

# Covid-19

## Ta prov på dig själv

Läs igenom hela instruktionen innan du börjar

### Kontrollera att du har vad du behöver innan du börjar

- En förvaringspåse med zip-lock och etikett som innehåller:
  - En provtagningspinne i egen förpackning
  - Ett provrör med skruvlock och etikett
  - En ampull med koksaltlösning
  - En pappershandduk (absorbent) som ska ligga kvar i påsen
- En tallrik eller mugg (behövs för att spotta i vid provtagning)
- En plastpåse att förvara skräp i

### Förberedelser innan provtagning

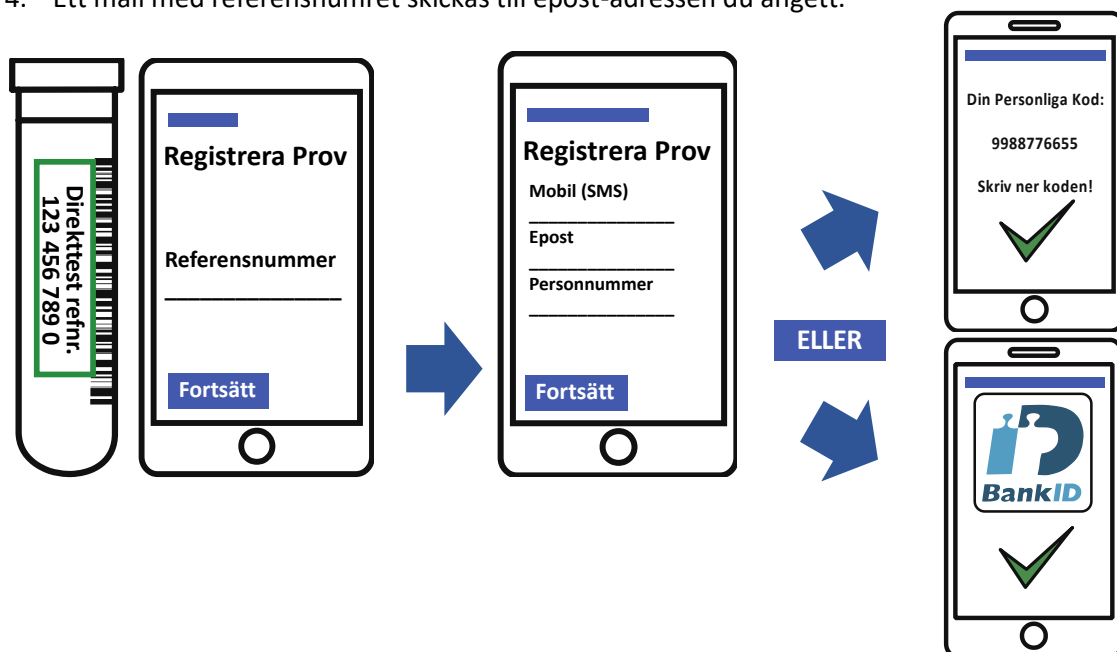
1. Ta ut provröret och lägg det på bordet framför dig.
2. Ta ut provtagningspinnen ur förpackningen. Spara förpackningen så du kan lägga tillbaka pinnen i den när du är klar.

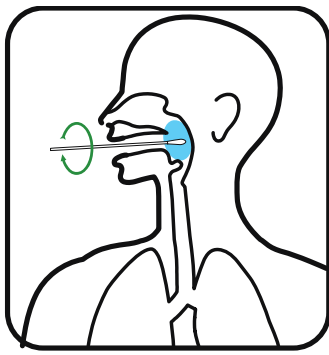
### Registrera ditt prov

1. Gå till [direkttest.se](https://direkttest.se) på din mobil eller dator, välj "Registrera prov".

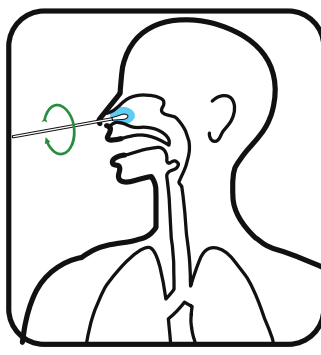
ELLER

1. Skanna QR-koden på påsen med din mobilkamera genom att rikta kameran mot QR-koden.
2. Fyll i din information och följ alla steg. Viktigt att provet registreras på rätt personnummer.
3. Efter att du legitimerat dig med BankID är registreringen klar.
  - **Saknar du BankID** (ex.vis vid provtagning på barn) kan du istället välja att registrera provet med personlig kod. Välj då "Personlig Kod" i rullistan för identifieringsmetod.
4. Ett mail med referensnumret skickas till epost-adressen du angett.

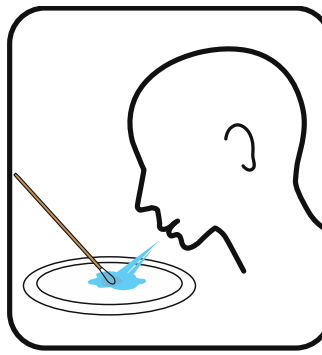




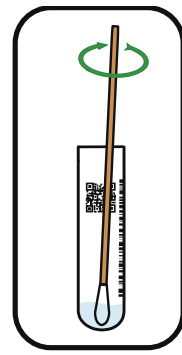
1. Provtagning mot svalgvägg



2. Provtagning i näsan



3. Spotta och doppa



4. Blanda i 20 sek

### Ta prov på dig själv

1. För den mjuka delen av pinnen in genom munnen och så långt bak i din hals som du kan komma, så att du nästan kräks.
2. Gnid runt pinnen mot svalgväggen (längst in i halsen) så länge du kan. Det kommer att kännas obehagligt, men 5 sekunder räcker. Se skiss.
3. Stoppa sedan försiktigt in samma ände av pinnen rakt in i näsborren, så långt in som du kan. Vinkla inte pinnen uppåt. Gnid runt pinnen i 10–20 sekunder. Se skiss.
4. Samla mycket spott i munnen och spotta på tallriken eller i muggen, undvik att få med slem eller snor.
5. Doppa den mjuka delen av pinnen i spottet så att den blir ordentligt fuktig.
6. Låt pinnen ligga kvar på tallriken eller i muggen medan du hanterar provröret.

### Överför provet till provröret och förpacka provröret på ett säkert sätt

1. Öppna ampullen med koksaltlösning och häll försiktigt i vätskan i provröret.
2. För ner den mjuka delen av pinnen i vätskan i botten på provröret. Rör runt pinnen i 20 sekunder.
3. Tag ut pinnen ur provröret och lägg tillbaka den på tallriken eller i muggen.
4. Skruva på locket på provröret ordentligt.
5. Lägg provröret i förvaringspåsen och låt pappershandduken (absorbenten) ligga kvar.
6. Stäng påsen ordentligt.
7. Förvara påsen med provröret i ett kylskåp, tills du kan lämna in det eller får det hämtat.

### Hantera avfallet på ett säkert sätt

1. Lägg nu pinnen med dess förpackning i en vanlig plastpåse.
2. Knyt ihop plastpåsen ordentligt och släng som vanliga hushållssopor.
3. Tallrik och mugg kan diskas på vanligt vis.

### Du får ett meddelande till din mobil när provsvaret är färdigt

När provsvaret är klart får du ett sms. Det sker **vanligtvis** inom **48 timmar** från då du lämnar in röret men kan dröja något i samband med helgdagar. Logga in med BankID på webbplatsen [direkttest.se](https://www.direkttest.se) för att läsa svaret. **Om du gjort provet efter överenskommelse med din chef kontaktar du din arbetsgivare och meddelar svaret.**

**Se separat papper för vanliga frågor och svar.**

## Vanliga frågor och svar

F: Jag är osäker på om jag registrerade provet korrekt.

S: Provet är registrerat när du kommer till sidan "Ditt prov är registrerat". Om du av någon anledning är osäker på om det blev rätt kan du logga in under "Provsvär" på direkttest.se. "Testresultat är ej tillgängligt" betyder att provet är registrerat men att analysen inte är klar. "Det finns inget prov registrerat" betyder att du inte registrerat provet korrekt och det finns därför ingen koppling mellan dig och ditt provrör i systemet.

F: Hur gör jag för att registrera ett prov på mitt barn?

S: Provet registreras i barnets personnummer. Man väljer sedan "personlig kod" som identifieringsmetod. Glöm inte spara ner koden.

F: Jag har inte Bank-ID.

S: Om du saknar Bank-ID kan du registrera dig med personlig kod. Välj "Personlig Kod" som identifieringsmetod vid registrering. Den personliga koden används sedan för att läsa ditt provsvar.

F: Hur lång tid tar det innan jag får svar?

S: Vanligtvis får du ditt provsvar inom 48 timmar från då du lämnar ifrån dig provet med reservation för sent inlämnade prover som inte hinner med transporten. Då kan det ta upp till 72 timmar.

F: När kan jag börja arbeta igen om provet är negativt?

S: När du är så frisk att du kan arbeta. Kontakta din arbetsgivare när svaret kommer

F: Vart vänder jag mig med frågor om svaret är positivt?

S: Då kontaktar du den vårdcentral där du tog ditt prov.

F: Om jag blir sjukare vad gör jag då?

S: Om du upplever att du behöver stöd av vården för att du är sjuk gör du precis som vanligt. Du kontaktar 1177 eller din ordinarie läkare till exempel på den vårdcentral där du är listad.

F: Vad är biobankning och varför är det bra?

S: 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.