

1



PASTEBĖKITE SIMPTOMUS

Jei jus kamuoja naujai atsiradęs nuolatinis kosulys, karščiavimas, pasikeičia skonio ir kvapo pojūčiai ar pasireiškia jų praradimas, kartu su visa savo šeima turite nedelsdami saviizoliuotis.

2



UŽSAKYKITE TESTĄ DABAR

Norėdami užsisakyti testą internetu, apsilankykite interneto svetainėje nidirect.gov.uk/coronavirus. Jei negalite užsisakyti testo internetu, paskambinkite numeriu 119.

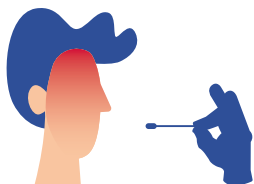
3



IZOLIUKITĖS

Izoliuokitės 10 dienų po to, kai pasireiškia simptomai, arba ilgiau, jei nenustojate karščiuoti (ne mažiau kaip 48 valandas po to, kai jūsų temperatūra normalizuosis). Kiti asmenys, su kuriais gyvenate kartu, turėtų izoliuotis 10 dienų.

4



ATLIKITE TESTĄ

Testavimas atliekamas mobiliose stotelėse, kur turite atvykti automobiliu (ne pėsčiomis, viešuoju transportu, taksi ar kitomis priemonėmis). Taip pat galite atlikti testus namuose.

5



PATIKRINKITE REZULTATUS

Rezultatus turėtumėte gauti per 72 valandas. Jeigu jūsų testo dėl koronaviruso rezultatai yra neigiami, jūs ir jūsų šeima galite nutraukti saviizoliaciją. Jei rezultatas teigiamas, PHA kontaktų sekimo darbuotojas atsiųs jums pranešimą trumpąja žinute.

6



PATEIKITE DUOMENIS

Jie paprašys, kad internetu įrašytumėte žmonių, su kuriais turėjote kontaktą, duomenis. Jei neturite galimybės naudotis internetu, jie gali jums paskambinti iš šio numerio: 028 9536 8888.

7



VJSUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS INSTITUCIJOS (VSPi) INFORMUOJA KONTAKTUS

Artimai kontaktavę asmenys gaus trumpąją žinutę iš „HSCtracing“ su nurodymu saviizoliuotis. Jūsų pavardė nebus atskleista, nebent duotumėte sutikimą. Visi duomenys laikomi saugiai.

8



ARTIMIESIEMS SIŪLOMA SAVIIZOLIUOTIS

Artimai kontaktavusių asmenų bus prašoma izoliuotis 10 dienų po paskutiniojo kontakto su jumis.

9



ARTIMIEJI KONTAKTAI ŠEIMOJE

Jei artimą kontaktą turintis asmuo neturi jokių simptomų, kitiems šeimos nariams izoliuotis nereikia. Jei artimą kontaktą turinčiam asmeniui atsiranda simptomų, jis (ji) turėtų vadovautis šių gairių reikalavimais, pradedant nuo 1 žingsnio.

Kai jau galėsite išeiti iš namų, saugokitės ir toliau laikydamiesi visuomenės sveikatos patarimų.

- Kruopščiai ir dažnai plaukite rankas ir nelieskite veido.
- Laikykitės atokiau nuo kitų asmenų būdami lauke.
- Kosėti ir čiaudėti reikėtų į sulenktą alkūnę arba prisidengus servetėle (ją paskui išmeskite į šiukšliadėžę).
- Uždarose patalpose, pvz., parduotuvėse, sveikatos priežiūros teikimo vietose ir viešajame transporte, dėvėkite apsaugines veido priemones.
- Atsisiųskite „StopCOVID NI“ programėlę ir padėkite atsekti kontaktus.

WE ALL
MUST DO IT
TO GET
THROUGH IT



STAY SAFE



SAVE LIVES

Žmogus gali platinti virusą net ir neturėdamas simptomų.