UK Government

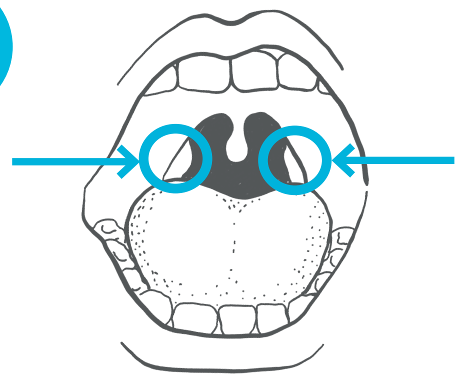
NHS
Test and Trace

સ્વૉબનો નમૂનો લો

પગથિયાંવાર માર્ગદર્શિકા

મદદની જરૂર છે?
જો તમને આ ટેસ્ટ કિટ વિશે કોઈ પ્રશ્નો કે સમસ્યાઓ હોય, તો કૃપા કરીને કર્મચારી સભ્યને સચેત કરો.

1



તમારું ચહેરાનું આવરણ ઉતારો.

તમારા મોઢાની અંદર જુઓ, અને ગળાની પાછળના ભાગમાં કાકડા આવેલા છે તે ભાગ શોધો.

તમે મદદ માટે અરીસાનો ઉપયોગ કરી શકો છો.

તમારા કાકડા અથવા (જો કાઢી લેવામાં આવ્યા હોય તો) તે જ્યાં હોઈ શકે, ત્યાંથી તમારે તમારા સ્વૉબનો નમૂનો લેવાનો છે.

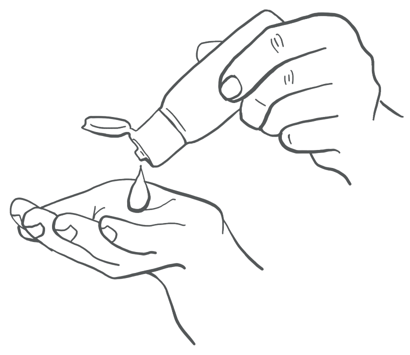
2

હળવેથી ટિશ્યૂમાં તમારું નાક ખંખેરીને સાફ કરો.

વાપરેલું ટિશ્યૂ આપવામાં આવેલા આરોગ્ય સંભાળને લગતા કચરાની ટોપલીમાં ફેંકી દો.

જેથી તમે નાકમાંથી વધારાની લીંટ (ચીકણું પ્રવાહી) બહાર કાઢી નાંખો.

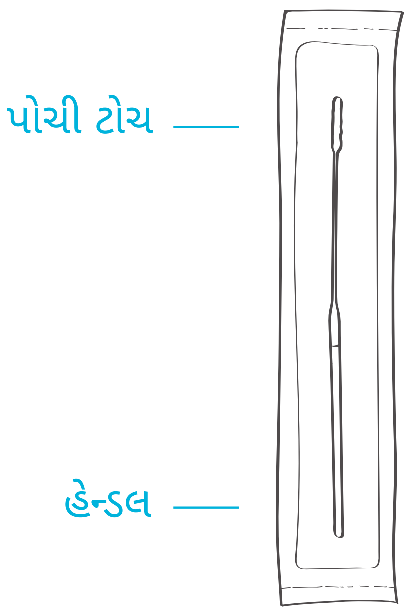
3



તમારા હાથ સાફ કરવા હેન્ડ સેનિટાઈઝરનો ઉપયોગ કરો.

જેથી તમે ટેસ્ટ કિટને પ્રદૂષિત ન કરો.

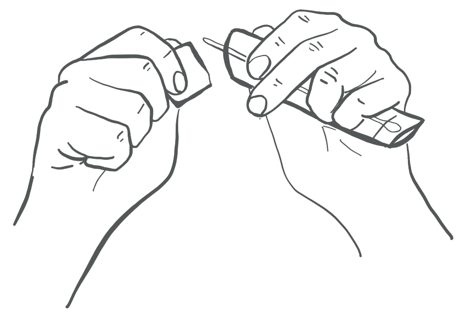
4



તમારી સામે મૂકેલ સીલબંધ પૅકમાં એક સ્વૉબ મૂકેલો છે કે નહિ તે તપાસો.

તે સ્વૉબની એક બાજુએ કપડાની પોચી ટોચ ક્યાં છે તે શોધો.

5



પૅકેજ ખોલો અને હળવેથી સ્વૉબ બહાર કાઢો.

આ કાકડા અને નાક બંને માટે વાપરવામાં આવશે.

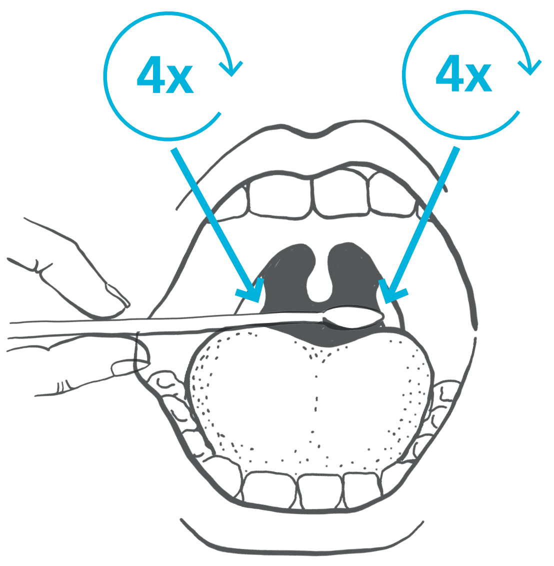
અગત્યનું: સ્વૉબની કપડાની ટોચનો ભાગ તમારી જીભ, દાંત, ગાલ, પેઢાં કે બીજી કોઈ સપાટી પર અડવા ન દેશો.

જો સ્વૉબ આ ભાગને અડશે તો તે નકામો થઈ જશે અને તમારે નવો સ્વૉબ લેવો પડશે. જો આવું થાય તો સહાયતા મેળવવા માટે કર્મચારી સભ્યને કહો.

અગત્યનું: સ્વૉબ લેવાનું અગવડદાયક લાગે એવું બને. જો તમને સખત અડચણ કે દુખાવો થાય તો સ્વૉબ વધારે ઊંડો ઉતારશો નહિ.

જો સ્વૉબના નમૂના પર લોહી કે ઉલટી લાગે, તો કૃપા કરીને કર્મચારી સભ્યને સચેત કરો.

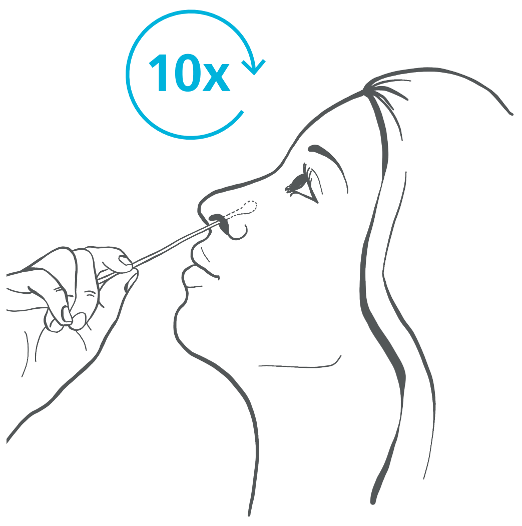
6



સ્વૉબ તમારી આંગળીઓની વચ્ચે પકડીને, તમારું મોઢું એકદમ પહોળું ખોલો અને સ્વૉબની કપડાની ટોચનો ભાગ બંને કાકડા ઉપર (અથવા તે જ્યાં હોઈ શકે ત્યાં) ઘસો. ભારપૂર્વક સંપર્ક થાય **તેવી રીતે બંને બાજુએ આ 4 વખત કરો** (આ કરવામાં મદદ માટે અરીસાનો ઉપયોગ કરો).

સ્વૉબની સળી ધ્યાનપૂર્વક તમારા ગળાના પાછળના ભાગમાંથી બહાર કાઢી લો.

7



તે જ સ્વૉબ હળવેથી તમારા કોઈ એક નસકોરામાં જ્યાં સુધી તે અટકે નહિ ત્યાં સુધી નાંખો (નાકની અંદર લગભગ 2.5 સેમીથી 1 ઇંચ સુધી).

સ્વૉબ ભારપૂર્વક પકડીને નસકોરાની અંદર આખો ગોળ ફેરવીને 10 વાર ઘસો અને ધીમેથી બહાર કાઢી લો.

અગત્યનું: નમૂનો લઈ લીધા પછી સ્વૉબ તમારા હાથમાં ઊભો પકડી રાખો, તે નીચે મૂકશો નહિ અને ટેસ્ટિંગ સહાયકમાંથી કોઈ એકને જણાવો.

સ્વૉબ કોઈ પણ સપાટીને અડે નહિ તેનું ધ્યાન રાખો.

તમારું ચહેરાનું આવરણ પહેરી લો.

હવે પછી શું કરવું તે માટે કર્મચારી સભ્યની સૂચના અનુસરો.

તમારો નમૂનો આપી દીધા પછી હેન્ડ સેનિટાઈઝર વાપરો.

TC જાન્યુઆરી 2021