

বাড়িতে করা পরীক্ষা সম্পর্কে কী জানতে হবে:

- আপনি টিকা নিয়েছেন বা নেননি, তা বুঝতে অথবা আপনি অসুস্থ বোধ করছেন কি করছেন না সেটাও আপনি ঘরে বসে পরীক্ষা করতে পারেন।
- পরীক্ষা করার জন্য কিটের সঙ্গে দেওয়া নির্দেশাবলী অনুসরণ করুন।
- যারা আপনার পরিবারের সদস্য নয়, কোনো ইনডোর সমাবেশে তাদের সঙ্গে দেখা করতে যাওয়ার আগে আপনার বাড়িতে একটি পরীক্ষা করে নিন
- বাড়িতে পরীক্ষা করে নেতিবাচক ফলাফল পাওয়ার মানে হলো পরীক্ষায় COVID-19 রোগের উপস্থিতি পাওয়া যায়নি, কিন্তু আপনি এখনও সংক্রামিত হতে পারেন। অতিরিক্তভাবে নিরাপদ হওয়ার জন্য, কয়েক দিনের মধ্যে পরীক্ষাটি আবার করুন, এই দুটি পরীক্ষার মধ্যে কমপক্ষে 24 ঘন্টা ব্যবধান রাখতে হবে।

কখন এবং কীভাবে ব্যবহার করবেন:

- আপনি যদি অসুস্থ বোধ করেন বা মনে করেন যে আপনি COVID-19-এ আক্রান্ত রোগীর আশেপাশে থেকেছেন তবে আপনি বাড়িতে পরীক্ষাগুলি করতে পারেন।
- আপনি যদি অসুস্থ বোধ না করেন তবুও CDC সুপারিশ করে যে আপনি COVID-19 আক্রান্ত রোগীর আশেপাশে থাকলে, তার 5 দিন পর পরীক্ষা করান।
- এমনকী আপনি অসুস্থ বোধ না করলেও এবং COVID-19 আক্রান্ত রোগীর আশেপাশে না থাকলেও, অন্যদের সঙ্গে একসঙ্গে বাড়ির ভিতরে থাকার আগে বাড়িতে একটি পরীক্ষা করে নিন যা COVID-19 ছড়ানোর ঝুঁকি কমাতে সাহায্য করে।
- টিকা না নেওয়া ব্যক্তি, বয়স্ক ব্যক্তি, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাহীন ব্যক্তি বা গুরুতর রোগের ঝুঁকিতে থাকা ব্যক্তিদের সঙ্গে একসঙ্গে থাকার আগে এটি করা বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ।
- পরীক্ষা করার জন্য কিটের সঙ্গে দেওয়া নির্দেশাবলী অনুসরণ করুন।
- কীভাবে বাড়িতে পরীক্ষা ব্যবহার করতে হয় তা দেখানোর একটি 'হাউ-টু ভিডিও' দেখুন www.cambridgema.gov/hometest-এ গিয়ে।

যদি আপনার পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হয়:

- আপনার পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হলে, আপনাকে আলাদা করে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে, তাছাড়া কারোর সঙ্গে ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে এলে তাকেও জানাতে হবে। আপনার পরীক্ষার ফলাফল ইতিবাচক হলে কী করবেন সে সম্পর্কে আরও তথ্য জানার জন্য নিচে দেখুন।
 - ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে থাকা মানে, তিনি তার একজন ঘনিষ্ঠ পরিচিত COVID-19 আক্রান্ত ব্যক্তির সঙ্গে 24-ঘন্টা সময়ের মধ্যে মোট 15 মিনিট বা তার বেশি সময় ধরে সেই ব্যক্তির থেকে 6 ফুটের কম দূরত্বে ছিলেন।
- আপনার বাড়িতে থাকাই উচিত এবং 5 দিনের জন্য সকলের থেকে স্ব-বিচ্ছিন্ন থাকুন।
- অন্যদের সাথে যোগাযোগ করার সময় 10 দিনের জন্য একটি মাস্ক পরতে ভুলবেন না।
- আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে আপনার পরীক্ষার ইতিবাচক ফলাফল সম্পর্কে বলুন এবং তার সঙ্গে নিয়মিত যোগাযোগ রাখুন।
- আপনি যদি খুব অসুস্থ বোধ করেন, আপনার প্রাথমিক যত্ন-সেবা প্রদানকারীকে কল করুন। আপনার যদি শ্বাস নিতে সমস্যা হয়, আপনার স্থানীয় ইমারজেন্সি রুমে যান বা 911 নম্বরে কল করুন।
- আপনার ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে থাকা পরিচিতদের বলুন যে তারা হয়তো COVID-19 আক্রান্ত কারো আশেপাশে থেকেছেন।
- COVID-19 আক্রান্ত একজন ব্যক্তি অসুস্থ বোধ করার বা পরীক্ষা ইতিবাচক হওয়ার 48 ঘন্টা (বা 2 দিন) আগে থেকেই অন্যদের মধ্যে এটি ছড়াতে শুরু করতে পারেন।
- আপনি যদি মনে করেন আপনার পরীক্ষার ইতিবাচক ফলাফল ভুল, আপনার আরও কোনো পরীক্ষার প্রয়োজন আছে কিনা তা জানতে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন।
- COVID-19-এর কারণে যে সমস্ত কেমব্রিজের বাসিন্দার খাদ্য বা অন্য কিছু সরবরাহের প্রয়োজন আছে তাদের কেমব্রিজ ইকোনমিক অপরচুনিটি কমিটির (CEOC) সাথে 617-868-2900 নম্বরে যোগাযোগ করতে হবে।

কেমব্রিজে বিনামূল্যে COVID-19 PCR পরীক্ষা:

- যে কেউ কেমব্রিজে থাকেন বা কাজ করেন তাদের জন্য কেমব্রিজ শহর কর্তৃপক্ষ প্রতি সপ্তাহে 7 দিন বিনামূল্যে COVID-19 PCR পরীক্ষা করার সুযোগ দেয়।
- পরীক্ষা করার সময় এবং অবস্থান সহ আরও তথ্যের জন্য, www.cambridgema.gov/testing-এ যান।



বাংলা



অসমীয়া



عربي



Español



中文



Português



Kreyòl Ayisyen



COVID-19 অ্যান্টিজেন র‌্যাপিড টেস্ট ব্যবহারের জন্য নির্দেশাবলী

মডেল: ICO-3000

এই প্যাটেন্ট করা ডিভাইস বা অ্যাপলন করনি, ডব্লিউ কোম্পা র‌্যাম জর্জারি ওয়েব ব্রাউজার অ্যাপলন (EUA) এর অধীন এটিকে FDA অ্যাপলন করবে।

অ্যাপ ডাউনলোড করুন এবং অ্যাপ খুলুন
আপনার স্মার্টফোন (iOS12.0+, Android 6.0+) ব্যবহার করে "Health COVID-19 অ্যান্টিজেন র‌্যাপিড টেস্ট" অ্যাপ ডাউনলোড করুন

রেজিস্টার করুন এবং অ্যাপে লগ ইন করুন
অ্যাপে এই সম্পর্কিত তথ্য দেখুন

পরিষ্কার এবং পরিষ্কার করা
স্বাস্থ্যবিধি পরিষ্কার করা

ধাপে ধাপে এগোবার নির্দেশাবলী

উপকরণ প্রস্তুত করুন

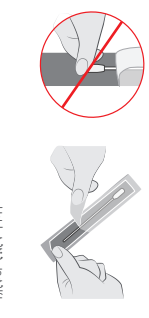
প্যাকেট খুলুন, পড়তে থাকা COVID-19 টেস্ট কার্ডটি বের করুন, ডিভাইসটি নিশ্চিন্ত বাকর এবং মোবার দিয়ে ডুব আনুন

আপনি পরীক্ষা করতে প্রস্তুত হলে COVID-19 টেস্ট কার্ডে ফল দেখতে পাবেন

1টি টেস্টমার

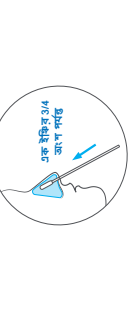
1টি ডিভাইস

1টি COVID-19 টেস্ট কার্ড পাঠবে



2. নমুনা সংগ্রহ করুন
a. এই প্যাকেজ থেকে মোবারটি বের করুন, মোবারের ডগা শেষ পর্যন্ত না ছেঁয়ে ডিগা খোলার সময় পুর ব্যবহারের জন্য মোবার প্যাকেজ রেখে দিন।

b. আপনার নাকের ফুটোয় ধীরে ধীরে মোবারের নমুনা শোষককারী ডগা (সাধারণত 1/2 থেকে 3/4 ইঞ্চি গুণ) ঢুকিয়ে দিন।



মাল র‌্যামক:
বাক্যদের থেকে, নাকের ফুটোয় ঢোকানোর সর্বোচ্চ গতিবেগে এক ইঞ্চির 3/4-এর কম হতে পারে, এবং মোবার করার সময় আপনার ঘাড়ের সর্বোচ্চ মাথা ধরে রাখার জন্য আবেগজনক ব্যক্তিগত সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে।

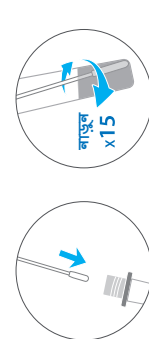
c. মোবারের ওয়েব, একতরফে ধরে ধীরে ধীরে নাকের ডিভাইসের ফুটো থেকে মোবারটি বের করুন। মোবারটি সঠিকভাবে হাতে ধরুন এবং ডিগা খোলার সময় পুর ব্যবহারের জন্য মোবার প্যাকেজ রেখে দিন।



3. নমুনার প্রক্রিয়া করুন
a. টেস্টকারের উপর উল্লেখিত ডিভাইসটি আলতো চাপুন এবং ডিভাইস ফুটতে শুরু করবে

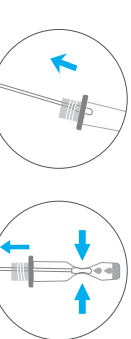
মাল র‌্যামক:
সঠিকভাবে মোবার করতে শর্ষ ধরে কমানল নিশ্চয়্য লেভিভাচক হতে পারে

ডাউনলোডের নাকের ফুটো



b. ডিভাইসের মাঝে মোবার ঢোকান, মোবার ডিগা নিয়ে ডিভাইসের নীচে পূর্ণ করুন এবং প্রায় 15 বার ঘূর্ণান।

c. মোবার থেকে বস্তুটি সঠিক ভাবে টিপ বের করুন ডিভাইসের পাশে থেকে ধরুন এবং ডাউনলোড মোবারটি সরিয়ে ফেলুন।



মাল র‌্যামক:
আপনি swab টিপে টিপে না বের করলে, সঠিকভাবে পরীক্ষা করার জন্য, পর্যাপ্ত বলের উপাদান এতে বাও থাকতে পারে (অর্থাৎ, একটি নিশ্চয়্য লেভিভাচক সঠিকভাবে কমানল হতে পারে)।

d. বস্তু কমানা কাগজটি আবার মু করে আউটলন, মোবারটি প্যাকেজে ফিরিয়ে দিন। মোবারের এক প্যাকেজ ফিলিপস আন্ডারকার কেলে দিন।



4. নমুনা যোগ করুন
ডিভাইসের কেটে সাদা কাপ বসাতে মোডে দিন। COVID-19 টেস্ট কার্ডের নমুনা পোর্টটি 3 কেটেটা নমুনা যোগ করুন। কেটেটা সাদা কাপ আবার মু করে রাখুন।



মাল র‌্যামক:
পরীক্ষার কার্ডে বসে কম প্রবণ যোগ করা হলে এটি একটি নিশ্চয়্য লেভিভাচক সঠিকভাবে কমানল হতে পারে।



5. 15 মিনিট অপেক্ষা করুন

নমুনা পোর্ট নমুনা যোগ করার পরক্ষণে "স্টেট টাইমার" মোডের ট্রিক করা টাইমার শুরু করুন। কমানল 15 মিনিটের মধ্যে প্রস্তুত হলে দেখা যাবে।

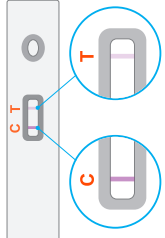


মাল র‌্যামক:
আপনার 15-মিনিটের টাইমার শেষ না হওয়া পর্যন্ত আপনার পরীক্ষার কমানল রাখুন এবং পরীক্ষার ফলাফল দেখতে আসার সময় মনোযোগ দিন।

6. ফলাফল দেখুন

30 মিনিটের পর ফলাফল আর পড়া উচিত নয় (ফলাফল 2x আগতভাবে বড়ো করে দেখানো হয়েছে)।

মাল র‌্যামক:
ডিভাইসের টাইমার শেষ না হওয়া পর্যন্ত আপনার পরীক্ষার কমানল রাখুন এবং পরীক্ষার ফলাফল দেখতে আসার সময় মনোযোগ দিন।



ফলাফল C মাত্র অর্থ না। ফলাফল T মাত্র অর্থ না। ফলাফল C মাত্র অর্থ না। ফলাফল T মাত্র অর্থ না।

7. পরীক্ষার ফলাফল ব্যাখ্যা

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T



- অগ্রহণ করে মাল র‌্যামকে লেভিভাচক কমানল রাখুন যখন যে সে COVID-19 মুক্ত ডা করা যায় না।
লেভিভাচক পরীক্ষার কমানল রাখুন: মাল র‌্যামকে মুক্তের ফলাফল দেখুন এবং ফলাফল দেখুন।
আপনার 15-মিনিটের টাইমার শেষ না হওয়া পর্যন্ত আপনার পরীক্ষার কমানল রাখুন এবং পরীক্ষার ফলাফল দেখতে আসার সময় মনোযোগ দিন।

- মাল র‌্যামক: লেভিভাচক কমানল রাখুন অগ্রহণ করুন এবং একটি আনুষ্ঠানিক পরীক্ষা করা নিশ্চিতকরণ, যদি প্রয়োজন হয়, সোপান ব্যবহারের জন্য সক্ষম করা হতে পারে।
কমানল রাখুন: পরীক্ষার কমানল রাখুন এবং ফলাফল দেখুন।
আপনার 15-মিনিটের টাইমার শেষ না হওয়া পর্যন্ত আপনার পরীক্ষার কমানল রাখুন এবং পরীক্ষার ফলাফল দেখতে আসার সময় মনোযোগ দিন।



মাল র‌্যামক:
আপনি swab টিপে টিপে না বের করলে, সঠিকভাবে পরীক্ষা করার জন্য, পর্যাপ্ত বলের উপাদান এতে থাকতে পারে (অর্থাৎ, একটি নিশ্চয়্য লেভিভাচক সঠিকভাবে কমানল হতে পারে)।

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

8. পরীক্ষার কিট একেবারে কোলে দিন

পরীক্ষা শেষ হওয়ার পর, ডিভাইস উপাদানগুলি আবর্তনকার যত্নে কোলে দিন।

9. পরীক্ষার ফলাফল ব্যাখ্যা

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

ইতিবাচক ফলাফল
C T বা C T

