

PCR-prov för att påvisa pågående covid-19

Ta prov på dig själv

Läs igenom hela instruktionen innan provtagning

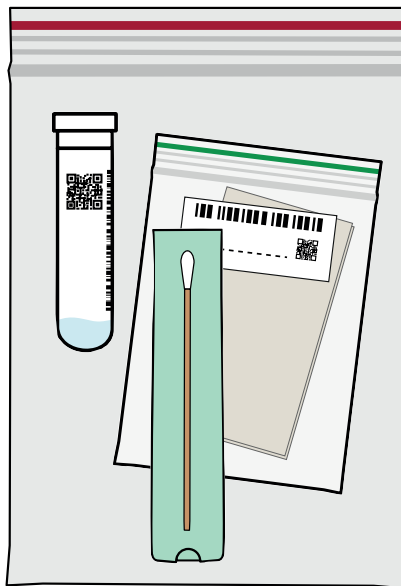
Detta material behöver du för provtagning:

Detta lämnas ut

- Stor zip-lock-påse innehållande:
 - provtagningspinne
 - provrör med koksaltlösning
 - liten zip-lock-påse med pappershandduk som ska skydda provet under transport.

Det här behöver du själv

- Mugg eller tallrik.

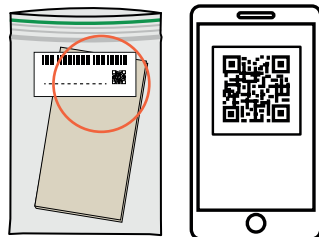


Börja med att registrera provet

1. Gå in på direkttest.se, välj "Registrera prov" och ange ditt tiosiffriga referensnummer som står på etiketten.

Alternativt

Skanna QR-koden på den lilla zip-lock-påsen med din mobiltelefon. Tryck på rutan som visas på skärmen för att följa länken.



2. Fyll i din information och följ alla steg.

3. Välj identifieringsmetod:

Om du har BankID/Mobilt BankID

Välj BankID och legitimera dig. Sedan är registreringen klar. Gå tillbaka till webbläsarfönstret, "Ditt prov är registrerat" visas på direkttest.se.

Om du inte har BankID/Mobilt BankID

Välj Personlig kod. När provet är registrerat visas den personliga koden, nio siffror. Du behöver koden för att kunna se ditt provsvar. Ta en skärmdump på sidan när koden visas eller anteckna den här. _____

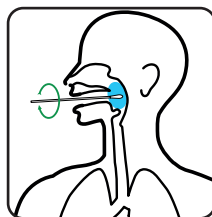
Förberedelser innan provtagning

Ta fram provröret och provtagningspinnen. Låt pappershandduken ligga kvar i den lilla zip-lock-påsen.

Ta prov på dig själv

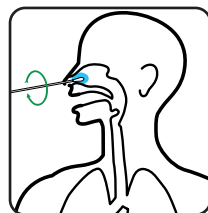
Ta prov med den mjuka tops-delen av provtagningspinnen från svalg, näsa och spott enligt nedan:

1. För in provtagningspinnen i munnen och så långt bak i din hals som du kan komma. Gnid runt pinnen mot svalgväggen i cirka 10 sekunder.



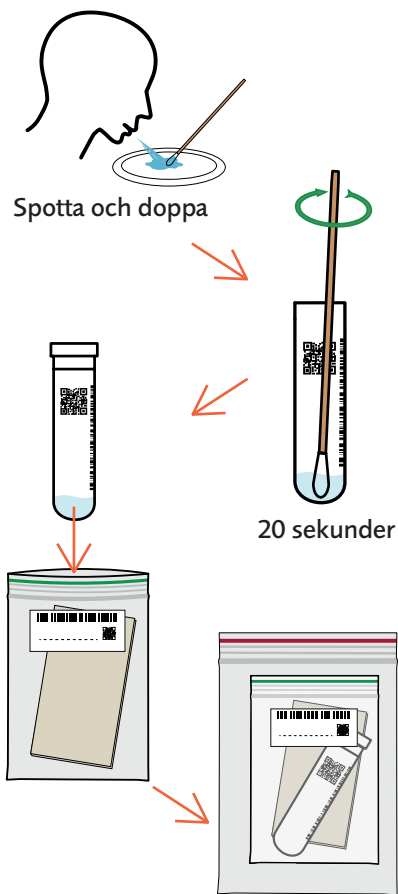
Ta prov i svalget

2. För sedan in samma pinne rakt in i näsborren några centimeter och rotera/gnugga i 10–20 sekunder.



Ta prov i näsan

3. Spotta på tallriken eller i muggen, undvik att få med slem eller snor. Doppa pinnen i spottet så att den blir ordentligt fuktig, pinnen kan ligga kvar på tallriken eller i muggen medan du öppnar provröret.
4. För ner pinnen i provröret och rör runt pinnen i 20 sekunder innan du kastar bort pinnen och skruvar på locket på provröret ordentligt.
5. Lägg provröret i den lilla zip-lock-påsen och stäng den lilla påsen ordentligt. Se till att pappershandduken är kvar i påsen.
6. Lägg den lilla påsen med provröret i den stora zip-lock-påsen och stäng den ordentligt. Observera att båda påsarna ska lämnas in.
7. Lämna in provet. Om inlämning inte sker omedelbart förvaras påsen med provröret i kylskåp tills du kan lämna in det.



Släng avfall

Provtagningspinne och mugg/tallrik av engångsmaterial slängs som vanliga hushållssopor (brännbart restavfall).

Hemma kan tallrik och mugg diskas på vanligt vis.

Provsvaret

I väntan på provsvaret ska du vara hemma och får inte gå till din arbetsplats, skola eller motsvarande. Utomhus ska du hålla avstånd till andra personer (2 meter). Du får inte använda allmänna kommunikationsmedel. Du ska också i övrigt bete dig så att du inte sprider eventuell smitta vidare.

När provsvaret är klart får du ett sms. Detta sker vanligtvis inom 48 timmar från det du lämnat in provet. Logga in med BankID eller din personliga kod på webbplatsen direkttest.se för att läsa svaret. Om du tagit prov på dig själv tidigare visas flera provsvaret, säkerställ att du läser det senaste.

Det fungerar inte att skanna QR-koden med mobiltelefonen.

Många mobiler läser QR-koden direkt genom att du slår på mobilkameran. Sök annars på QR där du hittar appar.

Jag är osäker på om jag registrerade provet korrekt.

Provet är registrerat när du kommer till sidan "Ditt prov är registrerat". Du får även ett bekräftelsemejl på registreringen till den e-postadress du angivit. Kolla i skräpposten om du inte ser det i din inkorg.

Om du av någon anledning är osäker på om det blev rätt kan du logga in på direkttest.se/provsvaer för att se om ditt prov är registrerat eller inte. Du kan också kontakta vasterbotten@direkttest.se.

Vad gör jag om jag bli sjukare?

Om du upplever att du behöver stöd av vården ska du kontakta din hälsocentral.

Om du plötsligt blir mycket sämre eller får svårt att andas även när du vilar, ska du kontakta din hälsocentral eller en jouröppen mottagning. Sök vård på akutmottagning om de är stängda. Det viktigt att du först ringer och inte åker direkt till en mottagning. Det finns särskilda rutiner för hur du ska tas om hand för att undvika att smitta andra.

Om du behöver hjälp med att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård, kan du ringa telefonnummer 1177.

Råd om egenvård för dig som har covid-19 finns på 1177.se/gora-sjalv-covid-19

Vad är biobankning och varför är det bra?

Biobankning betyder att provet du skickar in kan frysas ner och sparas för att kunna användas igen. Svenska forskare kan sedan begära tillstånd hos etikmyndigheter för att använda prover för forskning. Utan material donerat av de som provtas kommer forskare i Sverige inte ha möjlighet att utföra viktig fortsatt forskning om covid-19. Av det skälet ber vi att du klickar i rutan som tillåter biobankning när du registrerar ditt prov med QR-kod eller på direkttest.se. Det är frivilligt.