



Australian Government



PHLN

Public Health Laboratory Network

WÊ ÇAWA BERHEVKRIN A SWAB A COVID-19 BÊTE KIRIN

Ev qilawiz wê nîşan bide ka hûnê çawa swab/pembû bikar bînin da bo bidestxistina nimûnek a nefesê ji gewrîyê û ji firnikê poz ji bo testkirinê. Heke pizîşkek, klinik a testê, navendek berehevkrinê ku ji we xwest divê hûn bitenê nimûneyek/mînak xwe bigrin.

Torê Lêkolînxana Tenduristiya Civakî (TLTC) ev qilawiza amade kirîye da ku alîkariya we bike.

1

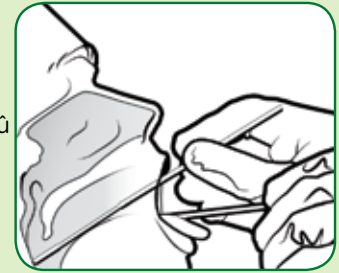
Amadekarî

- Bo gewrî û pozê xwe heman swab/pembû bikar bîne. Wê dixtor/pizîşk ê we an pêşkêşvanên karûbarên tenduristiyê wê swabê bidin we.
- Berî û piştî we nimûneyek girt destê xwe bişon an ji sanetiz/safî bikin.
- Ziman dewsoke (darîkek pan ê zirav, wek ên qeymaxê qeşayî/ice cream) û neynikek peyda bikin.

2

Swab a Gewrîyê

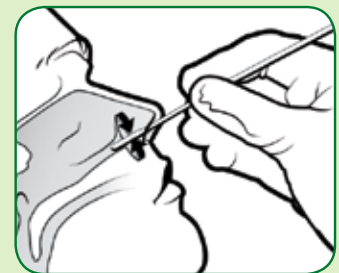
- Lûlê ji pakêtê derbixin, kulikê jêbadin û lûlê li ser rûbara cîhek zexim/stewr bihêlin.
- Swabê ji hindirê pakêtê derbixin. Desê xwe nedinser serê cîhê kû pembû li hatîye fetlandin.
- Neynîkeki bidin ber xwe, serê xwe bi paşve xwar bikin û zimanê xwe ber bider dirêj bikin. Bi ziman dewsoke paşîya zimanên xwe berbîjêr bidewsinin. Pêdive ye ku hûn beleaynên/beîvên xwe bibînin
- Bêyî destên xwe didin ser qerexê dev an ji zimanê xwe, bi awayek nerm dawîya gewrîya xwe û dewer a beîvên xwe bi qeşîrîni.
- Swabê ji devê xwe beyî li beşek ji hindirê devê we bikeve derxin der.



3

Swabkirina herdû firnikan

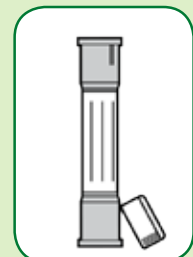
- Serê pembû lêbadayî ê her ew swabê qasî 2-3 cm darbasî hundurê firnikê yekemî a pozê xwe bike (bixine hundur heta kû debara te bû). Pişterastbin kû swab bi awayek rasteqîn/raketî derbas ber bi dawîya firnikê we diçe.
- Swabê bo çendîn caran babidin/bidin zivirandin.
- Heman pêngavê li ser firnikên xwe yên din ji dubare bikin.
- Swabê daneynin ser jêrê/erdê.



4

Pakêtkirin û teslîm/radestkirin a nimûna

- Bi baldarî serê swabên bi pembû hatine badayî bikin hudurê lûlê. Bo hinek kirêtên teskirinê, Pêwistî pê hey hûn dawîya swabê bibirrin/biqûrfînin. Li ser swabê wê bide nîşankirin. Li ser rêwerzana kirêtên testê wê bo we diyar bike heke pêwistîyek hebe bo vê yekê. Devîkê lûlê baş bigre da ku herrikandinek pêk neyê.
- Destên xwe bişon an ji sanetiz/safî bike.
- Agahîyên xwe li ser awanasî ya li ser lûlê û bo tîpa/cûra nimûneyê ji wek self-collection' binivîsinin.
- Li pey şîretên wan ka hûnê çawa wan nimûnên testên xwe bigihînin, bi gora wê nimûnên xwe bibin ba pizîşk xwe an pêşkêşkarê karûbarê tenduristiyê.



PHLN berfirehî rêbername li ser berhevkrina nimûna testkirinê a bo SARS-CoV-2 (ew virusa dibe sedema COVID-19). Ev rêbername di **Malper a Daira Tenduristiyê**'ye da ye.

Çavkaniya wêneyan: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/diagnosis/index.htm>