कोभिड सुरक्षा

रेपिड एन्टिजेन परीक्षण गर्दै हुनुहुन्छ?

यदि परीक्षणबाट तपाईंलाई लागेको (पोजिटीभ) नतिजा आएमा तपाईंले के जान्न आवश्यक छ।

कसले रेपिड एन्टिजेन परीक्षण गर्नुपर्छ।
यदि तपाईंसँग कुनै पनि कोभिड-१९ का लक्षणहरू छन्, वा कोभिड भएको स्थानको घरेलु, सामाजिक, कार्यस्थल वा शैक्षिक सम्पर्कमा हुनुहुन्छ भने, तपाईंले रेपिड एन्टिजेन परीक्षण गर्नुपर्छ। तपाईं कुनै कार्यक्रम अघि वा कमजोर परिवारका सदस्यहरू भेट्न जाँदा पनि परीक्षण गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंले परीक्षण गर्ने अन्य अवस्थाहरू पनि हुन सक्छन्।

यदि तपाईंलाई कोभिड लागेको खण्डमा गर्नुपर्ने चार कुराहरु।

१. तपाईंले आफ्नो परीक्षणको पोजिटिभ नतिजा सर्भिस् एन एस डब्लू (Service NSW) वेबसाइट वा एपमा दर्ता गर्नुपर्छ ता कि तपाईं आफ्नो कोभिड-१९ जोखिमको आधारमा महत्त्वपूर्ण स्वास्थ्य हेरचाह सहायता र सल्लाहमा आबद्ध हुन सकोस। यदि तपाईं वा तपाईंको परिवारको कोहीले अनलाइन दर्ता गर्न सक्नुहुन्न भने, कृपया सर्भिस् एन एस डब्लू (Service NSW) लाई १३ ७७ ८८ मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

> यदि तपाईंलाई नि:शुल्क टेलिफोन दोभाषे चाहिन्छ भने, १३१ ४५० मा सम्पर्क गर्नुहोस्, तपाईंलाई चाहिने भाषा अङ्ग्रेजीमा भन्नुहोस् र दोभाषेलाई सर्भिस् एन एस डब्लू (Service NSW) मा सम्पर्क गरीदिन अनुरोध गर्नुहोस।

२. तपाईं र तपाईंको परिवारले ७ दिनको लागि तुरुन्तै स्व: अलगबास (सेल्फ-आइसोलेसन) मा बस्नुपर्छ। स्व: अलगबास र घरमै कोभिड-१९ कसरी व्यवस्थापन गर्ने भन्ने बारे महत्त्वपूर्ण जानकारी तपाईंले सर्भिस् एन एस डब्लू (Service NSW) मा दर्ता गर्दा वा nsw.gov.au मा फेला पार्न सक्नुहुनेछ।

३. लक्षणहरू देखा पर्नु भन्दा २ दिन अघि वा तपाईंलाई लागेको (पोजिटिभ) नतीजा आउनु भन्दा २ दिनअघि (जुन पहिले आएको थियो) **तपाईंसंग समय बिताउनु भएको व्यक्तिहरूलाई तपाईंलाई कोभिड-१९ भयो भनेर बताउनुहोस्।** यसमा तपाईंको सामाजिक सम्पर्कहरू, कार्यस्थल र/वा विद्यालय समावेश छन्।

४. आफ्नो लक्षणहरू निगरानी गर्नुहोस् र तपाईंले आफ्नो पोजिटीभ रेपिड एन्टिजेन परीक्षण दर्ता गर्दा तपाईंलाई जारी गरिएको स्वास्थ्य सल्लाह पालन गर्नुहोस्।

थप जानकारीको लागि **nsw.gov.au** मा जानुहोस।

> कोभिड सुरक्षा, यो हामीमा निर्भर छ।

NSW GOVERNMENT