کوویڈ 19 سے متعلقہ مشکوک کیسز کی پی سی آر رزلٹ آنے تک احتیاطی آئسولیش

جب تک کورونا وائرس کے ٹیسٹ کے نتائج نہیں آجاتے مجھے کیا کرنا چاہیے؟

/اپنے گھر پر مقیم رہیں، **سماجی رابطے نہ کریں۔**

/خود کو **انفرادی استعمال کے کمرے** تک محدود کریں اور کمرے سے باہر نکلنے سے پرہیز کریں۔

/کمرے سے نکلنا پڑے **تو حفاظتی ماسک** کا استعمال کریں۔

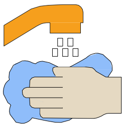
/اپنے ساتھ رہنے والے افراد کے ساتھ براہِ راست رابطے سے پرہیز کریں۔

/پانی اور صابن یا سینیٹائزر کے ساتھ کثرت کے ساتھ ہاتھ دھوئیں، خصوصی طور پر کھانسنے، چھینکنے اور چیزوں یا کسی سطح کو چھونے کے بعد۔

/خود کو قابلِ رسائی اور رابطے میں رکھیں۔

/اپنے ڈاکٹر سے مشورے کے بغیر پاراسیٹامول یا بروفن جیسی کوئی دوا نہ لیں کیونکہ یہ علامات کے ظاہر ہونے کو چھپا سکتی ہیں۔

/سٹاپ کوویڈ19 Stop Covid19 CAT نامی ایپلیکیشن کے ذریعے وائرس سے متعلقہ علامات کا دھیان رکھیں، دن میں دو مرتبہ۔



/کمرے کے ماحول کو اچھی طرح ہوا دار رکھیں۔

/اپنے کپڑوں کو باقی کپڑوں سے الگ 60 ڈگری یا اِس سے زیادہ پر دھوئیں۔

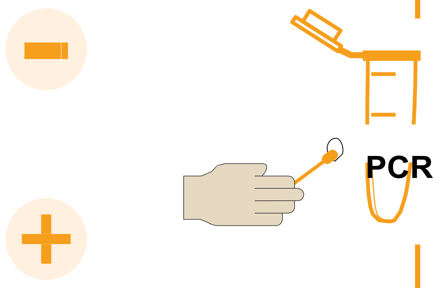
پی سی آر کے رزلٹ کیسے جان سکتا ہوں؟

/ٹیسٹ دینے کے بعد **48 سے 72** گھنٹے کے دوران آپ ٹیسٹ کے نتائج **La Meva Salut** نامی آپشن میں دیکھ سکتے ہیں۔

اگر ابھی تک آپ کے پاس **La Meva Salut** میں داخل ہونے کے لیے ضروری معلومات نہیں ہیں تو آپ نیچے دیے گئے لنک پر موجود فارم کے ذریعے اُس کا حصہ بن سکتے ہیں۔

lamevasalut.gencat.cat/alta

/اگر آپ کام سے عارضی رخصت یا باخا چاہتے ہیں تو **La Meva Salut** میں داخل ہو کر اپنے ڈاکٹر کے ساتھ ایک **eConsulta** کھولیے۔



اگر پی سی آر ٹیسٹ کا رزلٹ منفی ہے تو مجھے کیا کرنا ہے؟

/اگر آپ کا پی سی آر ٹیسٹ کا رزلٹ منفی آیا ہے تو ایسی صورت میں علامات کو مدِ نظر رکھتے ہوئے احتیاطی آیسولیشن کو جاری رکھنے یا ختم کرنے کے بارے آپ کا ڈاکٹر فیصلہ کرے گا۔

اگر پی سی آر ٹیسٹ کا رزلٹ مثبت آیا ہے تو مجھے کیا کرنا ہے؟

/اگر آپ کا پی سی آر ٹیسٹ کا رزلٹ مثبت آیا ہے تو آپ نے گھر پر آئسولیشن جاری رکھنی ہے۔ یہ معلومات آپ کو ٹیسٹ کا رزلٹ آنے پر ٹیلیفون یا میسج کے ذریعے فراہم کی جائے گی۔

یاد رکھیں: Covid19 سے کے متاثرہ شخص کی جلد تشخیص اور اُس کے ساتھ براہِ راست رابطے میں رہنے والے افراد کی شناخت اور اُن کی آیسولیشن وبا کو کنٹرول کرنے کے لیے بنیادی چیزیں ہیں۔

وائرس کی نئی لہر کو روکنے کے لیے اقدامات
اور کوشش جاری رکھنی ہے، آرام سے نہیں بیٹھنا۔

مزید معلومات کے لیے یہ لنک دیکھیے : **canalsalut.gencat.cat/coronavirus**

Generalitat de Catalunya

/Salut