



COVID-19 को लागि विरामी निर्देशिका एभेरा हेल्थमा परीक्षण गराउने

भाइरसको संसर्गमा आएको दुई हप्ता भित्र लक्षणहरू देखा पर्न सक्छ। यदि तपाईं प्रयोगशालाबाट पुष्टि भएको COVID-19 मामिलाको संसर्गमा आउनुभएमा वा COVID-19 का लक्षणहरू (100 डिग्रीभन्दा बढी ज्वरो, खोकी, साँसको कमी, जाडो लाग्ने, मांशपेशी दुख्ने, स्वाद वा गन्धको अनुभव हराउने, वान्ता हुने वा पखाला लाग्ने, वा घाँटी सुनिने) भएमा यी चरणहरूको पालना गर्नुहोस्:



1. **Avera.org/covidhotline** मा जानुहोस् र COVID-19 परीक्षण फारम भर्नुहोस्। (यदि तपाईंले डिजिटल फारममा पहुँच गर्न नसक्नु भएमा, कृपया एभेरा COVID-19 को हटलाइन (1-877-AT-AVERA) मा वा तपाईंको क्लिनिकमा फोन गर्नुहोस्।)



2. एभेराले COVID-19 परीक्षणको लागि तपाईंको अर्को चरणहरू निर्धारण गर्नको लागि जानकारी संकलन गर्छ।



COVID-19 परीक्षणको लागि
मापदण्ड पूरा गर्छ



COVID-19 परीक्षणको
लागि मापदण्ड पूरा गर्दैन
तपाईंलाई अब के गर्ने भनेर
निर्देशनहरू दिइनेछ

3. तपाईंलाई अब के गर्ने र परीक्षणको लागि निमुना दानको लागि कहाँ जाने भनेर निर्देशनहरू दिइनेछ।

4. तपाईंले आफ्नो परीक्षणको परिणामहरू प्राप्त नगर्दासम्म घरमा छुट्टै बस्नुहोस्। प्रयोगशालाको नतिजाहरू छिटो प्राप्त गर्नको लागि, **AedaChart.org** मा **AedaChart** को लागि साइन अप गर्नुहोस्।



- यसको नतिजाहरू प्राप्त गर्न केही वा धेरै दिन लाग्न सक्छ। यदि तपाईंको नतीजा पोजिटिभ भएमा Avera ले तपाईंलाई फोन गर्नेछ र नेगेटिभ भएमा नतिजालाई तपाईंको AveraChart मा पोस्ट गर्नेछ।
- Avera ले CDC मार्गनिर्देशनहरू बमोजिम काममा फर्कने वा स्कूलमा फिर्ता जानको लागि नोटहरू प्रदान गर्ने।

5. यदि तपाईंको लक्षणहरू खराब हुँदै गएमा वा तपाईंको परीक्षणको बारेमा प्रश्नहरू भएमा, 1-877-282-8372 मा फोन गर्नुहोस्।

पोजिटिभ COVID-19 परीक्षण:

- 24 घण्टासम्म ज्वरो-मुक्त (ज्वरो कम गर्ने औषधिको प्रयोग बिना) नहुँदासम्म, तपाईंको श्वासप्रश्वासका लक्षणहरू सुधार भइरहँदासम्म र लक्षणहरू देखा परेको 10 दिन भइसकेमा घरमा छुट्टै राख्नुहोस्।
- राज्य स्वास्थ्य अधिकारीहरूको लागि तपाईं पछिल्लो 48 घण्टामा नजिकको सम्पर्क*मा आउनुभएका व्यक्तिहरूको सम्पर्क सूची बनाउनुहोस्।
- यदि तपाईं COVID-19 पोजिटिभ हुनुभएमा कृपया तुरुन्तै नजिकका सम्पर्क*लाई सूचित गर्नुहोस्। तिनीहरूले घरमा छुट्टै बस्न शुरु गर्नुपर्छ। स्वास्थ्य सेवा कार्यकर्ताहरू वा दीर्घकालीन स्याहार निवासीहरू हुने नजिकका सम्पर्कहरू 14 दिनको लागि छुट्टै बस्नुपर्छ। अन्य नजिकका सम्पर्कहरूले पछिल्लो संसर्ग पछि 10 दिनको लागि छुट्टै रहनुपर्छ। यदि नजिकको सम्पर्क उनीहरूको पछिल्लो संसर्गको 5 दिन वा पछि नेगेटिभ परीक्षण भएमा, छुट्टै बस्ने कार्य 7 दिन पछि समाप्त हुन सक्नेछ। नजिकका सम्पर्कहरू सबैले 14 दिनसम्म COVID-19 का लक्षणहरूको निगरानी गर्नुपर्छ। यदि कुनै पनि समयमा लक्षणहरू विकास भएमा, **Aeda.org/covidhotline** लाई सम्पर्क गर्नुहोस्। यदि तिनीहरूले लक्षणहरू अनुभव गरेमा, तिनीहरूले पनि परीक्षणको जानकारी प्राप्त गर्न सक्छन्।
- Avera ले CDC मार्गनिर्देशनहरू बमोजिम काममा फर्कने वा स्कूलमा फिर्ता जानको लागि नोटहरू प्रदान गर्ने।
- तपाईं COVID-19 को लागि सम्भावित प्रयोगात्मक उपचारहरूको शोध अध्ययनमा सहभागी हुन योग्य हुनुहुन्छ कि भनेर हामीलाई सोध्नुहोस्।

नेगेटिभ COVID-19 परीक्षण:

- यदि तपाईंको नेगेटिभ परीक्षण आएमा र तपाईं प्रयोगशालाद्वारा-पुष्टि गरिएको COVID-19 पोजिटिभ भएको विरामीको संसर्ग*मा नआएमा, 24 घण्टासम्म लक्षण-मुक्त नभएसम्म घरमै बस्नुहोस्।
 - यदि तपाईंको परीक्षण नेगेटिभ भएमा र प्रयोगशालाद्वारा-पुष्टि गरिएको पोजिटिभ विरामीको संसर्ग*मा आएमा, वा नेगेटिभ परीक्षण नतीजा (संसर्गमा आएको 5 दिन वा त्यसपछि परीक्षण गरिनुपर्छ) प्राप्त भएपछि, लक्षण मुक्त हुँदासम्म पछिल्लो संसर्गको 10 दिनसम्म छुट्टै बस्नुहोस्। यो सिफारिस राज्य नियमन र रोजगारदाताको नीतिको आधारमा फरक पर्न सक्छ। संसर्ग पछि 14 दिन सम्म लक्षणहरू हेर्न जारी राख्नुहोस्। संसर्ग पछि 14 दिन सम्म लक्षणहरू हेर्न जारी राख्नुहोस्।
 - Avera ले स्वास्थ्य हेरचाह कर्मचारीहरू, दीर्घकालीन हेरचाह बासिन्दाहरू र अस्पतालका विरामीहरूलाई पछिल्लो संसर्गबाट 14 दिनको लागि छुट्टै बस्न सिफारिस गर्छ। काममा फर्कने निर्देशनको लागि तपाईंको रोजगारदातालाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
 - Avera ले CDC मार्गनिर्देशनहरू बमोजिम काममा फर्कने वा स्कूलमा फिर्ता जानको लागि नोटहरू प्रदान गर्ने।
- *नोट: नजिकको सम्पर्क वा खुलासाको अर्थ जम्मा 15 मिनेट वा बढीको लागि 5 फिट भित्र रहनु हो।



के तपाईं वा साथीको COVID-19 (SARS-COV-2) को लागि परीक्षण पोजिटिभ छ?

के तपाईंको परिवारमा कसैलाई COVID-19 (SARS-COV-2) को निदान गरिएको छ?
वा परीक्षणको लागि नमूना दिइएको छ?

स्थानीय अनुसन्धान साइटहरूले हाल COVID-19 भएका मानिसहरूलाई शोध अध्ययनमा नामांकन गरिरहेका छन्

तपाईं सहभागी हुनको लागि योग्य हुनुहुन्छ यदि तपाईं:



कम्तीमा 18 वर्षको हुनुहुन्छ



तपाईंमा प्रयोगशालाद्वारा-पुष्टि SARS-COV-2 संक्रमण छ



प्रयोगशालाद्वारा-प्रमाणित गरिएको SARS-COV-2 संक्रमण भएको तपाईंको परिवारको सदस्य छ



तपाईंमा ज्वरो, सुख्खा खोकी, छिटोछिटो साँस फेर्ने, घाँटी दुख्ने, आदि COVID-19 का लक्षणहरू छन्।



हाल अस्पतालमा भर्ना भएको छैन, वा पहिले COVID-19 को कारणले अस्पताल भर्ना गरिएको छैन



हाल अस्पतालमा भर्ना छैनन्, वा पहिले COVID-19 को कारणले अस्पताल भर्ना गरिएको थिएन

साइटको नाम

Avera
Research Institute

सम्पर्क जानकारी

हाम्रो अफिसमा फोन गर्नुहोस्:
605-504-3154

तपाईंको स्थानीय अनुसन्धान साइटमा सम्पर्क गर्नुहोस् वा तपाईं योग्य हुनुहुन्छ कि भनेर हेर्नको लागि [Clinlife.com/COVID](https://www.clinlife.com/COVID) मा एउटा छोटो अनलाइन स्क्रिनर पूरा गर्नुहोस्।