

### የኮሮና ቫይረስ (ኮቪድ-19) ምርመራን ለወሰዱ

የኮሮና ቫይረስ ምርመራን ካደረጉ ውጤቱ እስከመጣ ከአንድ እስከ ሁለት ቀናት ሊወስድ ይችላል። የምርመራውን ውጤት በሚጠባበቁበት ጊዜ ከታመሙ ወይም የህክምና እርዳታ ከፈለጉ ዶክተርን ያነጋግሩ።

የኮሮና ቫይረስ ይዘኛል ብሎ የሚጠራጠር ማንኛውም ግለሰብ ወዲያውኑ ምርመራ ማድረግ አለበት። በአብዛኛው የተለመዱት የበሽታው ምልክቶች ትኩሳት ፣ ሳል ፣ ራስ ምታት ፣ የጉሮሮ ህመም ፣ የትንፋሽ እጥረት ወይም የጣዕም ወይም የሽታ ስሜት ማጣት ናቸው። አንዳንድ ሰዎች በጣም ከባድ ምልክቶችን ያያሉ። በተቃራኒው ደግሞ አንዳንዶቹ በበሽታው መያዛቸውንም አያስተውሉም።

በተጨማሪም ወደ ኳራንታይ ከገቡ፣ ቫይረሱን ከሚቆታጠረው ቡድን ወይም በስልኮች ካለው የቫይረስ መተግበሪያ እንዲመረመሩ ከተነገሩት ወይም ለበሽታው ከተጋለጡ ምርመራ ማድረግ ይኖርብዎታል።

### የምርመራ ውጤቶችን በሚጠባበቁበት ጊዜ ምን ማድረግ ይጠበቅብዎታል?

በአብዛኛቹ ምርመራውን የወሰዱ ግለሰቦች በቤታቸው ውስጥ መቆየት አለባቸው ፣ ወይም የምርመራ ውጤትን በሚጠባበቁበት ጊዜ ራሳቸውን ኳራንታይ ማድረግ ይኖርባቸዋል። ወደ ስራ ቦታ ወይም ወደ ትምህርት ቤት መሄድ የለብዎትም፣ የሕዝብ መጓጓዣ ትራንስፖርት መጠቀም የለብዎትም እንዲሁም የሕዝባዊ ቦታዎች ላይ መገኘት የለብዎትም። አብረዎቸው የሚኖሯቸውን አዋቂዎችን እና ታዳጊ ልጆችን ጨምሮ ከሁሉም ሰዎች በቂ ርቀትን መጠበቅ ይኖርባቸዋል ። ትናንሽ ልጆች ሁል ጊዜ የሚያገኙትን እንክብካቤ ማግኘት ይኖርባቸዋል።

- የኮሮና ምርመራ ያደረጉት የቫይረሱ ምልክቶች ስላሉት ከሆነ የምርመራ ውጤት እስከሚመጣ ድረስ በቤትዎ ውስጥ መቆየትና ከሌሎች ሰዎች በቂ ርቀትን ማድረግ ይኖርባቸዋል።
- የኮሮና ምርመራ ያደረጉት ለቫይረሱ እንደተጋለጡ ስለተነገሩት ወይም ከስርጭት ስልክ መተግበሪያ ተነግሮት ከሆነ የምርመራ ውጤት እስከሚመጣ ድረስ በቤትዎ ውስጥ መቆየትና ከሌሎች ሰዎች በቂ ርቀትን መጠበቅ ይኖርባቸዋል።
- በቫይረስ ስርጭት ምክኒያት እራሱን ሻራንቲን እዲያደርጉ ከተነገሩት ከሆነ ኳራንቲን ሲጀመርም ሆነ ከማለቁ በፊት መመርመር አለብዎት። የኳራንቲን መርህ ሕግ ነው። የኳራንቲን መርህ ሕጋዊ ግዳጅም አለው። ይህን ሕግ የሚጥስ ግለሰብ ቅጣት ሊቀጣ ይችላል። የመጀመሪያ የምርመራ ውጤት እስከሚመጣ ድረስ አብረዎቸው የሚኖሩት ሰዎች የተጠባበቁ ኳራንቲን ውስጥ መግባት አለባቸው ። የኳራንቲን ጊዜው እስከሚያልቅ ድረስ ራሱን አግልለው መቆየት ይኖርባቸዋል። በበሽታው ከተያዘው ሰው ጋር የመጨረሻ ግንኙነት ካደረጉ ከ 7 ቀናት በኋላ እንደገና መመርመር ይኖርባቸዋል። ከ 7 ቀናት በኋላ የተወሰደው የምርመራ ውጤት ቫይረሱ በሰውነት ውስጥ እንደሌለ የሚያሳይ ከሆነ ከኳራንቲን መውጣት ይችላሉ። ተጨማሪውን ምርመራ ካላደረጉ የኳራንቲን ጊዜው የሚቆየው በቫይረሱ ከተያዘው ግለሰብ ጋር የመጨረሻ ግንኙነት ካደረጉ ቀን አንስቶ እስከ 10 ቀን ድረስ ነው። የበሽታውን ምልክቶች ካዩ እንደገና መመርመር አለብዎት።
- ከጉዞ በኋላ የግዳጅ ኳራንቲን ውስጥ ካሉ ወደ ኖርዌይ ሲገቡም ሆነ ከ 7 ቀናት በኋላ ምርመራ ማድረግ አለብዎት። ምርመራው እና ኳራንቲን ሕጋዊ ግዳጅ ነው እናም ይህን ጥሰው የሚገኙ ግለሰቦች ሊቀጡ ይችላሉ። ከ 7 ቀናት በኋላ የተደረገው የምርመራ ውጤት ቫይረሱ እንዳልተገኘ ካሳየ ከኳራንቲን መውጣት ይችላሉ። ከሌሎች ሰዎች ጋር በጋራ የሚኖሩ እና ሙሉ ርቀትን ማድረግ ማይችሉ ከሆነ ሰዎቹም እርሶ የኳራንቲን ጊዜዎን እስኪጨርሱ ድረስ በቤት ውስጥ ቢቆዩ ይመከራል። የበሽታውን ምልክቶች ካዩ እንደገና መመርመር አለብዎት።
- በኳራንቲን ውስጥ ካሉ እና የኮሮና ምልክቶች ከታየብዎት የሙሉ በሙሉ ራስን ማግለል መርህን ይከተሉ ምክንያቱም በ ኮቪድ- 19 ቫይረሶ የመያዝ እድሎ ሰፊ ስለሆነ። ራስን ሙሉ በሙሉ የማግለል ህጎች ከኳራንቲን ህጎች የበለጠ ጥብቅ ናቸው። የመጀመሪያውን የምርመራ ውጤት እስኪያውቁ ድረስ አብረዎት የሚኖሩ ሰዎች ራሳቸውን በኳራንቲን ውስጥ ማቆየት አለባቸው። አብረዎቸው የሚኖሩትም ሰዎች ምርመራ እንዲያደርጉ ሊጠየቁ ይችላሉ ።

- የኮሮና ምልክቶች ሳይኖርብዎት እና ለበሽታ ሳይጋለጡ ምርመራውን ከወሰዱ የምርመራ ውጤቶች እስኪመጡ ድረስ በቤቶ ውስጥ መቆየት አያስፈልጎትም። ይህ ማለት ለምሳሌ ምርመራውን የሚወስዱት የምርምር ፕሮጀክት ውስጥ ስለሚሳተፉ ከሆነ፣ ተቋማትን ሊጎበኙ ወይም ለጉዞ የምስክር ወረቀት ፈልገው ከሆነ ነው።

### የኮሮና ምርመራ ውጤቶን በዚህ መልኩ ማየት ይቻላል

ከአንድ እስከ ሁለት ቀናት በኋላ የኮሮና ምርመራ ውጤትዎን በዚህ ድረ ገፅ ማግኘት ይቻላል - Helsenorge.no ([www.helsenorge.no/provesvar](http://www.helsenorge.no/provesvar)) ። አንዳንድ ጊዜ ትንሽ ረዘም ያሉ ቀናት ሊወስድ ይችላል።

የኖዌይ ፕሮሰናል ቁጥር ያለው ወይም ዲ-ቁጥር ያለው ግለሰብ የሞባይል ቁጥሩን ወይም ኢሜል አድራሻውን በ «helsenorge.no» ላይ ካስመዘገበ ውጤቱ ዝግጁ በሚሆንበት ጊዜ በስልክ መልክት ወይም በኢሜል እንዲያውቅ ይደረጋል ። የኖዌይ ፕሮሰናል ቁጥር ወይም ዲ-ቁጥር ከሌሎች የምርመራውን ውጤት ለማወቅ የተመረመሩበት ቦታ ወይም በእርሶ ኮሚቴና ውስጥ ወዳለው የኮሮና ስልክ መደወል አለብዎት።

ኮቪድ-19 (ኮሮና) ካለብዎት ውጤቱ የቫይረሱ ተጠቂ መሆኖን ያሳያል ወይም ኮሮና ቫይረስ ተገኝቷል ይላል። ኮቪድ-19 (ኮሮና) ከሌለበት ውጤቱ የቫይረሱ ተጠቂ አለመሆኖን ያሳያል ወይም የኮሮና ቫይረስ አልተገኘም ይላል።

### የምርመራው ውጤት የኮሮና ቫይረስ በሰውነቶ ውስጥ እንዳለ ሲያሳይ

የምርመራው ውጤት ኮቪድ-19 (ኮሮና) እንዳለብዎት ካሳየ ወዲያውኑ ራሱን ሙሉ በሙሉ ማግለል ይኖርበታል ። በኮሚቴናው ከሚገኝ የቫይረሱን ስርጭት ከሚከታተል ቡድን ይደወልሉታል። የቫይረሱን ስርጭት ለማስቆም ጥብቅ ከትትል አስፈላጊ ነው። ከእርሶ ጋር የቅርብ ግንኙነት የነበራቸው (አብረዎት የሚኖሩ ሰዎች እና በቅርብ ያገኙባቸው ግለሰቦች) ሿራንቲን መግባት አለባቸው። እነሱም መመርመር ይኖርባቸዋል።

ኮሚቴናው የግለሰቡን የግል መረጃ በሚስጥርነት የመጠበቅ ግዴታ አለበት። የእርስ በእርስ ተግባቦት አስፈላጊ ስለሆነ ማንኛውም ጥያቄ ካሉት ይጠይቁ ። ቋንቋውን ለመረዳት አስቸጋሪ ከሆነበት አስተርጓሚ እንዲመጣሎት ማድረግ ይቻላል ። አስተርጓሚ የሚመጣውም በነፃ ነው።

ራሱን ለማግለጽ ምቹ ቦታ ከሌሎቻት ኮሚቴናው ተስማሚ ቦታ እንዲያገኙ ይረዳዎታል።

### የኳራንቲን እና ሙሉ በሙሉ ራስን የማግለል ምክር እና ደንቦች

- የኳራንቲን እና ሙሉ በሙሉ ራስን የማግለል ምክር እና ደንቦች: [www.fhi.no/avstand-karantene-isolering](http://www.fhi.no/avstand-karantene-isolering)
- የኳራንቲን እና ሙሉ በሙሉ ራስን የማግለል ምክር እና ደንቦች በተለያዩ ቋንቋ ተተርጉመው: [www.fhi.no/karanteneisolasjon-flere-sprak](http://www.fhi.no/karanteneisolasjon-flere-sprak)
- አሁን ባለው ሕግ መሠረት የኳራንቲን እና ሙሉ በሙሉ ራስን የማግለል መርሆችን መጣስ በህግ ሊያስቀጣ ይችላል።