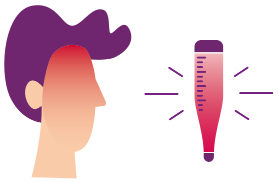
DEUCHAINN IS DÌON: IÙL CEUM AIR CHEUM

Tha cumail ris na ceuman seo deatamach gus dol an grèim ris a' choròna-bhìoras ann an Alba.

1



AITHNICH COMHARRAIDHEAN

Tha casadaich leantainneach às ùr, fiabhras, no call no atharrachadh air blaiseadh no fàileadh a' ciallachadh gum bu chòir tòiseachadh gun dàil air cumail air leth mar theaghlach.

2

IARR DEUCHAINN GUN DÀIL

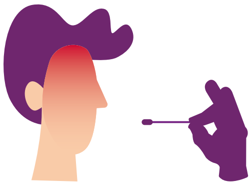
Tha e cudromach deuchainn fhaighinn cho luath is a ghabhas. Tadhail air **NHSinform.scot/test-and-protect** no cuir fòn gu **0800 028 2816** mura tèid agad air dol air-loidhne

3

CÙM AIR LETH

Cùm air leth fad 7 là bhon là a thòisich na comharraidhean, nas fhaide ma leanas am fiabhras air agus 48 uairean an dèidh dhan fhiabhras tighinn gu ceann. Bu chòir do dhaoine eile leis a bheil thu a' fuireach cumail air leth fad 14 là.

4



FAIGH DEUCHAINN

Nuair a bhios tu a' cumail air leth, cha bu chòir dhut an dachaigh fhàgail ach airson deuchainn fhaighinn.
Tha caochladh dhòighean ann gus seo fhaighinn.

5

FAIGH NA TORAIDHEAN

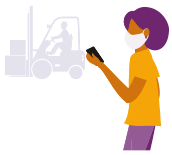
Bu chòir gum biodh iad leat an taobh a-staigh 48 uairean.

6

THOIR SEACHAD FIOSRACHADH

Ma bhios an coròna-bhìoras ort, cuiridh luchd lorg nan ceanglaichean aig NHS fios thugad a dh'fhaighneachd dhìot ann an dìomhaireachd cò ris a bha thu ann an ceangal dlùth o chionn ghoirid. Mura bheil am bìoras ort, faodaidh tu fhèin agus do theaghlach sgur a chumail air leth.

7



NHS A' CUR FIOS DHAN NEACH AN CEANGAL

Ma bhios an coròna-bhìoras ort, nì an NHS conaltradh ris na daoine ris an robh thu ann an ceangal dlùth. Cha tèid d' ainm a nochdadh nas lugha na bheir thu cead. Thèid an dàta gu lèir a ghleidheadh gu sàbhailte is gu tèarainte.

8

AN FHEADHAINN ANN AN CEANGAL DLÙTH A' CUMAIL AIR LETH

Thèid iarraidh orra cumail air leth fad 14 là bhon uair mu dheireadh a bha iad ann an ceangal riut.

9

TEAGHLACH AN NEACH ANN AN CEANGAL DLÙTH

Mura bheil comharraidhean air an neach ann an ceangal dlùth, cha leig daoine eile san teaghlach leas cumail air leth. Ma dh'fhàsas comharraidhean air an neach ann an ceangal dlùth, bu chòir dhaibh an stiùireadh seo a leantainn, a' tòiseachadh bho cheum 1.

Mura bheil taic agad bhon choimhearsnachd no bhon teaghlach agus tu feumach air taic dheatamach, cuir fòn dhan Loidhne-chuideachaidh Nàiseanta air **0800 111 4000** (Luan gu Aoine 9m gu 5f) no le fòn-teacsa air **0800 111 4114**. Tha an loidhne-chuideachaidh ann dhaibhsan nach urrainn an dachaigh aca fhàgail no an taic a tha dhìth orra fhaighinn ann an àiteigin eile.

Airson comhairle mu shlàinte an-dràsta agus fior eile mu sheirbheis Deuchainn is Dìon, tadhail air **NHSinform.scot/test-and-protect**

NHS SCOTLAND DEUCHAINN IS DÌON