



HM Government

NHS

Test and Trace

Ghidul dvs. pas cu pas pentru autotestarea COVID-19



Parcurgeți cu atenție și integral acest ghid înainte de a începe testul.

Acest ghid explică cum să vă testați pe dvs. sau o altă persoană pentru depistarea virusului (COVID-19) și să raportați rezultatele către NHS.

Pentru mai mult suport, accesați www.gov.uk/covid19-self-test-help, unde veți găsi inclusiv tutoriale video și instrucțiuni în alte limbi.

Despre test

Multe persoane infectate cu COVID-19 au simptome ușoare sau sunt chiar asimptomatice, însă pot răspândi virusul. Printr-o autotestare regulată, putem încetini răspândirea virusului și ajuta la protejarea celor mai vulnerabili din familiile și comunitățile noastre.

Auto-testul COVID-19 al Departamentului de Sănătate și Asistență Socială (DHSC) (Testul rapid pentru depistarea antigenelor) este un test de recoltare exudat pentru a verifica dacă aveți coronavirus contagios (COVID-19).

Frecvența necesară de testare poate varia în funcție de situația dvs. și de recomandările curente naționale sau locale.

Acest test poate fi utilizat pe următoarele categorii de persoane:

Adulți cu vârsta peste 18 ani: Auto-testare și raportare, cu asistență, dacă este necesar.

Adolescenți cu vârsta cuprinsă între 12 și 17 ani: Auto-testare și raportare sub supravegherea adulților. Adultul poate efectua testul, dacă este necesar.

Copii sub 12 ani: Copiii sub 12 ani trebuie testați de un adult. **Nu faceți testul dacă nu vă simțiți suficient de încrezători pentru a testa un copil.** Nu continuați testul dacă copilul simte durere.

Vă rugăm să consultați pagina 11 pentru sfaturi despre cum să testați un copil.

Instrucțiuni și ajutor în contextul coronavirus (COVID-19)

Dacă aveți simptome de infecție cu coronavirus COVID-19 sau ați contractat coronavirus (COVID-19), vă rugăm să consultați instrucțiunile NHS online: www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19

Dacă aveți simptome de coronavirus (COVID-19) și starea dvs. se agravează, sau nu se ameliorează după 7 zile, utilizați serviciul NHS online dedicat coronavirusului **111** www.111.nhs.uk. Dacă nu aveți acces la internet, sunați la NHS **111**. Pentru apeluri medicale de urgență, sunați la **999**.

Nu întârziați să solicitați ajutor dacă sunteți îngrijorat/ă. Aveți încredere în instinctele dvs.

Instrucțiuni generale și avertismente

Utilizați un set de testare separat pentru fiecare persoană testată. Componentele setului de testare sunt de unică folosință. A nu se reutiliza. Va trebui să raportați rezultatul fiecărei persoane testate.

Dacă aveți probleme cu mâinile sau cu vederea, este posibil să aveți nevoie de cineva care să vă ajute în procesul de recoltare și testare.

Dacă aveți piercing într-o nară, recoltați exudatul din cealaltă nară. Dacă aveți piercing în ambele nări, îndepărtați piercing-ul dintr-o nară înainte de recoltare.

Dacă ați avut o sângerare nazală în ultimele 24 de ore, folosiți cealaltă nară pentru recoltare sau așteptați 24 de ore.

Nu mâncați sau beți timp de cel puțin 30 de minute înainte de a efectua testul pentru a reduce riscul de invalidare a testului.

Aceste seturi sunt concepute exclusiv pentru uz uman.

Dacă urmați cu atenție prezentele instrucțiuni, vă veți asigura că obțineți un rezultat corect.



Dacă există un motiv pentru care nu puteți recolta exudatul din gât, de exemplu, dacă ați fost supus unei traheostomii, recoltați exudatul din ambele nări.

Ce trebuie să faceți

Este foarte important să citiți instrucțiunile și să urmați pașii în ordinea corectă. **Fiecare test necesită aproximativ 15 minute de pregătire, iar rezultatele vor fi gata după alte 30 de minute.**

- 1 Pregătiți zona de testare și verificați conținutul setului de testare Pagina 6
- 2 Pregătirea testului Pagina 8
- 3 Recoltarea exudatului Pagina 10
- 4 Procesarea exudatului Pagina 12
- 5 Interpretarea rezultatului Pagina 14
- 6 Raportarea rezultatului Pagina 15
- 7 Eliminarea în siguranță a setului de testare Pagina 17

A se păstra setul de testare la temperatura camerei sau într-un loc răcoros și uscat (temperaturi între 2°C și 30°C). A nu se expune la lumina directă a soarelui și a nu se păstra în frigider sau în congelator.

Setul trebuie utilizat la temperatura camerei (temperaturi între 15°C și 30°C). Dacă setul a fost păstrat într-o zonă răcoroasă (sub 15°C), lăsați-l la temperatura normală a camerei timp de 30 de minute înainte de utilizare.

A nu se lăsa la îndemâna copiilor.

1. Pregătiți zona de testare și verificați conținutul setului de testare

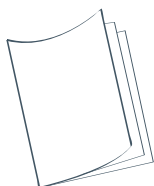


Nu mâncați sau beți timp de cel puțin 30 de minute înainte de a efectua testul pentru a reduce riscul de invalidare a testului.



Veți avea nevoie de: un ceas de mână (sau un ceas de perete), șervețele, o oglindă și dezinfectant de mâini sau apă caldă și săpun.

1



Citiți cu atenție acest ghid de utilizare.

Urmăriți un tutorial online pentru a descoperi cum se recoltează un exudat la:

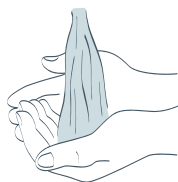
www.gov.uk/covid19-self-test-help

2



Eliberați, curățați și uscați o suprafață plană înainte de începerea testului.

3

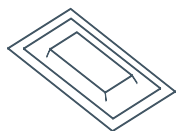


Spălați-vă bine pe mâini timp de 20 de secunde cu apă caldă și săpun sau cu dezinfectant de mâini. Trebuie luată această măsură pentru a nu contamina setul de testare.

Dacă faceți mai mult de un test, curățați suprafața și spălați-vă din nou pe mâini între teste.

4

Verificați conținutul setului. Asigurați-vă că nicio componentă a setului nu este deteriorată sau ruptă.



Bandă de testare în ambalaj sigilat



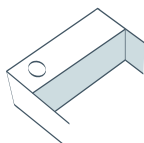
Bețișor de testare în ambalaj sigilat



Plic recoltare cu protecție



Recipient recoltare



Suport recipient recoltare (atașat la cutie)



Sac de gunoi din plastic



Nu utilizați banda de testare dacă ambalajul sigilat este deteriorat.

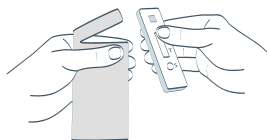
Componente deteriorate, rupte sau lipsă? Dacă observați componente deteriorate, rupte, lipsă sau dificil de utilizat în set, **nu utilizați setul**. Dacă doriți să oferiți păreri cu privire la aceste probleme, vă rugăm să sunați la centrul de contact pentru clienți. Liniile sunt deschise în fiecare zi, între orele 07:00 și 23:00.

- Anglia, Țara Galilor, Irlanda de Nord: **119** (gratuit de pe telefoane mobile și fixe)
- Scoția: **0300 303 2713** (taxat la tariful standard în rețea)

Dacă v-ați rănit sau a avut o reacție adversă în urma utilizării acestui set, raportați problema pe website-ul Coronavirus Yellow Card: <https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk>

2. Pregătirea testului

5



Scoateți banda de testare din ambalajul sigilat și așezați-o pe suprafața plană curățată în prealabil. Faceți testul în maxim 30 de minute de la deschiderea setului.



Eliminați în siguranță sacul de gunoi și ambalajul desicant la coșul de gunoi menajer.

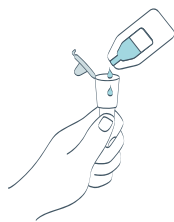
6



Răsuciți cu grijă sau rupeți sigiliul de pe plic.

Deschideți plicul în direcția opusă feței și aveți grijă să nu vărsați lichidul.

7

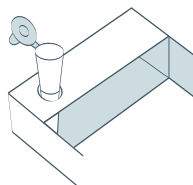


Deschideți recipientul pentru recoltare și stoarceți ușor tot lichidul din plicul cu protecție în recipientul de recoltare.

Evitați contactul dintre plic și recipient.

Puneți plicul de recoltare cu protecție în sacul de gunoi din plastic furnizat.

8



Așezați recipientul plin în suportul său (atașat în cutie) pentru a evita vărsarea lichidului.

De asemenea, puteți utiliza o ceșcuță ca suport pentru recipientul pentru recoltare.

9



Suflați-vă ușor nasul într-un șervețel și aruncați-l într-un coș de gunoi închis. Dacă testați un copil, ajutați-l să-și sufle nasul.

Această măsură este necesară pentru a elimina excesul de mucus.

10



Spălați-vă bine pe mâini din nou, timp de 20 de secunde cu apă caldă și săpun (sau cu dezinfectant de mâini).

Dacă efectuați testul pe o altă persoană, trebuie ca ambele persoane să se spele sau să se dezinfecteze pe mâini din nou.

11

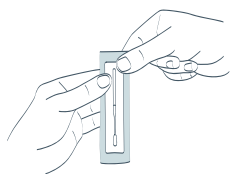


Vârf moale

Mâner

Găsiți bețișorul de testare în ambalajul sigilat din fața dvs. Identificați vârful moale al bețișorului de testare.

12



Deschideți ambalajul bețișorului de testare când sunteți gata să faceți testul și scoateți bețișorul cu grijă. Acesta va fi folosit atât pentru gât, cât și pentru nas.



Nu atingeți niciodată vârful moale al bețișorului cu mâinile.

3. Recoltarea exudatului



Nu atingeți limba, dinții, interiorul obrazilor, gingiile sau orice alte suprafețe cu vârful moale al bețișorului de testare. Dacă vârful bețișorului atinge orice alt obiect, exudatul va fi compromis.

Nu atingeți niciodată vârful moale cu mâinile.

Recoltarea exudatului poate cauza reflex faringian și disconfort minor, însă nu ar trebui să doară.

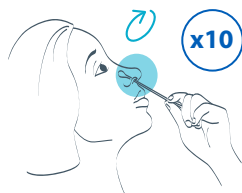
Dacă testați un copil sub 12 ani sau o persoană care necesită asistență, urmați pașii de la pagina 11

13



Ținând bețișorul între degete, deschideți gura larg și apoi treceți vârful moale ale bețișorului peste ambele amigdalele (sau peste locul în care ar fi fost acestea, dacă nu ar fi fost scoase). Faceți acest lucru apăsând ferm de 4 ori pe fiecare parte (utilizați o lanternă sau o oglindă ca ajutor). Scoateți cu grijă bețișorul din partea din spate a gâtului.

14



Introduceți același bețișor ușor într-o nară până când simțiți o ușoară rezistență (aproximativ 2,5cm în nas).

Rotiți bețișorul ferm în interiorul nării, trasând 10 cercuri complete.

Această mișcare poate provoca o senzație de disconfort. Nu introduceți bețișorul mai adânc dacă întâmpinați o rezistență puternică sau simțiți durere.

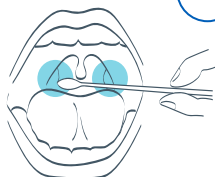
Testarea unui copil

Copiii sub 12 ani trebuie testați de un adult. Urmați instrucțiunile de mai jos pentru pregătirea și testarea unui copil. Puteți viziona un tutorial la www.gov.uk/covid19-self-test-help

Arătați copilului setul de testare și explicați-i procedura. Dacă este posibil, așezați copilul în brațele cuiva sau rugați pe cineva să îl țină de mână.

Rugați copilul să-și sufle nasul și să tușească într-un șervețel. Aruncă șervețelul într-un coș de gunoi închis. Rugați copilul să deschidă gura cât de larg poate și să spună „aaaaa” (acest lucru vă va ajuta să vedeți amigdalele mai bine) cât de mult poate în timp ce recoltați exudatul din zona amigdalelor (sau din zona în care ar fi fost amigdalele, dacă nu ar fi fost scoase).

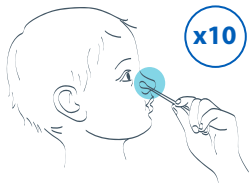
13



x4

Țineți bețișorul ferm și rugați copilul să deschidă gura larg și să dea capul pe spate. Treceți vârful moale al bețișorului peste ambele amigdalele (sau peste locul în care ar fi fost acestea, dacă nu ar fi fost scoase). Faceți acest lucru apăsând ferm de 4 ori pe fiecare parte. Scoateți cu grijă bețișorul.

14



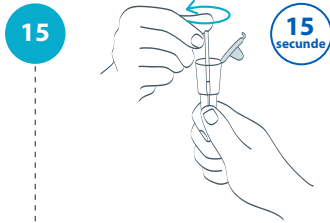
x10

Introduceți același bețișor ușor **într-o nară** până când simțiți o ușoară rezistență. **Rotiți bețișorul ferm în interiorul nării, trasând 10 cercuri complete și scoateți-l încet.**

Dacă nu ați recoltat exudat din zona amigdalelor, recoltați exudat din ambele nări, trasând 10 cercuri complete în fiecare nară.

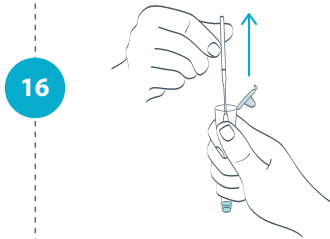
Pentru îndrumări suplimentare despre infecția cu COVID-19 la copii accesați: www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms/coronavirus-in-children/

4. Procesarea exudatului



Apucați recipientul pentru recoltare și introduceți vârful moale al bețișorului în recipient, asigurându-vă că este cufundat în lichid.

Apăsați vârful de marginea recipientului cu putere, în timp ce îl rotiți în recipient timp de 15 secunde. Acest lucru ajută la transferarea exudatului în lichid.

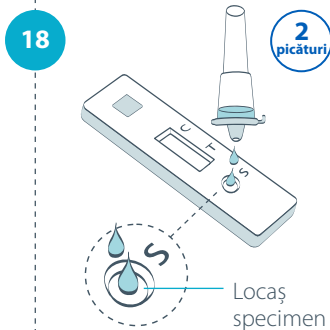


Loviți ușor recipientul de bețișor în timp ce scoateți bețișorul. Asigurați-vă că ați scurs tot lichidul din vârful moale al bețișorului.

Puneți bețișorul în sacul de gunoi din plastic furnizat.



Strângeți bine capacul recipientului pentru recoltare pentru a evita scurgerile.



Stoarceți ușor recipientul pentru recoltare pentru a transfera 2 picături de lichid în locașul pentru specimen (S) de pe banda de testare.

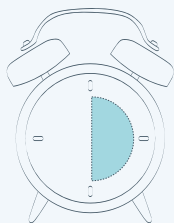
Asigurați-vă că stoarceți lichid și nu o bulă de aer.

Puneți recipientul pentru recoltare în sacul de gunoi de plastic laolaltă cu bețișorul.



Asigurați-vă că așezați banda de testare pe o suprafață plană. Nu mișcați banda în timpul testului.

19



Verificați ora și setați un cronometru dacă aveți unul la îndemână. Așteptați 30 de minute înainte de a verifica rezultatul.

Este foarte important să așteptați 30 de minute înainte de a verifica rezultatul.

După primele 20 de minute, testul poate afișa un rezultat pozitiv în orice moment, însă trebuie să așteptați 30 de minute pentru a înregistra un rezultat negativ, deoarece linia de testare (T) poate fi afișată mai târziu.

Aflați cum să interpretați și să raportați rezultatul pe pagina următoare.

5. Interpretarea rezultatului

Veți observa afișarea liniei de control (C) după aproximativ 4 minute. Trebuie să așteptați 30 de minute pentru rezultatul final.



Nu permiteți procesarea specimenului mai mult de 30 de minute, deoarece acest lucru va invalida rezultatul.



Rezultat negativ

O linie lângă C indică faptul că testul este negativ.



Rezultat pozitiv

Două linii, una lângă C și una lângă T, chiar și liniile de-abia vizibile, indică faptul că testul este pozitiv. Trebuie să raportați rezultatul testului către NHS, vă rugăm să consultați **pagina 15** pentru instrucțiuni despre cum să faceți acest lucru.



În cazul în care rezultatul testului este pozitiv, dvs. și persoanele cu care locuiți trebuie să vă autoizolați, conform normelor guvernamentale.



Rezultat invalid

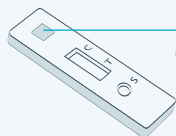
Nicio linie sau o linie lângă T indică faptul că testul nu este valid.

Raportați rezultatul pentru a primi instrucțiuni (consultați pagina 15).

6. Raportarea rezultatului

Trebuie să raportați rezultatele către NHS.

Raportați rezultatul, pentru ca NHS să poată monitoriza răspândirea virusului, să sprijine comunitățile din Marea Britanie, să combată virusul și să salveze vieți. De asemenea, puteți afla mai multe despre rezultat și despre ce trebuie să faceți.



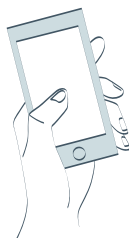
Cod QR

Aveți nevoie de codul QR sau de numărul de identificare de sub el, de pe banda de testare pentru a raporta rezultatul.



Raportați online (cea mai rapidă cale)

Vizitați: www.gov.uk/report-covid19-result



Sau **raportați telefonic**

Liniile sunt deschise în fiecare zi, între orele 07:00 și 23:00.

Anglia, Țara Galilor și Irlanda de Nord: **119**
(gratuit de pe telefoane mobile și fixe)

Scoția: **0300 303 2713**
(taxat la tariful dvs. standard de rețea)

Cum să interpretați rezultatele

Rezultat pozitiv

Dacă testul afișează un **rezultat pozitiv**, sunteți în prezent infectat/ă cu coronavirus și riscați să transmiteți virusul și altora. Când raportați rezultatul, vi se vor furniza informații suplimentare cu privire la pașii pe care trebuie să îi urmați.

Vă rugăm să rețineți că rezultatele dvs. vor fi identificate ca rezultate LFD (test efectuat cu dispozitiv de flux lateral) în SMS-ul pe care îl veți primi.



Dvs., persoanele care locuiesc cu dvs. și cele din grupul dvs. de sprijin, trebuie să vă auto-izolați în conformitate cu instrucțiunile naționale și locale curente, care pot fi găsite la www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/

Rezultat negativ

Dacă testul afișează un **rezultat negativ**, este posibil să nu fi fost contagios la momentul efectuării testului. Însă, un rezultat negativ al testului nu este o garanție că nu aveți coronavirus.

Dacă rezultatul testului este negativ, **trebuie** să respectați în continuare normele și recomandările locale și naționale, inclusiv spălătul regulat pe mâini, distanțarea socială și purtatul măștilor de protecție, dacă este necesar.

Dacă aveți simptome precum temperatură ridicată, tuse recentă, constantă sau pierderea sau alterarea simțului gustului sau mirosului, dvs. și persoanele care locuiesc cu dvs. trebuie să vă autoizolați și să solicitați un alt test pe www.gov.uk/get-coronavirus-test sau prin apel telefonic la centrul de contact cu clienții. Liniile sunt deschise zilnic, între orele 07:00 și 23:00.

- Anglia, Țara Galilor, Irlanda de Nord: **119** (gratuit de pe telefoane mobile și fixe)
- Scoția: **0300 303 2713** (taxat la tariful standard în rețea)

Rezultat invalid

Dacă testul afișează un **rezultat invalid**, testul nu a fost efectuat corect. Trebuie să repetați testul. Folosiți un nou set de testare, însă nu reutilizați componentele primului set.

Dacă nu aveți un alt test disponibil, puteți rezerva un alt tip de test prin intermediul aplicației NHS COVID-19, vizitând www.gov.uk/get-coronavirus-test sau sunând la centrul de contact cu clienții. Liniile sunt deschise în fiecare zi, între orele 07:00 și 23:00.

- Anglia, Țara Galilor, Irlanda de Nord: **119** (gratuit de pe telefoane mobile și fixe)
- Scoția: **0300 303 2713** (taxat la tariful standard în rețea)

Acuratețea testului

Este mai probabil ca testul să indice un rezultat pozitiv dacă cineva prezintă nivele ridicate de infecție cu coronavirus (COVID-19).

Aceasta înseamnă că șansele de depistare a infecției sunt mai mari la persoane contagioase la momentul testării, care trebuie să se auto-izoleze imediat.

7. Eliminarea în siguranță a setului de testare

După finalizarea testului, **puneți tot conținutul setului de testare folosit în sacul de gunoi furnizat**. Puneți sacul de gunoi în coșul de gunoi menajer.

Setul dvs. conține următoarele articole

Articole	Pachet de 3	Pachet de 7
Instrucțiuni de utilizare (prezentul document)	1	1
Suport recipient recoltare	1	1
Benzi de testare în ambalaj sigilat	3	7
Plicuri recoltare cu protecție	3	7
Recipiente recoltare	3	7
Bețișoare de testare în ambalaj sigilat	3	7
Saci de gunoi	3	7

Furnizarea acestui dispozitiv este permisă numai ca parte a implementării DHSC în cadrul programului NHS Test and Trace.



Fabricant: Departamentul de sănătate și asistență socială, 39 Victoria Street, Westminster, London, SW1 0EU.

Fabricat sub contract cu DHSC de: Xiamen Biotime Biotechnology Co Ltd, 2F/3F/4F, No. 188, Pingcheng South Road, Haicang Street, Haicang District, Xiamen, Fujian, 361026, P. R. China.

Legendă



A se păstra la
2 – 30°C



Sterilizat cu
ajutorul oxidului
de etilenă



Fabricant



Nu utilizați
produsul dacă
ambalajul este
deteriorat



Număr lot



Expiră la



Dispozitiv medical
de diagnosticare
in vitro



A nu se expune
la lumina soarelui



Data de
fabricație



A nu se reutiliza



Avertisment,
vă rugăm să
consultați
instrucțiunile



A se păstra uscat



Consultați
instrucțiunile
de utilizare

Toate informațiile și imaginile din prezentul document sunt corecte începând cu 15 ianuarie 2021.

Versiunea 1.3.1