

Kapag nagkaroon ka ng coronavirus test (test para sa COVID-19)

Kapag nagpa-test ka para sa COVID-19 maaaring abutin ng ilang araw bago mo makuha ang resulta. Kontakin ang doktor mo kung magkasakit ka o kailangan mo ng medikal na tulong habang naghihintay ng resulta mo.

Ang sinomang naghihinala na maaaring maimpeksiyon sila ng coronavirus ay dapat ma-test sa lalong madaling panahon. Ang mga pinakakaraniwang sintomas ay ang lagnat, ubo, masakit na ulo, masakit na lalamunan, hirap sa paghinga o kawalan ng panlasa o pang-amoy. Ang ilang tao ay may mas malalang sintomas at ang maaaring hindi mapagtanto ng ilan na may impeksiyon sila.

Dapat kang magpa-test kung nasa quarantine ka, kung naabisuhan ka ng Smittestopp app, o kung na-expose ka sa impeksiyon.

Ano ang dapat mong gawin habang naghihintay ka sa resulta mo?

Karamihan ng mga taong nagpa-test ay dapat manatili sa bahay, o nasa quarantine, habang naghihintay ng resulta ng test. Hindi ka dapat pumunta sa trabaho o paaralan, hindi ka dapat sumakay sa pampublikong transportasyon at dapat kang pumunta sa mga pampublikong lugar. Dapat kang magpanatili ng pisikal na distansiya mula sa lahat ng tao, kasama ang mga adult at mas matatandang bata na kasama mo sa bahay. Ang mga batang-bata ay dapat alagaan ayon sa normal.

- **Kung nagpa-test ka dahil may sintomas ka ng coronavirus**, dapat kang manatili sa bahay at magpanatili ng distansiya mula sa ibang tao habang naghihintay ka ng resulta ng test mo.
- **Kung nagpa-test ka dahil napalapit ka sa taong may impeksiyon o naabisuhan ka ng Smittestopp app**, dapat kang manatili sa bahay habang naghihintay ka ng resulta ng test mo.
- **Kung nasa mandatoryo kang quarantine dahil sa impeksiyon**, dapat kang ma-test kapag nagsimula ang quarantine at muli bago ito matapos. Ang quarantine ay inaatas ng batas, at maaari kang mamultahan kung hindi ka sumusunod. Ang mga kasama mo sa bahay ay dapat nakahintay sa quarantine hanggang makatanggap ka ng negatibong resulta mula sa unang test. Dapat kang magpatuloy na malagay sa quarantine sa panahong ito. Dapat ka muling ma-test 7 araw matapos ang huling kontak sa may impeksiyong tao. Kung ang muling test makalipas ang 7 araw ay negatibo, matatapos mo ang quarantine. Kapag hindi ka na-test, ang quarantine ay magtatagal ng 10 araw matapos ang huling kontak sa may impeksiyong tao. Kung may sintomas ka, dapat ka muling ma-test.
- **Kung ikaw ay nasa quarantine sa pagpasok** matapos dumating sa Norway, dapat kang ma-test sa pagdatin at matapos ang 7 buong araw. Ang mga test at quarantine ay inaatas ng batas, at maaari kang mamultahan kung hindi ka sumusunod. Kung ang muling test makalipas ang 7 araw ay negatibo, matatapos mo ang quarantine. Kung nakatira ka kasama ang ibang tao at hindi makakapagpanatili ng pisikal na distansiya, dapat silang manatili sa bahay habang nasa quarantine ka. Kung magkaroon ka ng sintomas, dapat ka muling ma-test.
- **Kung ikaw ay nasa mandatoryong quarantine at nagpa-test dahil may sintomas ka ng coronavirus**, dapat kang sumunod sa mga patakaran para sa isolation dahil malamang ay mayroon kang COVID-19. Mas mahigpit ang mga patakaran sa isolation kaysa sa mga nasa

quarantine. Ang mga taong kasama mo sa bahay ay dapat mag-quarantine hanggang matanggap mo ang mga resulta ng una mong test. Ang mga taong kasama mo sa bahay ay maaaring kailanganin mo ring ma-test.

- **Kung na-test ka kahit na wala kang sintomas ng coronavirus at hindi ka na-expose sa impeksiyon**, hindi ka kailangang manatili sa bahay hanggang matanggap mo ang mga resulta ng test mo. Mailalapat ito, halimbawa, kung nagpa-test ka dahil kasama ka sa pananaliksik na proyekto, bibisita ka sa isang institusyon, o kailangan kang ma-test dahil sa biyahe.

Paano makuha ang resulta ng test mo

Makalipas ang mga 1-2 araw, malalaman mo ang resulta ng iyong coronavirus test sa Helsenorge.no (<https://www.helsenorge.no/en/test-results/>). Minsan ay maaaring mas matagalan.

Ang lahat ng may Norwegian national identity number o D number na nagrehistro ng numero ng telepono ng mobile o e-mail address sa ilalim ng mga detalye ng Kontak (“Kontaktinformasjon”) sa helsenorge.no ay aabisuhan ng mensaheng text o e-mail kapag may resulta na. Kung wala kang Norwegian national identity number o D-number, dapat mong kontakin ang test center kung saan ka nagpa-test, o ang corona helpline sa munisipalidad mo para makuha ang mga resulta mo.

Kung mayroon kang coronavirus, makikita ang resulta bilang positibo o kumpirmado (“positivt/påvist”). Kung wala kang coronavirus, makikita ang resulta bilang negatibo o hindi kumpirmado (“negativt/ikke påvist”).

Kung ipapakita ng test na mayroon kang coronavirus (positibong resulta ng test)

Kung ipapakita ng test na mayroon kang COVID-19 (coronavirus), dapat kang pumunta sa isolation. Tatawagan ka ng contact tracing team sa munisipalidad mo.

Ang contact tracing ay mahalaga upang pahintuin ang pagkalat ng impeksiyon. Lahat ng mga malapitan mong kontak (ang lahat ng taong kasama mo sa tirahan at ang lahat na malapit mong nakontak) ay samakatuwid dapat pumunta sa quarantine. Dapat din silang ma-test.

Ang munisipalidad ay may tungkulin sa kumpidensiyalidad. Mahalagang maunawaan niyo ang isa’t isa, kaya dapat kang magtanong kung may hindi ka sigurado sa anoman. Maaari kang humingi ng tagapagsaling-wika kung nahihirapan kang maunawaan ang wika. Libreng magkaroon ng tagapagsaling-wika.

Matutulungan ka rin ng munisipalidad na humanap ng ibang matitirhan kung hindi ka makakapagpanatili ng distansiya mula sa mga taong kasama mo sa tirahan habang ikaw ay nasa isolation.

Payo at mga patakaran tungkol sa quarantine at isolation

- Payo at mga patakaran kaugnay ng quarantine at isolation: <https://www.fhi.no/en/op/novel-coronavirus-facts-advice/facts-and-general-advice/social-distance-quarantine-and-isolation/>
- Ang payo at mga patakaran patungkol sa quarantine at self-isolation ay naisaling-wika din sa maraming wika <https://www.fhi.no/en/op/novel-coronavirus-facts-advice/information-material/informasjon-different-languages/>
- Sa ilalim ng kasalukuyang batas, maaaring kriminal na kasalanan na labagin ang mga patakaran sa isolation at quarantine.