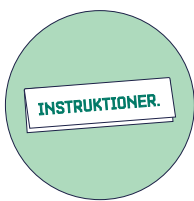
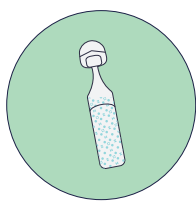


INSTRUKTIONER

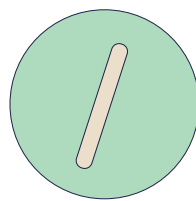
TESTET INNEHÅLLER:



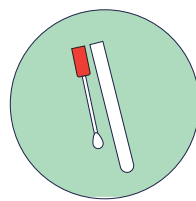
INSTRUKTIONER



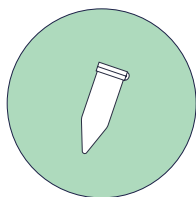
AMPULL MED
SALTÖSNING



TUNGSPATEL



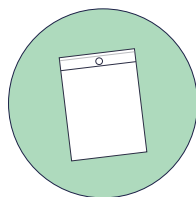
PROVTAGNINGSPINNE



SALIVPROVRÖR



SMITTSKYDDSSSEDEL



LITEN ZIPPÅSE

Självtest COVID-19

Hej! Det här är Dynamic Codes självtest för covid-19. Testet tar bara några minuter att genomföra och skickas sedan till vårt labb för analys. Din vårdgivare återkopplar sedan till dig när provsvaret är klart.

Tips! Om du inte har tillgång till spegel och/eller bra belysning kan du vid svalgprovtagningen använda din mobiltelefon som en spegel genom att filma dig själv med framkameran, eller som belysning genom att använda mobilens fotolampa.

FÖRBEREDELSE



1. LÄS IGENOM INSTRUKTIONERNA

Börja med att rengöra händerna med handsprit.

Läs igenom hela instruktionen innan du påbörjar testet, så att du inte missar något viktigt.



2. KONTROLLERA PERSONUPPGIFTER

a) Ta fram smittskyddssedeln och kontrollera att dina personuppgifter står korrekt på etiketten.

Du behöver inte fylla i några uppgifter.

b) Lägg tillbaka smittskyddssedeln i den stora zippåsen.

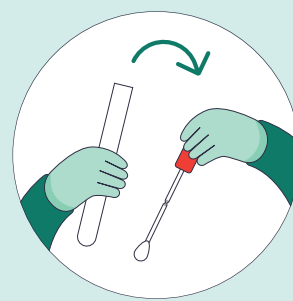


3. SKÖLJ NÄSAN MED SALTÖSNING

a) Om du är snorig, snyt dig först.

b) Vrid av förslutningen i toppen på ampullen med saltlösning. Luta huvudet bakåt och droppa ungefär hälften av lösningen i ena näsborren. Droppa resten i andra näsborren.

Låt verka en kort stund (10–15 sekunder) och låt lösningen passera svalget.



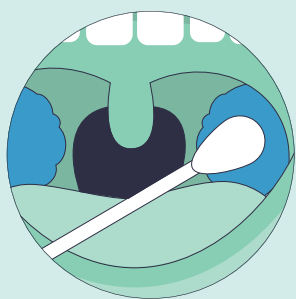
4. FÖRBERED FÖR SVALGPROVTAGNING

a) Ta fram provtagningspinnen.

b) Vrid upp korken på provröret och tänk på att inte vidröra den mjuka delen på provtagningspinnen.

c) Se till att ha bra belysning vid provtagningen och ställ dig framför en spegel eller den person du ska ta provet på.

PROVTAGNING

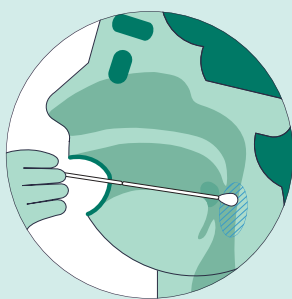


5. TA PROV FRÅN HALSMANDLARNÄ OCH SVALGVÄGGEN

a) Luta huvudet något bakåt och öppna munnen stort för att få en tydlig bild av halsmandlarna.

b) Använd spateln för att hålla tungan borta från den bakre delen av munnen.

c) Gnugga med provtagningspinnen på halsmandlarna på båda sidor i halsen i 5–7 sekunder. Försök undvika att vidröra andra delar av munnen.



d) För nu pinnen förbi halsmandlarna, ända fram till svalgväggen. Skrapa och gnugga provtagningspinnen mot slemhinnan i 5–7 sekunder. Kräkreflex betyder att du är på rätt plats.

e) Fortsätt med provtagning i näsan (steg 6) med samma pinne, utan att lägga ned den emellan.

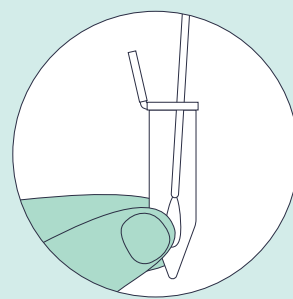


6. TA PROV FRÅN NÄSAN

a) För upp den mjuka delen av provtagningspinnen i ena näsborren 2–3 centimeter och rotera den mot näsväggen i 5–7 sekunder.

b) Upprepa provtagningen på samma sätt i andra näsborren.

c) Fortsätt med salivprovtagning (steg 7) med samma pinne, utan att lägga ned den emellan.



7. DOPPA I SALIV

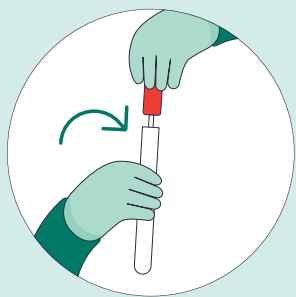
a) Ta fram salivprovröret och öppna locket.

b) Spotta 2-3 gånger i salivprovröret.

c) Doppa provtagningspinnen i salivet och rotera ett par varv.

d) Förslut salivprovröret.

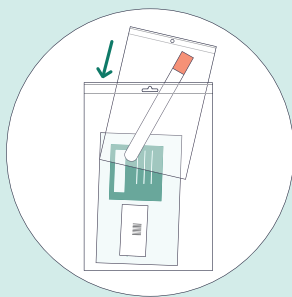
INLÄMNING OCH SVAR



8. FÖRSLUT PROVET

a) Stoppa tillbaka provtagningspinnen direkt i provröret, utan att lägga ned den någon annanstans emellan, och tryck fast korken ordentligt.

b) Stoppa ned provröret i den lilla zippåsen och förslut den.



9. PACKA PROVET

a) Stoppa ned den lilla zippåsen med provet i den stora zippåsen och förslut.

b) Ta med dig spateln och salivprovröret och släng i dina vanliga hushållssopor.



10. LÄMNA IN OCH INVÄNTA SVAR

Lämna provet till personalen på provtagningsplatsen.

Allt du behöver göra nu är att invänta återkoppling från din vårdgivare.