

## COVID-19 કસોટી કે તપાસ

COVID-19 રોગના લક્ષણોવાળી કોઈ પણ વ્યક્તિએ તાત્કાલિક સ્વયં કે એકલા - આઈસલેટ રહી અને કસોટી કરાવવાની ગોઠવણ કરવી જોઈએ.

રોગના લક્ષણો કે ચિહ્નો જોવાના ત્રણ દિવસોની અંદર કસોટી કે તપાસ કરાવવાનું સૌથી અસરકારક રહે છે. તમારા આવા રોગના ચિહ્નોની શરૂઆતથી તમારા ઘરના કે કુટુંબના સભ્યોએ 14 દિવસો માટે સ્વયં કે એકલા- આઈસલેટ રહેવાની જરૂર રહે છે. જો તેઓને આવા રોગના લક્ષણો જોવામાં આવે તો, તેઓએ પણ કસોટી કે ટેસ્ટની ગોઠવણ કરવાની જરૂર રહેશે.

સ્વયં કે એકલા આઈસલેટ વિષેની વધારે માહિતી [NHS ગાઈડન્સ – માર્ગદર્શનમાંથી](#) મળી શકે

તમે મફત કસોટી કે ટેસ્ટ [nhs.uk/coronavirus](https://nhs.uk/coronavirus) અથવા 119 ને ફોન કરી નોંધાવી શકો.

પહેલેથી બુક કરવામાં આવેલ એપોઈન્ટમેન્ટથીજ ફક્ત કસોટીઓ મળી રહે છે.

સસેક્સમાં (Sussex) મહત્વના ડ્રાઈવ- થ્રુ ટેસ્ટીંગ સ્થળો છે:

- ગેટવિક (Gatwick)
- બ્રાઈટન અમેક્સ (Brighton Amex)
- બેક્સહિલ (Bexhill)
- મબાઈલ ટેસ્ટીંગ કે ફરતા કસોટી કરનારા યુનિટ્સ દર બે થી ત્રણ દિવસોએ સ્થળ કે લકેશન બદલતા રહે છે. તમને વધારે અમારી વેબસાઈટ ઉપરથી મળી શકશે.

જ્યારે તમે કોઈ એક મફત ટેસ્ટ કે કસોટી બુક કરશો ત્યારે, તમને સમય અને ચોકકસ સ્થળ જણાવવામાં આવશે.

જેઓ મુસાફરી કરી શકે તેમ ન હોય તેઓ હોમ ટેસ્ટ કિટ (ઘરે તપાસ કરવાની કિટ) ઓર્ડર કરી શકે. સાવધ રહેશો કે આ કસોટીઓ પાંચ વર્ષની હેઠળના બાળકો માટે અનુકૂળ હોતી નથી અને રોગના લક્ષણો જોવાની શરૂઆતના પહેલા પાંચ દિવસોની અંદર અવશ્ય ઓર્ડર કરવી જોઈએ.

ટેસ્ટીંગ કે કસોટી કરવા વિષેની વધારે માહિતી [NHS website](#) ઉપર મળી રહે છે.

કી વર્ક્સ (મહત્વના કાર્યકરો) અને કેર હોમના રહેવાસીઓ અને કાર્યકરો માટે ટેસ્ટીંગ કે કસોટી કરાવવા વિષે માર્ગદર્શન [government website](#) ઉપર મળી રહે છે.

કોરોનાવાઈરસના (coronavirus) મુખ્ય લક્ષણો હોય છે:

- શરીરમાં ઊંચું ઉષ્ણતામાન (હાઈ ટેમ્પરેચર) – આનો અર્થ એવો થાય કે તમારી છાતી અથવા પીઠ ઉપર સ્પર્શ કરવાથી તમને તે ગરમ લાગે (તમારે તમારું ઉષ્ણતામાન માપવાની જરૂર નથી)
- કોઈ નવો, ચાલુ- સતત કફ કે ઉધરસ – આનો અર્થ એવો થાય કે ઘણી બધી ઉધરસ એક કલાક કરતાં પણ વધારે આવે, અથવા 24 કલાકોમાં ત્રણ અથવા વધારે ઉધરસ આવવાની ઘટનાઓ બને (જો તમને હંમેશા કફ હોય તો, તે કદાચ હંમેશના કરતાં વધારે ખરાબ હોઈ શકે)
- તમારી સૂંઘવાની અથવા સ્વાદની સમજણમાં ખોટ- અભાવ અથવા ફેરફાર જણાય – આનો અર્થ એવો થાય કે તમે નોટિસ કર્યું હશે કે તમે કોઈ પણ વસ્તુ સૂંઘી અથવા તેનો સ્વાદ કરી શકતા નથી, અથવા સામાન્ય કરતાં તે સૂંઘવામાં અથવા સ્વાદમાં જુદી જણાય

કોરોનાવાઈરસવાળા (coronavirus) મોટા ભાગના લોકોને આમાંના ઓછામાં ઓછા એક લક્ષણ કે ચિહ્ન હોય છે.