

अगले चरण:

जब आप अपनी COVID-19 जाँच के परिणाम की प्रतीक्षा कर रहे हैं

(Next Steps: While you wait for your COVID-19 test results)

यदि आप COVID-19 से संक्रमित हुए हैं, तो: अच्छी तरह से फिट होने वाला मास्क पहनें, और अपने परीक्षण के परिणामों की प्रतीक्षा करते समय लक्षणों पर नजर रखें, भले ही आप COVID-19 टीकाकरण के साथ अप-टू-डेट हों।

यदि आप में COVID-19 के लक्षण नजर आ रहे हैं, तो: अपने परीक्षण के परिणामों की प्रतीक्षा करते समय अपने घर में दूसरों से खुद को अलग रखें, नए या बिगड़ते हुए लक्षणों पर नजर रखें और अच्छी फिटिंग वाला मास्क पहनें। भले ही आप COVID-19 टीकाकरण के साथ अप-टू-डेट हों।



अपनी और दूसरों की सुरक्षा करें

- अपनी जाँच के परिणामों की प्रतीक्षा करने के दौरान दूसरों से दूर रहें।
- अपनी जाँच के परिणामों का इंतजार करते समय अपने घर में और सार्वजनिक स्थानों पर दूसरों के आस-पास होने पर अच्छी तरह से फिट होने वाला मास्क पहनें।
- जब आप खाँसते या छींकते हैं, तब अपने मुँह और नाक को टिश्यू से ढकें या अपनी कोहनी के अंदरूनी हिस्से का इस्तेमाल करें।
- अपने हाथों को अक्सर कम से कम 20 सेकंड के लिए साबुन और पानी से धोएँ। अगर आपके पास साबुन और पानी नहीं है, तो 60% अल्कोहल वाले हैंड सैनिटाइज़र का प्रयोग करें।
- हर दिन "बहुत बार स्पर्श की जाने वाली" सतहों को साफ़ करें (जैसे कि टेबलटॉप, डॉर्कनॉब्स, फोन और कीबोर्ड)।
- यदि आपने अपने हाथ नहीं धोए हैं, तो अपनी आँखों, नाक और मुँह को न छुएँ।



लक्षणों पर स्वयं नजर रखें

- जब आपको कोई नया लक्षण दिखाई दे, तो उसे ध्यान में रखें।
- दिन में दो बार अपना तापमान जाँचें।
- यदि आप बीमार हैं, तो बुखार, खाँसी, और किसी भी अन्य लक्षण का दैनिक रिकॉर्ड रखें।
- यदि आपके लक्षण बदतर हो जाते हैं, तो डॉक्टर से संपर्क करें। यदि आप किसी चिकित्सीय आपात स्थिति में हैं, तो 911 पर कॉल करें।

क्या आपकी जाँच क्लिनिक या अस्पताल में की गई थी?



आपके परिणाम उपलब्ध होने पर डॉक्टर आप से संपर्क करेगा। जाँच के परिणामों के लिए अपने स्थानीय स्वास्थ्य विभाग से संपर्क न करें।

अधिक जानकारी के लिए, www.dhs.wi.gov/covid-19/symptoms.htm पर जाएँ।

अपनी COVID-19 की जाँच के परिणाम का क्या करें

+ जाँच का पॉजिटिव परिणाम? घर पर अलग रहें और खुद को दूसरों से अलग करें।

- अपना घर न छोड़ें। काम पर या स्कूल न जाएँ। यात्रा न करें या सार्वजनिक परिवहन का उपयोग न करें।
- अपने निकट संपर्कों को सूचित करें कि आप COVID-19 से संक्रमित हैं। घर के सदस्यों सहित, आप के संपर्क में आए लोगों की जाँच की जानी चाहिए और 10 दिनों तक दूसरों के आस-पास रहने पर अच्छी फिटिंग वाला मास्क पहनें।
- लक्षणों पर नजर रखें। आपातकालीन चिकित्सा देखभाल की आवश्यकता होने पर तुरंत 911 पर कॉल करें और उन्हें बताएँ कि आप COVID-19 से ग्रस्त हैं।
- दूसरों के आसपास रहने पर अच्छी फिटिंग वाला मास्क पहनें।
- गैर-जरूरी मेडिकल अपॉइंटमेंट्स स्थगित करें।

अलग रहना कब खत्म होता है?



आप बुखार कम करने वाली दवा का उपयोग किए बिना कम से कम 24 घंटों के लिए बुखार-मुक्त हुए हैं

और



कम से कम 24 घंटों से आपके अन्य लक्षणों में सुधार हुआ है

और



आप में लक्षण नजर आने की शुरुआत से या जाँच से पॉजिटिव पाए जाने के बाद (यदि आपके लक्षण नजर नहीं आए हैं) कम से कम 5 दिन बीत चुके हैं

अपने अलग रहने की अवधि के बाद अतिरिक्त 5 दिनों के लिए दूसरों के आस-पास होने पर अच्छी फिटिंग वाला मास्क पहनें। यदि 5 दिनों के बाद भी आपके लक्षणों में सुधार नहीं होता है, तो सुधार होने तक अपनी एकांतवास अवधि समाप्त होने की प्रतीक्षा करें।

- जाँच का नेगेटिव परिणाम? हो सकता है कि आप इस समय COVID-19 से ग्रस्त ना हों।

यदि स्वयं (एंटीजन) जाँच के साथ नेगेटिव परिणाम किया है, तो अपने पहले के 48 घंटे बाद और लें। नेगेटिव COVID-19 एंटीजन जाँच का मतलब जाँच में इस समय वाइरस का पता नहीं चला है, लेकिन इससे इंकार नहीं किया जा सकता है कि आपको COVID-19 हो सकता है।

यदि आप COVID-19 से संक्रमित थे, तो इन चरणों का पालन करें, भले ही आपकी COVID-19 जाँच के परिणाम नेगेटिव हो:

- COVID-19 के लक्षणों पर निगरानी रखें।
- कारंटाइन के बाद 10 दिनों तक दूसरों के आस-पास रहते हुए अच्छी तरह से फिटिंग वाला मास्क पहनें।

और अधिक जानना चाहते हैं?

- आप COVID-19 से संक्रमित पाए जाने के बाद के अगले चरण: www.dhs.wi.gov/covid-19/close-contacts.htm
- COVID-19 से संक्रमित लोगों के लिए जानकारी: www.dhs.wi.gov/covid-19/diagnosed.htm

