

Test Trace Protect Polish

PROGRAM „TESTUJ, ŚLEDŹ, CHROŃ”

Aktualizacja: kwiecień 2021 r.

PRZEWODNIK KROK PO KROKU

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 10 dni.

4. PRZEBADAJ SIĘ

Testu są przeprowadzane w punktach „drive-through”, w punktach stacjonarnych oraz w mobilnych punktach testowania. Możliwe jest również przeprowadzenie testu w domu.

5. ODBIERZ WYNIKI

Wyniki powinny być dostępne w ciągu 48 godzin. Jeżeli wynik testu na koronawirusa okaże się ujemny, ty i członkowie twojego gospodarstwa domowego możecie od razu zakończyć izolację. Jeżeli otrzymasz dodatni wynik testu, osoba odpowiedzialna w PHA za identyfikację kontaktów z nosicielami wyśle ci SMS.

6. PODAJ DANE

Zostaniesz poproszony(-a) o skorzystanie z Digital Self-Trace – internetowej platformy służącej do śledzenia kontaktów – i podanie danych osób, z którymi miałeś(-aś) ostatnio kontakt. Jeżeli nie masz dostępu do Internetu, służby mogą do Ciebie zadzwonić w tej sprawie z numeru 028 9536 8888.

7. PHA INFORMUJE OSOBY, KTÓRE MIAŁY BLISKI KONTAKT Z NOSICIELEM

Osoby, które miały z tobą bliski kontakt, otrzymają SMS-a od HSCtracing z poleceniem rozpoczęcia samoizolacji i zgłoszenia zapotrzebowania na test. Twoje dane nie zostaną im przekazane. Wszystkie dane będą przechowywane z zachowaniem środków bezpieczeństwa.

8. OSOBY, KTÓRE MIAŁY BLISKI KONTAKT Z NOSICIELEM, ROZPOCZYNAJĄ SAMOIZOLACJĘ I TESTUJĄ SIĘ

Osoby, które miały z tobą bliski kontakt, zostaną poproszone o izolowanie się przez 10 dni od ostatniego kontaktu z tobą oraz o zgłoszenie zapotrzebowania na test. Muszą pozostać w izolacji przez całe 10 dni, nawet jeżeli otrzymają negatywny wynik testu.

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 lub jeżeli otrzyma ona pozytywny wynik testu, powinna ona postąpić zgodnie z tą instrukcją, począwszy 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.
- Zakrywaj nos i usta w pomieszczeniach zamkniętych takich jak sklepy, przychodnie itp.
- Pobierz aplikację StopCOVID NI, aby pomóc w śledzeniu kontaktów z nosicielami.

Nawet jeżeli nie masz objawów, nadal możesz roznosić wirusa.

05/21