

COVID-19 परीक्षण की जानकारी

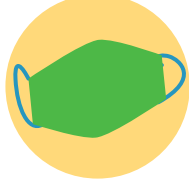
हंदी - Hindi

यदि आप परीक्षण के परिणाम की प्रतीक्षा कर रहे हों, तब



फोन करें

अपने नथीकता या वशिषज्ज चकित्सक को सूचित करे क आप COVID-19 से संक्रमित है, साथ ही परीक्षण की तारीख भी बताएं.



मुंह ढकें

खांसते और छीकते समय अपना मुंह ढक कर रखें। अपनी आंखों, नाक और मुंह को छूने से बचे।



घर पर रहें

परीक्षण के परिणाम प्राप्त होने तक घर पर ही रहें. कसि भी आगंतुक से मुलाक़ात न करे, न ही व्यक्तिगत या सार्वजनिक स्थानों पर जाएं. चकित्सा देखभाल के लिए जाने के अलावा घर से बाहर बलिकूल भी न निकलें.



साफ़-सफ़ाई

अपने हाथों को लगातार, कम से कम 20 सेकंड के लिए साबुन और पानी से धोते रहें. यदि साबुन और पानी उपलब्ध न हो तो हैंड सैनिटाइज़र (कम से कम 60% अल्कोहल वाला) का उपयोग करें.

अपने लक्षणों पर नज़र रखें:

- लक्षण दिखाई देने वाले दिन को लखि कर रखें. आराम करना और पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थों का सेवन करना आवश्यक है. चकित्सकीय निर्देश के अनुसार बुखार और खांसी के लक्षणों को कम करने वाली दवाओं का सेवन करें.
- दिन में दो बार खुद ही अपना तापमान जांचें.
- बुखार, खांसी, और सांस संबंधी अन्य लक्षणों का दैनिक रिकॉर्ड रखें.
- यदि आपके लक्षण और बगिड़ जाते हैं या आप चिंतित हैं, तो अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता (चकित्सक) को फोन करें. उन्हें बताएं कि आपने COVID-19 का परीक्षण करवाया है

911 पर कॉल करें और नमिनलखिति लक्षण महसूस होने पर तुरंत चकित्सीय सहायता लें:

- सांस लेने में अत्यधिक परेशानी
- होठों या चेहरे का रंग नीला पड़ना
- सीने में लगातार दर्द या दबाव
- लगातार चक्कर आना या सरि दर्द
- उलझन होना
- उठने-जागने में परेशानी
- बोलने में समस्या (नई परेशानी या पुरानी स्थितिका बगिड़ना)
- दौरा पड़ना

घर पर कतिने दिनों तक रहें (खाली स्थानों को भरें)

वह तारीख जब मैं पहली बार बीमार पड़ा/पड़ी	10 दिनों बाद की तारीख:	मेरा बुखार समाप्त हुआ:	24 घंटे बाद की तारीख:	मेरे अन्य लक्षणों में सुधार हुआ:	नवीनतम तारीख पर घेरा लगाएं और नीचे लखिं. तक घर पर रहें:

WA DOH 820-089 से रुपांतरित

बीमा बलिगि की जानकारी

- आपके पास स्वास्थ्य बीमा हो, अथवा नहीं, आपको परीक्षण के लिए शुल्क नहीं देना होगा और आपको बलि भी नहीं दिया जाएगा. यदि आपका बीमा है, तो UW Medicine आपके नजी बीमा, Medicaid और Medicare की बलिगि का प्रबंधन करेगा. यदि आप बीमति नहीं हैं, तो UW Medicine आपकी परीक्षण की लागत के लिए सीधे संघीय अबीमति COVID परीक्षण नधि से प्रतपूरतकी मांग करेगा. आपको नःशुल्क परीक्षण उपलब्ध कराने के लिए नजी बीमा, Medicaid और Medicare तथा संघीय अबीमति COVID परीक्षण नधि से प्रतपूरत आवश्यक है।
- अधिक जानकारी के लिए देखें: <https://www.snohd.org/testing>



यदि आप COVID-19 पॉजिटिव हैं

- अपेक्षित समयावधि के लिए घर पर पृथकवास (आइसोलेशन) जारी रखें।
- अपने नयिकता या चिकित्सा वशिषज्ज को, जैसा यथोचित हो, अपने COVID-19 परीक्षण परणाम के पॉजिटिव होने की सूचना दें।
- इस संबंध में आपके द्वारा उठाए जाने वाले अगले चरणों के बारे में चर्चा करने के लिए जिला स्वास्थ्य केंद्र द्वारा आपसे और आपके नकट संबंधियों से संपर्क किया जाएगा।
- यदि आपके लक्षण बगिड़ने लगते हैं, तो कृपया आपातकालीन स्थिति में अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता (चिकित्सक) या 911 पर फ़ोन करें।

अपने परीक्षण परणामों को कैसे प्राप्त करें

- परणाम 2 से 3 कैलेडर दिनों के भीतर उपलब्ध होने चाहिए। परीक्षण के कम से कम तीन दिनों बाद तक कृपया परीक्षण लैब को फ़ोन न करें। आपके परणाम तैयार होने के बाद आपको सूचना नहीं दी जाएगी। अपने परीक्षण के परणाम प्राप्त करने के लिए या तो:
- सीधे अपने फ़ोन के कैमरा एप्लिकेशन का उपयोग करके परणामों को प्राप्त करने के लिए नीचे दिए गए QR कोड को स्कैन करें या
- नीचे दिए गए 16 अंकों के रटिरीवल कोड और अपनी जन्म तिथि दर्ज करके अपने परीक्षण परणाम खोजने के लिए वेबसाइट : <https://securelink.labmed.uw.edu> पर जाएं। हम आपके परीक्षण के कम से कम 2 दिन बीत जाने के बाद वेबसाइट पर परणाम खोजने के लिए प्रोत्साहित करते हैं।
- यदि आपका QR कोड खो गया है या आपको अपने परणामों तक पहुंचने में परेशानी हो रही है, तो तकनीकी सहायता के लिए यूनिवर्सिटी ऑफ़ वाशिंगटन प्रयोगशाला सर्विस लाइन 1-833-562-1212 पर फ़ोन करें।



चिकित्सकीय आपात स्थिति के लिए, 911 पर फ़ोन करें और डिस्पैच कर्मियों को सूचित करें कि आप COVID-19 से संक्रमित हो सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए देखें : WWW.SNOHD.ORG/COVID