

तपाईंको द्रुत एन्टिजेन परीक्षण पजितिभ, अब के गर्ने त?

कोभिड-१९ को लागि पजितिभ द्रुत एन्टिजेन परीक्षणको नतिजाले तपाईंलाई कोभिड-१९ छ र संक्रामक भएको अनुमान लगाउँछ। **कृपया तुरुन्त घरमा आइसोलेसनमा बस्नुहोस्। एक केस अन्वेषक २४ घण्टा भित्र तपाईं संग पछ्याउनेछ।** तपाईंको घर र समुदायका मानिसहरूमा यो रोग फैलिनबाट रोक्नको लागि कृपया तलका चरणहरू पालना गर्नुहोस्।

मेडिकल सहयोग प्राप्त गर्नको लागि बाहेक घरमै रहनुहोस्

कोभिड-१९ बाट हल्का बिरामी भएका मानिसहरूलाई तिनीहरूको रोगको समयमा घरमा अलगगै राख्नुपर्छ। तपाईंको स्याहार गर्न र चाँडै नै उपचार गर्न सकियोस् भनेर तपाईंले आफ्नो बिगँदो लक्षणहरूको निगरानी गर्नु धेरै नै आवश्यक छ। तपाईंले मेडिकल स्याहार पाउने बाहेक घरबाहिरका गतिविधिहरू निषेध गर्नुपर्छ। काम, स्कूल, वा सार्वजनिक क्षेत्रमा नजान्नुहोस्। सार्वजनिक यातायात, सवारी-साझा, वा ट्याक्सीहरू प्रयोग नगर्नुहोस्। यदि तपाईंसँग मेडिकल अपोइन्टमेन्ट छ भने, स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई कल गर्नुहोस् र उनीहरूलाई बताउनुहोस् कि तपाईंसँग कोभिड-१९ छ।

यदि तपाईंसँग हल्का देखि मध्यम लक्षणहरू छन् वा तपाईं कोभिड-१९ जटिलताहरूको लागि उच्च जोखिममा हुनुहुन्छ जस्तो लाग्छ भने, कृपया थप जानकारीको लागि आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकको कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस् र तपाईंको नजिकैको कोभिड-१९ बाहिरी बिरामी इन्फ्युजन केन्द्रमा सम्भावित रेफरल गर्नुहोस्। यदि तपाईंले कोभिड-१९ को लागि एन्टिबडी थेरापी प्राप्त गर्नुभयो भने, खोप-प्रेरित प्रतिरक्षा प्रतिक्रियाहरूको साथ उपचारको हस्तक्षेपबाट बच्न कोभिड-१९ खोप कम्तिमा ९० दिनको लागि स्थगित गरिनुपर्छ।

सम्झनुहोस्: यी मध्ये केही औषधिहरूले तपाईंको निदान पछि, लक्षणहरू हुनु अघि र/वा अस्पतालमा भर्ना हुनु आवश्यक भएमा राम्रो प्रभाव पाउँछ, त्यसैले तपाईंको पजितिभ परीक्षणको नतिजा प्राप्त गरेपछि यो कल गर्नुहोस्।

आफ्नो घरमा आफूलाई अरूबाट अलग राख्नुहोस् र स्वास्थ्य बानीको अभ्यास गर्नुहोस्

सकेसम्म, तपाईं एक विशेष कोठामा बस्नुपर्छ, छुट्टै बाथरूम प्रयोग गर्नुहोस्, र तपाईंको घरका अन्य मानिसहरूबाट टाढा रहनुहोस्।

CDC बाट थप विस्तृत मार्गदर्शन उपलब्ध छ, [घर तथा आवासीय समुदायहरूमा कोरोनाभाइरस रोग २०१९ प्रसार रोकथाम गर्ने हेर्नुहोस्।](#) यो मार्गनिर्देशनले कोभिड-१९ संक्रमण भएको व्यक्तिको गैर-स्वास्थ्य सेवा सेटिंगमा घरका सदस्यहरू, घनिष्ठ साझेदारहरू, र स्याहारकर्ताहरूको लागि रोकथाम कदमहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गर्छ।

तपाईंको नजिकका सम्पर्कहरूलाई सूचित गर्नुहोस्

आफ्नो नजिकका सम्पर्कहरूलाई सूचित गर्नुहोस्। मा गएर नजिकका सम्पर्कहरूलाई सूचित गर्ने बारे थप जानकारी प्राप्त गर्नुहोस् health.nd.gov/covidpositive।

जब घर अलगाव बन्द गर्ने

पजितिभ कोभिड-१९ परीक्षण भएका व्यक्तिहरूलाई ५ दिन बितिसकदासम्म अलगगै राख्नुपर्छ, यदि व्यक्तिमा कुनै लक्षण छैन, वा लक्षणहरू सुधार भइरहेको छ र व्यक्ति पाँच दिनमा २४ घण्टासम्म औषधिबिना ज्वरोमुक्त भएको छ। यो अलगाव अवधि अरू वरिपरि हुँदा राम्रोसँग फिटिंग मास्क लगाएको पाँच दिन पछि हुनुपर्छ। यदि तपाईंमा लक्षणहरू देखा नपरेमा तपाईंको रोग देखिएको ९० दिन भित्र कोभिड-१९ को परीक्षण गर्नको लागि सिफारिस गरिँदैन; यो समयमा परीक्षणको परिणाम अवशिष्ट रूपमा पोजितिभ रहन सक्छ। यदि तपाईं फेरि बिरामी हुनुभएमा, आफ्नो रोग सम्बन्धि आफ्नो स्वास्थ्य प्रदायकसँग परामर्श गर्नुहोस्।

द्रुत एन्टिजेन टेस्टिङ फ्याक्ट शीट

कोभिड-१९ भएका मानिसहरूले कम्तिमा तीव्र रोगबाट निको नहुन्जेल (लक्षणहरू देखिएमा) प्राप्त नभएसम्म र अलगाव बन्द गर्ने **मापदण्ड** पूरा नभएसम्म खोपलाई स्थगित गर्नुपर्छ। धेरैजसो मानिसहरूको लागि यो लगभग १० दिनको हुनेछ एक अलगाव र क्वारेन्टिन क्यालकुलेटर health.nd.gov/covidcalculator मा फेला पार्न सकिन्छ।

यदि तपाईंमा कुनै लक्षण नदेखिएको खण्डमा तपाईंको बिमारी शुरु भएको ९० दिन भित्र कोभिड-१९ को पुनः परीक्षण नगर्न सिफारिस गरिन्छ; यस समयमा परीक्षण परिणाम अवशिष्ट पजितिभ रहन सक्छ। यदि तपाईं फेरि बिरामी हुनुभयो भने, तपाईंको रोगको बारेमा तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग परामर्श गर्नुहोस्। यदि तपाईं बिरामी सुरु भएको ९० दिन भित्र फेरि कोभिड-१९ को संसर्गमा आउनुभएमा, ती संसर्गहरूका लागि क्वारेन्टाइनको सिफारिस गरिएको छैन।

थप जानकारीको लागि, health.nd.gov/covidpositive मा जानुहोस्।

तपाईंको द्रुत एन्टिजेन परीक्षण नेगेटिभ, अब के हो?

यस परीक्षणको नतिजा नेगेटिभ आउनुको अर्थ तपाईंको नमूनामा SARS-CoV-2 बाट एन्टिजेनहरू फेला परेनन् त्यसैले तपाईंलाई कोभिड-१९ नहुन सक्छ। यद्यपि, नेगेटिभ परिणामले कोभिड-१९ लाई **अस्वीकार गर्दैन र सामाजिक दूरी** र अन्य कोभिड-१९ रोकथाम उपायहरू अभ्यास गर्न रोकनको लागि पासको रूपमा प्रयोग गर्नु हुँदैन। कोभिड-१९ परीक्षण नेगेटिभ हुनु भनेको तपाईंले परीक्षण गर्दाको समयमा तपाईंलाई सम्भवतः कोभिड-१९ थिएन। तपाईंलाई पत्ता लगाउन धेरै चाँडो परीक्षण गरिएको हुन सक्छ वा परीक्षण पछि कोभिड-१९ को सम्पर्कमा आउन सक्छ र त्यसपछि संक्रमित हुन सक्छ।

अब के हुन्छ?

यदि तपाईंसँग लक्षणहरू छैनन् र निगरानी परीक्षणमा भाग लिइरहेका छन् भने, यस समयमा कुनै अतिरिक्त उपायहरू आवश्यक पर्दैन। यद्यपि, तपाईंलाई भविष्यको निगरानी परीक्षणहरूमा भाग लिन प्रोत्साहन गरिन्छ, उपलब्ध भए अनुसार। यदि तपाईंसँग लक्षणहरू छन् वा कुनै पनि समयमा लक्षणहरू देखा पर्छन् भने, यो सिफारिस गरिन्छ कि तपाईं डायग्नोस्टिक परीक्षणको साथ पछ्याउनुहोस्। थप जानकारीको लागि health.nd.gov/testnd मा जानुहोस्।

राम्रो कोभिड-१९ शिष्टाचार अभ्यास गर्नुहोस्

कोभिड-१९ परीक्षण शारीरिक दूरी, मास्क लगाउने, हात धुने, बारम्बार छोड्ने सतहहरूलाई सरसफाइ गर्ने र भीडभाड भएको भित्री ठाउँहरू बेवास्ता गर्ने लगायत कोभिड-१९ को रोकथामका आधारभूत उपायहरूको विकल्प होइन।

थप जानकारीको लागि, कृपया health.nd.gov/coronavirus मा जानुहोस् वा १-८६६-२०७-२८८० मा सार्वजनिक स्वास्थ्य हटलाइनमा प्रश्नहरू पठाउन सकिन्छ।