



КРАТКОЕ РУКОВОДСТВО ПО ПРОВЕДЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ СО ВЗЯТИЕМ МАЗКА ИЗ НОСА

Что такое самостоятельное тестирование со взятием мазка из носа?

Это означает, что я самостоятельно выполняю взятие образца из носа.

- Тест позволяет определить, не болею ли я COVID-19.
- Его необходимо проводить достаточно часто: 1-2 раза в неделю.

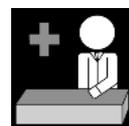


Для использования теста должны быть соблюдены такие условия:

- **Отсутствие симптомов болезни, таких как повышенная температура или головная боль.**
- Отсутствие контакта с больным человеком.



Если у меня есть симптомы болезни или я контактировал(а) с больным человеком, мне необходимо обратиться в лабораторию для проведения ПЦР-теста или приобрести экспресс-тест на антиген в аптеке.



Как самостоятельно провести тест со взятием мазка из носа?

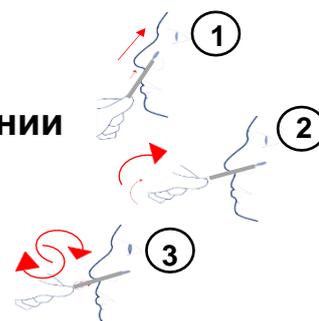
Шаг 1.

- Я мою руки с мылом или обрабатываю антисептическим средством.
- Все элементы диагностического набора необходимо вынуть из коробки и положить на тщательно очищенную ровную поверхность.



Шаг 2.

- Я ввожу зонд-тампон в ноздрю в вертикальном положении на 2-3 сантиметра.
- Аккуратно перевожу зонд-тампон в горизонтальное положение.



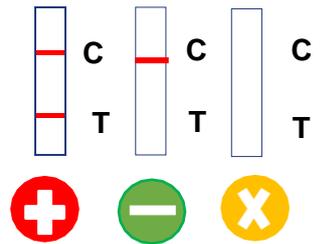
Я останавливаюсь, почувствовав легкое сопротивление.

- Я проворачиваю зонд-тампон в ноздре.

Шаг 3.

Теперь мне нужно посмотреть результаты теста на кассете.

- 2 цветные полоски напротив **C** и **T**: тест положительный
- 1 цветная полоска напротив **C**: тест отрицательный
- Ни одной цветной полоски: необходимо переделать тест.



Шаг 4.

- Я выбрасываю все в мусорное ведро и мою руки.



Тест показал положительный результат. Что делать?

Необходимо сразу сделать ПЦР-тест (с карточкой медицинского страхования это бесплатно)



Я самоизолируюсь, чтобы не подвергать опасности других людей

- Мне также необходимо предупредить людей из ближайшего окружения, чтобы они самоизолировались и также сделали тест.
- Мне необходимо предупредить людей, с которыми я контактировал(а).
- Я самоизолируюсь на 10 дней после проведения теста.



Я обращаюсь к своему лечащему врачу. Он подскажет, как действовать дальше.

Я слежу за самочувствием и ищу информацию на сайте:

mesconseilscovid.fr



Если тяжело дышать, есть одышка, следует немедленно вызвать скорую помощь по номеру 15 (или 114 для людей с нарушениями слуха).

Я строго соблюдаю меры предосторожности в течение 7 дней после завершения самоизоляции.



Тест показал отрицательный результат. Что делать?

Я продолжаю соблюдать меры предосторожности.

В случае сомнений или проявления симптомов я делаю ПЦР-тест или тест на антиген.



Я ищу информацию на сайте <https://solidarites-sante.gouv.fr/autotests-covid-19>