



HM Government

NHS

Test and Trace

KORONAWIRUS

Badaj i wykryj

Wszystko, co musisz wiedzieć

Masz
objawy?



Izoluj się



Zrób
test



Zachowaj
się
właściwie



Nie wychodź z domu, z wyjątkiem wyjścia po test

Dowiedz się, jak otrzymać test: nhs.uk/coronavirus lub zadzwoń pod 119.

WYPEŁNIJ SVOJE ZADANIE. CHROŃ PRZYJACIÓŁ I RODZINĘ

BĄDŹ CZUJNY

KONTROLUJ WIRUSA

RATUJ ŻYCIE

Wykonanie testu przy objawach wirusa

Każda osoba, niezależnie od wieku, u której pojawią się objawy zakażenia koronawirusem, może wykonać test.

Zarezerwuj test w ciągu pięciu dni od wystąpienia wysokiej temperatury, nowego, nieustannego kaszlu lub utraty bądź zmiany działania zmysłu węchu lub smaku.

Jeśli masz objawy lub wynik testu na koronawirusa okazał się pozytywny, będziesz musiał przebywać w domowej kwarantannie przez co najmniej 10 dni. Wszystkie osoby z Twojego domu muszą pozostać w domu przez 14 dni.

Jeśli ktoś w Twojej grupie wsparcia ma objawy lub wynik testu tej osoby na koronawirusa okazał się pozytywny, Ty również musisz pozostać w domu przez 14 dni.

W trakcie kwarantanny nie wolno Ci wychodzić z domu:

- Nie chodź do pracy, szkoły ani do miejsc publicznych
- Nie chodź na zakupy ani do apteki – zamawiaj online lub poproś kogoś, by przyniósł Ci zakupy do domu
- Nie przyjmuj w domu gości, w tym przyjaciół ani rodziny – z wyjątkiem osób zapewniających niezbędną opiekę

Zachowaj się właściwie, by ochronić przyjaciół i rodzinę

Jeśli wynik Twojego (lub kogoś z Twojego domu) testu na koronawirusa okaże się pozytywny, skontaktuje się z Tobą zespół z programu NHS Track and Trace. Będziesz musiał odpowiedzieć na pytanie gdzie byłeś i z kim się kontaktowałeś. Udzielenie prawdziwych informacji jest ważne, by zadbać o bezpieczeństwo innych osób.

Osoby, z którymi się kontaktowałeś będą musiały odbyć domową kwarantannę, by zapobiec rozprzestrzenianiu się wirusa. Jeśli zostaniesz wykryty jako ktoś, kto kontaktował się z zakażoną osobą, także będziesz musiał pozostać w domu przez 14 dni.

Jesteśmy w tym razem. Zachowując się właściwie pomagasz chronić swoich przyjaciół i rodzinę, dzięki czemu sytuacja szybciej będzie mogła wrócić do normy.