Nepali

कोरोनाभाईरस (COVID-19)

COVID-19 परिक्षण

कसले परिक्षण गर्नु अनिवार्य छ?

चिसो वा रुघाको जस्तो लक्षण भएका जो कोही, एकदमै हल्का भए पनि, COVID-19 परीक्षण जति सक्दो चाँडो लिनु पर्छ। COVID-19 लक्षण निम्न समावेश हुन्छन्:

- ज्वरो जस्तै, चिसो, रातमा पसीना आउने
- श्वासप्रश्वासका लक्षणहरू जस्तै खोकी, घाँटीमा दुखाइ/चिलाउने, नाकबाट पानी बग्ने, सास फेर्न कठिनाई महसुस हुने, गन्ध वा स्वाद गर्ने शक्तीमा ह्रास
- अन्य लक्षणहरूमा मांसपेशी र जोड़नीको दुखाई, पखाला, रिंगाटा लाग्ने / बान्ता र खाना रुचीमा कमी आउने।

जब परिक्षण गरिनु हुन्छ के को आपेक्षा गरिन्छ?

- परीक्षण नि: शुल्क, सजिलो र छिटो हुन्छ।
- यदि तपाईंलाई परीक्षण क्लिनिकमा जान सिफारिश गरिएको छ भने, कृपया तपाईंको सिफारिसलाई आफूसँग लैजानुहोस्। प्राय: क्लिनिकहरूको लागि यो आवश्यक पर्दैन।
- परीक्षण र श्वासप्रश्वास क्लिनिकहरूमा कर्मचारीहरूले मास्क, गाउन, ग्लोभहरू र अनुहारमा प्रतिरोधहरु लगाउँदछन्।
- कर्मचारीले तपाईँलाई तपाईँको लक्षणहरूको बारेमा सोध्नेछ
- तपाईको आफ्नो नाक र घाँटी भित्रबाट नमूनाहरु (स्वाब) लिईन्छ।

मैले परिक्षण गरेपछी के हुन्छ?

- जबसम्म तपाइँ तपाइँको परीक्षा परिणाम प्राप्त गर्नुहुन्न र सञ्चो हुनुहुन्न तपाईले घरमा बस्नु पर्छ (स्वयं-अलग)।
- जबसम्म तपाई चिकित्सा उपचार खोज्दै हुनुहुन्छ वा आपतकालिनमा भएको बाहेक अरुबेलामा तपाईले आफ्नो घर छाड्न सक्नुहुन्न। तपाईंसँग आगन्तुकहरू हुन हुँदैन।
- यदि तपाईंको लक्षणहरू गम्भीर बन्दै गएमा (उदाहरणका लागि सास फेर्न गाह्रो छ), तिनवटा शून्य (000) लाई फोन गर्नुहोस्। एम्बुलेन्स कर्मचारीलाई तपाइँको COVID-19 को लागी परिक्षण गरीएको कुरा बताउनुहोस्।
- यदि तपाईं आफ्नो घरमा अरूसँग एकैसाथ बस्दै हुनुहुन्छ भने तपाईंले आफैंलाई अर्को कोठामा अलग गर्नुपर्छ। जब तपाईं एउटै कोठामा हुनुहुन्छ तब सर्जिकल मास्क लगाउनुहोस् र १.५ मिटर टाढा रहनुहोस्।
- राम्रो स्वच्छता अभ्यास गर्नुहोस्। प्राय: आफ्ना हात धुनुहोस्। तपाईंको खोकीलाई ढाक्ने गर्नुहोस् वा तपाईंको कुहिनो वा टिश्युको साथ ह्याच्छियूँ गर्नुहोस्।

मैले स्वंयम – अलग रहने बारेमा थप जानकारी कहाँ पाउन सक्दछु?

https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/covid-19/Pages/resources.aspx

- यदि तपाईं COVID-19 भएको व्यक्तिसँग घनिष्ठ सम्पर्कमा हुनुहुन्छ भने, तपाईंले त्यो व्यक्तिलाई अन्तिम पटक देख्नु भएको देखी १४ दिनसम्म तपाईं घरैमा बस्नु पर्छ। (जो बिरामी हुनु भन्दा ४८ घण्टा अघी देखी, नजिकको सम्पर्कले एउटै परिवारमा बस्नु भएको वा १५ मिनेट भन्दा बढी आमनेसामने वा २ घण्टा बन्द रहेको स्थानमा एकैसाथ COVID-19 भएको व्यक्तीसंग रहनु भएको)।
- यदि तपाईं अहिले राम्रो(सञ्चै) महसुस गर्दै हुनुहुन्छ वा नकारात्मक परीक्षण नतीजा प्राप्त गर्नुभयो भने घरैमा अलगै हुनेकुरा सम्पूर्ण नजिकको सम्पर्कहरू भएकाहरुमा लागू हुन्छ।

मैले मेरो नतिजा कसरी पाउनेछु?

- तपाईले आफ्नो परीक्षा परिणाम सामान्यतया २४ देखि ४८ घण्टा भित्र प्राप्त गर्नुहुनेछ तर ७२ घण्टा सम्मको लागि अनुमति दिनुहोस्।
- यदि तपाइँको परीक्षण आपातकालीन विभाग वा सार्वजनिक अस्पताल COVID-19 क्लिनिकमा गरेको थियो भने तपाइँले आफ्नो COVID-19 नकारात्मक परीक्षण नतिजा SMS मार्फत प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ, यदि तपाइँले प्याथोलॉजी COVID-19 SMS परिणाम सेवाको लागि दर्ता गर्नु भएको छ भने। यदि तपाईंले दर्ता गर्नुभएको छैन भने तपाई आफ्नो स्थानीय स्वास्थ्य जिल्लामा एक सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारीबाट फोन प्राप्त गर्नुहुनेछ।
- यदि तपाईको जी.पी. वा अन्य ईलाकाहरुमा तपाईको परिक्षण संकलन गरिएको छ भने तपाईको डाक्टरले तपाईको नतिजा दिन्छ।

यदि मेरो सकारात्मक परिक्षण भएमा के हुन्छ?

- NSW स्वास्थ्यले तपाइँको रेखदेख गर्नेछ। तपाईंसँग मेडिकेयर छैन भने पनि, तपाईंको उपचारको लागि कुनै शुल्क लाग्नेछैन।

NSW GOVERNMENT

COVID-19 परिक्षण

मैले कहाँ परिक्षणित हुन सक्दछु?

- COVID-19 क्लिनिकमा जानुहोला: https://www.health.nsw.gov.au/Infectious/covid-19/Pages/clinics.aspx अथवा
- तपाईको डाक्टरलाई फोन गर्नुहोला

NSW स्वास्थ्य COVID-19 को परिक्षण क्लिनिकका स्थानहरु:

ग्राम(ईलाका)	स्थान	खुल्ने समय	फोन	सिफारिसको आवश्यकता पर्छ?

© NSW Health June 2020. SHPN (HP NSW) 200310