

## Test Trace Protect Arabic

تم تحديثه في أبريل 2021

مشروع تتبع الاختبار

دليل تقديم الشكوى خطوة بخطوة

1. اكتشف الأعراض

إذا كنت تعاني من سعال جديد أو حمى أو فقدان أو تغير في حاسة التذوق والشم، فيجب عليك وعلى كل فرد في منزلك عزل الذات على الفور.

2. اطلب الاختبار الآن

قم بزيارة [nidirect.gov.uk/coronavirus](http://nidirect.gov.uk/coronavirus) لحجز موعد الاختبار عبر الإنترنت. اتصل بالرقم 119 إذا لم تتمكن من حجز موعد الاختبار عبر الإنترنت.

3. اعزل نفسك

اعزل نفسك لمدة 10 أيام بعد ظهور الأعراض، ولفترة أطول إذا استمرت الحمى (حتى 48 ساعة على الأقل بعد عودة درجة الحرارة إلى طبيعتها). يجب على الأشخاص الآخرين الذين تعيش معهم عزل أنفسهم لمدة 10 أيام.

4. افحص نفسك

يتم إجراء الاختبار في عدد من المواقع التي يتم إجراء الاختبار بها وانت داخل المركبة وفي وحدات الاختبار المتنقلة. الاختبارات المنزلية متاحة أيضاً.

5. احصل على النتائج

ينبغي أن تتلقى النتائج في غضون 48 ساعة. إذا كانت نتيجة الاختبار سلبية لفيروس كورونا، فيمكنك أنت وأسرتك التوقف عن العزلة الذاتية. إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية، فسوف ترسل لك خدمة تتبع جهات الاتصال PHA رسالة نصية.

6. قم بتقديم التفاصيل

سيطلبون منك استخدام Digital Self-Trace، خدمة تتبع جهات الاتصال عبر الإنترنت، لإدخال تفاصيل الأشخاص الذين كنت على اتصال بهم. إذا لم تكن قادراً على استخدام الإنترنت، فيمكنهم الاتصال بك على الرقم 028 9536 8888.

7. تقوم PHA بإعلام جهات الاتصال

ستتلقى جهات الاتصال القريبة رسالة نصية من HSCtracing توجههم إلى عزل أنفسهم وحجز موعد اختبار. لن يتم مشاركة اسمك. سيتم الاحتفاظ بجميع البيانات بشكل آمن.

8. تعزل جهات الاتصال نفسها وتقوم بإجراء الاختبار

سيطلب من جهات الاتصال القريبة عزل أنفسهم لمدة 10 أيام من آخر مرة اتصلوا فيها بك وحجز موعد اختبار. يجب عليهم عزل أنفسهم لمدة 10 أيام كاملة، حتى لو كانت نتيجة اختبارهم سلبية.

9. أسرة جهات الاتصال المقربة

إذا لم تظهر على جهة الاتصال القريبة أي أعراض، فلن يحتاج الآخرون في الأسرة إلى عزل أنفسهم. إذا ظهرت أعراض على جهة الاتصال القريبة أو كانت نتيجة الاختبارات إيجابية، فيجب عليهم اتباع هذا الدليل بدءاً من الخطوة 1.

عندما تتمكن من مغادرة المنزل، حافظ على سلامتك واستمر في اتباع نصائح الصحة العامة.

• اغسل يديك جيداً وبشكل متكرر وتجنب لمس وجهك.

- حافظ على مسافة بينك وبين الآخرين عندما تكون خارج المنزل.
  - اسعل أو اعطس في مرفقك أو منديل وتخلص من المنديل في سلة المهملات.
  - ارتدِ غطاءً للوجه في الأماكن المغلقة مثل المحلات وأماكن الرعاية الصحية ووسائل النقل العام.
  - قم بتنزيل تطبيق StopCOVID NI للمساعدة في دعم تتبع جهات الاتصال.
- يمكنك نشر الفيروس حتى لو لم تكن لديك أعراض.