ਪਿਆਰੇ ਸਕੂਲ ਭਾਈਚਾਰੇ,

ਬਿਮਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਲੇ ਸਟਾਫ਼, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੋਰਾਂਟੋ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ (TPH) ਦੁਆਰਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੈਸਟਿੰਗ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਲਈ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਾਰ ਦੀਆਂ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਲਾਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਰਦ ਰਹਿਤ ਅਤੇ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਲਾਰ ਦੀ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ?

- ਲਾਰ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਨਿਰਧਾਰਤ ਪਿਕਅੱਪ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

ਲਾਰ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ?

- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਜਾਂ ਵੱਧ ਕੋਵਿਡ-19 ਲੱਛਣ ਹੋਣ (ਬੁਖ਼ਾਰ ਜਾਂ ਠੰਢ ਲੱਗਣਾ; ਖੰਘ ਜਾਂ ਖਰਖਰੀ ਵਾਲੀ ਖਾਂਸੀ; ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ; ਸੁੰਘਣ ਜਾਂ ਸੁਆਦ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਜਾਂ ਖਤਮ ਹੋਣਾ; ਮਤਲੀ/ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਦਸਤ) ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਦੁਆਰਾ ਕੁਝ ਖਾਸ ਮਿਤੀਆਂ 'ਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਲਾਰ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

1. ਲਾਰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕੰਟੇਨਰ (ਨੀਲਾ ਤਰਲ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਅਯੋਗ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ)
2. ਲੈਬੋਰਟਰੀ ਫਾਰਮ (ਤੁਹਾਡੇ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ)
3. ਲਾਰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹਦਾਇਤਾਂ (ਲੈਬੋਰਟਰੀ ਫਾਰਮ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ)
4. ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਕਿ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰਨੇ ਹਨ
5. ਤੁਹਾਡੀ ਲਾਰ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ ਲਈ ਇੱਕ ਖਾਲੀ ਲੇਬਲ (ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪੂਰਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਜਨਮ ਮਿਤੀ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਨਮੂਨਾ ਕੰਟੇਨਰ ਉੱਤੇ ਚਿਪਕਾ ਦਿਓ

ਲਾਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਹੈ?

- ਟੈਸਟ ਤੋਂ 30 ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਖਾਣਾ, ਪੀਣਾ, ਸਿਗਰਟ ਪੀਣਾ, ਚਿਊਇੰਗਮ ਚਬਾਉਣਾ, ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਵੇਪ ਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲੇਬਲ ਲਗਾਓ, ਮੰਗ ਪੱਤਰ ਭਰੋ, ਇਸ ਨੂੰ ਬਾਇਓਹੈਜ਼ਰਡ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿਓ
- ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਉਹ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਸਕੂਲ ਦੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਨਮੂਨਾ ਛੱਡ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਸਾਡੇ ਲਾਰ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਵੀਡੀਓ ਦਾ ਲਿੰਕ ਇਹ ਹੈ: https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=Ru-vFZdImes&feature=youtu.be

ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਨਤੀਜੇ ਕਦੋਂ ਮਿਲਣਗੇ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ (+) ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ 24-48 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ SickKids ਤੋਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਤੋਂ ਇੱਕ ਫੋਨ ਕਾਲ 'ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਟੈਸਟ ਨੈਗੇਟਿਵ (-) ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋਨ ਕਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਆਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ

ਜੇ ਟੈਸਟ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ

- ਜੇਕਰ ਨਮੂਨੇ 'ਤੇ ਲੇਬਲ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਲੋੜੀਂਦੀ ਲਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਮੰਗ ਪੱਤਰ ਨਹੀਂ ਭਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਨਮੂਨੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਨਤੀਜੇ ਪਤਾ ਕਰਨੇ

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗ੍ਰੀਨ ਓਨਟਾਰੀਓ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਦਾ 10 ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਦੋ ਅੱਖਰਾਂ ਦਾ ਸੰਸਕਰਣ ਕੋਡ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ:

- ਕੋਵਿਡ-19 ਸਰਕਾਰੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਦੇਖੋ: https://covid-19.ontario.ca/

ਕੋਵਿਡ-19 ਸਰਕਾਰੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਓਨਟਾਰੀਓ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲਾਲ ਅਤੇ ਚਿੱਟਾ ਕਾਰਡ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ:
    - ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੰਗ ਪੱਤਰ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਈਮੇਲ ਪਤਾ ਜ਼ਰੂਰ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕੋਡ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ https://covid-19.ontario.ca/ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਤੀਜੇ ਦੇਖ ਸਕੋਗੇ
    - ਜੇਕਰ 4 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ mobile.outreach@sickkids.ca 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ