

Przed rozpoczęciem testu dokładnie przeczytaj ten przewodnik.
Ten test może różnić się od poprzednio stosowanych przez Ciebie testów.

Przewodnik krok po kroku: domowy test DHSC na obecność COVID-19 (szybki test antygenowy)



Niniejsza instrukcja użytkowania odnosi się wyłącznie do domowego testu DHSC na obecność COVID-19 (szybkiego testu antygenowego).

Ten przewodnik wyjaśnia, w jaki sposób przeprowadzić test na obecność COVID-19 sobie lub komuś innemu oraz jak zgłosić wyniki do NHS.

Instrukcje w innych językach oraz filmiki demonstrujące dostępne są na stronie:

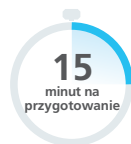
[gov.uk/covid19-self-test-help](https://www.gov.uk/covid19-self-test-help)

Zgłaszaj wszystkie wyniki testów do NHS

Jak wykonać test

Przewodnik krok po kroku

Należy przeczytać instrukcje użytkowania i po kolei wykonywać opisane kroki. Przygotowanie każdego testu zajmuje około 15 minut, a jego wynik będzie gotowy w ciągu kolejnych 30 minut.



Sekcja	Tytuł	Strona
1	Przygotowanie miejsca wykonywania testu	6
	Sprawdzenie zawartości zestawu testowego	7
2	Przygotowanie testu	8
3	Pobranie próbki wymazu	10
	Przeprowadzanie testu na innej osobie	11
4	Badanie próbki wymazu	12
5	Odczytanie wyniku	14
6	Zgłaszanie wyniku	15
7	Co oznaczają wyniki	16
8	Działanie testu	17
9	Bezpieczna utylizacja zużytego zestawu testowego	17

Około 1 na 3 osoby zakażone COVID-19 nie zdaje sobie z tego sprawy.

Dzięki regularnemu przeprowadzaniu testów domowych możemy spowolnić rozprzestrzenianie się wirusa oraz pomóc chronić osoby najbardziej narażone w naszych rodzinach i społecznościach.

Porady dotyczące przeprowadzania testu

Aby Ci pomóc, umieściliśmy w tej instrukcji użytkownika wskazówki, porady i ramki z ostrzeżeniami. Dokładne przestrzeganie tych instrukcji krok po kroku zapewni Ci większą szansę na uzyskanie wiarygodnego wyniku.

Ogólne wskazówki i ostrzeżenia

- Dla każdej osoby należy użyć osobnego zestawu testowego. Wszystkie elementy zestawu testowego są przeznaczone do jednorazowego użycia.
- Nie należy ponownie używać tych elementów. Należy zgłosić wyniki uzyskane przez wszystkie osoby.
- Jeżeli masz problemy z dłońmi lub ze wzrokiem, możesz potrzebować pomocy innej osoby w celu pobrania wymazu i przeprowadzenia testu.
- Jeżeli nosisz kolczyk w nosie, zrób wymaz z drugiego nozdrza. Jeżeli masz kolczyki po obu stronach nosa, zdejmij je z jednej strony przed zrobieniem wymazu.
- Jeżeli w ciągu ostatnich 24 godzin wystąpiło krwawienie z nosa, zrób wymaz z drugiego nozdrza lub odczekaj 24 godziny.
- Nie należy jeść ani pić przez co najmniej 30 minut przed przeprowadzeniem testu, aby zmniejszyć ryzyko jego unieważnienia.
- Zestawy zaprojektowano jedynie do testowania ludzi.

PORADY

Zestaw testowy należy przechowywać w temperaturze pokojowej lub w suchym i chłodnym miejscu (od 2°C do 30°C). Nie pozostawiać na słońcu ani nie przechowywać w lodówce lub zamrażarce.

Zestaw testowy musi być stosowany w temperaturze pokojowej (od 15°C do 30°C). Jeżeli zestaw testowy był przechowywany w chłodnym miejscu (poniżej 15°C), należy najpierw zostawić go w temperaturze pokojowej na 30 minut przed użyciem.

Zestaw testowy należy trzymać z dala od dzieci.

Informacje o teście

Dlaczego należy przeprowadzać testy domowe

Ten test służy do przeprowadzania u osób bezobjawowych i polega na wykonaniu wymazu z nosa i gardła w celu sprawdzenia, czy jest się zakażonym.

Osoby bezobjawowe są nosicielami wirusa, ale nie występują u nich żadne objawy.

Jeżeli otrzymasz dodatni wynik testu na COVID-19:

- możesz pomóc w ograniczeniu rozprzestrzeniania się choroby; wraz ze swoimi domownikami musisz poddać się samoizolacji, zgodnie z wytycznymi rządowymi: nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/
- powiadom osoby, z którymi miałeś(-aś) kontakt lub lokale odwiedzone w ciągu ostatnich 14 dni, aby przeprowadziły one testy z powodu potencjalnego zakażenia COVID-19.

Jeżeli otrzymasz ujemny wynik testu na COVID-19

Prawdopodobnie w momencie wykonywania testu nie byłeś(-aś) zakażony(-a) wirusem. Jednakże wynik ujemny nie gwarantuje, że nie masz koronawirusa.

PORADY

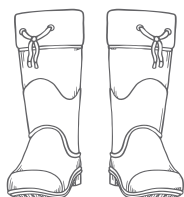
Jeżeli masz objawy koronawirusa (COVID-19) lub zostałeś(-aś) nim zarażony(-a), wskazówki znajdziesz na stronie internetowej NHS:

nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19

Jeżeli masz objawy koronawirusa (COVID-19), a Twój stan się pogarsza lub nie ulega poprawie po 7 dniach, skorzystaj z serwisu internetowego NHS **111** : 111.nhs.uk. Jeżeli nie masz dostępu do internetu, zadzwoń pod nr **111**. W nagłych przypadkach medycznych dzwoń pod nr **999**.

Jeżeli jesteś zaniepokojony(-a), nie zwlekaj z wezwaniem pomocy. Zaufaj swojemu instynktowi.

Test jest odpowiedni dla następujących osób:



Dorosłych (osób, które ukończyły 18 lat)

Należy wykonać domowy test i w razie potrzeby zgłosić jego wynik.



Młodzieży w wieku 12–17 lat

Należy wykonać domowy test pod nadzorem osoby dorosłej. W razie potrzeby osoba dorosła może wykonać test.



Dzieci poniżej 12 lat

Test u dzieci poniżej 12 lat musi przeprowadzić osoba dorosła.

Nie rób tego testu, jeżeli nie masz pewności, jak wykonać go u dziecka.

Jak często wykonywać testy

Częstość przeprowadzania testów waha się w zależności od Twojej sytuacji i obecnie obowiązujących wytycznych krajowych lub lokalnych.

Gdzie otrzymać dodatkowe wsparcie

Więcej informacji dotyczących domowych testów znajduje się na stronie: [gov.uk/covid19-self-test-help](https://www.gov.uk/covid19-self-test-help).

1. Przygotowanie miejsca wykonywania testu

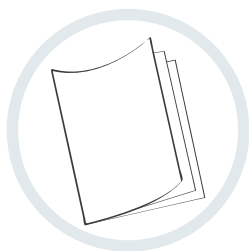


**30
minut**

Nie należy jeść ani pić przez 30 minut przed przeprowadzeniem testu.

Potrzebne będą:

- minutnik, np. zegarek lub zegar ścienny;
- chusteczki;
- lusterko;
- środek do czyszczenia powierzchni;
- środek do dezynfekcji rąk lub mydło i ciepła woda.



1 Uważnie przeczytaj niniejszą instrukcję użytkowania.

Jeżeli potrzebujesz więcej pomocy, można również obejrzeć, w jaki sposób przeprowadzić wymaz pod adresem:

[gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help](https://www.gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help)



2 Bezpośrednio przed rozpoczęciem przeprowadzania testu przygotuj, oczyść i osusz płaską powierzchnię, na której położysz domowy zestaw testowy.



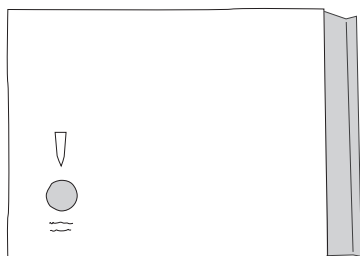
**20
sekund**

3 Dokładnie myj ręce przez 20 sekund mydłem i ciepłą wodą lub za pomocą środka do dezynfekcji.

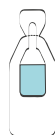
Jeżeli wykonujesz więcej niż jeden test, czyść powierzchnię i myj ręce pomiędzy testami.

Sprawdzenie zawartości zestawu testowego

4 W pudełku z zestawem testowym powinny znajdować się:



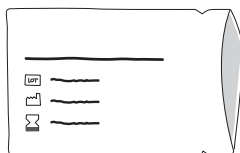
Podstawa pod rurkę ekstrakcyjną



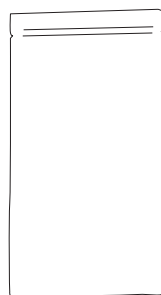
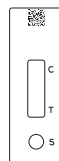
Saszetka z buforem ekstrakcyjnym



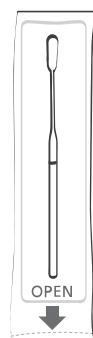
Rurka ekstrakcyjna



Pasek testowy w szczelnym opakowaniu



Torebka na zużyty test



Szczelnie opakowany patyczek do wymazu

PORADY

Co należy zrobić, jeżeli któryś z elementów jest uszkodzony, złamany lub czegoś brakuje

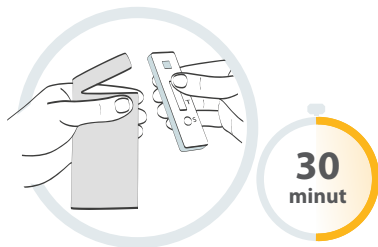
Jeżeli zauważysz, że coś jest uszkodzone, złamane lub czegoś brakuje, nie używaj zestawu testowego. Można podzielić się swoją opinią, dzwoniąc do centrum obsługi klienta, czynnego codziennie od 7:00 do 23:00.

Nr tel.: **119** (połączenie darmowe z telefonów komórkowych i stacjonarnych).

Oferujemy wsparcie w 200 językach, w tym brytyjskim języku migowym.

Jeżeli zrobisz sobie krzywdę podczas używania zestawu testowego, możesz pomóc innym, zgłaszając to na stronie: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

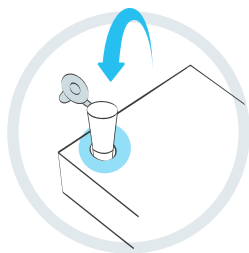
2. Przygotowanie testu



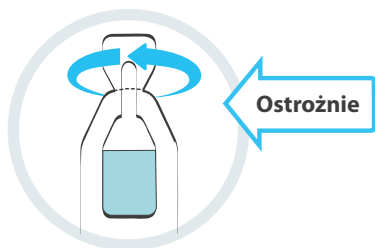
- 5 Wyjmij z opakowania pasek testowy i połóż go na oczyszczonej płaskiej powierzchni.

UWAGA

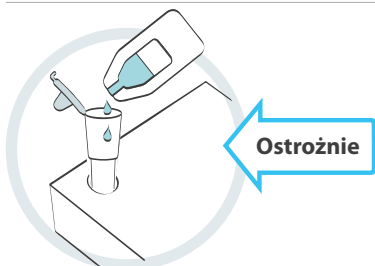
Rozpocznij test w ciągu 30 minut od otwarcia opakowania.



- 6 Połóż rurkę ekstrakcyjną w przeznaczonej na nią podstawie zamocowanej wewnątrz pudełka.



- 7 Ostrożnie przekręć lub złam górę saszetki. Otwierając, trzymaj ją z dala od twarzy i uważaj, aby nie rozlać płynu.



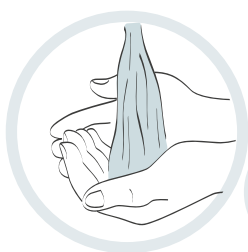
- 8 Otwórz rurkę ekstrakcyjną i delikatnie wyciśnij do niej cały płyn z saszetki.

Uważaj, aby nie dotknąć rurki saszetką. Umieść saszetkę w torebce na zużyty test.



- 9** Delikatnie wydmuchaj nos w chusteczkę i wyrzuć ją do zamykanego kosza na śmieci.

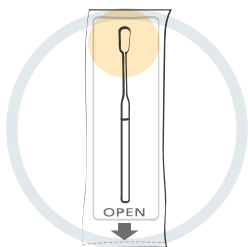
Jeżeli przeprowadzasz test dziecka, pomóż mu wydmuchać nos. Należy to zrobić, aby pozbyć się nadmiaru śluzu.



20
sekund

- 10** Dokładnie myj ręce przez 20 sekund mydłem i ciepłą wodą lub za pomocą środka do dezynfekcji.

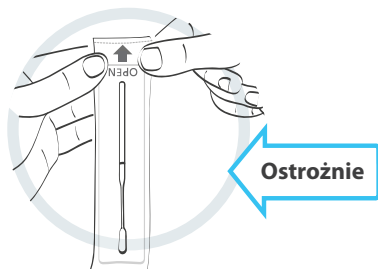
Jeżeli przeprowadzasz test innej osobie, musicie obydwójce ponownie umyć lub zdezynfekować ręce.



- 11** Znajdź w zestawie patyczek do wymazu w szczelnym opakowaniu. Zwróć uwagę, z której strony znajduje się miękka, materiałowa końcówka patyczka.

UWAGA

Nie dotykaj miękkiej, materiałowej końcówki patyczka.



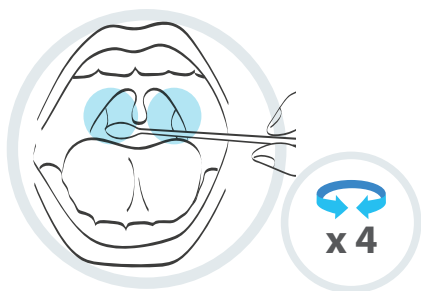
- 12** Otwórz opakowanie patyczka do wymazu dopiero, gdy będziesz gotowy(-a) go użyć, delikatnie go wyjmując.

3. Pobranie próbki wymazu

UWAGA

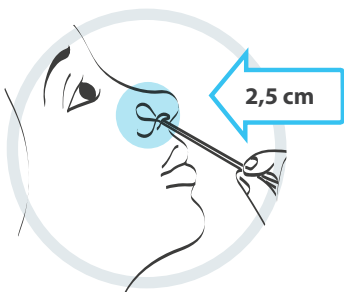
Nie dotykaj języka, zębów, policzków, dziąseł ani innych powierzchni materiałową końcówką patyczka. Jeżeli dotknie ona czegokolwiek innego, może wpłynąć to na Twoją próbkę. Nigdy nie dotykaj rękami miękkiej, materiałowej końcówki patyczka do wymazu.

Przeprowadzając test u dziecka poniżej 12 lat lub osoby wymagającej pomocy, postępuj zgodnie ze wskazaniem na stronie 11.

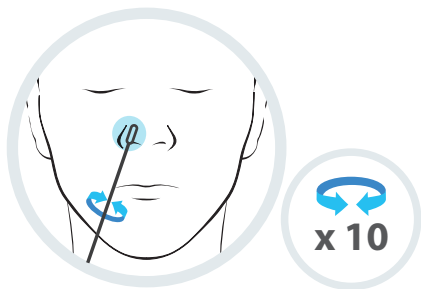


- 13** Szeroko otwórz usta i pocieraj materiałową końcówką patyczka po obu migdałkach (lub w miejscu, gdzie były przed ich usunięciem).

Mocno pocieraj 4 razy po każdej stronie (pomóż sobie w tym, używając latarki lub lusterka). Ostrożnie wyjmij patyczek z gardła.



- 14** Włóż ten sam patyczek delikatnie w 1 dziurkę nosa, aż do odczucia lekkiego oporu (około 2,5 cm w głąb nosa).



- 15** Delikatnie okrążając patyczkiem dziurkę nosa i dotykając jej, zatocz 10 pełnych kółek. Nie trzeba mocno przyciskać.

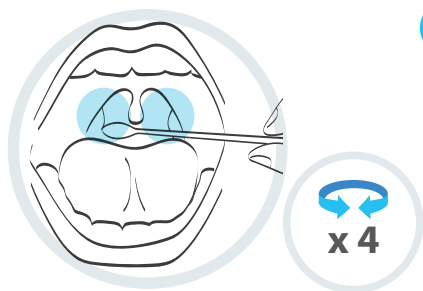
Ta czynność może wywołać dyskomfort. Nie wkładaj patyczka głębiej, jeżeli występuje mocny opór lub ból.

Przeprowadzanie testu na innej osobie

Test u dzieci poniżej 12 lat musi przeprowadzić osoba dorosła. Postępuj zgodnie z poniższymi wskazówkami, aby przygotować dziecko lub osobę wymagającą pomocy i wykonać test.

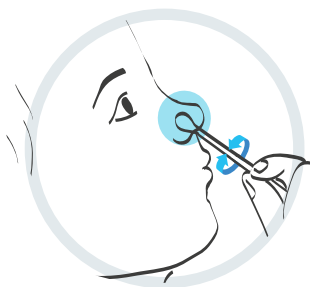
Filmik demonstrujący jak to zrobić można obejrzeć na stronie: [gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help](https://www.gov.uk/guidance/covid-19-self-test-help)

Jeżeli przeprowadzasz test dziecku, pokaż mu zestaw testowy i powiedz o tym, co będziesz robić. Jeśli to możliwe, posadź dziecko komuś na kolanach lub poproś, aby ktoś potrzyzymał je za rękę. Poproś dziecko o wydmuchanie nosa w chusteczkę. Wyrzuć chusteczkę do zamkniętego kosza.

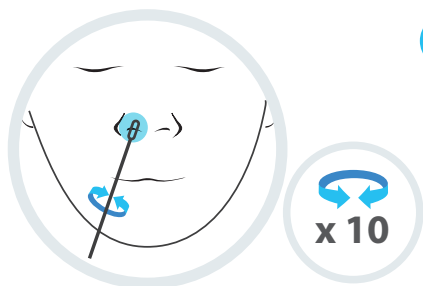


- 13** Trzymając patyczek do wymazu, poproś dziecko, żeby szeroko otworzyło usta i odchyliło głowę do tyłu. Delikatnie pocieraj materiałową końcówką patyczka po obu jego migdałkach (lub w miejscu, gdzie były przed ich usunięciem).

Mocno pocieraj 4 razy po każdej stronie. Ostrożnie wyjmij patyczek z gardła.



- 14** Delikatnie włóż materiałową kocówkę tego samego patyczka do 1 dziurki nosa, aż do odczucia lekkiego oporu.



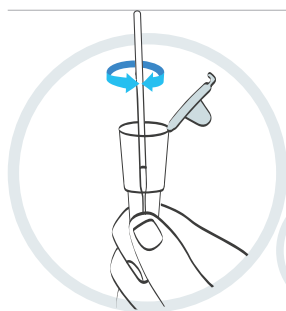
- 15** Delikatnie pocieraj patyczkiem w środku dziurki nosa kolistymi ruchami 10 razy.

Jeżeli nie udało ci się pobrać wymazu z migdałków, weź wymaz z obu dziurek nosa, zataczając 10 pełnych kółek w każdej dziurce.

4. Badanie próbki wymazu

WSKAZÓWKA

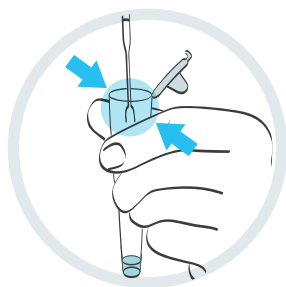
Dla uzyskania najwyższej skuteczności działania, zbadaj próbkę wymazu jak najszybciej po pobraniu jej z dziurki nosa.



15
sekund

- 16** Weź do ręki rurkę ekstrakcyjną i umieść materiałową końcówkę patyczka w rurce, zanurzając go w płynie.

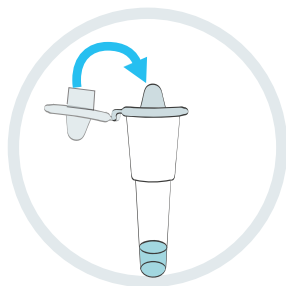
Mocno dociskaj końcówkę patyczka do ścianki rurki ekstrakcyjnej, obracając nim wokół rurki przez 15 sekund, aby umieścić pobraną próbkę w płynie.



- 17** Wyciągając patyczek, ściśnij rurkę ekstrakcyjną

upewniając się, że cały płyn został odsączony z miękkiej końcówki patyczka.

Umieść patyczek w torebce na zużyty test.

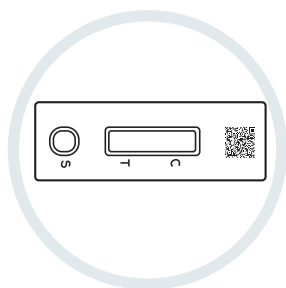


- 18** Lekko wciśnij zatyczkę w rurkę ekstrakcyjną, zapobiegając wyciekaniu płynu.

PORADY

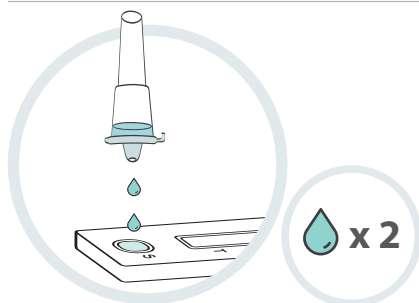
Po przeprowadzeniu tego kroku ponownie dokładnie umyj ręce.





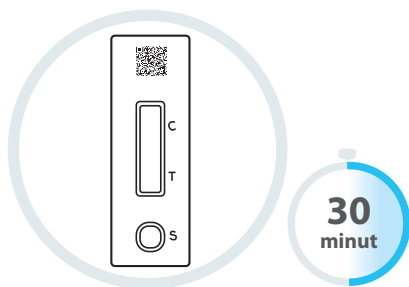
- 19** Upewnij się, że zestaw testowy znajduje się na czystej i płaskiej powierzchni.

Nie poruszaj paskiem w czasie wykonywania testu.



- 20** Ściśnij lekko rurkę ekstrakcyjną i umieść 2 krople płynu w studzience testowej (S) na pasku testowym.

Upewnij się, że wkraplasz płyn, a nie pęcherzyk powietrza. Włóż rurkę ekstrakcyjną do torebki na zużyty test wraz z patyczkiem.



- 21** Ustaw minutnik i odczekaj 30 minut, zanim odczytasz wynik.

Wynik dodatni może pojawić się po upływie 20 minut, jednak należy odczekać pełne 30 minut, aby móc zarejestrować wynik ujemny, ponieważ tyle czasu może zająć pojawienie się linii testowej (T).

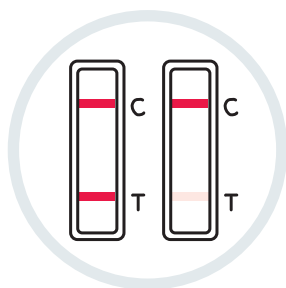
Na następnej stronie dowiesz się, jak odczytać i zgłosić wynik swojego testu. >>

5. Odczytywanie wyniku

UWAGA

Nie czekaj na zajście reakcji przez dłużej niż 30 minut, ponieważ sprawi to, że test będzie nieważny.

30
minut



Wynik dodatni

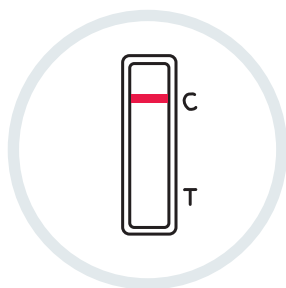
Pojawią się dwie linie. Jedna zabarwiona linia powinna znajdować się w okolicy linii kontrolnej (C), a druga powinna być w okolicy linii testowej (T).

Dwie linie, jedna obok litery C i druga obok T, nawet jeżeli są słabe, oznaczają wynik dodatni.

UWAGA

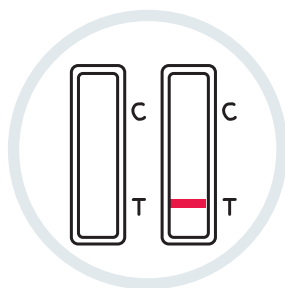
Jeżeli otrzymasz wynik dodatni, wraz ze swoimi domownikami musisz poddać się samoizolacji, zgodnie z wytycznymi rządowymi:

[nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/)



Wynik ujemny

Jedna zabarwiona linia powinna znajdować się w okolicy linii kontrolnej (C). Druga linia nie pojawi się w okolicy linii testowej (T).

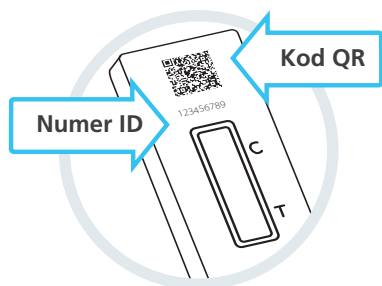


Wynik nieważny

Występuje, gdy nie pojawi się linia kontrolna (C).

6. Zgłaszanie wyników

Należy zgłaszać wyniki dodatnie, ujemne i nieważne do NHS.



Zgłaszanie wszystkich wyników testów pomaga naukowcom w wykryciu nowych ognisk wirusa i udzieleniu porad dotyczących postępowania. Jeżeli zgłaszane są jedynie dodatnie wyniki, poziom zachorowań wygląda na wyższy niż jest w rzeczywistości.

Zatem nawet w przypadku wyniku ujemnego lub nieważnego, koniecznie powiadom o nim NHS, aby dane w jego systemie były aktualne.

Aby móc zgłosić wynik, potrzebny Ci będzie kod QR lub znajdujący się pod nim numer ID.

Zgłoś wynik przez internet (najszybszy sposób)

Jeżeli mieszkasz na terytorium Anglii, Walii lub Irlandii Północnej, odwiedź stronę: [gov.uk/report-covid19-result](https://www.gov.uk/report-covid19-result).

Jeżeli mieszkasz na terytorium Szkocji, odwiedź stronę: [covidtest.scot](https://www.covidtest.scot)

lub przekaż wynik telefonicznie

dzwoniąc pod nr **119**,

czynny codziennie od 7:00 do 23:00 (połączenie darmowe z telefonów komórkowych i stacjonarnych).

7. Co oznaczają wyniki

Test jest zakończony dopiero, gdy zgłosisz jego wynik.

Wynik dodatni

Jeżeli uzyskasz wynik dodatni oznacza to, że najprawdopodobniej jesteś zakażony(-a) koronawirusem i możesz zarazić innych. Kiedy zgłosisz swój wynik, otrzymasz więcej informacji o dalszym postępowaniu.

UWAGA

Wraz ze swoimi domownikami i osobami z bańki wsparcia musicie poddać się samoizolacji, zgodnie z obowiązującymi wytycznymi krajowymi i lokalnymi, które można znaleźć na stronie www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/self-isolation-and-treatment/.

Wynik ujemny

Jeżeli uzyskasz wynik ujemny, prawdopodobnie w momencie wykonywania testu nie byłeś(-aś) zakażony(-a) wirusem. Jednakże wynik ujemny nie gwarantuje, że nie masz COVID-19.

Jeżeli uzyskasz wynik ujemny, musisz nadal przestrzegać krajowych i lokalnych przepisów oraz wytycznych, w tym zaleceń dotyczących mycia rąk, dystansu społecznego i noszenia osłony twarzy, jeżeli jest to wymagane.

Jeżeli wystąpią u Ciebie następujące objawy: wysoka temperatura, uporczywy kaszel, który nie występował wcześniej albo utrata lub zmiana smaku albo węchu, wraz ze swoimi domownikami musisz poddać się samoizolacji oraz zarezerwować kolejny test przez stronę: www.gov.uk/get-coronavirus-test lub dzwoniąc do centrum obsługi klienta pod nr 119, czynnego codziennie od 7:00 do 23:00.



Wynik nieważny

Jeżeli otrzymasz wynik nieważny oznacza to, że test nie przebiegł poprawnie. Użyj innego zestawu testowego, ale nie używaj ponownie żadnego z elementów pierwszego zestawu i zacznij przeprowadzanie testu od 1 kroku.

Jeżeli problem powtórzy się

Jeżeli problem będzie się powtarzał, natychmiast przerwij stosowanie zestawów testowych. Jeżeli nie masz drugiego testu, możesz zamówić inny rodzaj testu przez aplikację NHS COVID-19, wchodząc na stronę

gov.uk/get-coronavirus-test lub dzwoniąc do centrum obsługi klienta pod nr **119**, czynnego codziennie od 7:00 do 23:00.

8 Działanie testu

Bardziej prawdopodobne jest, że test da wynik dodatni u osoby z wysokim poziomem koronawirusa (COVID-19).

Oznacza to, że z większym prawdopodobieństwem wskaże on osoby, które obecnie mogą zarażać innych i muszą natychmiast poddać się izolacji.

9 Bezpieczna utylizacja zużytego testu



Po zakończeniu testu włóż wszystkie elementy zestawu testowego do załączonej torebki na zużyty test, a następnie wyrzuć ją do kosza na śmieci, po czym dokładnie umyj ręce.

Zestaw zawiera następujące elementy:

Elementy	Zestaw 3	Zestaw 7
Instrukcja użytkowania (ten dokument)	1	1
Pudełko z otworem służącym jako podstawka pod rurkę		1 1
Pasek testowy w szczelnym opakowaniu	3	7
Saszetka z buforem ekstrakcyjnym	3	7
Podstawka pod rurkę ekstrakcyjną	3	7
Szczelnie opakowany patyczek do wymazu	3	7
Torebka na zużyty test	3	7
	Kod produktu TK2196	Kod produktu TK2193

Wydawanie tego urządzenia dozwolone jest jedynie w ramach rozprowadzania przez DHSC jako część programu NHS Test and Trace.



Producent: Departament Zdrowia i Opieki Społecznej, 39 Victoria Street, Westminster, Londyn, SW1 0EU.

Wyprodukowano zgodnie z umową z DHSC przez: Xiamen Biotime Biotechnology Co Ltd, 2F/3F/4F, No. 188, Pingcheng South Road, Haicang Street, Haicang District, Xiamen, Fujian, 361026, Chińska Republika Ludowa.

Indeks symboli



Przechowywać w temp. 2–30°C



Zdezynfekowany tlenkiem etylenu



Producent



Zawartość wystarcza w celu przeprowadzenia xx testów



Nr partii



Data ważności



Sprzęt medyczny do diagnostyki in vitro



Nie używać, jeżeli opakowanie jest uszkodzone



Przechowywać z dala od promieni słonecznych



Data produkcji



Nie używać ponownie



Przechowywać w suchym miejscu



Zapoznać się z instrukcją użytkownika



Uwaga



Nadaje się do recyklingu

Informacje i ilustracje zawarte w tym dokumencie są zgodne z obowiązującymi dnia 18 czerwca 2021 r.
Wersja 1.3.4