲ ਦੂਜੇ ਟੈਸਟ 'ਤੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨੱਕ ਵਿੰਨ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਸਵੈਬ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਸ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।
- ਜੇ ਸਵੈਬ ਲੈਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਵਗਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਵੈਬ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ। ਸਵੈਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।
- ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਰਬੜ ਲੇਟੈਕਸ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇੱਕ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਹੈਂਡਲਿੰਗ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਟਰੇਸ ਪੇਸ਼ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਨਾ ਖਾਓ, ਨਾ ਪੀਓ ਜਾਂ ਸਿਗਰਟ ਨਾ ਪੀਓ ਜਿੱਥੇ ਨਮੂਨੇ ਜਾਂ ਕਿੱਟਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਕਿਸੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਟੈਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਸਾਰੀਆਂ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਟੈਸਟ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਕਚਰੇ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ।
- ਉਹਨਾਂ ਨਮੂਨਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਹੈ।
- ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਵੈਬ ਲੈਣ ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਨੱਕ ਦੇ ਸਵੈਬ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 30 ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਨੱਕ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਪਰੇਅ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।

ਸਟੋਰੇਜ਼ ਅਤੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਓ

- ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।
- ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਨੂੰ 2 - 30 °C ਵਿਚਕਾਰ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਮਾਓ ਨਾ।
- ਸੀਲਬੰਦ ਪਾਊਚ 'ਤੇ ਛਪੀ ਮਿਆਦ ਖਤਮ ਹੋਣ ਦੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੈਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਟੈਸਟ 15 - 30 °C ਦੀ ਤਾਪਮਾਨ ਸੀਮਾ 'ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰੋ।
ਇਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਣ 'ਤੇ, ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦੀ ਸਾਰੀ ਵਰਤੀ ਗਈ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਆਮ ਕੂੜੇ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿਓ। ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ।

ਇਸ ਟੈਸਟ ਬਾਰੇ

ਇਹ ਟੈਸਟ ਕਿਸਦੇ ਲਈ ਉਚਿਤ ਹੈ

ਬਾਲਗ
18 ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ
ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਾਲ, ਸਵੈ-ਟੈਸਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।

ਕਿਸ਼ੋਰ
12 ਤੋਂ 17 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ
ਬਾਲਗ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਸਵੈ-ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ। ਜਿਵੇਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਟੈਸਟ ਬਾਲਗ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚੇ
ਟੈਸਟ ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਟੈਸਟ ਨਾ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ COVID-19 ਦੇ ਨਵੇਂ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋ

ਸਭ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ਾ ਸਲਾਹ ਲਈ **nhs.uk/coronavirus** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਮੌਜੂਦਾ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੇ ਟੈਸਟ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ:
gov.uk/get-coronavirus-test 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਗ੍ਰਾਹਕ ਸੰਪਰਕ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ **119** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਲਾਈਨਾਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ 7 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 11 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ (ਲੈਂਡਲਾਈਨ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਤੋਂ ਕਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ)।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਤਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਨਾ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਸਮਝ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰੋ।

ਚਿਤਾਵਨੀ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ,
ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, **111.nhs.uk** 'ਤੇ NHS **111** ਔਨਲਾਈਨ ਸੇਵਾ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ **111** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤੁਰੰਤ **999** ਡਾਇਲ ਕਰੋ।

ਇਹ ਹਦਾਇਤ ਪੁਸਤਿਕਾ ਸਿਰਫ ACON Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ), L031-118Y5 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ: ਇੱਕ ਟਾਈਮਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੱਥ ਘੜੀ, ਕਲੋਕ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਉਪਕਰਣ, ਟਿਸ਼ੂ, ਸਤ੍ਹਾ ਕਲੀਨਰ, ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਜਾਂ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ।

1. ਇਸ ਹਿਦਾਇਤ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਸਵੈਬ ਟੈਸਟ ਦਾ ਵੀਡੀਓ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇਖੋ: **gov.uk/covid19-self-test-help**

2. ਟੈਸਟ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਪਹਿਲਾਂ, ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਮਤਲ ਸਤ੍ਹਾ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੁਕਾਓ।

3. ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ, ਜਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ 20 ਸਕਿੰਟ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ।

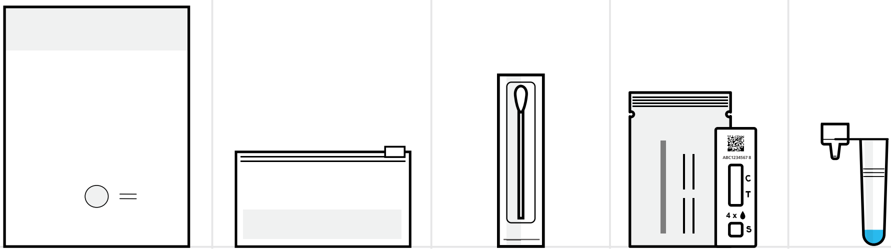
   ਜੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਟੈਸਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਟੈਸਟ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੁਬਾਰਾ ਸਤ੍ਹਾ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਧੋਵੋ।

ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ

ਚਿਤਾਵਨੀ	ਦੂਜੀਆਂ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਨਾ ਮਿਲਾਓ

ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:

1x	7x	7x	7x	7x
ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਹੋਲਡਰ ਮੋਰੀ ਵਾਲਾ ਬਾਕਸ	ਕਚਰੇ ਲਈ ਬੈਗ	ਸੀਲਬੰਦ ਰੈਪਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਸਵੈਬ	ਸੀਲਬੰਦ ਪੈਕ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟ ਕੈਸੇਟ	ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ



ਸਲਾਹ

ਆਪਣੀ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਬਾਰੇ ਫੀਡਬੈਕ ਦਿਓ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦਾ ਕੋਈ ਹਿੱਸਾ ਖਰਾਬ ਜਾਂ ਗੁੰਮ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਪੈਕ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

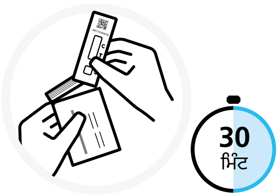
ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਬਾਰੇ ਫੀਡਬੈਕ ਦੇਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ, ਇਸ 'ਤੇ ਜਾਓ:
gov.uk/covid-19-test-feedback

ਜਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ **119** (ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਲੈਂਡਲਾਈਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਫ਼ਤ)।
ਲਾਈਨਾਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ 7 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 11 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।
119, 200 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਾਈਨ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਹਦਾਇਤ ਪੁਸਤਿਕਾ ਸਿਰਫ ACON Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ), L031-118Y5 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ

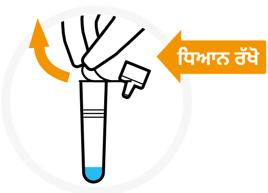
ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਸੈੱਟਅਪ ਕਰੋ

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ	ਸੀਲਬੰਦ ਪੈਕ 'ਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੀ ਵਰਤਣ ਲਈ ਆਖਰੀ ਤਾਰੀਖ਼ ( ) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਟੈਸਟ ਡਿਵਾਈਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਰਤਣ ਲਈ ਆਖਰੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਾ ਕਰੋ।



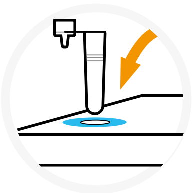
4 ਟੈਸਟ ਕੈਸੇਟ ਸੀਲਬੰਦ ਪੈਕ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੀ ਸਮਤਲ ਸਤਹ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।

ਚਿਤਾਵਨੀ ਇਕ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹ ਦੇਣ 'ਤੇ, 30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਟੈਸਟ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

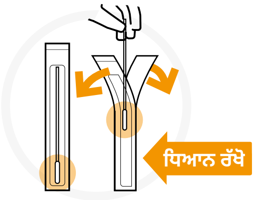


5 ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ, ਟਿਊਬ ਤੋਂ ਸੀਲਿੰਗ ਫਿਲਮ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਛਿਲੋ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਚਿਤਾਵਨੀ ਜੇ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਦਾ ਤਰਲ ਚਮੜੀ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਧੋ ਲਓ ਅਤੇ ਜੇ ਜਰੂਰੀ ਹੋਏ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਓ।



6 ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਹੋਲਡਰ ਵਿੱਚ ਪਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਬਫਰ ਨੂੰ ਡੁੱਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।



7 ਸੀਲਬੰਦ ਰੈਪਰ ਵਿੱਚ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਨਰਮ, ਕੱਪੜੇ ਵਾਲੇ ਸਿਰੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ।

ਸਵੈਬ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਉਦੋਂ ਹੀ ਛਿੱਲ ਕੇ ਖੋਲ੍ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ। ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਨਰਮੀ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ।

8 ਕੱਪੜੇ ਵਾਲੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੋ।

ਚਿਤਾਵਨੀ ਸਵੈਬ ਦੇ ਨਰਮ, ਕੱਪੜੇ ਵਾਲੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਛੂਹੋ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸਵੈਬ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

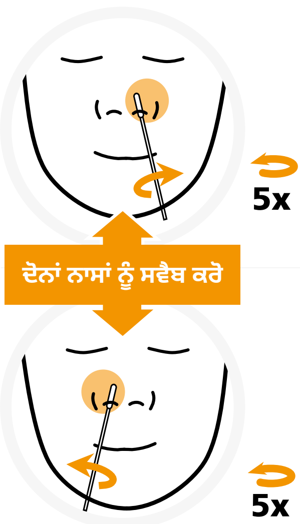
ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ

ਜੇਕਰ 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ

12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਟੈਸਟ ਬਾਲਗ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਡੈਮੋ ਵੀਡੀਓ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ: **gov.uk/covid19-self-test-help**

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦਿਖਾਓ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾਓ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨੱਕ ਟਿਸ਼ੂ ਵਿੱਚ ਸੁਣਕਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਟਿਸ਼ੂ ਨੂੰ ਇਕ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿਓ, ਫਿਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ **20 ਸਕਿੰਟ** ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ।

9 ਸਵੈਬ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਵਾਲੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਉਸਦੀ ਇੱਕ ਨਾਸ ਵਿੱਚ ਪਾਓ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਤਿਰੋਧ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ।



10 ਨਾਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਨਾਲ ਪੂੰਝਦੇ ਹੋਏ ਸਵੈਬ ਨੂੰ 5 ਵਾਰ ਘੁੰਮਾਓ।

11 ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਉਸੀ ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਨਾਸ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਕਦਮ 9 ਅਤੇ ਕਦਮ 10 ਦੁਹਰਾਓ।

ਇਹ ਹਦਾਇਤ ਪੁਸਤਿਕਾ ਸਿਰਫ ACON Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ), L031-118Y5 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ

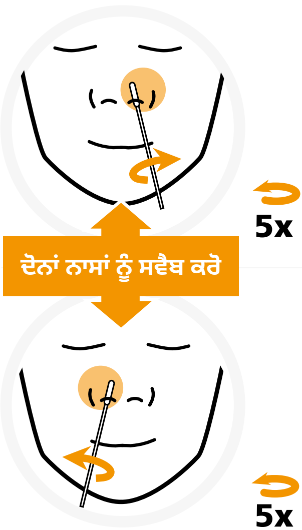
ਆਪਣਾ ਸਵੈਬ ਨਮੂਨਾ ਲਵੋ

ਸਲਾਹ	ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਲਈ, ਨਾਸਾਂ ਤੋਂ ਸਵੈਬ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।

ਇੱਕ ਟਿਸ਼ੂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਨੱਕ ਸੁਣਕੋ। ਟਿਸ਼ੂ ਨੂੰ ਇਕ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿਓ, ਫਿਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਕੋਸੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ **20 ਸਕਿੰਟ** ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ।

12 ਸਵੈਬ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਵਾਲੇ ਪੂਰੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਾਸ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਨਰਮੀ ਨਾਲ ਘੁੰਮਾਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਨਾਸ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਤੋਂ 2.5 ਸੈ.ਮੀ. ਤੋਂ ਘੱਟ ਅੰਦਰ ਧੱਕੋ।

ਇਹ ਬੇਅਰਾਮੀ ਭਰਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਿੱਖਾ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ ਜਾਂ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਹੋਰ ਡੂੰਘਾ ਨਾ ਪਾਓ।



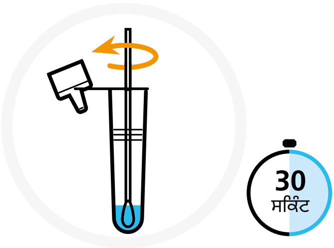
13 ਨਾਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਨਾਲ ਪੂੰਝਦੇ ਹੋਏ ਸਵੈਬ ਨੂੰ 5 ਵਾਰ ਘੁੰਮਾਓ।

14 ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਉਸੀ ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਨਾਸ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਕਦਮ 12 ਅਤੇ ਕਦਮ 13 ਦੁਹਰਾਓ।

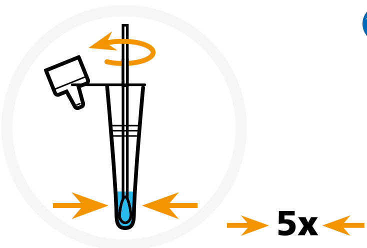
ਸਵੈਬ ਨਮੂਨੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰੋ

ਚਿਤਾਵਨੀ

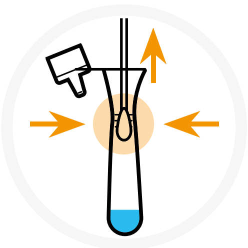
ਟੈਸਟ ਨੂੰ 30 ਮਿੰਟ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਲਈ ਨਾ ਛੱਡੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਨਤੀਜਾ ਨਾ-ਮੰਨਣਯੋਗ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।



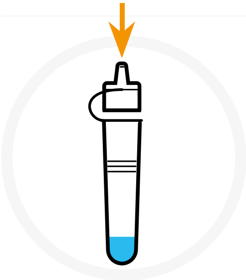
15 ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਚੁੱਕੋ, ਅਤੇ ਸਵੈਬ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਵਾਲੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ। ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਦੇ ਨਾਲ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਦਬਾਓ, ਅਤੇ 30 ਸਕਿੰਟ ਲਈ ਟਿਊਬ ਦੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਘੁੰਮਾਓ।
ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਲਈ, ਨਾਸਾਂ ਤੋਂ ਸਵੈਬ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।



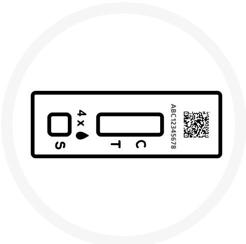
16 ਟਿਊਬ ਦੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਦਬਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਸਵੈਬ ਨੂੰ 5 ਵਾਰ ਘੁੰਮਾਓ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਛੱਡਣ ਲਈ ਹੈ।



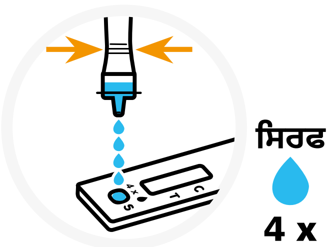
17 ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦੇ ਹੋ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਸਵੈਬ ਦੇ ਨਾਲ ਚੂੰਡੀ ਵਾਂਗ ਦਬਾਓ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਵੈਬ ਦੇ ਨਰਮ ਸਿਰੇ ਤੋਂ ਸਾਰਾ ਤਰਲ ਕੱਢ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਸਵੈਬ ਨੂੰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਏ ਗਏ ਕਚਰੇ ਵਾਲੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਦਿਓ।



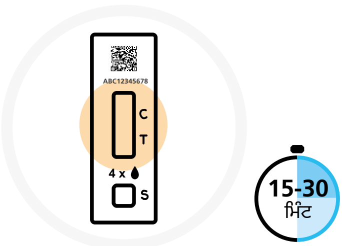
18 ਡ੍ਰੌਪਰ ਦੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ 'ਤੇ ਜੋੜੋ। ਟਿਊਬ ਦੇ ਤਲ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਘੁੰਮਾ ਕੇ ਜਾਂ ਝਟਕ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਿਲਾਓ।



19 ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸਮਤਲ ਸਤ੍ਹਾ 'ਤੇ ਹੈ। ਟੈਸਟ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕੈਸੇਟ ਨੂੰ ਹਿਲਾਓ ਨਾ।



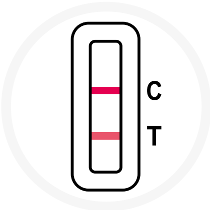
20 ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਨਰਮੀ ਨਾਲ ਦਬਾ ਕੇ ਤਰਲ ਦੀਆਂ 4 ਬੂੰਦਾਂ ਟੈਸਟ ਕੈਸੇਟ 'ਤੇ ਨਮੂਨਾ ਖੂੰਡ (S) ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਛੱਡ ਰਹੇ ਹੋ ਨਾ ਕਿ ਹਵਾ ਦਾ ਬੁਲਬੁਲਾ।
ਐਕਸਟ੍ਰੈਕਸ਼ਨ ਬਫਰ ਟਿਊਬ ਨੂੰ ਕਚਰੇ ਦੇ ਥੈਲੇ ਵਿੱਚ ਪਾਓ।



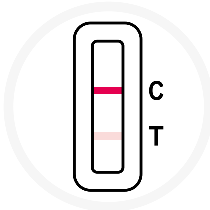
21 ਸਮਾਂ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਟਾਈਮਰ ਸੈੱਟ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 15 ਮਿੰਟ ਉਡੀਕ ਕਰੋ।
ਜਦੋਂ ਟਾਈਮਰ 15-30 ਮਿੰਟ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਤੀਜਾ ਪੜ੍ਹੋ। 30 ਮਿੰਟ ਬਾਅਦ ਨਾ ਪੜ੍ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਹੈ



ਦੋ ਲਾਈਨਾਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
ਇੱਕ ਰੰਗੀਨ ਲਾਈਨ ਕੰਟਰੋਲ ਲਾਈਨ ਖੇਤਰ (**C**) ਵਿੱਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਰੰਗੀਨ ਲਾਈਨ ਟੈਸਟ ਲਾਈਨ ਖੇਤਰ (**T**) ਵਿੱਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।



ਦੋ ਲਾਈਨਾਂ, ਇੱਕ **C** ਦੇ ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਇੱਕ **T** ਦੇ ਅੱਗੇ, ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਫਿੱਕੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ, ਦਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਟੈਸਟ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਨਤੀਜਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਛੂਤਕਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ:

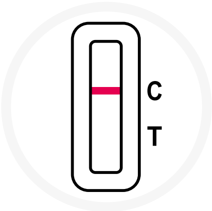
- ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚਣ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ **nhs.uk/stay-at-home**
- ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ (ਪੰਨਾ 14 ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ)। ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਦੇਵੇਗੀ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੁਸੀਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਦੀ ਪਕੜ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਣਾ ਹੈ, ਇਸ 'ਤੇ ਜਾਓ: **nhs.uk/stay-at-home**

ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

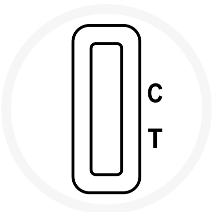
ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਨੈਗੇਟਿਵ ਹੈ



ਕੰਟਰੋਲ ਲਾਈਨ ਖੇਤਰ (**C**) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰੰਗੀਨ ਲਾਈਨ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਟੈਸਟ ਲਾਈਨ ਖੇਤਰ (**T**) ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲਾਈਨ ਦਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨੈਗੇਟਿਵ ਨਤੀਜਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਟੈਸਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਲਾਗ ਨਹੀਂ ਸੀ।

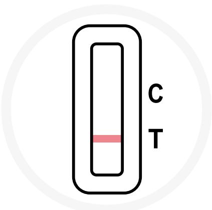
ਪਰ ਟੈਸਟ ਦਾ ਨੈਗੇਟਿਵ ਨਤੀਜਾ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਦੀ ਪਕੜ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਣਾ ਹੈ **nhs.uk/how-to-avoid-covid**

ਨਾ-ਮੰਨਣਯੋਗ ਨਤੀਜਾ



ਨੈਗੇਟਿਵ ਅਤੇ ਨਾ-ਮੰਨਣਯੋਗ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ NHS ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿੰਨੇ ਟੈਸਟ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੀ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ।

ਕੰਟਰੋਲ ਲਾਈਨ (**C**) ਪ੍ਰਗਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਲਾਲ ਪੱਟੀ (**T**) ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਟੈਸਟ ਨਾ-ਮੰਨਣਯੋਗ ਹੈ।



ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਨਾ-ਮੰਨਣਯੋਗ ਨਤੀਜਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਸੀ। ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਹੈ, ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਲਓ।

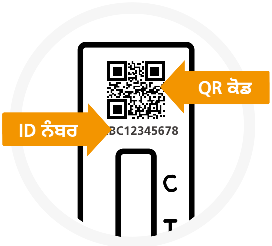
ਪਹਿਲੇ ਟੈਸਟ ਤੋਂ **ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ**, ਅਤੇ ਪੜਾਅ 1 ਤੋਂ ਟੈਸਟ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

ਜੇ ਸਮੱਸਿਆ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੋਰ ਟੈਸਟ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- **Gov.uk/get-coronavirus-test** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ
- ਗਾਹਕ ਸੰਪਰਕ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ **119** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ।
  ਲਾਈਨਾਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ 7 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 11 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ, ਨੈਗੇਟਿਵ ਜਾਂ ਨਾ-ਮੰਨਣਯੋਗ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ



ਸਾਰੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰਕੋਪ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਸਿਰਫ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਪੱਧਰ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਉੱਚੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਹਨ।

ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਤੀਜਾ **ਨੈਗੇਟਿਵ** ਜਾਂ **ਨਾ-ਮੰਨਣਯੋਗ ਹੈ**, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓਗੇ ਕਿ NHS ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹੀ ਰਹੇ।

ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ **QR ਕੋਡ** ਜਾਂ **ID ਨੰਬਰ** ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

ਆਨਲਾਈਨ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ (ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੰਗਲੈਂਡ, ਵੇਲਜ਼ ਜਾਂ ਨੌਰਦਰਨ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ: **gov.uk/report-covid19-result**

ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਸਕੌਟਲੈਂਡ** ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **covidtest.scot**

ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

119 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ

ਲਾਈਨਾਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ 7 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 11 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, (ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਲੈਂਡਲਾਈਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਫ਼ਤ)

ਵਰਤੇ ਗਏ ਚਿੰਨ੍ਹ

	ਨਿਰਮਾਤਾ	Σ	*<n>* ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ	2°C – 30°C	ਤਾਪ ਸੰਬੰਧੀ ਸੀਮਾ
IVD	*ਇਨ ਵਿਟਰੋ* ਡਾਇਗਨੌਸਟਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਡਿਵਾਈਸ		ਵਰਤਣ ਲਈ ਆਖਰੀ ਤਾਰੀਖ਼		ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ
i	ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਲਵੋ	LOT	ਲੋਟ ਨੰਬਰ	REF	ਕੈਟਾਲੌਗ ਨੰਬਰ
EC REP	ਯੂਰਪੀਅਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਅਧਿਕਾਰਤ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ		ਉਤਪਾਦਨ ਦੀ ਤਾਰੀਖ		ਸੁੱਕਾ ਰੱਖੋ
	ਜੇ ਪੈਕੇਜ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ	2 STERILIZE	ਮੁੜ ਤੋਂ ਕੀਟਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਨਾ ਕਰੋ		ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ
STERILE EO	ਇਥਾਈਲੀਨ ਆਕਸਾਈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ		ਰੀਸਾਈਕਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਯੋਗ	!	ਚੇਤਾਵਨੀ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇਖੋ

ਇਹ ਹਦਾਇਤ ਪੁਸਤਿਕਾ ਸਿਰਫ ACON Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ), L031-118Y5 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ

ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਸਿਰਫ ਉਦੋਂ ਹੀ ਪੂਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ

ਆਪਣੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਇਸ ਡਿਵਾਈਸ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਦੀ ਸਿਰਫ NHS ਟੈਸਟ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਯੂਕੇ ਸਿਹਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਏਜੰਸੀ (UKHSA) ਤੈਨਾਤੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ।

Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ)

ACON Biotech (Hangzhou) Co., Ltd.
No.210 Zhenzhong Road, West Lake District, Hangzhou, P.R. China (ਚੀਨ), 310030
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.aconbio.com
ਈਮੇਲ: COVID19selftest@aconlab.com.cn

EC REP
MedNet EC-REP GmbH
Borkstrasse 10
48163 Muenster, Germany (ਜਰਮਨੀ)

CE 0123

ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਸਵੈਬ

Jiangsu Changfeng Medical Industry Co., Ltd.
Touqiao Town, Guangling District, Yangzhou 225109, Jiangsu, P.R. China (ਚੀਨ)

EC REP
Llins Service & Consulting GmbH
Obere Seegasse 34/2, 69124
Heidelberg, Germany (ਜਰਮਨੀ)

CE 0197

ਜਾਂ

Jiangsu HanHeng Medical Technology Co., Ltd.
16-B4, #1 North Qingyang Road, Tianning District, Changzhou, 213017 Jiangsu P.R. China (ਚੀਨ)

EC REP
Luxus Lebenswelt GmbH
Kochstr.1, 47877, Willich, Germany (ਜਰਮਨੀ)

CE 0197

ਸੰਸਕਰਣ 1151414701 ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਮਿਤੀ 2022-03-22
ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿਚਲੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਚਿੱਤਰ *ACON* Biotech (Hangzhou) Co., Ltd. Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ) ਉਤਪਾਦ ਕੋਡ: L031-118Y5 ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸਹੀ ਹਨ।

ਇਹ ਹਦਾਇਤ ਪੁਸਤਿਕਾ ਸਿਰਫ ACON Flow*flex*™ SARS-CoV-2 ਐਂਟੀਜੇਨ ਰੈਪਿਡ ਟੈਸਟ (ਸਵੈ-ਟੈਸਟ), L031-118Y5 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ