

# घर पर-लार परीक्षण कैसे लें - प्रतिलिपि

[जोश भरा संगीत]

[वर्णन] घर पर-लार परीक्षण कैसे लें

मिनेसोटा और वॉल्ट चिकित्सा सेवाओं ने राज्य में सभी के लिए, आपको बिना किसी लागत के, घर पर-लार परीक्षण की पेशकश की है।

जब आपका परीक्षण किट दिया जाता है, तो आपको एक ईमेल प्राप्त होगा जिससे आपको पता चल जाएगा कि आपका परीक्षण आ चुका है और आपको वॉल्ट की वेबसाइट की एक लिंक प्रदान की जाएगी। जल्द से जल्द अपना COVID-19 टेस्ट लें। यदि आपको COVID-19 है, तो जितना जल्दी आपको पता चलता है, उतनी ही जल्दी आप इसे दूसरों तक फैलने से रोकने के लिए कदम उठा सकते हैं।

घर पर-लार परीक्षण लेने के लिए, आपको वर्किंग कैमरे के साथ एक अच्छे इंटरनेट कनेक्शन और स्मार्ट फोन या लैपटॉप की आवश्यकता होगी।

परीक्षण लेने से 30 मिनट पहले कुछ भी न खाएं, न पिएं, धूम्रपान न करें या कुछ भी न चबाएं।

जब आप परीक्षण लेने के लिए तैयार हों, तो के परीक्षण के समय (रविवार-गुरुवार सुबह 7 बजे से लेकर शाम 7 बजे तक, शुक्रवार-शनिवार 7 बजे से लेकर शाम 5 बजे तक) को उनकी वेबसाइट पर लॉग ऑन करें। आपको अपॉइंटमेंट लेने की आवश्यकता नहीं है।

आप एक ऑनलाइन वेटिंग रूम में प्रवेश करेंगे। यदि बहुत से लोग उस दिन अपने घर पर-परीक्षण लें रहे हैं, तो आपको कुछ समय इंतजार करना पड़ सकता है। अभी परीक्षण न लें।

आप वीडियो से वॉल्ट के परीक्षण पर्यवेक्षक से जुड़ेंगे जो आपको परीक्षण कैसे लेना है यह बताएंगे। आप एक ट्यूब से जुड़ी फ़नल पर थूकेंगे। लार की आवश्यक मात्रा का उत्पादन होने में आमतौर पर 10-12 मिनट लगते हैं।

परीक्षण पर्यवेक्षक आपको बताएंगे कि अपना परीक्षण लैब में वापस भेजने के लिए कैसे पैक करें।

एक बार जब आपका परीक्षण पूरा हो जाता है और पूरी तरह से सील हो जाता है, तो आपके नमूने को लैब में शिप करने के लिए UPS ड्रॉप बॉक्स या UPS स्टोर में जल्द से जल्द प्रीपेड UPS पैकेज लाएं। UPS वेबसाइट पर एक लोकेटर टूल है जिसका उपयोग आप अपने पास के UPS ड्रॉप बॉक्स या स्टोर को खोजने के लिए कर सकते हैं।

लैब द्वारा अपना नमूना प्राप्त करने के 24 से 48 घंटों के भीतर आपको ईमेल द्वारा अपना परिणाम प्राप्त होना चाहिए।

यदि आपके कोई प्रश्न हैं, दुभाषिया की आवश्यकता है या आवास की आवश्यकता है, तो आपकी भाषा की आवश्यकता या सहायता के अनुरोध के साथ 800-800-5698 पर कॉल करें या [accessibility@vaulthealth.com](mailto:accessibility@vaulthealth.com) पर ईमेल करें। परीक्षण करने और हमारे समुदायों को सुरक्षित रखने में मदद करने के लिए धन्यवाद।

COVID-19 परीक्षण के बारे में अधिक जानकारी के लिए, [mn.gov/covid19](http://mn.gov/covid19) पर जाएं।

[जोश भरा संगीत]

Minnesota Department of Health  
Communications Office  
PO Box 64975  
St. Paul, MN 55164-0975  
651-201-4989  
[health.communications@state.mn.us](mailto:health.communications@state.mn.us)  
[www.health.state.mn.us](http://www.health.state.mn.us)

2/2/21 (Hindi)

एक अलग प्रारूप में इस जानकारी को प्राप्त करने के लिए, पर कॉल करें: 651-201-4989