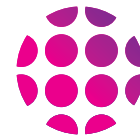




Australian Government



PHLN

Public Health Laboratory Network

CUM SĂ AUTO-COLECTAȚI COVID-19 PE UN TAMPON

Acest ghid vă arată cum să folosiți un tampon pentru a colecta o probă de respirație din gâtul și nasul dvs. pentru testare. Tebuie să colectați o probă numai dacă un medic, o clinică de testare sau un centru de colectare vă solicită aceasta.

Rețeaua Laboratoarelor de Sănătate Publică (PHLN) a pregătit acest ghid pentru a vă ajuta.

1

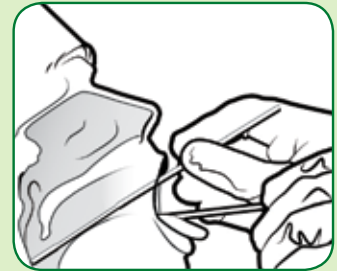
Pregătire

- Folosiți același tampon pentru gâtul și nasul dvs. Medicul sau furnizorul de servicii de sănătate vă va oferi tamponul.
- Spălați-vă sau dezinfectați-vă mâinile înainte și după colectarea probei.
- Să aveți la îndemână un bețișor de lemn plat ca un băț de înghețată pentru a vă apăsa limba, și o oglindă.

2

Tampon pentru gât

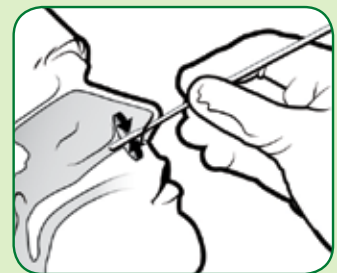
- Scoateți tubul din pachet, deșurubați capacul și așezați tubul pe o suprafață stabilă.
- Scoateți tamponul din pachet. Nu atingeți vârful căptușit.
- Înclinați-vă capul înapoi în fața unei oglinzi și scoateți limba. Folosiți bețișorul din lemn și apăsați pe partea din spate a limbii. Ar trebui să vă vedeți amigdalele.
- Fără a atinge părțile laterale ale gurii sau limba, zgâriați ușor partea din spate a gâtului și zona amigdalelor.
- Scoateți tamponul fără a atinge alte părți ale gurii.



3

Tamponarea ambelor nări

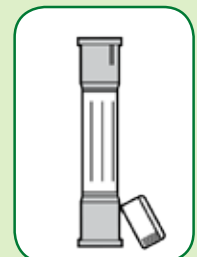
- Introduceți vârful căptușit al aceluiași tampon de 2–3 cm în prima nară (sau până când simțiți rezistență). Asigurați-vă că tamponul trece orizontal de-a lungul fundului nării.
- Rotiți ușor tamponul de mai multe ori.
- Repetați aceiași pași la cealaltă nară.
- Nu puneți tamponul jos.



4

Ambalarea și livrarea probei

- Introduceți cu atenție vârful căptușit al tamponului în tub. Pentru unele kituri de testare, va trebui să rupeți capătul tamponului. Acesta va indica unde. Instrucțiunile kitului de testare vă vor spune dacă trebuie să faceți acest lucru. Înșurubați strâns capacul pe tub, ca să nu se scurgă.
- Spălați-vă sau dezinfectați-vă mâinile.
- Scrieți-vă detaliile pe eticheta tubului și denumiți tipul de probă „auto-colectare”.
- Duceți proba la medicul dumneavoastră sau la furnizorul de servicii de sănătate, urmând sfaturile despre modul de livrare a probei.



PHLN a publicat îndrumări detaliate privind colectarea probelor pentru testarea SARS-CoV-2 (virusul care provoacă COVID-19). Îndrumările lor se găsesc pe **situl Departamentului de Sănătate**.

Sursa imaginilor: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/diagnosis/index.htm>