

آزمایش و ردیابی برای کووید-19 سوالاتی که مکرراً مطرح می شوند

من احساس ناخوشی می کنم مطمئن نیستم که آیا این کووید-19 است

اگر شما احساس می کنید که علائم بیماری کووید-19 را تجربه می کنید، باید بیدرنگ از طریق خط کمی **NHS 111**، خدمات آنلاین کوروناویروس (علائم بیماری خود را در اینجا ارزیابی کنید) **NHS 111 online coronavirus service (check your symptoms here)** تقاضای مشاوره کنید.

من علائم بیماری خود را چک کردم، فکر می کنم که به کووید-19 مبتلا هستم، باید چکار کنم؟

شما باید بیدرنگ خود را قرنطینه کرده و تست را از طریق زیر انجام دهید:

اینترنت دسترسی ندارید با شماره 119 تماس بگیرید. <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/testing-for-coronavirus/> ویا در صورتی که به

زمانی که منتظر دریافت نتایج تست هستم باید چکار کنم؟

زمانی که شما منتظر انجام تست و دریافت نتایج آن هستید، باید در قرنطینه باقی بمانید. کسانی که در خانواده شما هستند باید برای مدت زمان 14 روز، از روزیکه شما علائم بیماری را تجربه می کنید، در قرنطینه بمانند (مطالعات نشان داده اند که اشخاص می توانند برای مدت زمان دو هفته به کووید-19 مبتلا باشند ولی علائمی را نشان ندهند). شما باید به اشخاصی که با آنها تماس نزدیک داشته اید در طی مدت زمان 48 ساعت اطلاع دهید که ممکن است کوروناویروس داشته باشید.

نتایج تست کووید-19 شما منفی هستند

اگر نتایج تست منفی باشند، شما و اعضای دیگر خانوار نیازی ندارند در قرنطینه باقی بمانید.

نتایج تست کووید-19 شما مثبت هستند

اگر نتیجه تست شما برای ویروس مثبت باشد، شما باید حداقل برای مدت زمان 7 روز از زمانی که علائم بیماری شروع شدند، در قرنطینه باقی بمانید.

اعضای خانوار شما از زمانی که علائم شما بروز کردند، باید برای مدت زمان 14 روز به قرنطینه ادامه دهند. [به اطلاعات بیشتر در مورد اینکه برای چه مدت زمانی باید قرنطینه شوید به اینجا مراجعه کنید](#) **more information here on how long you need to self-isolate.**

پس از آن چه اتفاقی خواهد افتاد؟

24 ساعت پس از اینکه نتیجه مثبت در مورد کووید-19 دریافت نمودید، شما پیامک یا ایمیلی از طرف بخش آزمایش و ردیابی سازمان بهداشت ملی NHS Test and Trace دریافت خواهید نمود. ردیابی کسانی که با شخصی که به کووید-19 مبتلا بوده است بخشی حیاتی برای خاتمه شیوع بیماری می باشد.

پیامک و یا ایمیل راهنمایی هایی در مورد اینکه اطلاعات مربوط به خود را با اشخاص دیگری که اخیراً با ایشان در ارتباط بوده اید، چگونه به اشتراک بگذارید، در بر خواهد داشت. این شامل افراد خانواده و یا اشخاص دیگری که با ایشان زندگی می کنید و همچنین اشخاصی که با ایشان، به فاصله دومتري، و بیش از 15 دقیقه در ارتباط بوده اید، می شود. شما باید به ایشان در مورد مکان هایی که اخیراً ملاقات کرده اید اطلاع دهید.

اطلاعات فراهم شده از طرف شما از طریق وب سایتی امن انتقال خواهند یافت.

اگر شما به اینترنت دسترسی ندارید، با شما از طریق یکی از 25000 مرکز ردیابی تماس حاصل خواهد شد. این خدمات از شماره تلفن منحصر به فرد: 03000135000 خواهد بود.

تیم ردیابی تماس، از اطلاعات فراهم شده از طرف شما برای اطلاع دهی به کسانی که در ریسک احتمالی ابتلا به ویروس قرار دارند، اطلاع می دهد که خود را قرنطینه کنند. هویت شما برای کسانی که به دلیل تست مثبت شما با ایشان تماس گرفته شده است، فاش نخواهد شد.

من احساس می‌کنم که خوب هستم، ولی مرکز آزمایش و ردیابی سازمان بهداشت ملی NHS Test and Trace به من اطلاع داده است که با شخصی که کووید-19 داشته است در تماس بوده‌ام.

آزمایش و ردیابی کلید مبارزه با شیوع بیماری کووید-19 می‌باشد. اگر به شما گفته شود که شما با شخصی که کوروناویروس داشته است در تماس بوده‌اید، شما باید خود را برای مدت 14 روز، از زمانی که با آن شخص تماس گرفته بودید، قرنطینه کنید (درخانه بمانید).

خانه خود را به هیچ دلیلی ترک نکنید. اگر شما نیاز به غذا و یا دارو دارید، آنرا از طریق آنلاین و یا تلفن سفارش دهید و یا از دوستان و اعضای خانواده بخواهید تا آنرا برای شما به خانه تان بیاورند.

آیا اعضای دیگر خانواده من نیاز دارند خود را قرنطینه کنند؟

اگر شما علائمی را تجربه نمی‌کنید، کسانی که با شما زندگی می‌کنند نیازی به قرنطینه ندارند.

ولی اگر شما با کسی که به دلیل کوروناویروس در خطر جدی قرار دارد زندگی می‌کنید، مراتب را فراهم کنید که ایشان برای مدت زمان 14 روزی که شما قرنطینه می‌شوید در نزد اعضای خانواده و یا دوستان باقی بمانند. اگر انجام این کار ممکن نیست، می‌توانید از طریق لینک زیر در مورد دریافت مشاورات در مورد اینکه چگونه از شیوع کوروناویروس به اشخاصی که با ایشان زندگی می‌کنید از طریق خدمات آنلاین سازمان بهداشت ملی دسترسی پیدا کنید. [اطلاعات لازم را دریافت نمایید. advice on how to avoid spreading coronavirus to people you live with at NHS online](#)

اگر پس از آن شما احساس می‌کنید که علائم کووید-19 را تجربه می‌کنید، باید بیدارنگ از طریق وب سایت زیر کمک دریافت کنید: [سازمان بهداشت ملی 111، خدمات آنلاین کوروناویروس \(علائم بیماری خود را اینجا چک کنید\).](#)

[NHS 111 online coronavirus service \(check your symptoms here\)](#)

آیا فقط باید یک بار قرنطینه شوم؟

لزوماً خیر. با در نظر گرفتن خطر قرار گرفتن در معرض بیماری کووید-19، از طریق افراد مختلف ممکن است از شما خواسته شود بیش از یک بار خود را قرنطینه نمایید.

من به دلیل قرنطینه، قابل به کار کردن نخواهم بود، در این صورت چه کمکی برای من موجود خواهد بود؟

اگر شما به دلیل کووید-19 خود را قرنطینه می‌کنید (اگر شخصی در خانواده شما به کوروناویروس مبتلا می‌باشد و یا به شما به دلیل تماس با شخصی که کوروناویروس داشته است نصیحت شده است که خود را قرنطینه کنید) شما می‌توانید برای کمک هزینه قانونی برای افراد بیمار (98.85 پوند در هفته تا مدت زمان 28 هفته) اقدام نمایید.

اگر شما واجد شرایط دریافت کمک هزینه قانونی برای افراد بیمار نیستید- برای مثال اگر شما به کار آزاد مشغول بوده و یا در آمد هفتگی شما کمتر از حد تعیین شده 118 پوند کمتر می‌باشد- به شما توصیه می‌شود که خود را قرنطینه کنید، در این صورت شما می‌توانید برای کمک هزینه های عمومی Universal Credit اقدام کنید.

اگر شما به کار آزاد مشغول هستید، مقامات محلی شما ممکن است از طریق صندوق کمک به موضوعات مربوط به مشقت مالی به شما کمک نمایند. با شهرداری محلی خود برای دریافت اطلاعات بیشتر تماس بگیرید.

اطلاعات کامل در مورد پشتیبانی های مالی در زمان قرنطینه برای اشخاص و کسب و کارها در طریق وب سایت [HM Treasury website here](#) [خانه داری علیاحضرت شهبانو](#) موجود می‌باشد.

گروه آزمایش و ردیابی مشارکت جوامع در لندن

ژوئن 2020

