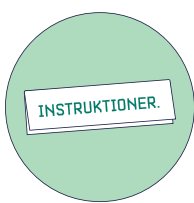
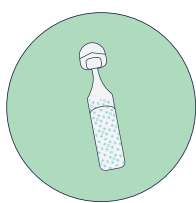


# INSTRUKTIONER

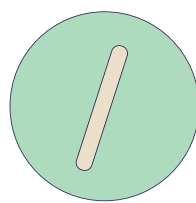
## TESTET INNEHÅLLER:



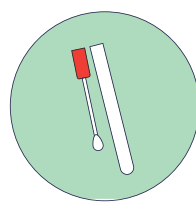
INSTRUKTIONER



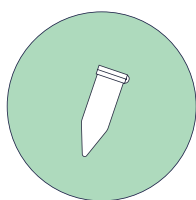
FÖRPACKNING MED  
SALTLÖSNING



TUNGSPATEL



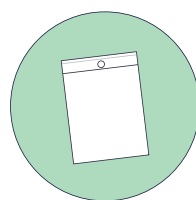
PROVTAGNINGSPINNE



SALIVPROVRÖR



SMITTSKYDDSEDEL



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. Se vad som gäller för din region på 1177.se.

→ När du tagit provet ska det lämnas in samma dag.

## FÖRBEREDELSE



### 1. LÄS IGENOM INSTRUKTIONERNA

Börja med att tvätta och torka händerna noga eller rengör dem med handsprit. Läs igenom hela instruktionen innan du påbörjar testet, så att du inte missar något viktigt.



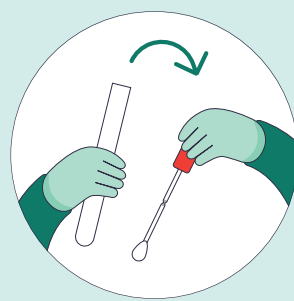
### 2. KONTROLLERA SMITTSKYDDSEDELN

a) Ta fram smittskyddssedeln och kontrollera att dina personuppgifter är korrekta på etiketten.  
b) **Viktigt!** Om dagens datum **inte** står på etiketten, skriv det i markerat fält. Du behöver inte skriva under med din namnteckning.  
c) Lägga tillbaka smittskyddssedeln i den **stora** zippåsen som testet kom i.



### 3. SKÖLJ NÄSAN MED SALTÖSNING

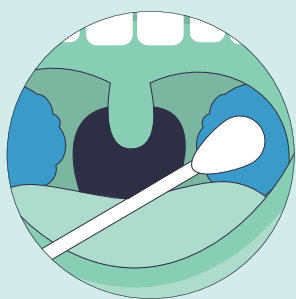
a) Om du är snorig, snyt dig först.  
b) Vrid av förslutningen i toppen på förpackningen med saltlösning. Luta huvudet bakåt och droppa ungefär hälften av lösningen i ena näsborren. Droppa resten i andra näsborren. Låt verka en kort stund (10–15 sekunder) och låt lösningen passera svalget.



### 4. FÖRBERED FÖR SVALGPROVTAGNING

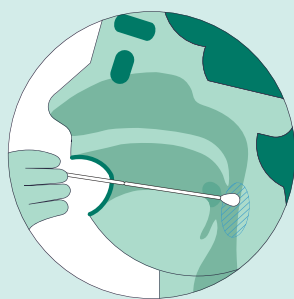
a) Ta fram provröret med provtagningspinnen.  
b) Se till att du har en spegel eller mobiltelefon med kamera för att kunna se ner i svalget.  
c) Vrid upp korken på provröret och tänk på att inte vidröra den mjuka delen på provtagningspinnen.

## PROVTAGNING



### 5. TA PROV FRÅN HALSMANDLARNÄ OCH SVALGVÄGGEN

a) Titta i spegeln. 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.

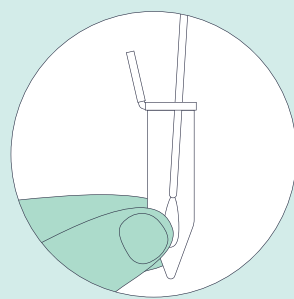


d) För nu pinnen förbi halsmandlarna, ända fram till svalgväggen. Skrapa och gnugga provtagningspinnen mot slemhinnan i 5–7 sekunder. Kräkreflex betyder att du är på rätt plats.  
e) Fortsätt till steg 6 utan att lägga ner provtagningspinnen.



### 6. TA PROV FRÅN NÄSAN

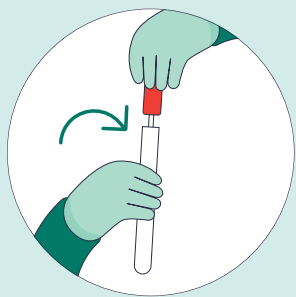
a) För upp den mjuka delen av provtagningspinnen 2–3 centimeter i ena näsborren och rotera den mot näsväggen i 5–7 sekunder.  
b) Upprepa provtagningen på samma sätt i andra näsborren.  
c) Fortsätt till steg 7 utan att lägga ner provtagningspinnen.



### 7. DOPPA I SALIV

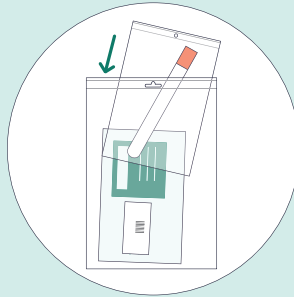
a) Ta fram salivprovröret och öppna locket.  
b) Spotta 2–3 gånger i salivprovröret.  
c) Doppa provtagningspinnen i salivet och rotera ett par varv.  
d) Förslut salivprovröret.  
e) Fortsätt till steg 8 utan att lägga ner provtagningspinnen.

## INLÄMNING



### 8. FÖRSLUT PROVET

Stoppa tillbaka provtagningspinnen direkt i provröret och tryck fast korken ordentligt.



### 9. PACKA PROVET

a) Lägga provröret med provtagningspinnen i den **lilla** zippåsen och förslut.  
b) Stoppa ner den lilla zippåsen med provet i den **stora** zippåsen där smittskyddssedeln ska ligga. Stäng påsen.  
c) Förvara påsen med innehållet i kylskåp tills du ska lämna in testet. Vilket ska ske **samma dag**.



### 10. SLÄNG ÖVRIGT MATERIAL

Släng salivprovröret, tungspateln och saltlösningsförpackningen som vanliga hushållssopor. Dessa ska **inte** lämnas in med provet.



### 11. LÄMNA IN OCH INVÄNTA SVAR

Lämna in testet **samma dag** till samma ställe som det hämtades ut ifrån. Om testet hämtades ut från ett apotek ska du låta en symtomfri person/ombud lämna in det åt dig. Du får provsvaret via 1177.se så snart det är analyserat och klart.