

## آماده کردن جوانان برای آزمایش کووید-19

آزمایش کووید-19 در شناسایی زودهنگام ویروس SARS-CoV-2، که عامل عفونت کووید-19 است، موثر است. به منظور آموختن نحوه کمک به کاهش ترس های رایج مشاهده شده در کودکان سنین 5 تا 12 سال اطلاعات زیر را بررسی کنید.

### گفتگو کنید (گفتگو کردن سبب جلوگیری از غافلگیری و تشریح این فرآیند می شود)



- این آزمایش چیست و چرا به آن نیاز است.
- در جریان این آزمایش چه اتفاقی خواهد افتاد.
- کارکنان انجام دهنده آزمایش ممکن است چه ظاهری داشته باشند.
  - به کودک بگویید که پزشکان یا پرستاران ممکن است ماسک یا محافظ صورت بپوشند.
- محل انجام آزمایش (مانند درمانگاه پزشکی یا مدرسه).

### راحتی (راحتی فضای امنی را برای آزمایش ایجاد می کند)

- آرام باشید و به کودک کمک کنید در موقعیت راحتی قرار بگیرد.
  - برای سواب بینی، کودک را بغل کنید یا با حضور فیزیکی آرام و کلمات تسکین دهنده خود به او آرامش خاطر بدهید.
- بدون حرکت نگه داشتن و تغییر مرکز توجه کودک را تمرین کنید.
- کاری کنید که کودک چیز دیگری را برای تمرکز کردن روی آن انتخاب کند مثلاً یک ویدیو، موسیقی مورد علاقه یا اسباب بازی خاص. این استراتژی را قبل و در زمان انجام سواب بینی تمرین کنید تا فرآیند سریع و آسان انجام شود.



### در خانه بمانید (در خانه ماندن در کاهش سرعت گسترش کووید-19 موثر است)

- مراکز کنترل و پیشگیری بیماری (CDC) توصیه می کند که تا مشخص شدن نتیجه آزمایش از دیگران دوری کنید (یعنی قرنطینه) و از توصیه های یک ارائه دهنده مراقبت های بهداشتی یا یک متخصص سلامت عمومی پیروی کنید.
  - اگر نتیجه آزمایش کودک مثبت شد:
    - از توصیه های نظافت و ضد عفونی کردن CDC برای پیشگیری از گسترش کووید-19 پیروی کنید.
    - در صورت امکان، کودک و مراقب اصلی او باید در یک اتاق جداگانه یا نقطه دیگر از خانه و به دور از دیگر اعضای خانواده بمانند. همچنین آن ها باید از یک سرویس بهداشتی جداگانه نیز استفاده کنند.
    - سعی کنید تعداد افراد بزرگسالی را که از کودک مراقبت می کنند محدود کنید.



لطفاً جهت کسب اطلاعات بیشتر در خصوص آزمایش کووید-19، مراجعه کنید به:

[coronavirus-sd.com/testing](https://coronavirus-sd.com/testing)