**TESTO GJURMO MBRO**

 UDHËZIME HAP PAS HAPI

1. DALLO SIMPTOMAT

 Nëse ju është shfaqur kollë e vazhdueshme, keni temperaturë ose humbje të ndjesisë së shijimit dhe nuhatjes, ju dhe të gjithë ata që banojnë me ju duhet të karantinoheni menjëherë.

1. KËRKO NJË TEST TANI

Vizitoni **nidirect.gov.uk/coronavirus** për të rezervuar online një test. Telefononi 911 nëse nuk e bëni dot online rezervimin për testin.

1. KARANTINOHU

Karantinohuni për 10 ditë pasi ju shfaqen simptomat, dhe më gjatë nëse temperatura vazhdon (të paktën deri në 48 orë pasi temperatura t'ju kthehet në gjendje normale). Njerëzit e tjerë me të cilët jetoni duhet të karantinohen për 10 ditë.

1. TESTOHU

Testimi bëhet në pika të ndryshme qoftë nga makina, qoftë duke hyrë në këmbë, qoftë në në njësi testimi të lëvizshme. Gjithashtu ka në dispozicion edhe teste shtëpie.

1. MERR REZULTATET

Duhet t'i merrni rezultatet brenda 72 orësh. Nëse testi për koronavirus ju del negativ, ju dhe njerëzit me të cilët jetoni nuk ka nevojë të karantinoheni më. Nëse testi ju del pozitiv, gjurmuesit e kontakteve PHA do t'ju shkruajnë.

1. JEP HOLLËSI

Ata do t'ju kërkojnë që të përdorni Digital Self-Trace, shërbimin online për gjurmimin e kontakteve, të shkruani të dhënat e njerëzve me të cilët keni qenë në kontakt. Nëse nuk hyni dot online, ata mund t'ju telefonojnë nga 028 9536 8888.

1. PHA INFORMON KONTAKTET

Personat e afërt do të marrin një mesazh nga HSCtracing me udhëzime që të karantinohen. Nuk do të tregohet emri juaj. Të gjitha të dhënat do të mbahen të sigurta.

1. PERSONAVE TË AFËRT U KËRKOHET TË IZOLOHEN

Personave të afërt do t'u kërkohet të karantinohen për 10 ditë nga hera e fundit që kanë qenë në kontakt me ju.

1. FAMILJARËT E PERSONAVE TË AFËRT

Nëse personi i afërt nuk ka simptoma, atëherë të tjerët në familje nuk ka nevojë të karantinohen. Nëse personi i afërt ka simptoma, ai duhet të ndjekë këtë udhëzues duke filluar nga hapi 1.

 **Kur largoheni nga shtëpia, mbrohuni dhe vazhdoni të ndiqni këshillat për shëndetin publik.**

• Lajini mirë dhe shpesh duart dhe mos e prekni fytyrën.

• Ruani distancën nga të tjerët kur jeni jashtë shtëpisë.

• Kollituni ose teshtini te bërryli ose përdorni pecetë dhe hidheni në kosh.

• Mbajeni maskë në ambiente të mbyllura, si dyqane, klinika dhe në transport publik.

• Shkarkoni aplikacionin StopCOVID NI për të ndihmuar në gjurmimin e kontakteve.

**Mund ta përhapni virusin edhe nëse nuk keni simptoma.**

Public Health Agency, 12-22 Linenhall Street Belfast BT2 8BS 12/20