

PROGRAM „TESTUJ, ŚLEDŹ, CHROŃ” PRZEWODNIK

Test ✓ Trace ✓ Protect ✓

HSC Health and Social Care

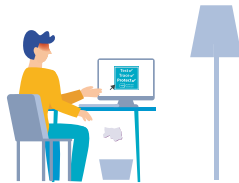
1



ZWRÓĆ UWAGĘ NA OBJAWY

Jeżeli masz uporczywy kaszel od niedawna, gorączkę lub nastąpiła u Ciebie zmiana smaku lub węchu, ty i wszystkie osoby, z którymi mieszkasz, powinniście natychmiast zastosować samoizolację.

2



OD RAZU POPROŚ O BADANIE

Aby zgłosić potrzebę przeprowadzenia testu, wejdź na stronę: nidirect.gov.uk/coronavirus. Jeżeli nie masz możliwości zgłoszenia się po test przez Internet, zadzwoń pod numer 119.

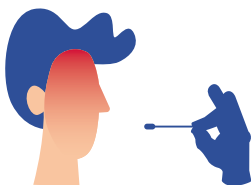
3



IZOLUJ SIĘ

Izoluj się przez 10 dni od momentu pojawienia się objawów lub dłużej, jeżeli nadal masz gorączkę (izolację możesz zakończyć po co najmniej 48 godzinach od ustąpienia gorączki). Inne osoby mieszkające z tobą powinny izolować się przez 14 dni.

4



PRZEBADAJ SIĘ

Badania przeprowadzane są w mobilnym punkcie pobrania typu drive-through. W tym celu na badanie należy przyjechać samochodem (nie pieszo, komunikacją publiczną, taksówką ani w inny sposób). Możliwe jest również przeprowadzenie testu w domu.

5



ODBIERZ WYNIKI

Wyniki powinny być dostępne w ciągu 72 godzin. Jeżeli wynik testu na koronawirusa okaże się ujemny, ty i członkowie twojego gospodarstwa domowego możecie od razu zakończyć izolację. Jeżeli wynik testu będzie dodatni, otrzymasz SMS od osoby odpowiedzialnej w Public Health Agency (PHA) za identyfikację kontaktów z nosicielami.

6



PODAJ DANE

Zostaniesz poproszony(-a) o podanie online danych osób, z którymi miałeś(-aś) kontakt. Jeżeli nie masz dostępu do Internetu, PHA może się z Tobą skontaktować z numeru 028 9536 8888.

7



PHA INFORMUJE OSOBY, KTÓRE MIAŁY BLISKI KONTAKT Z NOSICIELEM

Osoby, z którymi miałeś(-aś) bliski kontakt, otrzymają SMS z zespołu HSCtracing z poleceniem poddania się samoizolacji. Twoje dane nie zostaną im przekazane, chyba że wyrazisz na to zgodę. Wszystkie dane będą przechowywane z zachowaniem środków bezpieczeństwa.

8



OSOBY TE SĄ PROSZONE O ZASTOSOWANIE IZOLACJI

Osoby, które miały z tobą bliski kontakt, zostaną poproszone o izolowanie się przez 14 dni od ostatniego kontaktu z tobą.

9



CZŁONKOWIE GOSPODARSTWA DOMOWEGO OSÓB, KTÓRE MIAŁY BLISKI KONTAKT Z NOSICIELEM

Jeżeli osoba po bliskim kontakcie z nosicielem nie ma objawów, inni członkowie jej gospodarstwa domowego nie muszą się izolować. Jeżeli u osoby, która miała bliski kontakt z nosicielem, pojawią się objawy, powinna ona postąpić zgodnie z tą instrukcją, poczynając od kroku 1.

Jeżeli możesz wychodzić z domu, zachowaj bezpieczeństwo i przestrzegaj zaleceń dotyczących zdrowia publicznego.

- Dokładnie i często myj ręce i nie dotykaj twarzy.
- Przebywając poza domem, zachowaj bezpieczny dystans od innych osób.
- Jeśli kaszlesz lub kichasz, rób to w łokieć lub chusteczkę, a następnie wyrzuć chusteczkę do kosza.
- Zakładaj maskę na twarz w zamkniętych pomieszczeniach takich jak sklepy, placówki służby zdrowia i transport publiczny.
- Pobierz aplikację StopCOVID NI, aby pomagać w identyfikacji kontaktów z nosicielami wirusa.

Nawet jeżeli nie masz objawów, nadal możesz roznosić wirusa.

