**COVID-19 سے متعلق معائنہ**

COVID-19 کی علامت والا کوئی بھی شخص فوری طور پر **خود کو الگ تھلگ کرے** اور اپنا معائنہ کروانے کا بندوبست کرے۔

علامات کے ظاہر ہونے کے تین دن کے اندر کرائے جانے والے معائنے سب سے زیادہ مؤثر ہوتے ہیں۔ آپ کے گھر کے افراد کو آپ کی علامات کے آغاز سے 14 دن کے لئے **خود کو الگ تھلگ** کرنے کی ضرورت ہوگی۔ اگر ان میں علامات پیدا ہوتی ہیں توان کو بھی اپنا ٹیسٹ کروانے کا بندوبست کرنے کی ضرورت ہوگی۔

خود کو الگ تھلگ کرنے کے بارے میں مزید معلومات این ایچ ایس کی رہنمائی میں مل سکتی ہیں۔

آپ **مفت** ٹیسٹ nhs.uk/coronavirus پر بُک کرسکتے ہیں یا 119 پر کال کرسکتے ہیں۔

معائنے صرف پہلے سے بُک کردہ اپائنٹمنٹ کے ساتھ دستیاب ہیں۔

سسیکس میں معائنہ کرنے والے ڈرائیو تھرو مرکزی مقامات درج ذیل ہیں:

- گیٹ وِک
- برائٹن ایمیکس
- بیکس ہِل
- موبائل ٹیسٹنگ یونٹس ہر دو سے تین دنوں کے بعد اپنی جگہ تبدیل کرتے ہیں۔ آپ مزید معلومات ہماری ویب سائٹ سے حاصل کرسکتے ہیں۔

جب آپ مفت ٹیسٹ بُک کریں گے، توآپ کو وقت اور صحیح جگہ کے بارے میں بتایاجائے گا۔

جو لوگ سفر کرنے سے قاصر ہیں وہ ہوم ٹیسٹ کٹس آرڈر کرسکتے ہیں۔ اس بات سے آگاہ رہیں کہ ٹیسٹ پانچ سال سے کم عمر بچوں کے لئے موزوں نہیں ہیں اور علامات شروع ہونے کے بعد پہلے پانچ دن کے اندر ہی ان کا آرڈر دینا ضروری ہے۔

معائنہ کے بارے میں مزید معلومات این ایچ ایس ویب سائٹ پر دستیاب ہے۔

کلیدی کارکنوں اور کیئر ہوم کے رہائشیوں اور ورکروں کےلیے معائنہ کے بارے میں رہنمائی سرکاری ویب سائٹ پر دستیاب ہے۔

- بلنددرجہ حرارت ۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ اپنے سینے یا پیٹھ کو چھوئیں تو یہ گرم محسوس ہوں (آپ کو اپنے درجہ حرارت کی پیمائش کرنے کی ضرورت نہیں ہے)۔
- ایک نئی، مستقل کھانسی ۔ اس کا مطلب ہے کہ ایک گھنٹے میں بہت زیادہ کھانسنا، یا چوبیس گھنٹوں میں کھانسی کے تین یا زیادہ ادوار (اگرآ پ کو عام طورپر کھانسی ہوتی ہے تو، ممکن ہے یہ معمول سے زیادہ شدید ہو)۔
- آپ کےسونگھنےیاذائقہ کے احساس کاخاتمہ یا اس میں تبدیلی ۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ نےمحسوس کیاہوکہ آپ کو کسی چیز کی بو یا ذائقہ محسوس نہیں ہوتا، یا چیزوں عام حالات کی بنسبت مختلف بو یا ذائقہ کی حامل ہیں۔

کورونا وائرس میں مبتلا زیادہ تر لوگوں میں کم از کم ان میں سےکوئی ایک علامات ہوتی ہے۔