

Коли тестуватись?

Пройдіть самотестування:

- Якщо у вас є симптоми, але ви не вразлива людина.
- Якщо у вас немає симптомів, але ви плануєте відвідати когось або у вас є гості.
- Якщо у вас немає симптомів і ви маєте намір відвідати місце, де багато людей.

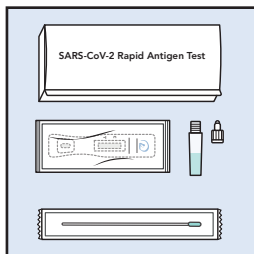
Зверніть увагу: самотестування менш надійне, ніж тест Муніципальної служби охорони здоров'я. У разі появи симптомів ви завжди можете записатися на прийом до Муніципальної служби охорони здоров'я.

Завжди виконуйте тест за допомогою Муніципальної служби охорони здоров'я:

- Якщо у вас є симптоми і ви є вразливою людиною.
- Коли ви контактуєте з вразливими людьми.
- Якщо ви контактували з кимось із COVID.
- Якщо ви повертаєтесь з району з високим ризиком зараження COVID.

Запишіться на прийом до Муніципальної служби охорони здоров'я за номером 0800-1202 або на сайті www.coronatest.nl.

Як зробити самотестування: Прочитайте це просте пояснення щодо процедури самотестування.



Крок 1: Відкрийте упаковку

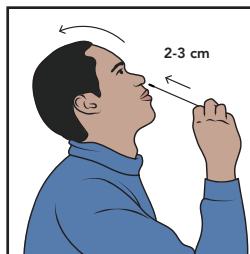
Вміст пакета:

- Ватний тампон
- Пробірка з рідиною
- Тест-смужка
- Листівка-вкладиш з описом продукту



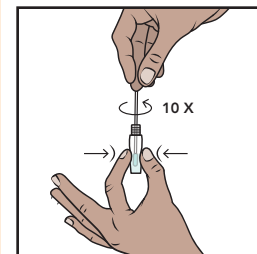
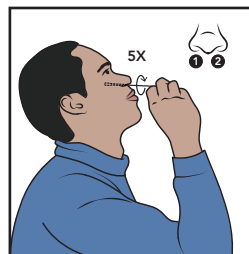
Крок 2: Підготуйтеся заздалегідь

- Висякайте ніс
- Вимийте руки з милом і водою. Витріть руки чистим рушником



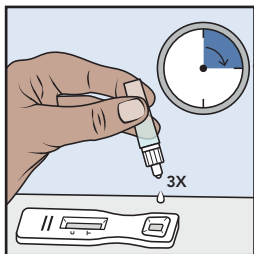
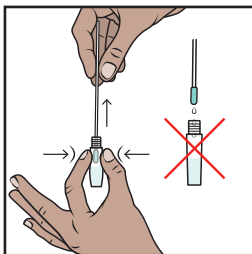
Крок 3: Зробіть тест

- Сядьте прямо. Закиньте голову трохи назад.
- Вставте тампон в ніздрю, поки не відчуєте опір.
- Це приблизно 2-3 сантиметри.



Крок 4: Підготуйте тест

- Зніміть кришку з пробірки.
- Вставте тампон в пробірку.
- Акуратно стисніть дно пробірки, щоб переконатися, що ватний тампон належним чином насичений.
- Покрутіть тампон 10 разів у пробірці.



- Стисніть пробірку і дістаньте тампон.

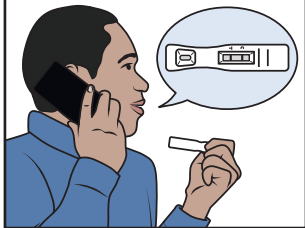
- Встановіть кришку на пробірку. Відламайте кінчик
- Нанесіть 3 краплі з пробірки на тест-смужку.
- Почекайте 15 хвилин.



Крок 5: Перегляньте результати

- **Немає смужок:** тест не виконано. Пройдіть ще один тест.
- **1 смужка:** COVID не виявлено (негативний)
- **2 смужки:** виявлено COVID (позитивний)
Тепер вам слід негайно піти в ізоляцію і записатися на тест до Муніципальної служби охорони здоров'я.

0800 1202



Результат тесту позитивний?

1. Запишіться на прийом до Муніципальної служби охорони здоров'я за номером 0800 1202 або на сайті www.coronatest.nl.
2. Ви повинні ізолюватися.

Що таке ізоляція?

- Ви тримаєтеся на дистанції від інших, у тому числі від сусідів.
- Ви нікого не відвідуєте. І ніхто вас не відвідує. Навіть якщо тримати 1,5 метра один від одного.
- Ви не виходите з дому і не бігаєте по справах.

Результат тесту негативний?

Самотестування не завжди надійне. Чи є у вас якісь симптоми? Повторіть тест наступного дня. Ви не впевнені чи ваші симптоми погіршуються? Пройдіть тестування за допомогою Муніципальної служби охорони здоров'я. Завжди дотримуйтесь заходів.