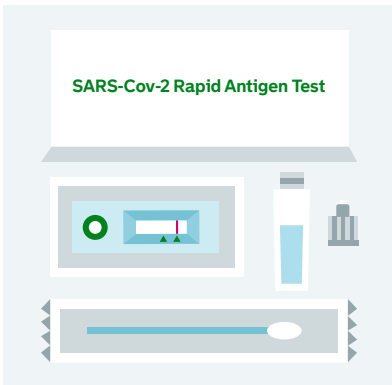


# Інформація про тест

## Test Informatie (Oekraïens)

### Як зробити самотестування

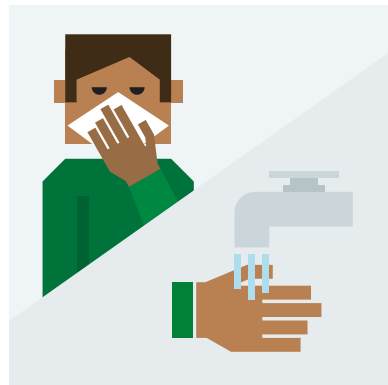
Прочитайте це просте пояснення щодо процедури самотестування.



#### Крок 1: Відкрийте упаковку

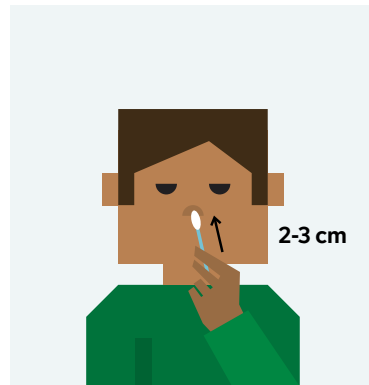
Вміст пакета:

- Ватний тампон
- Пробірка з рідиною
- Тест-смужка
- Листівка-вкладиш з описом продукту



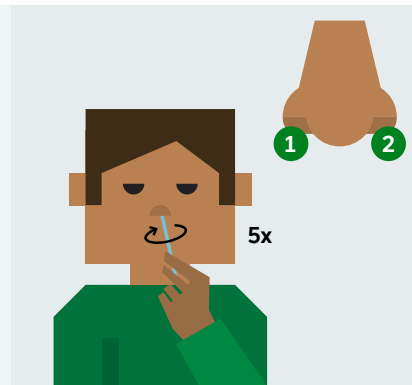
#### Крок 2: Підготуйтеся заздалегідь риготуйся

- Висякайте ніс
- Вимийте руки з милом і водою. Витріть руки чистим рушником

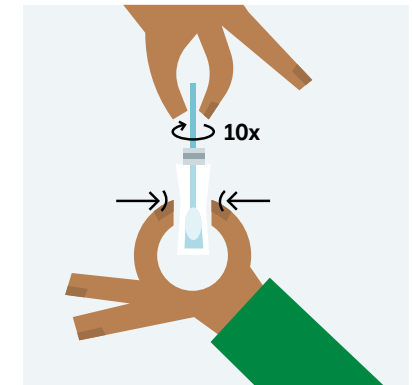


#### Крок 3: Зробіть тест

- Сядьте прямо. Закиньте голову трохи назад.
- Вставте тампон в ніздю, поки не відчуєте опір.
- Це приблизно 2-3 сантиметри.



- Покрутіть тампон 5 разів у ніздри.
- Зробіть те ж саме з іншою ніздрюю.



#### Крок 4: Підготуйте тест

- Зніміть кришку з пробірки.
- Вставте тампон в пробірку.
- Акуратно стисніть дно пробірки, щоб переконатися, що ватний тампон належним чином насичений.
- Покрутіть тампон 10 разів у пробірці.

## Коли тестуватись?

### Пройдіть самотестування:

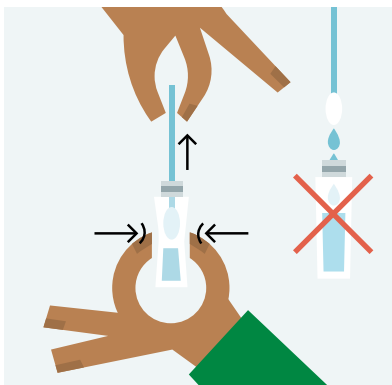
- Якщо у вас є симптоми, але ви не вразлива людина.
- Якщо у вас немає симптомів, але ви плануєте відвідати когось або у вас є гості.
- Якщо у вас немає симптомів і ви маєте намір відвідати місце, де багато людей.

Зверніть увагу: самотестування менш надійне, ніж тест Муніципальної служби охорони здоров'я. У разі появи симптомів ви завжди можете записатися на прийом до Муніципальної служби охорони здоров'я.

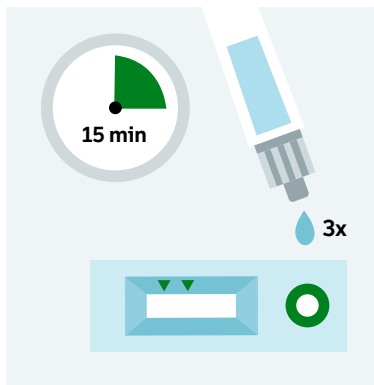
### Завжди виконуйте тест за допомогою Муніципальної служби охорони здоров'я:

- Якщо у вас є симптоми і ви є вразливою людиною.
- Коли ви контактуєте з вразливими людьми.
- Якщо ви контактували з кимось із COVID.
- Якщо ви повертаєтесь з району з високим ризиком зараження COVID.

Запишіться на прийом до Муніципальної служби охорони здоров'я Амстердама за номером **0800-1202** або на сайті [www.coronatest.nl](http://www.coronatest.nl). Або заходьте без запису.



- Стисніть пробірку і дістаньте тампон.

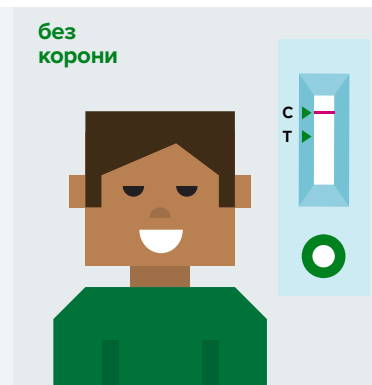


- Встановіть кришку на пробірку. Відламайте кінчик
- Нанесіть 3 краплі з пробірки на тест-смужку.
- Почекайте 15 хвилин.

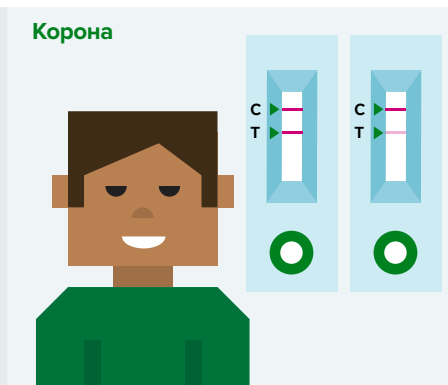


#### Крок 5: Перегляньте результати

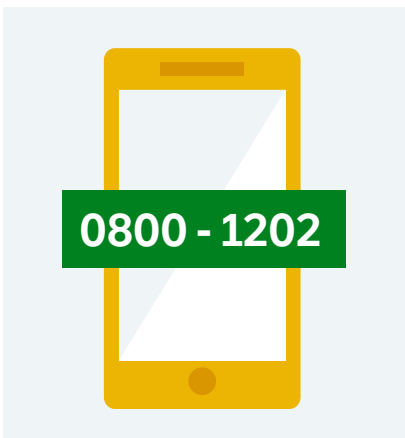
- **Немає смужок:** тест не виконано. Пройдіть ще один тест.



- **1 смужка:** COVID не виявлено (негативний)



- **2 смужки:** виявлено COVID (позитивний) Як прикро! Тепер вам слід негайно піти в ізоляцію і записатися на тест до Муніципальної служби охорони здоров'я.



#### Результат тесту позитивний?

1. **Запишіться на прийом до Муніципальної служби охорони здоров'я за номером 0800 1202 або на сайті [www.coronatest.nl](http://www.coronatest.nl).**
2. **Ви повинні ізолюватися.**

#### Що таке ізоляція?

- Ви тримаєтеся на дистанції від інших, у тому числі від сусідів.
- Ви нікого не відвідуєте. І ніхто вас не відвідує. Навіть якщо тримати 1,5 метра один від одного.
- Ви не виходите з дому і не бігаєте по справах.
- Відскануйте QR-код, щоб отримати додаткову інформацію, допомогу та поради.

#### Результат тесту негативний?

Самотестування не завжди надійне. Чи є у вас якісь симптоми? Повторіть тест наступного дня. Ви не впевнені чи ваші симптоми погіршуються? Пройдіть тестування за допомогою Муніципальної служби охорони здоров'я. Завжди дотримуйтесь заходів.

**шукайте  
тестові адреси:**  
[gdrotterdamrijnmond.nl/testen](http://gdrotterdamrijnmond.nl/testen)

