کوویڈ - 19 ٹیسٹ اینڈ ٹریس
اکثر پوچھے جانے والے سوالات

میں ٹھیک محسوس نہیں کر رہا ہوں، مجھے یقینی طور پر علم نہیں ہے کہ یہ کوویڈ -19 ہے

اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو کویڈ 19 کی علامات ہوسکتی ہیں تو آپ کو فوری طور پر این ایچ ایس 111 آن لائن کورونا وائرس سروس سے مشاورت کرنی چاہئے (اپنے علامات کے سلسلے میں یہاں دیکھیں)

اپنی علامات کی جانچ پڑتال کرنے کے بعد، میں سمجھتا ہوں کہ مجھے کویڈ 19 ہوسکتا ہے، مجھے کیا کرنا چاہئے؟

آپ کو فوری طور پر علادگی اختیار کرنی چاہئے یعنی سیلف آئسولیٹ اور اپنا ٹیسٹ کروانے کے لیئے انٹرنیٹ پر اس لنک کے ذریعے https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/testing-and-tracing/ اپنا ٹیسٹ کروانے کا انتظام کرنا چاہئے یا اگر آپ کے پاس انٹرنیٹ تک رسائی نہیں ہے تو 119 پر کال کریں۔

جب تک میں اپنے ٹیسٹ/ نتائج کا انتظار کر رہا ہوں تو مجھے کیا کرنا چاہئے؟

جب آپ ٹیسٹ کا انتظار کررہے ہوں اور اپنے نتائج کے منتظر ہوں تو آپ کو اپنے آپ کو علادگی میں رکھنا چاہئے۔ جس تاریخ سے آپ کی علامات شروع ہوئی ہوں تب سے لے کر 14 دن کے لئے آپ کے گھر کے تمام افراد کو بھی علادگی اختیار کرنی چاہئے (کیوں کہ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ لوگوں کو بغیر کسی علامات کے دو ہفتوں سے کوویڈ 19 لاحق ہوسکتا ہے)۔ آپ جن لوگوں سے گذشتہ 48 گھنٹوں میں قریبی ملاقات کر چکے ہیں ان کو مطلع کریں کہ آپ کو کورونا وائرس ہوسکتا ہے۔

اگر کویڈ 19 کے ٹیسٹ کے نتائج منفی ہوں

اگر یہ ٹیسٹ منفی ثابت ہوں (یعنی آپ کو کرونا وائرس نہیں ہے) تو پھر آپ کو اور آپ کے گھر کے دوسرے افراد کو علادگی اختیار کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

اگر کویڈ 19 کے ٹیسٹ کے نتائج مثبت ہوں

اگر وائرس کے حوالے سے آپ کے ٹیسٹ کے نتائج مثبت ہوں (یعنی آپ کو کرونا وائرس ہے) تو آپ کو علامات شروع ہونے کے بعد **کم از کم 7 دن** تک خود کو علادگی میں رکھنا چاہئے۔

جب آپ میں پہلی بار وائرس کے آثار ظاہر ہوئے تو اس وقت سے آپ کے گھر کے تمام افراد کو 14 دن کے لِیئے خود کو علادگی میں رکھنے کی ضرورت ہے۔ مزید معلومات یہاں دیکھیں کہ آپ کو خود کو کتنی مدت کے لیئے علادگی اختیار کرنے کی ضرورت ہے۔

اگے کیا ہوگا؟

کویڈ 19 کے لیئے مثبت ٹیسٹ (یعنی آپ کو کرونا وائرس ہے) کے 24 گھنٹے کے اندر آپ کو این ایچ ایس ٹیسٹ اینڈ ٹریس کی طرف سے ایک ٹیکسٹ یا ای میل موصول ہوگی۔ ہر اس فرد کا سراغ لگانا جس کی کوویڈ 19 میں مبتلا کسی فرد سے برائے راست قریبی ملاقات ہوئی ہو، وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے کا ایک لازمی حصہ ہے۔

ٹیکسٹ یا ای میل میں اس امر کے بارے میں ہدایات ہوں گی کہ آپ کی جن لوگوں کے ساتھ قریبی ملاقات ہوئی ہے یا جن کے ساتھ آپ کا حالیہ طور پر میل جول ہے ان کی تفصیلات کا کیسے اشتراک کیا جائے۔ اس میں آپ کا کنبہ یا آپ کے ساتھ رہنے والے دوسرے افراد شامل ہیں، اور وُہ لوگ بھی جو آپ کے ساتھ 15 منٹ سے زیادہ عرصے تک کے لیئے برائے راست آپ کے ساتھ رہے ہوں یا 2 میٹر کے فاصلے کے اندر آپ کے قریب آئے ہوں۔ آپ کو ان مقامات کے بارے میں بھی بتانے کی ضرورت ہوگی جہاں آپ حال ہی میں گئے ہیں۔

آپ کی فراہم کردہ معلومات کو ایک محفوظ ویب سائٹ کے ذریعے وصول کیا جائے گا۔

اگر آپ کے پاس انٹرنیٹ تک رسائی نہیں ہے تو آپ کو 25،000 رابطوں کے کھوجی اہلکاروں میں سے ایک کو فون کرنا ہو گا۔ یہ سروس ایک ہی فون نمبر استعمال کرے گی جو یہ ہے: 0300 013 5000

رابطوں کا پتہ لگانے والی ٹیم آپ کی فراہم کردہ معلومات کو وائرس کے خطرے سے دوچار افراد کو اس امر سے آگاہ کرنے کے لئے استعمال کرے گی کہ انہیں خود کو علادگی میں رکھنے کی ضرورت ہے۔ آپ میں کورونا وائرس پائے جانے کے نتیجے میں جن لوگوں سے رابطہ کیا جائے گا اُن سے آپ کی شناخت نہیں کی جائے گی۔

میں بالکل ٹھیک محسوس کررہا ہوں لیکن این ایچ ایس ٹیسٹ اینڈ ٹریس نے مجھے بتایا ہے کہ میں کسی ایسے فرد کے نزدیک رہا ہوں جن میں کوویڈ 19 پایا گیا ہے۔

کوویڈ - 19 کے پھیلاؤ کا مقابلہ کرنے کے لئے ٹیسٹ اینڈ ٹریس کا کردار ایک کلیدی حیثیت رکھتا ہے۔ اگر آپ کو بتایا گیا ہے کہ آپ کسی ایسے شخص کے قریب رہے ہیں جن میں کورونا وائرس پایا گیا ہے تو آپ کو اس دن سے جب آپ اس شخص سے آخری بار ملے تھے 14 دن تک کے لیئے علادگی میں رہنا پڑے گا۔

کسی بھی وجہ سے اپنے گھر سے باہر مت نکلیں- اگر آپ کو کھانے یا ادویات کی ضرورت ہو تو آن لائن یا فون کے ذریعے آرڈر کریں، یا دوستوں اور کنبے والوں سے کہیں کہ وہ اس کو گھر میں مہیا کریں۔

کیا میرے گھرانے کے دوسرے لوگوں کو بھی علادگی اختیار کرنا پڑے گی؟

اگر آپ میں وائرس کی کوئی علامات نہیں ہیں تو جن لوگوں کے ساتھ آپ رہتے ہیں انہیں علادگی اختیار کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

تاہم ، اگر آپ کسی ایسے فرد کے ساتھ رہتے ہیں جن کو کورونا وائرس کے زیادہ خطرات ہوں تو علادگی اختیار کرنے کی مدت یعنی 14 دن کے لیئے اُن کے لیئے اپنے دوستوں یا خاندان کے کسی اور گھرانے کے ساتھ رہنے کا بندوبست کرنے کی کوشش کریں۔ اگر یہ ممکن نہیں ہے تو آپ این ایچ ایس آن لائن سے مشورہ حاصل کرسکتے ہیں کہ آپ جن لوگوں کے ساتھ رہتے ہیں ان میں کورونا وائرس کے پھیلنے سے بچاو کے بارے میں کیا اقدامات کیئے جائیں۔

اگر آپ کو بعد میں یہ محسوس ہوتا ہے کہ آپ میں کوویڈ 19 کی علامات ظاہر ہو رہی ہیں تو آپ کو فوری طور پر این ایچ ایس 111 آن لائن کورونا وائرس سروس سے مشورہ لینا چاہئے (اپنی علامات کو یہاں دیکھیں)

کیا مجھے صرف ایک بار علادگی اختیار کرنے کی ضرورت ہوگی؟
ضروری نہیں۔ کوویڈ 19 میں مبتلا مختلف لوگوں کے ساتھ ملاقات کرنے کے بعد وائرس کے خطرات کے پیش نظر آپ سے ایک سے زیادہ مواقع پر علادگی اختیار کرنے کے لیئے کہا جا سکتا ہے۔

اگر میں علادگی اختیار کرتا ہوں تو میں کام نہیں کر سکوں گا، تو مجھے کیا مدد دستیاب ہو گی؟
اگر آپ کوویڈ -19 کی وجہ سے علادگی اختیار کر رہے ہیں (یعنی آپ یا آپ کے گھر کے کسی فرد کو کورونا وائرس ہو، یا اس وجہ سے کہ آپ کا کورونا وائرس میں مبتلا کسی فرد کے ساتھ قریبی واسطہ پڑا ہو) تو آپ قانونی طور پر دستیاب بیماری کی تنخواہ (£95.85 فی ہفتہ) کی وصولی کی درخواست دے سکتے ہیں، 28 ہفتوں تک کے لیئے)۔

اگر آپ قانونی طور پر دستیاب بیماری کی تنخواہ کے مستحق نہیں ہوں - مثال کے طور پر، اگر آپ خود اپنے لیئے کام کرتے ہیں یعنی سیلف ایمپلائیڈ ہیں یا آپ کی آمدنی ہر ہفتے £118 سے کم ہو اور آپ کو علادگی میں رہنے کی ہدایت کی گئی ہو تو آپ یونیورسل کریڈٹ کے لیئے درخواست دے سکتے ہیں۔

اگر آپ خود اپنے لیئے کام کرتے ہیں تو آپ کی مقامی اتھارٹی اپنے ہارڈشپ فنڈ کے ذریعے آپ کے کاروبار کے لیئے مدد فراہم کرسکتی ہے۔ مزید معلومات کے لیئے اپنی مقامی کونسل سے رابطہ کریں۔

علادگی اختیار کرنے والے افراد اور کاروباری اداروں کے لئے دستیاب مالی امداد کی مکمل تفصیلات کی معلومات ایچ ایم ٹریئیری (محکمہ خزانہ) کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں۔

لنڈن ٹیسٹ اینڈ ٹریس کمیونٹی انگیجمنٹ گروپ
جون 2020