

COVID-19 အတွက် စစ်ဆေးသွားမည့် ဓာတ်ခွဲခန်းနမူနာကို ယနေ့တွင် သင်က ထုတ်ပေးခဲ့သည်။ သင့်ရလဒ်များကို အီးမေးလ်ဖြင့် လက်ခံရရှိရန် တောင်းဆိုပါက သင့်ရလဒ်များ အသင့်ဖြစ်မည့် 2-3 ရက်အတွင်း အီးမေးလ်တစ်စောင်ကို လက်ခံရရှိပါမည်။ အွန်လိုင်းတွင် ဝင်ရောက်ပြီး သင့်ရလဒ်များ ရယူပါရန် အသိပေးမည့် အီးမေးလ်ကို လက်ခံရရှိမည်ဖြစ်ပြီး နောက်ပိုင်းတွင် သင့်ရလဒ်စာလွှာကိုလည်း ပုံနှိပ်ထုတ်နိုင်ပါမည်။ မေးလ်ဖြင့် သင့်ရလဒ်များကို ရရှိလိုပါက စစ်ဆေးခံရသည့် 7 ရက်အတွင်း စာလွှာကို လက်ခံရရှိပါမည်။

သင့်ရလဒ်များကို စောင့်ဆိုင်းနေစဉ် သင်ဘာလုပ်နိုင်ပါသလဲ။

သင့်တွင် COVID-19 ရှိသည်ဖြစ်စေ မရှိသည်ဖြစ်စေ သင်အမြဲလုပ်ရမည်မှာ-

- အပြင်၌ရှိချိန်တွင် အခြားလူများနှင့် 6 ပေ သို့မဟုတ် 2 မီတာခွာ၍ နေရမည်။
- အခြားလူများနှင့် အနီးကပ် ထိတွေ့မှုကို ရှောင်လွှဲမရနိုင်ပါက အဝတ်စုံနာခေါင်းစည်းကို ဝတ်ဆင်ပါ။
- ဆပ်ပြာနှင့် ရေတို့ဖြင့် သို့မဟုတ် ဆပ်ပြာနှင့် ရေမရနိုင်ပါက အရက်အခြေခံသည့် လက်သန့်ဆေးရည်ဖြင့် အနည်းဆုံး စက္ကန့် 20 ကြာ လက်ကို မကြာခဏ ဆေးကြောပါ။
- တံတောင် သို့မဟုတ် တစ်ရှူးဖြင့် အုပ်၍ နှာချေ ချောင်းဆိုးပြီး သုံးပြီးသော တစ်ရှူးများကို အမှိုက်ပုံးထဲ ပစ်ပါ။
- သင့်မျက်လုံး၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို ထိကိုင်ခြင်းအား ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- ထိကိုင်မှုများသည် မျက်နှာပြင်များနှင့် ပစ္စည်းများကို ပုံမှန် သန့်ရှင်းပြီး ပိုးသတ်ပါ။

သင့်စစ်ဆေးမှုရလဒ်များက ဘာကို ဆိုလိုပါသလဲ။

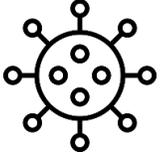
သင့်ရလဒ်များမှာ ပိုးမတွေ့ဖြစ်ပါက-

- COVID-19 ကူးစက်မှုကို ရပ်တန့်ရန် အထက်ပါ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး အဆင့်များကို ဆက်လက် အသုံးပြုပေးပါ။
- COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ စတင်ဖြစ်ပေါ်လာပါက သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်သူကို ချက်ချင်း ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ သင့်အား ထပ်မံ၍ စစ်ဆေးရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာများတွင် ပါဝင်သည်မှာ-
 - ဖျားခြင်း
 - ချောင်းဆိုးခြင်း
 - အသက်ရှူမဝခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ရှူရခက်ခြင်း
 - ချမ်းစိမ့်ခြင်း
 - ချမ်းစိမ့်၍ တုန်ယင်ခြင်း
 - ကြွက်သားနာခြင်း
 - ခေါင်းကိုက်ခြင်း
 - လည်ချောင်းနာခြင်း
 - အနံ့ သို့မဟုတ် အရသာ မရမှု အသစ်ဖြစ်ခြင်း
- **အောက်ပါတို့ကို မှတ်သားထားပါ-** သင်ကူးစက်ခံထားကြောင်း သို့မဟုတ် နေထိုင်မကောင်းကြောင်းကို ယနေ့ စစ်ဆေးမှုရလဒ်များက ယနေ့ပင် ဖော်ပြသွားပါမည်။ နောက်ပိုင်း စစ်ဆေးမှု၌ ပိုးတွေ့ရလဒ်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း ရှိနိုင်ပါသည်။ ကျန်းမာရေးဌာန၏ သွေးရည်ကြည် စိစစ်အကြံပြုရေးအဖွဲ့၏ စိစစ်ချက်အရ သွေးရည်ကြည်ဆိုင်ရာ (ပဋိပစ္စည်းဟုလည်း သိကြသည်) စစ်ဆေးမှုမှာ လူအများ၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်ချရသည့် အချက်အလက်များပေးရန် လိုလောက်စွာ တိကျမှုမရှိသေးကြောင်း သိရပါသည်။

သင့်ရလဒ်များမှာ ပိုးတွေ့ဖြစ်ပါက-

- သင့်ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်ပေးသူက သင်၏ ကုသမှုနှင့် ရောဂါလက္ခဏာများအတွက် ကုထုံးနှင့် ပတ်သက်၍ သင့်နှင့် ဆွေးနွေးပြောဆိုပါမည်။
- သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပေးသူနှင့် ဆွေးနွေးပြီးချိန်အထိ အိမ်မှာနေပါ။
- ကျန်းမာရေးဌာနက သင့်ကို နောက်ဆက်တွဲ မေးမြန်းပြီး သင်၏ပုံမှန်လုပ်ငန်းဆောင်တာများ ပြန်လုပ်နိုင်ချိန်ကို အသိပေးသွားပါမည်။ ၎င်းတို့က သင်၏အနီးကပ် အဆက်အသွယ်များအကြောင်းကိုလည်း သင့်အားပြောပြလိမ့်မည်။

နောက်ထပ် အချက်အလက်ကို healthvermont.gov/COVID-19 တွင် ရယူပါ။



Today you gave a specimen that will be tested for COVID-19. If you asked to receive your results by email, you will receive an email when your test results are ready, which is usually within 2-3 days. The email will prompt you to log in and get your results online where you may also print your results letter. If you asked to receive your results by mail, you will get a letter within 7 days of being tested.

What can you do while you wait for your results?

Whether you have COVID-19 or not, you should always:

- **Keep a 6-foot or 2-meter distance** from others when you are out.
- **Wear a cloth face mask** if you cannot avoid close contact with other people.
- **Wash your hands often** for at least 20 seconds with soap and water or use an alcohol-based hand sanitizer if soap and water are not available.
- **Cover your coughs and sneezes** with your sleeve or a tissue and throw the tissue in the trash.
- **Avoid touching your eyes, nose and mouth.**
- **Routinely clean and disinfect** frequently touched surfaces and objects.

What do your test results mean?

If your results are negative:

- Continue taking the prevention steps above to stop the spread of COVID-19.
- Call your health care provider right away if you start to have symptoms of COVID-19. You might need to be tested again. Symptoms include:
 - Fever
 - Cough
 - Shortness of breath or difficulty breathing
 - Chills
 - Repeated shaking with chills
 - Muscle pain
 - Headache
 - Sore throat
 - New loss of taste or smell
- **Remember: Results from today's test will tell you if you are infected or sick today.** It is possible that you could test positive in the future. Based on an analysis by the Health Department's Serology Working Group, serologic (also known as antibody) testing is not yet accurate enough to give individuals reliable information about their health.

If your results are positive:

- Your health care provider will talk to you about your care and treatment of any symptoms.
- Stay home until you speak with your health care provider.
- The Health Department will follow up with you and let you know when you can return to your regular activities. They will also talk to you about your close contacts.

Get more information at [healthvermont.gov/COVID-19](https://www.healthvermont.gov/COVID-19).