

Όταν έχετε υποβληθεί σε τεστ κορωνοϊού (τεστ για COVID-19)

Όταν υποβάλλεστε σε τεστ για COVID-19, μπορεί να περάσουν κάποιες μέρες μέχρι να λάβετε το αποτέλεσμα. Επικοινωνήστε με τον ιατρό σας εάν αρρωστήσετε ή χρειαστείτε ιατρική περίθαλψη ενώ περιμένετε το αποτέλεσμα.

Οποιοσδήποτε υποπτεύεται ότι ενδέχεται να έχει μολυνθεί με κορωνοϊό θα πρέπει να εξετάζεται το συντομότερο δυνατόν. Τα πιο συχνά συμπτώματα είναι πυρετός, βήχας, πονοκέφαλος, πονόλαιμος, δύσπνοια ή απώλεια γεύσης ή όσφρησης. Ορισμένοι άνθρωποι εμφανίζουν πιο σοβαρά συμπτώματα και άλλοι ενδέχεται να μην συνειδητοποιήσουν πως έχουν μολυνθεί.

Θα πρέπει να υποβάλλεστε σε τεστ αν είστε σε καραντίνα, αν ειδοποιηθήκατε από την εφαρμογή Smittestopp ή αν ενδέχεται να έχετε εκτεθεί στη λοίμωξη.

Τι πρέπει να κάνετε ενώ περιμένετε για το αποτέλεσμα σας;

Οι περισσότεροι άνθρωποι που έχουν υποβληθεί σε τεστ πρέπει να παραμένουν στο σπίτι ή βρίσκονται ήδη σε καραντίνα, ενώ περιμένουν για το αποτέλεσμα. Δεν πρέπει να πάτε στη δουλειά ή στο σχολείο, δεν πρέπει να χρησιμοποιήσετε τα μέσα μαζικής μεταφοράς ή να επισκεφτείτε δημόσιους χώρους. Θα πρέπει να διατηρείτε φυσική απόσταση από όλους, συμπεριλαμβανομένων των ενηλίκων και των μεγαλύτερων παιδιών με τα οποία διαμένετε μαζί. Τα μικρά παιδιά πρέπει να λαμβάνουν την κανονική τους φροντίδα.

- **Εάν υποβληθήκατε σε τεστ επειδή αντιμετωπίζετε συμπτώματα κορωνοϊού**, τότε θα πρέπει να παραμείνετε στο σπίτι και να διατηρήσετε αποστάσεις από όλους ενόσω περιμένετε για το αποτέλεσμα του τεστ.
- **Εάν υποβληθήκατε σε τεστ επειδή έχετε βρεθεί κοντά σε κάποιον που έχει μολυνθεί από τον ιό ή αν ειδοποιηθήκατε από την εφαρμογή Smittestopp**, τότε θα πρέπει να παραμείνετε στο σπίτι ενώ περιμένετε για το αποτέλεσμα του τεστ.
- **Εάν είστε σε υποχρεωτική καραντίνα λόγω λοίμωξης**, τότε θα πρέπει να υποβληθείτε σε τεστ τόσο στο ξεκίνημα της καραντίνας όσο και προτού λήξει η καραντίνα. Η καραντίνα είναι υποχρεωτική βάσει νόμου και μπορεί να λάβετε πρόστιμο σε περίπτωση που δεν συμμορφωθείτε. Όσοι διαμένουν μαζί σας πρέπει να παραμείνουν σε καραντίνα αναμονής μέχρις ότου λάβετε αρνητικό αποτέλεσμα από το πρώτο τεστ. Θα πρέπει να παραμείνετε σε καραντίνα για αυτό το χρονικό διάστημα. Πρέπει να εξεταστείτε ξανά 7 ημέρες μετά την τελευταία σας επαφή με το μολυσμένο άτομο. Εάν το τεστ μετά από 7 ημέρες είναι αρνητικό, τότε η καραντίνα μπορεί να λήξει. Εάν δεν έχετε υποβληθεί σε τεστ, η καραντίνα διαρκεί 10 ημέρες μετά την τελευταία σας επαφή με το μολυσμένο άτομο. Εάν αντιμετωπίζετε συμπτώματα, θα πρέπει να υποβληθείτε ξανά σε τεστ.
- **Εάν είστε σε καραντίνα εισόδου** μετά την άφιξή σας στη Νορβηγία, θα πρέπει να υποβληθείτε σε τεστ και κατά την άφιξή σας και έπειτα από 7 ολόκληρες ημέρες. Τα τεστ και η καραντίνα είναι υποχρεωτικά βάσει νόμου και μπορεί να λάβετε πρόστιμο σε περίπτωση που δεν συμμορφωθείτε. Εάν το τεστ μετά από 7 ημέρες είναι αρνητικό, τότε η καραντίνα μπορεί να λήξει. Εάν διαμένετε με άλλους και δεν μπορείτε να διατηρήσετε φυσική

απόσταση από αυτούς, τότε θα πρέπει και αυτοί να παραμείνουν στο σπίτι όσο εσείς είστε σε καραντίνα. Εάν αναπτύξετε συμπτώματα, θα πρέπει να υποβληθείτε ξανά σε τεστ.

- **Εάν είστε σε υποχρεωτική καραντίνα και υποβληθήκατε σε τεστ επειδή έχετε συμπτώματα που σχετίζονται με τον κορωνοϊό**, θα πρέπει να ακολουθήσετε τους κανόνες απομόνωσης γιατί είναι πιθανό να έχετε COVID-19. Οι κανόνες απομόνωσης είναι αυστηρότεροι από τους κανόνες για την καραντίνα. Τα άτομα με τα οποία διαμένετε μαζί θα πρέπει να μπου σε καραντίνα μέχρις ότου λάβετε τα αποτελέσματα του πρώτου σας τεστ. Ενδέχεται να χρειαστεί να υποβληθούν σε τεστ και τα άτομα με τα οποία διαμένετε μαζί.
- **Εάν υποβληθήκατε σε τεστ, παρόλο που δεν είχατε συμπτώματα κορωνοϊού και δεν είχατε εκτεθεί σε λοίμωξη**, δεν χρειάζεται να μείνετε στο σπίτι μέχρις ότου λάβετε τα αποτελέσματα του τεστ. Αυτό ισχύει, για παράδειγμα, εάν κάνατε το τεστ επειδή συμμετέχετε σε ένα ερευνητικό έργο, θα επισκεφθείτε ένα ίδρυμα ή θα ταξιδέψετε.

Πώς θα λάβετε το αποτέλεσμα του τεστ σας

Μετά από περίπου 1–2 ημέρες, μπορείτε να μάθετε το αποτέλεσμά σας για το τεστ κορωνοϊού στη διεύθυνση Helsenorge.no (<https://www.helsenorge.no/en/test-results/>). Ορισμένες φορές μπορεί να χρειαστεί λίγο περισσότερος χρόνος.

Οποιοσδήποτε με αριθμό νορβηγικού δελτίου ταυτότητας ή αριθμό D που διαθέτει καταχωρισμένο αριθμό κινητού τηλεφώνου ή διεύθυνση email στα Στοιχεία επικοινωνίας («Kontaktinformasjon») στη διεύθυνση helsenorge.no θα ενημερώνεται με γραπτό μήνυμα ή email όταν θα είναι διαθέσιμο το αποτέλεσμα του. Εάν δεν διαθέτετε αριθμό νορβηγικού δελτίου ταυτότητας ή αριθμό D, θα πρέπει να επικοινωνήσετε με το κέντρο εξέτασης όπου υποβληθήκατε σε τεστ ή με τη γραμμή βοήθειας για τον κορωνοϊό στον δήμο σας για να λάβετε τα αποτελέσματά σας.

Εάν έχετε κορωνοϊό, το αποτέλεσμα θα φαίνεται ως θετικό ή επιβεβαιωμένο («positivt/råvist»). Εάν δεν έχετε κορωνοϊό, το αποτέλεσμα θα φαίνεται ως αρνητικό ή μη επιβεβαιωμένο («negativt/ikke råvist»).

Εάν το τεστ δείξει ότι έχετε κορωνοϊό (θετικό τεστ)

Εάν το τεστ δείξει ότι έχετε COVID-19 (κορωνοϊό), τότε πρέπει να απομονωθείτε. Θα σας καλέσει η ομάδα ιχνηλάτησης επαφών του δήμου σας.

Η ιχνηλάτηση επαφών είναι σημαντική για τον περιορισμό της εξάπλωσης της λοίμωξης. Ως εκ τούτου, όλες οι στενές σας επαφές (όλα τα άτομα με τα οποία διαμένετε μαζί και όλοι εκείνοι με τους οποίους έχετε έρθει σε στενή επαφή) θα πρέπει να μπου σε καραντίνα. Όλα τα παραπάνω άτομα θα πρέπει επίσης να υποβληθούν σε τεστ για κορωνοϊό.

Ο δήμος έχει καθήκον τήρησης εμπιστευτικότητας. Είναι σημαντικό να καταλαβαίνετε ο ένας τον άλλον, επομένως εάν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία, πρέπει να κάνετε ερωτήσεις. Μπορείτε να ζητήσετε διερμηνέα, εάν δυσκολεύεστε να κατανοήσετε τη γλώσσα. Η παροχή διερμηνέα είναι δωρεάν.

Εάν δεν έχετε τη δυνατότητα να διατηρήσετε αποστάσεις από τους ανθρώπους με τους οποίους διαμένετε μαζί όσο είστε σε απομόνωση, ο δήμος μπορεί να σας βοηθήσει να βρείτε ένα μέρος για να μείνετε.

Συμβουλές και κανόνες σχετικά με την καραντίνα και την απομόνωση

- Συμβουλές και κανόνες σχετικά με την καραντίνα και την απομόνωση:
<https://www.fhi.no/en/op/novel-coronavirus-facts-advice/facts-and-general-advice/social-distance-quarantine-and-isolation/>
- Οι συμβουλές και οι κανόνες σχετικά με την καραντίνα και την απομόνωση έχουν επίσης μεταφραστεί σε πολλές γλώσσες <https://www.fhi.no/en/op/novel-coronavirus-facts-advice/information-material/informasjon-different-languages/>
- Σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία, η παραβίαση των κανόνων απομόνωσης και καραντίνας μπορεί να συνιστά ποινικό αδίκημα.