



HM Government

NHS

Test and Trace

کورونا وائرس

جانچ کرنا اور پتہ لگانا

آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے

علامات پائی
جاتی ہیں؟



الگ تھلگ
ہو جائیں



جانچ
کرائیں



صحیح کام
کریں



گھر سے باہر نہ جائیں، سوائے کوئی جانچ کرانے کے لیے
معلوم کریں کہ nhs.uk/coronavirus میں کس طرح جانچ کرائیں یا 119 پر کال
کریں

اپنا کردار ادا کریں۔ اپنے دوست و احباب اور خاندان کے افراد کی حفاظت کریں

ہوشیار رہیں

وائرس کو کنٹرول کریں

زندگیاں بچائیں

جانچ کرانا اگر آپ کے اندر علامات پائی جاتی ہیں

کوئی بھی ایسا شخص، اس کی عمر جو بھی ہو، جس میں کورونا وائرس کی علامات پائی جاتی ہیں جانچ کرا سکتا ہے۔

زیادہ درجہ حرارت، نئی، مسلسل کھانسی یا سونگھنے یا چکھنے کی حس کا اتلاف یا اس میں تبدیلی کا سامنا کرنے کے پانچ دنوں کے اندر جانچ کے لیے جگہ مخصوص کرائیں

اگر آپ کے اندر علامات پائی جاتی ہیں اور یا کورونا وائرس کے لیے آپ کی جانچ مثبت رہی ہے تو آپ کو کم سے کم 10 دنوں تک گھر پر خود کو الگ تھلگ رکھنے کی ضرورت ہوگی۔ آپ کے گھرانے میں ہر فرد کے لیے 14 دنوں تک گھر پر رہنا ضروری ہے۔

اگر آپ کے معاونتی منصوبہ میں کسی شخص کے اندر علامات پائی جاتی ہیں یا اس کی کورونا وائرس کی جانچ مثبت آئی ہے تب بھی آپ کے لیے 14 دنوں تک گھر پر رہنا ضروری ہے۔

اگر آپ خود کو الگ تھلگ رکھ رہے ہیں تو ضروری ہے کہ آپ گھر سے باہر نہ جائیں:

- کام پر، اسکول میں یا عوامی جگہوں میں نہ جائیں
- خریداری کرنے یا مجوزہ دوائیں لینے کے لیے نہ جائیں - آن لائن آرڈر دیں یا کسی سے انہیں اپنے گھر پر لانے کے لیے کہیں
- اپنے گھر پر ملاقاتیوں کو نہ آنے دیں، جس میں دوست و احباب یا خاندان کے افراد بھی شامل ہیں - سوائے ان لوگوں کے جو لازمی نگہداشت فراہم کر رہے ہیں

اپنے دوست و احباب اور خاندان کے افراد کی حفاظت کے لیے صحیح کام کریں

اگر آپ یا آپ کے گھرانے کے کسی فرد کی کورونا وائرس کی جانچ مثبت آتی ہے تو NHS کی ٹریک اینڈ ٹریس ٹیم کے ذریعہ آپ سے رابطہ کیا جائے گا۔ آپ سے پوچھا جائے گا کہ آپ کہاں گئے تھے اور آپ کس کے رابطہ میں رہے ہیں۔ یہ اہم ہے کہ آپ ہر کسی کو محفوظ رکھنے کے لیے صحیح معلومات فراہم کریں۔

وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے آپ کے قریبی رابطہ میں آنے والے لوگوں کو گھر پر خود کو الگ تھلگ کرنے کے لیے کہا جائے گا۔ اگر قریبی رابطہ کے طور پر آپ کا پتہ لگایا جاتا ہے تو آپ کے لیے 14 دنوں تک گھر پر رہنا ضروری ہے۔

اس میں ہم سب ساتھ ہیں۔ صحیح کام کر کے آپ اپنے دوست و احباب اور خاندان کے افراد کی حفاظت کرنے میں مدد کر رہے ہیں اور چیزیں مزید جلدی معمول پر لوٹ سکتی ہیں۔