

# مجتمع مشارکتی لندن در باره انجام خدمات، تست، جست و جو، ردیابی و مبارزه با بیماری همه گیر ویروس کرونا

## دستور کار مجتمع لندن

**حال خوبی ندارم، به ابتلای خودم به ویروس کرونا شک دارم.**

اگر شک دارید که مبتلا به ویروس کرونا هستید، بلافاصله به وسیله اینترنت آدرس زیر را کلیک کنید و مشاوره بگیرید.  
[\(\(NHS 111 online coronavirus service \(check your symptoms here](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/testing-for-coronavirus)

**با بررسی و علائم ناراحتی خود شک میکنم دچار ویروس کرونا شدم، چه کاری انجام دهم؟**

بلافاصله باید خودتان را منزوی و ایزوله کنید و برای آزمایش به وسیله اینترنت آدرس زیر را کلیک کنید. در صورت نداشتن دسترسی به اینترنت با شماره 119 تماس بگیرید.

[/https://www.nhs.uk/ conditions/coronavirus-covid-19/testing-for-coronavirus](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/testing-for-coronavirus)

**ضمن انتظار برای آزمایش و نتیجه چه کاری باید انجام دهم؟**

باید در حالت منزوی و ایزوله شدن باقی بمانید. همچنین افراد حاضر در خانه نیز باید 14 روز از زمان شروع علائمتان منزوی و ایزوله شوند. و نیز افرادی که طی 48 ساعت گذشته با آنها برخورد نزدیک داشتهاید آگاه نمایید.

**در صورتیکه نتایج آزمایش منفی باشد**

اگر نتیجه آزمایش منفی باشد، شما و سایر افراد خانتهان دیگر نیاز به منزوی و ایزوله شدن ندارید.

**در صورتیکه نتایج آزمایش مثبت باشد**

در صورت مثبت بودن نتیجه آزمایش، شما باید حداقل به مدت 10 روز از زمان شروع علائم به منزوی و ایزوله شدن ادامه دهید. اعضای خانه شما نیز باید از زمان ظهور اولین علائم، 14 روز کامل ایزوله شوند. و آدرس زیر را در اینترنت کلیک کنید و مشاوره بگیرید.

[more information here on how long you need to self-isolate](#)

**بعد از آن اقدامات بعدی چه خواهد بود؟**

طی 24 ساعت بعد از اعلام نتیجه مثبت، هشدار از طریق پیامک یا ایمیل از طرف آزمایش و ردیابی NHS دریافت خواهید کرد. (ردیابی افرادی که با فرد مبتلا به ویروس برخورد مستقیم داشتهاند، بخش ضروری برای توقف شیوع ویروس میباشد.)

پیامک یا ایمیل حاوی دستورالعملهایی در مورد نحوه به اشتراکگذاری اطلاعات افرادی میباشد که اخیراً با شما برخورد نزدیک داشتهاند. این افراد شامل خانواده یا افرادی میباشد که با شما زندگی میکنند، همچنین افرادی که شما با آنها تماس مستقیم داشتهاید، یا بیش از 15 دقیقه در فاصله کمتر از 2 متری از آنها بودهاید. همچنین باید در مورد مکانهایی که اخیراً بازدید کردهاید نیز اطلاع دهید.

اطلاعات ارائه شده در وبسایت امن نگهداری و استفاده میشود.

در صورت عدم دسترسی به اینترنت، از طریق یکی از 25000 ردیاب با شما تماس گرفته میشود. این خدمات با استفاده از تنها تلفن تماس به شماره 0300 013 5000 انجام میشود.

اطلاعات ارائه شده توسط شما، وسیله گروه ردیاب برای هشدار به افرادی استفاده میکنند که در بیشترین خطر ابتلا به ویروس هستند و نیاز به ایزوله شدن دارند. هویت شما محرمانه خواهد ماند.

احساس بیماری ندارم، اما آزمایش و ردیابی NHS به من گفته‌اند که با فرد مبتلا به ویروس کرونا در تماس بوده‌ام.

آزمایش و ردیابی برای مبارزه با گسترش ویروس کرونا مهم است. اگر به شما گفته شده که با شخصی مبتلا به ویروس در تماس بوده اید، باید از روز آخرین تماس با شخص به مدت 14 روز خود را ایزوله کنید (در خانه بمانید).

به هیچ دلیلی خانه خود را ترک نکنید. در صورت نیاز به غذا و دارو، به طور آنلاین یا تلفنی سفارش دهید یا از دوستان یا خانواده خود بخواهید، آنها را بیرون درب منزل بگذارند.

آیا سایر افراد خانواده نیز باید ایزوله شوند؟

در صورت نداشتن علائم، افرادی که با شما زندگی می‌کنند، لازم نیست که خود را ایزوله کنند.

به هر حال، اگر در خانه افرادی زندگی می‌کنند که دارای ریسک بالا می‌باشند توصیه می‌شود که محل زندگی را برای مدت 14 روز تغییر بدهند. در صورت عدم امکان، [می‌توانید در NHS آنلاین اطلاعات مربوطه را بدست آورید.](#)

در صورتیکه احساس می‌کنید علائم ویروس در شما ایجاد شده است، باید فوراً از [خدمات آنلاین NHS 111](#) کمک بگیرید.

## آیا فقط یکبار باید ایزوله شوم؟

خیر. باید توجه کرد هر بار که با افرادی مبتلا به ویروس تماس گرفته شوید، باید به انزوا و ایزوله شدن خودتان مجدداً مبادرت کنید.

## در صورت ایزوله شدن قادر به انجام کار نمی‌باشم، چه کمکی در این رابطه وجود دارد؟

در صورت ایزوله شدن (بدلیل ابتلا به ویروس یا زندگی با بیمار ویروسی یا تماس با فرد مبتلا به ویروس)، می‌توانید درخواست کمک هزینه قانونی به نام Statutory Sick Pay (هفته ای 95.85£، برای حداکثر 28 هفته).

در صورتیکه شرایط لازم برای کمک هزینه Statutory Sick Pay ندارید می‌توانید درخواست Universal Credit نمایید.

در صورتیکه برای شخص خود کار می‌کنید، مقامات محلی شما می‌توانند از طریق صندوق دوران سختی کسب و کارها، از کسبوکار شما حمایت کنند. به منظور کسب اطلاعات بیشتر با کانسل خود تماس بگیرید.

اطلاعات مربوط برای حمایت مالی برای افراد ایزوله شده و یا کسبوکارها، در وبسایت [HM Treasury](#) موجود می‌باشد.

