

COVID-19 स्व-परीक्षण

(COVID-19 Self-Tests)

COVID-19 स्व-परीक्षण (जिसे घर-पर परीक्षण या ओवर-द-काउंटर परीक्षण भी कहा जाता है) COVID-19 परीक्षण का एक प्रकार है जिसका उपयोग करना आसान है और जो घर पर तेजी से परिणाम देता है। COVID-19 के फैलने की संभावना को कम करने वाले निर्णय लेने में आपकी मदद के लिए आप स्व-परीक्षण का उपयोग कर सकते हैं। आपके द्वारा उपयोग किए जाने वाले स्व-परीक्षण के प्रकार के आधार पर, टेलीहेल्थ देखभाल प्रदाता द्वारा उसकी वीडियो कॉल द्वारा देखरेख की जा सकती है।

टीकाकरण की स्थिति, लक्षण या एक्सपोजर की परवाह किए बिना आप स्व-परीक्षण का उपयोग कर सकते हैं।



मुझे स्व-परीक्षण का उपयोग करने का विचार कब करना चाहिए?

यदि आप में COVID-19 के लक्षण हैं, आप COVID-19 के संपर्क में आये थे या आप अंदरूनी स्थान पर अपने परिवार के बाहर के लोगों के साथ इकट्ठा होने की योजना बना रहे हैं तो आप स्व-परीक्षण का उपयोग करने पर विचार कर सकते हैं।



यदि आप में लक्षण हैं और आप स्व-परीक्षण करा सकते हैं तो उसका तुरंत उपयोग करें।



यदि आप किसी COVID-19 संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आए थे तो अपने अंतिम संपर्क के कम से कम पूरे 5 दिन बाद स्व-परीक्षण का उपयोग करें।



यदि आप किसी कार्यक्रम से पहले परीक्षण कर रहे हैं तो कार्यक्रम से ठीक पहले या जितना हो सके उतना कार्यक्रम के समय के निकट परीक्षण करें।

मैं स्व-परीक्षण कैसे प्राप्त कर सकता हूँ?

- किसी फार्मसी या रिटेल स्टोर से ओवर-द-काउंटर स्व-परीक्षण खरीदें।
- [SayYesCovidHomeTest.org](https://www.SayYesCovidHomeTest.org) से ऑनलाइन निःशुल्क परीक्षण का आर्डर करें

मैं स्व-परीक्षण का उपयोग कैसे करूँ?

अपना नमूना एकत्र करने और परीक्षण करने के लिए निर्माता के निर्देशों का पूरी तरह से पालन करें। यदि आप निर्देशानुसार अपना नमूना एकत्र नहीं करते हैं या परीक्षण नहीं करते हैं, तो हो सकता है कि आपके परिणाम सटीक न हों।



मेरे स्व-परीक्षण परिणामों का क्या अर्थ है?

+ मेरे स्व-परीक्षण का परिणाम पॉजिटिव आया है। मुझे क्या करना चाहिए?

यदि आप में लक्षण हैं तो दूसरों के आस-पास एक अच्छी फिटिंग वाला मास्क पहनें और कम से कम पूरे 5 दिनों के लिए आइसोलेट करें। यदि बुखार कम करने वाली दवा का उपयोग किए बिना आप 24 घंटे तक बुखार-मुक्त रहते हैं और आपके अन्य लक्षणों में भी सुधार हो रहा है तो, 5 दिनों के बाद आप अपना आइसोलेशन समाप्त कर सकते हैं। अपने आइसोलेशन की अवधि के बाद अतिरिक्त 5 दिनों के लिए अपने घर में और सार्वजनिक रूप से दूसरों के आसपास रहते समय एक अच्छी फिटिंग वाला मास्क पहनना जारी रखें।

यदि आपका COVID-19 परीक्षण पॉजिटिव आता है और आप में लक्षण नहीं हैं, तो दूसरों के आस-पास एक अच्छी फिटिंग वाला मास्क पहनें और पूरे 5 दिनों के लिए आइसोलेट करें। अपनी आइसोलेशन की अवधि के बाद अतिरिक्त 5 दिनों के लिए घर पर और सार्वजनिक रूप से दूसरों के आसपास मास्क पहनना जारी रखें। यदि आप परीक्षण के पॉजिटिव आने के बाद लक्षण विकसित करते हैं तो आपकी आइसोलेशन की अवधि शुरू होनी चाहिए।

- मेरे स्व-परीक्षण का परिणाम निगेटिव आया है। मुझे क्या करना चाहिए?

यदि आपका COVID-19 के स्व-परीक्षण का परिणाम नेगेटिव आया है, या हाल ही में संक्रमण से प्रभावित नहीं हुआ है, और आपको COVID-19 के लक्षण नहीं हैं, तो संभवतः आपको COVID-19 नहीं है। आपको दुबारा परीक्षण करने या आइसोलेट होने की आवश्यकता नहीं है।

यदि COVID-19 के संपर्क में आने के बाद आपका परीक्षण परिणाम नेगेटिव आता है और आपको लक्षण भी नहीं हैं तो, पहले नेगेटिव परिणाम वाले परीक्षण के 48 घंटे बाद फिर से परीक्षण करें, फिर दूसरे नेगेटिव परिणाम वाले परीक्षण के 48 घंटे बाद, कुल तीन परीक्षणों तक फिर से परीक्षण करें।

यदि COVID-19 का आपका परीक्षण परिणाम नेगेटिव आता है लेकिन आपको इसके लक्षण हैं तो, पहले नेगेटिव परिणाम वाले परीक्षण के 48 घंटे बाद, कुल दो परीक्षणों तक फिर से परीक्षण करें।

यदि आपसे दोबारा परीक्षण करने की अनुशंसा की जाती है, तो एक मोलिक्यूलर परीक्षण, जैसे कि PCR परीक्षण कराने पर विचार करें, जिससे अधिक सटीक परिणाम मिल सकता है। यदि आप का मोलिक्यूलर या स्व-परीक्षण का परिणाम कभी भी पॉजिटिव आता है, तो तुरंत आइसोलेट हो जाएं।

अतिरिक्त संसाधन

स्व-परीक्षणों के बारे में अधिक जानकारी: www.dhs.wi.gov/covid-19/self-testing.htm

अन्य परीक्षण विकल्पों की जानकारी: www.dhs.wi.gov/covid-19/testing.htm

आइसोलेशन के लिए सूचना: www.dhs.wi.gov/diagnosed.htm

संपर्क में आने के बाद अगले चरण: www.dhs.wi.gov/close-contacts.htm