Brukerveiledning
Selvtest
Korona

Selvtester får du utdelt fra servicetorget på kommunehuset(hverdager 08.00 - 15.30) og i testboden ved helsesentret(mandag, onsdag og fredag kl. 08.00)

1 Dette trenger du

Testen du har fått utdelt, en kopp, en liten søppelpose og noe å ta tiden med. Legg alle tingene klart på et rent bord.
La testutstyret ligge i romtemperatur i 15 minutter før du starter testingen.

2

Vask hendene godt med såpe og vann.

3

Når du tar ut utstyret fra pakningen, er det viktig at du ikke berører overflaten på testplaten.

4

Sjekk at fargene i tørkemiddelposen er gule og ikke grønne. Bruk ny test, hvis kulene er grønne.

5

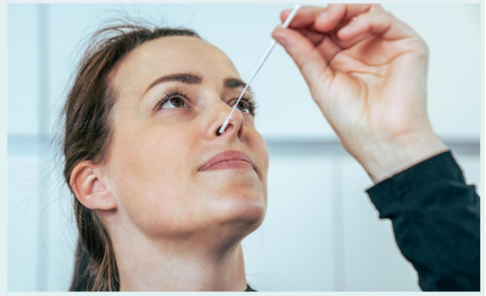
Etter at du har fjernet folien fra det lille røret med væske må du passe på at du ikke søler ut væsken. Sett den gjerne oppi koppen, slik at den står stødig.

6

Nå er du klar til å ta test fra neseborene. Ta fram testpinnen. Ikke ta på bomullsdelen.

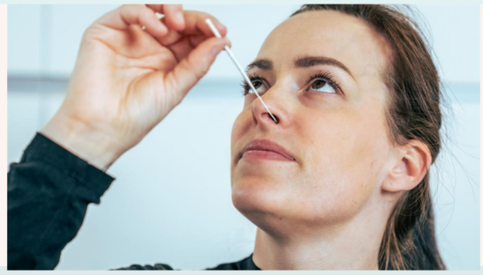
7

Se litt opp, før testpinnen rett inn og bakover i nesen, ca. 2 cm inn i nesen så hele delen med bomull kommer inn i nesen. Rør godt rundt i neseveggene i 10 sekunder.



8

Gjør det samme, med den samme testpinnen, i det andre neseboret.



9

Putt testpinnen med bomullsenden ned, i røret med væske.

10

Stikk penselen helt ned i enden av røret og klem på røret samtidig som du roterer test-pinnen minst ti ganger. Det er for å få vevet fra nesen rørt godt ut i væsken.

11

Klem godt rundt røret og press ut væsken av bomullsdelen, når du drar ut pinnen. Kast testpinnen rett i søppelposen.

12

Sett på korken på røret. Pass på at den er trykket godt ned.

13

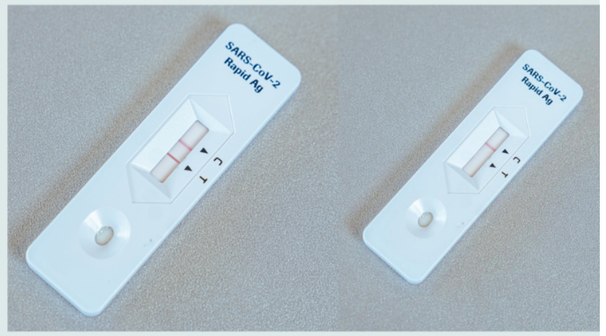
Trykk forsiktig ut, fire dråper ned i det runde feltet på testplaten.

14

Ta tiden i 15 minutter.
Testplaten må ligge helt rolig.

15 Les av testen

To streker betyr at du kan være smittet med covid-19. Da ringer du koronatelefonen på - 482 76 400
En strek(C) – betyr at du sannsynligvis ikke er smittet. Men skulle du få symptomer før neste test, bestill time på testasjonen.
En strek (T) eller ingen strek: ugyldig testresultat. Ta ny test.



16

Kast testen i søppelposen.

Koronatelefonen i Rennebu: 482 76 400
Åpen: mandag, tirsdag, onsdag og fredag
kl. 08.30 - 11.00 og 12.30 - 14.30.
Torsdag kl. 09.00 - 11.00 og 12.30 - 14.30

Vaksinetelefonen i Rennebu: 481 44 635
Åpen: tirsdag, onsdag og fredag
kl. 09.00 - 14.00.

Oppdatert informasjon om koronasituasjonen i Rennebu finner du på kommunens hjemmesider
www.rennebu.kommune.no

RENNEBU KOMMUNE