انفیکشن کے زیادہ خطرے والے مقامات پر اتفاقی واسطے

آپ COVID-19 سے متاثرہ کسی شخص کے ساتھ ایک ہی وقت میں کسی جگہ (دلچسپی کے مقام) پر موجود تھے۔
آپ کو یہ کرنے کی ضرضرورت ہے۔

گھر پر رہیں اور ٹیسٹ کروائیں؟

ٹیسٹ مفت ہیں

ہاں

گھر پر رہیں، فورا اور پھر پانچویں (5) دن ٹیسٹ کروائیں۔

اس وقت تک گھر پر رہیں جب تک آپ کے ٹیسٹ کا منفی نتیجہ نہ آ جائے۔

آپ کو آخری مرتبہ COVID-19 والے شخص کے قریب ہونے کے فورا" بعد ٹیسٹ کروانا چاہئے اور اس کے بعد پانچویں (5) دن ٹیسٹ کروانا چاہئے۔

اس وقت تک **گھر پر رہیں جب تک آپ کے ٹیسٹ کا منفی نتیجہ نہ آ جائے (پانچویں دن یا اس کے بعد)** اور اگر ہو سکے تو اپنے گھر میں رہائش پذیر دیگر افراد سے الگ رہیں۔

اس کا مطلب ہے کہ آپ کام پر نہیں جا سکتے یا باہر ورزش کے لئے نہیں جا سکتے۔ آن لائن خریداری کریں یا خاندان کے افراد\دوستوں سے خوراک اور ادویات پہنچانے کا کہیں۔

مثبت ٹیسٹ: آپ کو COVID-19 **ہے** (پبلک ہیلتھ آپ کو کال کرے گی)۔

ان لوگوں کے لئے مالی معاونت دستیاب ہے جنہیں COVID-19 کی وجہ سے گھر پر رہنے کی ضرورت ہے۔

علامات پر نظر رکھنا؟

ہاں

COVID-19 والے شخص کے قریب

آخری مرتبہ جانے کے بعد 14 دن کے لئے۔

COVID-19 علامات میں درج ذیل میں سے ایک یا زائد چیزیں شامل ہو سکتی ہیں: نئی یا بگڑتی ہوئی کھانسی، بخار، سانس میں دشواری، گلے کی سوزش، ناک بہنا، سونگھنے\ذائقے کی حس کا عارضی طور پر ختم ہونا۔

کچھ لوگوں کو اس کا بھی تجربہ ہو سکتا ہے: اسہال، سر درد، پٹھوں میں درد، متلی، الجھن، چڑچڑاپن۔

اگر- پہلے ٹیسٹ کا نتیجہ منفی آ جانے کے باوجود آپ میں علامات ظاہر ہوں - فوراً دوبارہ ٹیسٹ کروائیں اور اس وقت تک گھر پر رہیں، اگر ہو سکے تو اپنے گھر پر رہائش پذیر دیگر افراد سے الگ، جب تک

- آپ کا منفی نتیجہ نہیں آ جاتا **اور**
- اپنی علامات جانے کے 24 گھنٹے بعد تک

ٹیسٹنگ سنٹر کی معلومات کے لئے ہیلتھ لائن **(0800 358 5453)** کو کال کریں یا healthpoint.co.nz/covid-19/ پر جائیں۔

کیا آپ کے ساتھ رہنے والے لوگوں کو کچھ کرنے کی ضرورت ہے؟

نہیں

ماسوائے جب ان میں علامات ظاہر ہوں۔

علامتیں رکھنے والے ہر فرد کو ہیلتھ لائن پر کال کرنے، ٹیسٹ کروانے اور اس وقت تک **گھر پر رہنے** کی ضرورت ہوگی جب تک:

- اس کا منفی نتیجہ نہیں آ جاتا **اور**
- علامات ختم ہونے کے 24 گھنٹے بعد تک

اگر ہو سکے تو علامات رکھنے والے شخص کو اپنے ساتھ رہائش پذیر دوسرے افراد سے الگ رہنا چاہیے۔

اس وقت تک گھر پر رہیں جب تک آپ کے ٹیسٹ کا منفی نتیجہ نہیں آ جاتا۔ اگر آپ میں علامات ظاہر ہوں تو گھر پر رہیں۔ مکمل طور پر ٹھیک ہونے تک گھر پر ہی رہیں۔

اگر آپ میں علامات ظاہر ہوں یا آپ کو مشورے کی ضرورت ہو تو ہیلتھ لائن کو کال کریں: **0800 358 5453** ملائیں۔ اگر آپ کو سانس لینے میں دشواری ہو تو ایمبولینس کو کال کریں: **111** ملائیں۔