

વચગાળાનું COVID-19 સેલ્ફ-ટેસ્ટ માર્ગદર્શન

5 ડિસેમ્બર, 2022 ના ફેરફારોનો સારાંશ

- 2 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકોમાં સેલ્ફ-ટેસ્ટના ઉપયોગ વિશેની માહિતી ઉમેરવામાં આવી
- [જો તમારો ટેસ્ટ નેગેટિવ આવે તો શું કરવું](#) તે અંગે અપડેટ કરેલી માહિતી

પરિચય

COVID -19 ના ફેલાવાને ઘટાડવામાં મદદ કરવા માટે ટેસ્ટ ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. ટેસ્ટ બહુવિધ પરિસ્થિતિઓમાં ઉપયોગી છે:

- જો તમને COVID-19 ના લક્ષણો હોય, તો તમારે શક્ય તેટલી વહેલી તકે ટેસ્ટ કરાવવું જોઈએ અને [COVID-19 સિમ્પ્ટમ ડિસિઝન ટ્રીઝ](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ છે) માં આપેલા પગલાંને અનુસરો.
- જો તમે COVID-19 ધરાવતા કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં હોવ, તમારે [જો તમે સંભવિતપણે COVID-19 ધરાવતા કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યા હોવ તો શું કરવું](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ છે) માં આપેલા માર્ગદર્શનનું પાલન કરવું જોઈએ, જેમાં ટેસ્ટનો સમાવેશ થાય છે.
- તમે કેટલીકવાર મુસાફરી જેવી આગામી પ્રવૃત્તિ માટે અગાઉથી ટેસ્ટ કરી શકો છો, પછી ભલે તમને લક્ષણો ન હોય અને COVID -19 થી પીડિત કોઈના સંપર્કમાં આવવાની જાણ ન હોય.

તમે આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતા, જાહેર આરોગ્ય ટેસ્ટ સાઇટ દ્વારા ટેસ્ટ કરાવી શકો છો, અથવા **સેલ્ફ-ક્લેક્શન કિટ** અથવા **સેલ્ફ-ટેસ્ટ**નો ઉપયોગ કરી શકો છો જે ઘરે અથવા બીજે ક્યાંય પણ કરી શકાય છે. કેટલીકવાર સેલ્ફ-ટેસ્ટને "હોમ ટેસ્ટ", "એટ-હોમ ટેસ્ટ" અથવા "ઓવર-ઘ-કાઉન્ટર ટેસ્ટ" પણ કહેવામાં આવે છે. હાલમાં ઉપલબ્ધ સેલ્ફ-ક્લેક્શન કિટ્સ અને સેલ્ફ-ટેસ્ટનો ઉપયોગ વર્તમાન ચેપની તપાસ કરવા માટે થાય છે, જેનો અર્થ એ છે કે તમને અત્યારે COVID -19 હોવાની સંભાવના છે કે નહીં. તેઓ ભૂતકાળમાં તમને COVID -19 હતો કે કેમ તે અંગે માહિતી આપતા નથી.

સેલ્ફ-ક્લેક્શન કિટ્સ અને સેલ્ફ-ટેસ્ટ ફાર્મસી અથવા રિટેલ સ્ટોરમાં પ્રિસ્ક્રિપ્શન અથવા ઓવર-ઘ-કાઉન્ટર (પ્રિસ્ક્રિપ્શન વિના) દ્વારા ઉપલબ્ધ છે. મોટાભાગનો ખાનગી વીમો દર મહિને આવરી લીધેલ વ્યક્તિ દીઠ 8 સેલ્ફ-ટેસ્ટને આવરી લેવા માટે [જરૂરી](#) (માત્ર અંગ્રેજી) છે. રાજ્યભરના પરિવારો Department of Health (DOH, આરોગ્ય વિભાગ) તરફથી તેના Say Yes! COVID Test (સે યસ! કોવિડ ટેસ્ટ) પહેલ દ્વારા મફત COVID-19 પરીક્ષણો મેળવવા માટે પણ પાત્ર છે. આ કોઈ પણ ફેડરલ પહેલ ઉપરાંત છે. પરિવારો હાલમાં દર મહિને બે ઓર્ડર આપી શકે છે, જેમાં દર મહિને 10 મફત ટેસ્ટનો સમાવેશ થાય છે. ઓર્ડર [Home \(હોમ\) - Say Yes! COVID Test \(sayyescovidhometest.org\)](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ છે) મારફતે ઓનલાઇન સબમિટ કરી શકાય છે અથવા DOH COVID-19 હોટલાઇન 1-800-525-0127 દ્વારા કરાવવા માટે. જ્યારે જરૂરી હોય ત્યારે ટેસ્ટ કરવા માટે તૈયાર રહેવું અને હાથ પર ટેસ્ટ ઉપલબ્ધ હોવા મહત્વપૂર્ણ છે. સામાન્ય રીતે ઓર્ડર મળ્યાના 2-4 દિવસમાં ટેસ્ટ આવવાની અપેક્ષા રાખી શકાય છે, જો કે તે રાજ્યના વિવિધ ભાગોમાં અલગ અલગ હોઈ શકે છે.

આ સમયે, US Food and Drug Administration (FDA, યુએસ ફૂડ એન્ડ ડ્રગ એડમિનિસ્ટ્રેશન) એ 2 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકોમાં ઉપયોગ માટે કોઈપણ એટ-હોમ COVID -19 રેપિડ એન્ટિજેન ટેસ્ટને મંજૂરી આપી નથી અથવા અધિકૃત કરેલ નથી. જો કે, 2 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકોમાં પોસ્ટ-એક્સપોઝર, આઇસોલેશન અને લક્ષણોવાળા ટેસ્ટના હેતુઓ માટે ઘરે-ઘરે રેપિડ એન્ટિજેન ટેસ્ટનો સુરક્ષિત રીતે ઉપયોગ કરી શકાય છે. એવી ભલામણ કરવામાં આવે છે કે 2 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો માટે ટેસ્ટ કરવાનું નક્કી કરતા માતા-પિતા અથવા વાલીઓ જાતે જ એટ-હોમ રેપિડ એન્ટિજેન ટેસ્ટ કરાવે.

FDA એ 2 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો, K-12 શાળાઓ અને બાળકની સંભાળ સાથેના ઉપયોગ માટે હોમ COVID-19 રેપિડ એન્ટિજેન ટેસ્ટને મંજૂરી આપી નથી કે અધિકૃત કરેલ નથી, તેથી અધિકારનો ત્યાગ કરેલ મેડિકલ ટેસ્ટ સાઇટ (MTS) લાયસન્સને 2 વર્ષથી ઓછી ઉંમરના બાળકો પર ઘરે-ઘરે ઝડપી એન્ટિજેન ટેસ્ટ કરવાની પરવાનગી નથી. K-12 શાળાઓ અને બાળ સંભાળ તેમના ઉપયોગ માટે માતા-પિતા અથવા સંભાળ કર્તાઓને ઘરે જ રેપિડ એન્ટિજેન ટેસ્ટ પૂરા પાડી શકે છે.

આ દસ્તાવેજ સેફ-ટેસ્ટ પછી શું કરવું તેનું માર્ગદર્શન પૂરું પાડે છે. આનો અર્થ એ છે કે તમે જાતે જ કરો છો તે ટેસ્ટ, જે આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતા દ્વારા સૂચવવામાં આવ્યું નથી અથવા સંચાલિત કરવામાં આવ્યું નથી અથવા લેબોરેટરીમાં મોકલવામાં આવ્યું નથી.

જો તમે સેફ-ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરી રહ્યા હોવ, તો ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરતા પહેલા ઉત્પાદકની સંપૂર્ણ સૂચનાઓ વાંચવાની ખાતરી કરો. જો તમને તમારા પરિણામો વિશે પ્રશ્નો હોય તો આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરો. કેટલીક શાળાઓ અને કાર્યસ્થળો કામ પર અથવા શાળામાં પાછા ફરવા માટે સેફ-ટેસ્ટ્સ સ્વીકારી શકે છે. તમે પાછા ફરવા માટે તૈયાર છો કે નહીં તે નક્કી કરવા માટે તમારે તમારા એમ્પ્લોયર, શાળા વગેરે સાથે તમારા પરિણામોની ચર્ચા કરવી જોઈએ.

[Say Yes! COVID Test Digital Assistant \(ડિજિટલ આસિસ્ટન્ટ\)](#) (સ્પેનિશમાં ઉપલબ્ધ) નો ઉપયોગ કરીને તમારા સેફ-ટેસ્ટના પરિણામો (નેગેટિવ અને પોઝિટિવ બંને) ઓનલાઇન રિપોર્ટ કરો. તમે કોઈ પણ સેફ-ટેસ્ટની જાણ કરવા માટે આ સાધનનો ઉપયોગ કરી શકો છો, પછી ભલે તમે Say Yes! COVID Test કાર્યક્રમ માંથી તમારો ટેસ્ટ ઓર્ડર ન કર્યો હોય! સેફ-ટેસ્ટ્સની જાણ કરવાથી અમને વોશિંગ્ટનમાં COVID -19 ના ફેલાવાને વધુ સારી રીતે સમજવામાં મદદ મળે છે.

જો તમારો ટેસ્ટ પોઝિટિવ હોય તો

જો તમારું સેફ-ટેસ્ટનું પરિણામ પોઝિટિવ આવે છે, તો વોશિંગ્ટન સ્ટેટ DOH નો સંદર્ભ લો [જો તમારું પરિણામ COVID-19 માટે પોઝિટિવ આવે તો શું કરવું](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ) તમારી જાતને અને અન્યને કેવી રીતે સુરક્ષિત રાખવી તે અંગેની વિગતવાર માહિતી માટે માર્ગદર્શન, જેમાં આઇસોલેશન પરની માહિતી અને જો તમને ગંભીર રોગનું જોખમ વધતું હોય તો સારવાર કેવી રીતે મેળવવી તે અંગેનું માર્ગદર્શન. ટેસ્ટના પોઝિટિવ પરિણામ સાથે પુનરાવર્તિત ટેસ્ટની ભલામણ કરવામાં આવતી નથી. તમારા ટેસ્ટના પોઝિટિવ પરિણામ વિશે તમારા આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાને કહો અને તમારી માંદગી દરમિયાન તેમની સાથે સંપર્કમાં રહો. જો તમને કોઈ પ્રશ્નો હોય અને તમે કોઈ આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાને એક્સેસ કરી શકતા ન હોવ, તો WA DOH હોટલાઇનને 1-800-525-0127 પર કોલ કરો.

COVID -19 થેરાપ્યુટિક્સ (સારવાર અને દવાઓ) સાથે પ્રારંભિક હસ્તક્ષેપથી ગંભીર બીમારી અને COVID-19 ધરાવતા લોકો માટે હોસ્પિટલમાં દાખલ થવાનું જોખમ ઘટાડી શકાય છે, જેમને વધુ ગંભીર બીમારી થવાનું જોખમ વધારે છે. જે લોકોમાં ખૂબ જ બીમાર પડવાની સંભાવના વધારે હોય છે તેમાં મોટી ઉંમરના પુખ્ત વયના લોકો (50 વર્ષ કે તેથી વધુ ઉંમરના, વૃદ્ધાવસ્થા સાથે જોખમ વધતું જાય છે), રસી લીધા વગરના અથવા અપ ટુ ડેટ ન હોય તેવા લોકો, અને નબળી રોગપ્રતિકારક શક્તિ જેવી ચોક્કસ તબીબી સ્થિતિ ધરાવતા બાળકો અને પુખ્ત વયના લોકોનો સમાવેશ થાય છે. જો તમને લાગતું હોય કે તમે લાયક ઠરી શકો છો, તો કૃપા કરીને COVID-19 થેરાપ્યુટિક્સ (PrEP (પ્રી-એક્સપોઝર પ્રોફિલેક્સિસ), મોનોક્લોનલ એન્ટિબોડીઝ અથવા ઓરલ એન્ટિવાયરલ્સ) માટે તમારી લાયકાત નક્કી કરવા માટે તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા સાથે વાત કરો. **વિલંબ ન કરો: અસરકારક બનવા માટે તમને પ્રથમ લક્ષણો દેખાય તે પછીના દિવસોની અંદર સારવાર શરૂ કરવી આવશ્યક છે.**

જો તમને મફત ટેલિહેલ્થ સંસાધનોનો એક્સેસ કરવામાં રસ હોય, તો કૃપા કરીને [COVID-19 સારવાર માટે ફ્રી ટેલિહેલ્થની મુલાકાત લો](#) (સ્પેનિશમાં ઉપલબ્ધ) અને એપોઇન્ટમેન્ટ સેટ કરવા માટેની સૂચનાઓનું પાલન કરો. તમારા માટે અને તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતા માટે ચોક્કસ COVID-19 થેરાપ્યુટિક્સ પર વધુ માહિતી માટે [DOH વેબપેજ](#) (ઉપલબ્ધ વધારે ભાષાઓ) ની મુલાકાત લો

જો તમને આઇસોલેશનમાં સહાયની જરૂર હોય, જેમ કે ખોરાક, વ્યક્તિગત સંભાળ કીટ, અથવા અન્ય જરૂરિયાતો સાથે, તો તમે તમારા પોઝિટિવ ટેસ્ટ પરિણામની જાણ કરવા અને Care Connect સાથે વાત કરવા માટે પૂછવા માટે અને તમારા [Care Connect](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ) હબ સુધી પહોંચવા માટે WA DOH હોટલાઇનને 1-800-525-0127

પર કોલ કરી શકો છો. જો તમને આઇસોલેશનમાં સહાયની જરૂર હોય, તો કૃપા કરીને સહાયતા એક્સેસ કરવામાં થતા વિલંબને રોકવા માટે હોટલાઇન દ્વારા તમારા ટેસ્ટના પરિણામની જાણ કરો.

તમારા નજીકના સંપર્કોને જણાવો તેઓ કદાચ COVID-19 ના સંપર્કમાં આવ્યા હોઈ શકે છે અને તેમને [જો તમે સંભવિતપણે COVID-19 ધરાવતા કોઈના સંપર્કમાં આવ્યા હોવ તો શું કરવું](#) મોકલો (વધારાના ભાષાઓ ઉપલબ્ધ છે). સામાન્ય રીતે નજીકનો સંપર્ક હોવાનો અર્થ એ છે કે 24-કલાકના સમયગાળા દરમિયાન વ્યક્તિ ઓછામાં ઓછી 15 સંયિત મિનિટ અથવા તેથી વધુ સમય સુધી COVID-19 ગ્રસ્ત વ્યક્તિથી 6 ફૂટ (2 મીટર) નજીક રહી છે. જો, જો કે, તમે એવી પરિસ્થિતિઓમાં છો કે જે સંભવિત એક્સપોઝરનું જોખમ વધારે છે, જેમ કે મર્યાદિત જગ્યાઓ, નબળું વેન્ટિલેશન અથવા બૂમો પાડવી અથવા ગાવા જેવી પ્રવૃત્તિઓ કરવી, તો પણ તમારા તરફથી અન્ય લોકો 6 ફૂટથી (2 મીટર) વધુ દૂર હોવા છતાં પણ ચેપ લાગવાનું જોખમ રહેવું છે. તમે કોઈ પણ લક્ષણો ધરાવતા પહેલા 48 કલાક (અથવા 2 દિવસ) થી શરૂ કરીને અને તમારામાં લક્ષણો વિકસે પછી ઓછામાં ઓછા 10 દિવસ સુધી COVID -19 ફેલાવી શકો છો. જો તમને લક્ષણો ન દેખાય પણ COVID-19 નો ટેસ્ટ પોઝિટિવ આવે, તો તમે પોઝિટિવ ટેસ્ટના 48 કલાક (અથવા 2 દિવસ) પહેલાંથી શરૂ કરીને અને તમારા ટેસ્ટના પોઝિટિવ આવ્યા પછી ઓછામાં ઓછા 10 દિવસ સુધી COVID-19 ફેલાવી શકો છો. જો તમારો આઇસોલેશન સમયગાળો 10 દિવસથી વધુ લાંબો હોય, જેમ કે તમે હજી પણ લક્ષણો અનુભવી રહ્યા છો અથવા ગંભીર રીતે બીમાર છો અથવા રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઓછી હોય, તો તમને તમારા આઇસોલેશન સમયગાળાના અંત સુધી ચેપી માનવામાં આવે છે. તમારા નજીકના સંપર્કોને જણાવવાથી કે તેઓ COVID-19 ના સંપર્કમાં આવ્યા હોઈ શકે છે, તમે દરેકને સુરક્ષિત કરવામાં મદદ કરી રહ્યાં છો.

જો તમે [WA Notify \(WA નોટિફાય\)](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ) નો ઉપયોગ કરો છો અને સેલ્ફ-ટેસ્ટ સાથે COVID -19 માટેનો ટેસ્ટ પોઝિટિવ આવે છે, તો તમે ચકાસણી કોડની વિનંતી કરીને અને એપ્લિકેશનમાં તમારા પરિણામની પુષ્ટિ કરીને તમે તમારા સંપર્કમાં આવેલા અન્ય વપરાશકર્તાઓને અનામી રૂપે ચેતવણી આપવા માટે WA Notify નો ઉપયોગ કરી શકો છો. આ એપનો ઉપયોગ કરી રહેલા લોકોને સૂચિત કરશે કે જેઓ સંભવિત રીતે સંપર્કમાં આવ્યા હતા જેથી તેઓ પોતાને અને તેમની આસપાસના લોકોને સુરક્ષિત રાખવા માટે સાવચેતી રાખી શકે. જ્યારે તમે WA Notify નો ઉપયોગ કરો છો ત્યારે કોઈ અંગત કે ઓળખી શકાય તેવી માહિતી એકત્રિત કે શેર કરવામાં આવતી નથી. ચકાસણી કોડની વિનંતી કરવા માટે:

1. તમારા મોબાઇલ ઉપકરણ (Android અથવા iPhone) નો ઉપયોગ કરીને, QR કોડ સ્કેન કરો અથવા [ચકાસણી કોડની વિનંતી કરો](#) (માત્ર અંગ્રેજી):



2. તમારા ડિવાઇસનો ફોન નંબર દાખલ કરો જે WA Notify નો ઉપયોગ કરે છે અને તમારા પોઝિટિવ COVID-19 ટેસ્ટની તારીખ દાખલ કરો.
3. "Continue (ચાલુ રાખો)" પસંદ કરો.

જો તમે WA Notify માં વેરિફિકેશન કોડની વિનંતી કરવામાં અસમર્થ છો, તો તમારે તમારા રાજ્યની COVID-19 હોટલાઇન, 1-800-525-0127 પર કોલ કરવો જોઈએ, પછી # દબાવો અને હોટલાઇન સ્ટાફને જણાવો કે તમે WA Notify વપરાશકર્તા છો. હોટલાઇન સ્ટાફ તમને વેરિફિકેશન લિંક પ્રદાન કરે છે જેનો ઉપયોગ તમે અન્ય WA Notify વપરાશકર્તાઓને ચેતવણી આપવા માટે કરી શકો છો કે તેઓ કદાચ બહાર જાહેરમાં આવ્યા છે.

ક્રપા કરીને વધુ માહિતી માટે WANotify.org પર (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ છે) વિભાગ પર “[સેલ્ફ-ટેસ્ટ સાથે COVID-19 માટેના ટેસ્ટનું પરિણામ પોઝિટિવ આવે તો અન્ય લોકોને કેવી રીતે જાણ કરવી](http://WANotify.org)” ની મુલાકાત લો. જો તમે તમારા ફોનમાં તેને કેવી રીતે ઉમેરવું તે સહિત WA Notify વિશે વધુ જાણવા માંગતા હોવ, તો WANotify.org ની મુલાકાત લો (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ છે).

જો તમારો ટેસ્ટ નેગેટિવ આવે તો

નેગેટિવ ટેસ્ટ રિઝલ્ટનો અર્થ એ છે કે SARS-CoV-2, COVID -19 નું કારણ બને છે તે વાયરસ, તે સમયે ટેસ્ટ દ્વારા શોધી કાઢવામાં આવ્યો ન હતો.

સીરીયલ ટેસ્ટિંગ એ છે કે જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ ઘણી વખત ટેસ્ટ કરે છે, જેમ કે દર થોડા દિવસે. વારંવાર ટેસ્ટ કરવાથી, તમે COVID-19 ને વધુ ઝડપથી શોધી શકો છો અને ચેપનો ફેલાવો ઘટાડી શકો છો. સેલ્ફ-કલેક્શન કિટ્સ ઘણી વખત બીજા ટેસ્ટ સાથે આવે છે અને તેને શ્રેણીમાં ઉપયોગમાં લેવા માટે ડિઝાઇન કરવામાં આવી છે. જો તમારો પ્રથમ સેલ્ફ-ટેસ્ટ નેગેટિવ હોય, તો તમારે સીરીયલ ટેસ્ટિંગ માટે ઉત્પાદકની સૂચનાઓનું પાલન કરવું જોઈએ. આમાં સામાન્ય રીતે ટેસ્ટ ત્રણ દિવસમાં ઓછામાં ઓછું બે વખત ટેસ્ટ કરવાનું કહેવામાં આવે છે, જેમાં બે ટેસ્ટ વચ્ચે ઓછામાં ઓછા 24 કલાક અને વધુમાં વધુ 48 કલાકથી વધુ સમય નહીં હોય. જો તમને તમારા ટેસ્ટનાં પરિણામો અથવા શ્રેણીબદ્ધ ટેસ્ટ વિશે કોઈ પણ પ્રશ્નો હોય તો આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો.

ઘરે-ઘરે COVID -19 એન્ટિજન ટેસ્ટ નેગેટિવ ટેસ્ટ કેટલીકવાર “ખોટું નેગેટિવ” પરિણામ હોઈ શકે છે. આનો અર્થ એ છે કે ટેસ્ટમાં SARS-CoV-2 વાયરસની જાણ થઈ નથી જે તમારા અનુનાસિક સ્વેબ નમૂનામાં હતો. જો તમને COVID-19 ના લક્ષણો હોય અથવા COVID-19 ચેપની ઉચ્ચ સંભાવના હોય (જેમ કે એવા વિસ્તારમાં હોવ કે જ્યાં COVID-19 [સમુદાય સ્તર](http://WANotify.org) (સ્પેનિશમાં ઉપલબ્ધ) વધારે હોય અથવા જો તમે COVID-19 ધરાવતા કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યા હોવ તો) પુનરાવર્તિત ટેસ્ટની ભલામણ કરવામાં આવે છે:

- જો તમારા ટેસ્ટનું પરિણામ શરૂઆતમાં નેગેટિવ આવ્યું હોય અને તમને COVID -19 લક્ષણો હોય, તો તમારા લક્ષણો શરૂ થયાના ઓછામાં ઓછા પાંચ દિવસ સુધી દર 24-48 કલાકે ફરીથી ટેસ્ટ કરો.
- જો તમને COVID -19 ના લક્ષણો ન હોય અને તમે COVID -19 ના સંપર્કમાં આવ્યા હોવ, તો પ્રથમ નેગેટિવ ટેસ્ટના 24-48 કલાક પછી એન્ટિજન ટેસ્ટ સાથે ફરીથી ટેસ્ટ કરો. જો બીજો ટેસ્ટ નેગેટિવ હોય, પરંતુ COVID-19 માટે ચિંતાઓ હોય, તો તમે બીજા નેગેટિવ ટેસ્ટના 24-48 કલાક પછી, ઓછામાં ઓછા 3 ટેસ્ટ માટે ફરી ટેસ્ટ કરી શકો છો. જો તમારી પાસે એન્ટિજન ટેસ્ટ સાથે 3 વખત ટેસ્ટ કરવા માટે પર્યાપ્ત સંસાધનો ન હોય, તો તમારા સંસાધનો અને તમારા અને તમારી આસપાસના લોકો માટે જોખમના સ્તર અનુસાર ઓછી વખત ટેસ્ટ કરવું સ્વીકાર્ય છે.
- જો તમારા પુનરાવર્તિત ટેસ્ટના પરિણામો નેગેટિવ છે પરંતુ તમે ચિંતિત રહો છો કે તમને COVID-19 થઈ શકે છે, તો તમે એન્ટિજન ટેસ્ટનો ઉપયોગ કરીને ફરીથી ટેસ્ટ કરવાનું પસંદ કરી શકો છો, લેબોરેટરી મોલેક્યુલર-આધારિત ટેસ્ટ મેળવવાનું વિચારી શકો છો, અથવા તમારા આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાને કોલ કરી શકો છો.

વધુ માહિતી માટે DOH [નોન-હેલ્થ કેર સેટિંગ્સ અને પબ્લિક માટે સિમ્ટમ ડિસિઝન ટ્રી](http://DOH.gov) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ) જુઓ.

જો તમે COVID-19 ધરાવતા કોઈ વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવ્યા હોવ અને તમારા ટેસ્ટનું પરિણામ ક્રમશઃ નેગેટિવ આવે છે, [જો તમે સંભવિતપણે COVID-19 ધરાવતા કોઈના સંપર્કમાં આવ્યા હોવ તો શું કરવું](http://WANotify.org) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ છે) માં માર્ગદર્શનને અનુસરવાનું ચાલુ રાખો.

જો તમારું પરિણામ અમાન્ય અથવા ભૂલ બતાવે તો

કેટલીકવાર પરિણામો સ્પષ્ટ હોતા નથી અથવા અનિર્ણિત હોય છે, અને ટેસ્ટ તમને તમારા પરિણામો પોઝિટિવ છે કે નેગેટિવ તે જણાવવા માટે અસમર્થ હોય છે. અમાન્ય પરિણામો ઘણા કારણોસર થઈ શકે છે, જેમ કે તમારા નમૂનાને યોગ્ય રીતે એકત્રિત કરવામાં આવ્યા ન હોઈ શકે અથવા સેલ્ફ-કલેક્શન ટેસ્ટ કીટમાં ખામી હોઈ શકે છે. અમાન્ય ટેસ્ટ પરિણામો દુર્લભ છે પરંતુ થઈ શકે છે.

જો સેલ્ફ-ટેસ્ટ પરનું પ્રદર્શન અયોગ્ય પરિણામ અથવા ટેસ્ટ ભૂલ બતાવે છે, તો ટેસ્ટે યોગ્ય રીતે કામ કર્યું નથી. જો આમ થાય તો, જો બીજો ટેસ્ટ ઉપલબ્ધ હોય તો, નવી ટેસ્ટ કિટ સાથે આ ટેસ્ટનું એકવાર પુનરાવર્તન કરો. જો બીજું પરિણામ હજુ પણ અમાન્ય હોય, તો સૂચનાઓનો સંદર્ભ લો અને સહાય માટે ઉત્પાદકનો સંપર્ક કરો. તમે આરોગ્યસંભાળ પ્રદાતા અથવા [જાહેર આરોગ્ય ટેસ્ટ સાઇટ](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ) પાસેથી પણ ટેસ્ટ મેળવી શકો છો.

વધુ COVID-19 માહિતી અને સંસાધનો

વર્તમાનમાં [વોશિંગ્ટનમાં COVID-19 પરિસ્થિતિ](#) (ફક્ત અંગ્રેજી) પર અપ-ટૂ-ડેટ રહો, [ગવર્નર ઇન્સ્વીની ઘોષણાઓ](#) (યાઇનીઝ (સરળીકૃત), કોરિયન, રશિયન, સ્પેનિશ અને વિયેતનામીસમાં ઉપલબ્ધ - વેબસાઇટની ટોચ પરની સૂચિમાંથી પસંદ કરો), [લક્ષણો](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ - યાઇનીઝ (સરળીકૃત), કોરિયન, સ્પેનિશ, વિયેતનામીસ), [તે કેવી રીતે ફેલાય છે](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ - યાઇનીઝ (સરળીકૃત), કોરિયન, સ્પેનિશ, વિયેતનામીસ), [લોકોનો ટેસ્ટ કેવી રીતે અને ક્યારે થવો જોઈએ](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ), અને [રસી ક્યાં શોધવી](#) (વધારે ભાષાઓ ઉપલબ્ધ). વધુ માહિતી માટે અમારા [વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નોને](#) (માત્ર અંગ્રેજીમાં) જુઓ.

વ્યક્તિની જાતિ/વંશ અથવા રાષ્ટ્રીયતા તેમને COVID-19 ના વધુ જોખમમાં મૂકતી નથી. જો કે, ડેટા દર્શાવે છે કે COVID-19 દ્વારા રંગભેદ સમુદાયો અપ્રમાણસર રીતે પ્રભાવિત થઈ રહ્યા છે. આ જાતિવાદ, અને ખાસ કરીને માળખાકીય જાતિવાદની અસરોને કારણે છે, જે કેટલાક જૂથોને પોતાને અને તેમના સમુદાયોને સુરક્ષિત રાખવાની ઓછી તકો સાથે છોડી દે છે. [આ ભેદ બીમારી સામે લડવામાં મદદ કરશે નહીં](#) (ફક્ત અંગ્રેજી). અફવાઓ અને ખોટી માહિતી ફેલાતી અટકાવવા માટે અન્ય લોકો સાથે સચોટ માહિતી શેર કરો.

- [WA State Department of Health કોરોનાવાયરસ રિસ્પોન્સ \(COVID-19\)](#) (વધારે ભાષાઓમાં ઉપલબ્ધ)
- [તમારા સ્થાનિક આરોગ્ય વિભાગ અથવા જિલ્લાને શોધો](#) (માત્ર અંગ્રેજી)
- [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC, સેન્ટર્સ ફોર ડિસીઝ કંટ્રોલ એન્ડ પ્રિવેન્શન\) કોરોનાવાયરસ \(COVID-19\)](#) (વધારે ભાષાઓમાં ઉપલબ્ધ - યાઇનીઝ (સરળીકૃત), કોરિયન, સ્પેનિશ, વિયેતનામીસ)

વધુ પ્રશ્નો છે? અમારી COVID-19 માહિતી હોટલાઇનને **1-800-525-0127** પર કોલ કરો. હોટલાઇનના કલાકો:

- સોમવાર સવારે 6 વાગ્યાથી રાત્રે 10 વાગ્યા સુધી.
- મંગળવારથી રવિવાર સવારે 6 વાગ્યાથી સાંજે 6 વાગ્યા સુધી.
- [રાજ્યની રજાઓનું અવલોકન કર્યું](#) (ફક્ત અંગ્રેજીમાં) સવારે 6 વાગ્યાથી સાંજે 6 વાગ્યા સુધી.

અર્થઘટન સેવાઓ માટે, જ્યારે તેઓ જવાબ આપે અને **તમારી ભાષા બોલે** ત્યારે **# દબાવો**. તમારા પોતાના સ્વાસ્થ્ય અથવા ટેસ્ટ પરિણામો વિશેના પ્રશ્નો માટે, કૃપા કરીને આરોગ્ય સંભાળ પ્રદાતાનો સંપર્ક કરો.

આ દસ્તાવેજને અન્ય ફોર્મેટમાં મેળવવાની વિનંતી કરવા માટે, 1-800-525-0127 પર કોલ કરો. બહેરા અથવા ઓછું સાંભળી શકતા ગ્રાહકો, કૃપા કરીને 711 ([Washington Relay](#)) (ફક્ત અંગ્રેજી) પર કોલ કર અથવા civil.rights@doh.wa.gov પર ઇમેઇલ કરો.