

# JARIBIO LA KUJITUMIA COVID-19

Nyumbani | Vipimo vya COVID-19 | Chanjo ya COVID -19 | Pata maelezo zaidi katika [coronavirus.utah.edu](https://coronavirus.utah.edu) | Tuma barua pepe [campuscovidtesting@utah.edu](mailto:campuscovidtesting@utah.edu)

**Jaribio letu jipya la "kujihudumia" la mate hukuruhusu kufanya jaribio kwa wakati na mahali panapokufaa zaidi, kutema kwenye bomba na kulidondosha. Hakuna fidia katika muda wa kujibu kwa matokeo ya mtihani.**

Jaribio hili lisilolipishwa ni la *kitivo cha kutoonyesha dalili*, wafanyakazi, na wanafunzi waliojiandikisha katika Chuo Kikuu cha Utah (lazima uwe na kitambulisho cha Chuo Kikuu - UNID - na nenosiri ili uingie).

Ingawa saa na maeneo sasa yanafaa zaidi, tafadhali kumbuka kuwa sampuli zozote zilizotolewa baada ya saa 11 asubuhi siku ya Ijumaa hazitachukuliwa hadi Jumatatu asubuhi. Tunapendekeza sana utoe sampuli yako wakati wa siku ya kazi badala ya wikendi.

KUMBUKA:

- Ikiwa una *dalili*, au kama wewe ni mwanakaya ambaye hana UNID, au kama una ID na unapendelea tu kutembelea tovuti ya majaribio iliyowezeshwa, **bofya hapa** ili kuratibu miadi ya chuo kikuu.

**Niko tayari kuacha sampuli iliyokusanywa**

**REKODI YA MTIHANI**

[Tafadhali ingia kwa UNID na nenosiri lako](#), saina fomu ya idhini, thibitisha kwamba umekusanya kwa ufanisi, na uunganishe ID yako kwenye kit kabla ya kutoa sampuli.

**Je, ninaendeshaje mtihani wa kujihudumia?**

Tafadhali tazama video na ufuate maagizo hapa chini.

### VIDEO YA MAELEKEZO

- Tafadhali usije chuoni kujipima ikiwa una dalili za COVID. (Isipokuwa: Wahudumu wa U afya ambao wana dalili wanaweza kutembelea eneo la Maktaba ya Sayansi ya Afya ya Eccles kwa ajili ya kujipima.)
- Hakikisha usile au kunywa ndani ya dakika 30 baada ya kutoa sampuli ya mate
- Chukua vifaa vya majaribio katika eneo letu lolote la kuendesha gari
- Nenda mahali ambapo uko mbali na mtu mwingine yeyote
- Ondoa kifuniko cha machungwa kutoka kwenye jar na kuweka funnel juu.
- Kudondosha maji hadi bakuli ijae  $\frac{3}{4}$  ya njia (yaani, juu ya msimbopau mdogo)
- Mate yanapaswa kuwa wazi na yasiwe na viputo (ingawa viputo vingine vinaweza kupita alama  $\frac{3}{4}$ )
- Hakikisha kuwa sampuli ina mate tu na haina nyenzo nene (km phlegm, nk.)
- Inaweza kusaidia kuinua faneli kidogo ili kuruhusu mate kutulia.
- Unaweza kutumia toothpick kusaidia pop Bubbles na kusukuma mate chini
- Mara tu  $\frac{3}{4}$  ya njia imejaa, punguza kwa upole kofia ya chungwa nyuma ya jar na urudishe jar kwenye mfuko wa plastiki. Unaweza kutupa vitu vingine (ukurasa wa maagizo, kidole cha meno, faneli).
- Kamilisha sampuli yako ya usajili kwa kutembelea <https://meval.med.utah.edu/covidqtselself/>
- Weka bakuli iliyo na mate yako pekee kwenye mfuko wa plastiki na uidondoshe kwenye kisanduku chekundu katika sehemu zetu zozote za kuachia.

### **maeneo**

Tazama ramani na maeneo chini ya "Maeneo" kwenye tovuti hii:

<https://alert.utah.edu/covid/testing/selftest/>

### **Saa na nyakati za majibu**

- Unaweza kuchukua na kuacha sampuli kuanzia Jumatatu hadi Ijumaa wakati wowote ambapo biashara zilizoordheshwa hapo juu zimefunguliwa.
- MUHIMU: Ingawa saa na maeneo sasa ni rahisi zaidi, tafadhali kumbuka kuwa sampuli zozote zilizotolewa **baada ya 11 asubuhi siku ya Ijumaa**

**hazitachukuliwa hadi Jumatatu asubuhi. Tunapendekeza sana utoe sampuli yako wakati wa siku ya kazi badala ya wikendi.**

- Matokeo ya mtihani yatarejeshwa kwa anwani yako ya uMail ndani ya saa 12-48 baada ya kujifungua.