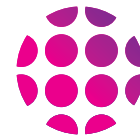




Australian Government



PHLN

Public Health Laboratory Network

## КАК САМОМУ ВЗЯТЬ У СЕБЯ ПРОБУ ДЛЯ ТЕСТА НА COVID-19

В этом руководстве поясняется, как использовать тампон для взятия проб из дыхательных путей из горла и носа для тестирования. Вы должны самостоятельно собирать пробы только в том случае, если вас об этом попросит врач, клиника тестирования или центр сбора.

Лаборатория общественного здравоохранения (Public Health Laboratory Network – PHLN) подготовила это руководство, чтобы вам помочь в этом процессе.

### 1

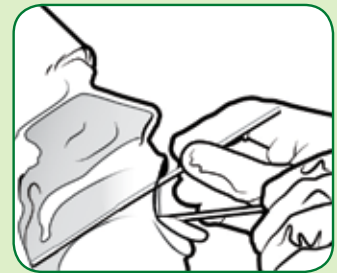
#### Подготовка

- Используйте один и тот же тампон для горла и носа. Ваш врач или поставщик медицинских услуг предоставит вам тампон.
- Вымойте или продезинфицируйте руки до и после сбора пробы.
- Приготовьте депрессор языка (плоский, тонкий кусок дерева как палочка для мороженого) и зеркало.

### 2

#### Мазок из горла

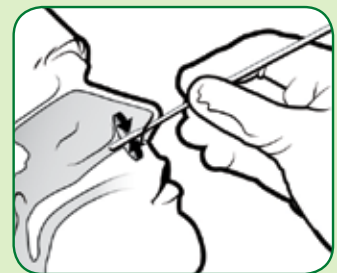
- Выньте пробирку из пакета, открутите крышку и поставьте пробирку на устойчивую поверхность.
- Вытащите тампон из пакета. Не прикасайтесь к мягкому наконечнику.
- Откиньте голову назад перед зеркалом и высуньте язык. Используйте депрессор языка, чтобы удерживать заднюю часть языка. Вы должны видеть свои миндалины.
- Не касаясь края рта или языка, аккуратно поскребите заднюю часть горла и миндалины.
- Вытащите тампон, не касаясь других частей своего рта.



### 3

#### Возьмите мазок из обеих ноздрей

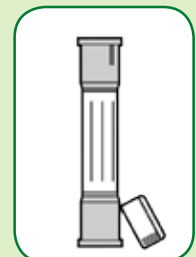
- Вставьте мягкий наконечник того же тампона в первую ноздрю на 2–3 см (или пока не почувствуете сопротивление). Убедитесь, что тампон проходит горизонтально вдоль нижней части ноздри.
- Аккуратно поверните тампон несколько раз.
- Повторите те же действия с другой ноздрей.
- Никуда не кладите тампон.



### 4

#### Упаковка и доставка образца

- Осторожно вставьте тампон мягким кончиком вперед в пробирку. Для некоторых наборов для тестирования вам понадобится отсоединить кончик тампона. На самом тампоне будет показано, где нужно отсоединять. В руководстве по обращению с комплектом тестирования будет сообщено, если вам нужно это сделать. Надежно завинтите крышку пробирки, чтобы не было утечки.
- Вымойте или продезинфицируйте руки.
- Напишите свои данные на этикетке на пробирке, в графе «тип пробы» напишите 'self-collection' («самосбор»).
- Отнесите пробу своему врачу или поставщику медицинских услуг, следуя их советам о том, как доставить пробу.



Лаборатория общественного здравоохранения (PHLN) опубликовала подробное руководство по сбору проб для тестирования на SARS-CoV-2 (вирус, вызывающий COVID-19). Это руководство размещено на [веб-сайте Министерства здравоохранения](https://www.cdc.gov/flu/professionals/diagnosis/index.htm).

Рисунки взяты с сайта: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/diagnosis/index.htm>