

# ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ

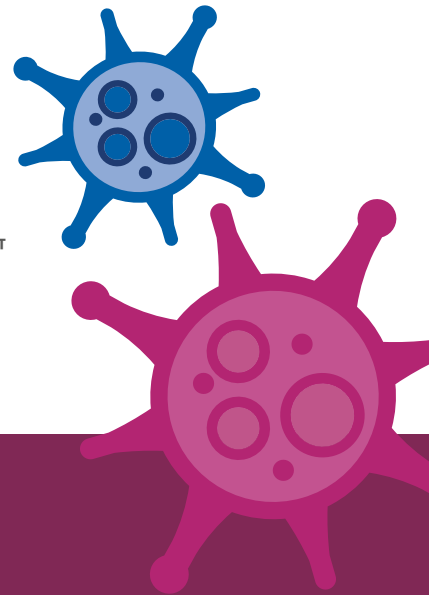
## ਲਾਰ ਟੈਸਟ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਲਾਰ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਇਹ ਪਰਖਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ COVID-19 ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇੱਕ ਸਰਲ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੁਝ ਦਾਖਲ ਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਢੰਗ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਟੈਸਟ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੀ ਲਾਰ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਇੱਕ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਸ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਕੇ ਕੇ ਇੱਕ ਲੈਬ ਵਿੱਚ ਇਸਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਤੀਜੇ ਟੈਕਸਟ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਸੁਨੇਹੇ ਦੁਆਰਾ 24-48 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।



## ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਭਾਗ ਲੈਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ?

COVID-19 ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੈ। ਵੱਡੇ ਪੈਮਾਨੇ 'ਤੇ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਜਾਂਚ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਪਰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ।



## ਲਾਰ ਟੈਸਟ ਵੱਖਰਾ ਕਿਵੇਂ ਹੈ?

ਲਾਰ ਦਾ ਟੈਸਟ ਸਰਲ, ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾਖਲ ਨਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਭਾਗੀਦਾਰ ਇੱਕ ਸਾਫ ਚਮਚੇ ਵਿੱਚ ਚੁੱਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਲਈ 2 ਮਿ.ਲੀ. ਲਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਗਲੇ ਜਾਂ ਨੱਕ ਦਾ ਸਵੈਬ ਲੈਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਲਾਰ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਬਹੁਤ ਸਟੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਨਤੀਜੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜੀਨੋਮਿਕ ਸੀਕੁਐਂਸਿੰਗ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹਿਲਾ ਟੈਸਟ ਵੀ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਉਭਰ ਰਹੇ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਰੂਪਾਂ ਬਾਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ।

## ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ?

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਤਸਵੀਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।



ਤੁਹਾਡਾ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਟੈਸਟ ਲਈ ਸਾਈਨ-ਅੱਪ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਟੈਸਟ ਬਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਸਮਰਪਿਤ ਲੈਸਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲਾਰ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਲਾਰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿੱਟ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਜੇ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਫੋਨ ਕਾਲ ਆਏਗੀ ਅਤੇ ਨਤੀਜਾ NHS ਟੈਸਟ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਸ (Test and Trace) ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ

ਨਮੂਨਾ ਲੈਬੋਰਟਰੀ ਵਿੱਚ ਲਿਆਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ 24-48 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹੇ ਦੁਆਰਾ ਭੇਜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

ਨਮੂਨਾ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਲਿਆਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕਲੈਕਸ਼ਨ ਬਿਨ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

# ਲਾਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ

**1** ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਟੈਸਟ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਜਾਣੋ।  
ਇੱਕ ਡਾਇਰੀ, ਕੈਲੰਡਰ ਜਾਂ ਫੋਨ ਰੀਮਾਈਂਡਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

**5** ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿਓ ਅਤੇ ਯਾਦ ਕਰਾਓ।  
ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਦਮ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

**2** ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੇਖੋ।  
ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤੇ ਵੀਡੀਓ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।  
ਤੁਸੀਂ ਵੀਡੀਓ ਇੱਥੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ:

[www.hiowsalivatest.nhs.uk/test-results/how-to-test](http://www.hiowsalivatest.nhs.uk/test-results/how-to-test)

**6** ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਮੂਨੇ ਪੈਕ ਕਰਨ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਲਾਓ।  
ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਨਮੂਨੇ ਸਿੱਧਾ ਉਸਦੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿਓ।

**3** ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਵੇਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਦੇਣ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਲਾਓ।  
ਨਾਸ਼ਤੇ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ।

**7** ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਦਿਲਾਓ।  
ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਚਿੰਤਤ ਜਾਂ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**4** ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਲੱਕਣ ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।  
ਨਮੂਨਾ ਟਿਊਬ 'ਤੇ ਗਾਈਡ ਲੇਬਲ ਦੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਲੰਬੇ ਦਾਅ ਲਗਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਪਛਾਣ ਸਕੀਏ ਕਿ ਨਮੂਨਾ ਕਿਸ ਦਾ ਹੈ।  
ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਾ ਕਰੋ।

**8** ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਲਾਰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲ ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਗੁਆਚ ਨਾ ਜਾਣ।  
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਲਾਰ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏਗੀ।

**ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜਾ ਨਾ ਮਿਲਣ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ:**

- ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲ ਨਮੂਨਾ ਟਿਊਬ 'ਤੇ ਲੰਬੇ ਦਾਅ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਾਈਡ ਲੇਬਲ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਨਮੂਨਾ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਲਾਰ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨਹੀਂ ਸੀ (ਲਗਭਗ 2 ਮਿ.ਲੀ. ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)।
- ਨਮੂਨਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੈਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

