



UK Government

NHS

Test and Trace

Ako sa otestovať na koronavírus (COVID-19) skôr, ako pôjdete do nemocnice



Toto je ľahko čitateľný návod.

Január 2021

Slovak

Contents

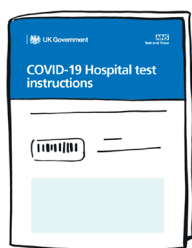
1	Úvod	Strana 3
2	Registrácia súpravy pred testovaním	Strana 6
3	Objednanie kuriéra na prevzatie	Strana 8
4	Príprava na test	Strana 10
5	Výter z hrdla	Strana 11
6	Výter z nosu	Strana 13
7	Zabalenie vášho testu	Strana 15
8	Získanie výsledku testov	Strana 16
9	Ďalšie informácie	Strana 17

1 Úvod



Department
of Health &
Social Care

Táto príručka pochádza z Vládneho Ministerstva Zdravotníctva a Sociálnej Starostlivosti.

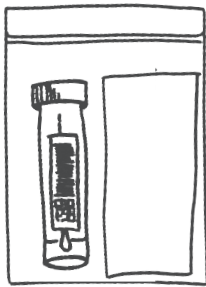


Informuje vás o tom:

- čo robiť, keď dostanete testovaciu súpravu
- ako sa otestovať na zistenie prítomnosti koronavírusu.

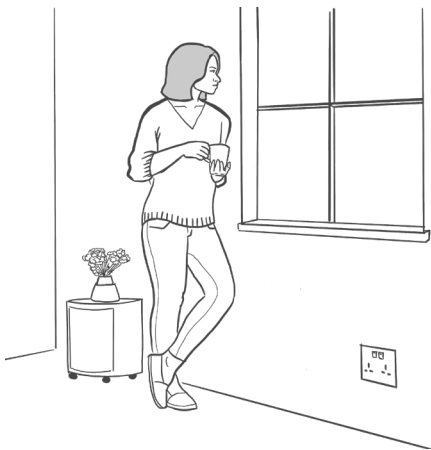


Koronavírus je choroba, ktorá sa šíri po celom svete. Mnoho ľudí to nazýva COVID-19.



Máme test na koronavírus. Test si môžete urobiť sami.

Skôr ako pôjdete do nemocnice, musíte si urobiť test a potom **sa izolovať** na 3 dni, aby ste sa uistili, že nie ste chorí.



Izolácia znamená, že:

- musíte zostať vo svojom dome



- nemôžete sa priblížiť k iným ľuďom.



Koronavírus

Môžete mať koronavírus a nemusí sa cítiť zle.



Avšak, niektorí ľudia sú z toho veľmi chorí.



Symptómy koronavírusu

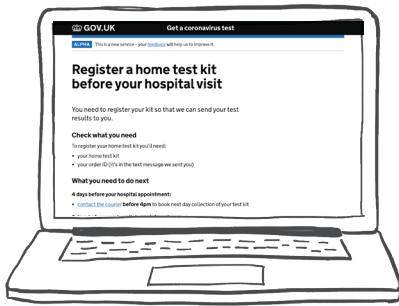
Môžete dostať vysokú teplotu a kašeľ.



Možno nebudete môcť veci ochutnať alebo ovoňať.

Ak máte akékoľvek príznaky koronavírusu, musíte sa izolovať a môžete si objednať test.

2 Registrácia súpravy pred testovaním



Je skutočne dôležité zaregistrovať si test hneď, ako dostanete súpravu.

Ak sa nezaregistrujete, vy a nemocnica nemôžete získať výsledky vášho testu a vaša procedúra sa môže oneskoriť.

Zaregistrujte svoj test na:

www.gov.uk/register-hospital-test

Na registráciu budete potrebovať:

- **ID vašej objednávky.** Skladá sa z 10. čísel. Toto nájdete v správe, ktorú ste dostali.
- **čiarový kód testovacej súpravy.** Skladá sa z 11 písmen a čísel. Skontrolujte, či je tento čiarový kód na vašej brožúre, plastovej skúmavke, nepriepustnom vrecku a vratnej krabici.
- **váš čiarový kód Royal Mail,** ktorý je predplatenom vratnom štítku. Skladá sa z 13 písmen a čísel.



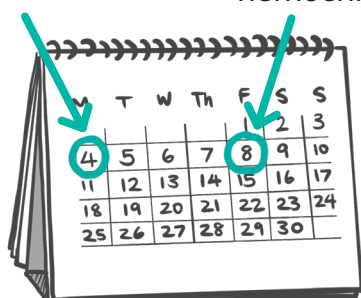
3 Objednanie kuriéra na prevzatie



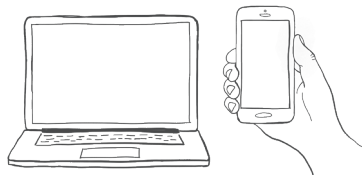
Kuriér je osoba, ktorá vyzdvihne vašu testovaciu súpravu a odnesie ju do laboratória.

Rezervácia kuriéra

Príchod do nemocnice



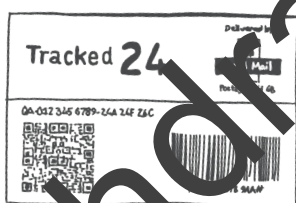
Musíte si zarezervovať kuriéra 4 dni predtým, ako pôjdete do nemocnice.



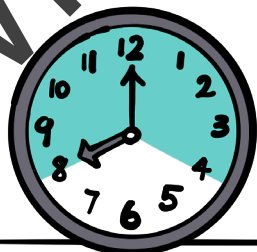
Na rezerváciu kuriéra, navštívte stránku

www.collections.royalmail.com

od 8 do 18. hodiny alebo zavolajte na 0800 0511811.



Budete potrebovať svoj Čiarový kód Royal Mail.



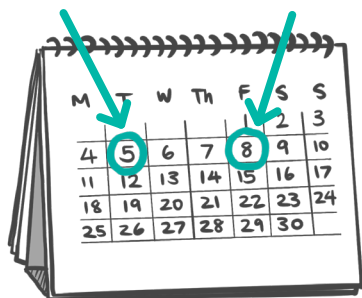
8:00AM - 4:00PM

Váš kuriér príde medzi 8. a 16. hodinou nasledujúci deň.

4

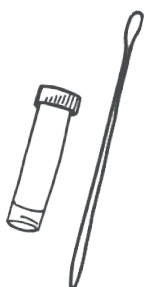
Príprava na test

Deň testu Príchod do nemocnice



Test si urobte **3 dni** predtým, ako pôjdete do nemocnice.

Musíte sa podrobiť testu a zabaliť súpravu v ten istý deň do 7. hodiny rána, aby bola pripravená pre kuriéra.



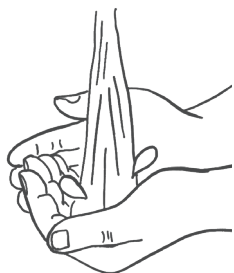
Testu sa netreba báť. Bude to veľmi rýchle a nebude to boľavé.



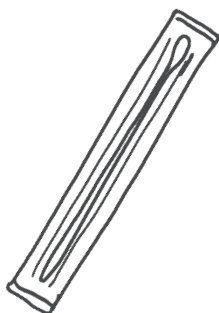
Očistite a osušte povrch. Potom naň vybaľte všetko z testovacej súpravy.



Ak máte nádchu, pred vykonaním testu si budete musieť vysmrkať nos.

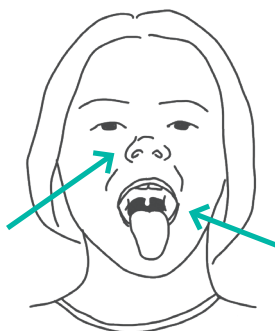


Pred vykonaním testu si umyte ruky mydlom a vodou.



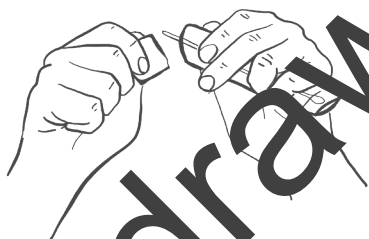
Výter budete robiť z vášho hrdla a nosu použitím **tampónu**.

Tampón vyzerá ako veľká vatová tyčinka.

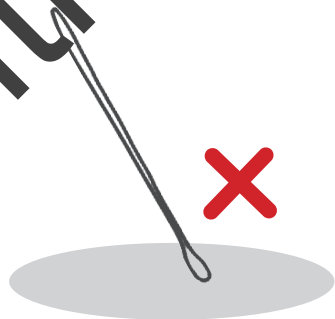


Rovnaký tampón použijete na hrdlo aj na nos.

Ak si nemôžete urobiť výter z hrdla, namiesto toho si môžete urobiť výter z obidvoch nozdier.

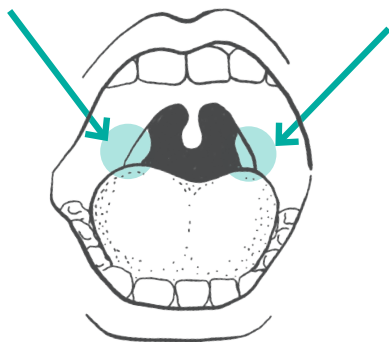


Otvorte obal a jemne vytiahnite **tampón**.



Nedovoľte, aby sa hrot tampónu dotýkal iných povrchov, pretože by to mohlo zmiešať vaše výsledky.

5 Výter z hrdla

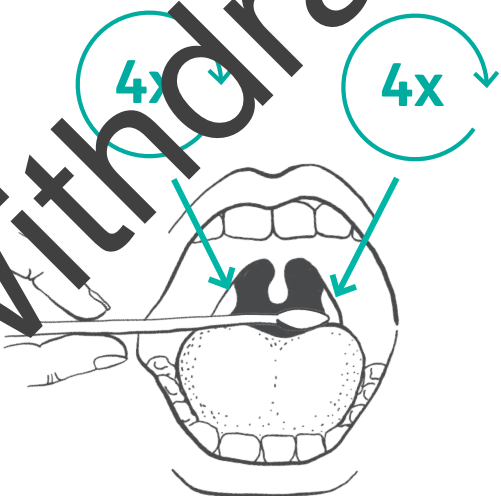


Pozri sa do svojich úst a nájdite svoje **nosné mandle**. Vaše **mandle** sú mäkké časti v zadnej časti hrdla.



Musíte otvoriť ústa a vyplaziť jazyk.

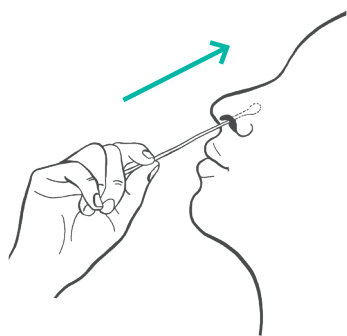
Pomocou tampónu odoberte vzorku z hrdla.



Jemne potierajte tampónom mäkkú časť v zadnej časti hrdla **4-krát z každej strany**.

Môže to byť trochu nepríjemné a môže vás napnúť na zvracanie, ale nebude to bolieť.

6 Výter z nosa



Rovnakým tampónom odoberte vzorku z nosa.

Ak je jedna z vašich nosových dierok prepichnutá, urobte výter z druhej nosnej dierky.

Vložte tampón do nosovej dierky a jemne ním zatlačte nahor.

Nebude to bolieť a nepôjde to príliš vysoko.

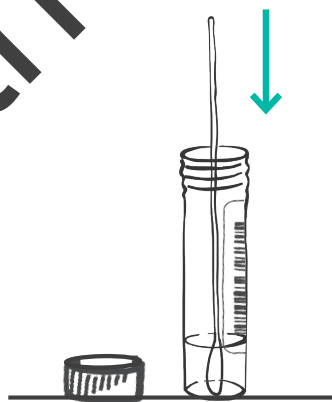


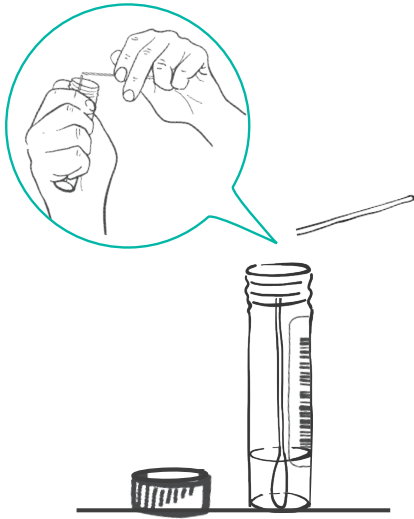
Jemne otáčajte tampón 10. kompletnými krúživými pohybmi. Nebude to bolieť, ale môže to byť trochu nepríjemné.

Ak ste si neurobili výter z hrdla, urobte si teraz výter z druhej nosovej dierky.

Vložte tampón do plastovej skúmavky. Plastová skúmavka je malá nádoba naplnená trochou tekutiny.

Uistite sa, že kvapalina zostáva v skúmavke.





Koniec tyčinky odtrhnite tak, aby zapadol do plastovej skúmavky bez ohnutia.

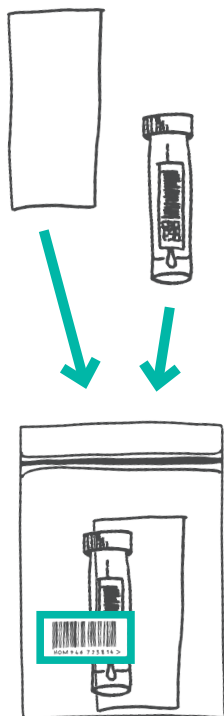


Veko plastovej skúmavky pevne zaskrutkujte a skontrolujte, či je správne nasadené.



To je všetko, dobrá práca. Teraz to musíte zbaľiť, aby to bolo pripravené na vyzdvihnutie kuriérom.

7 Zabalenie vášho testu



Absorpčná podložka je malý kúsok mäkkej látky.

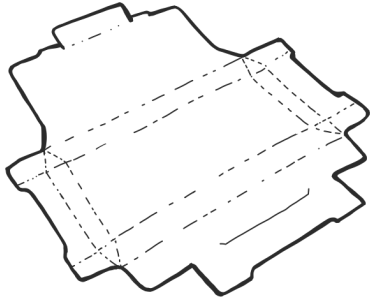
Vložte plastovú skúmanku a absorbčnú vložku spolu do **nepriepustného vrecka**.

Na nepriepustnom vrecku bude čiarový kód.

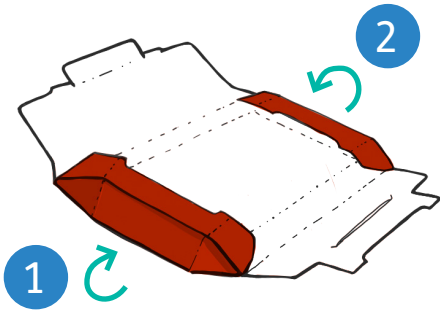


Z vrecka vytlačte trochu vzduchu. Potom stiahnite prúžok z vrchu vrecka. Pod ním je lepkavá plocha.

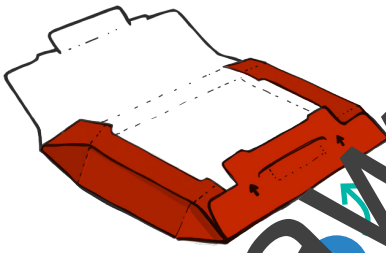
Stlačením hornej časti vrecka ju zatvoríte.



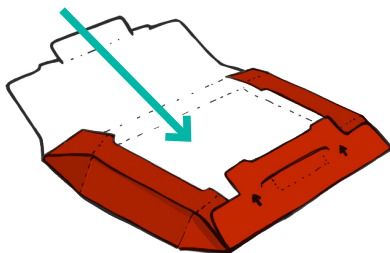
Vytvorte kartónovú krabicu.



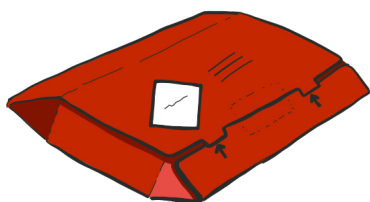
Najskôr zohnite boky smerom do stredu.



Potom sklopte spodnú časť veka smerom do stredu na vrchnej časti strán.

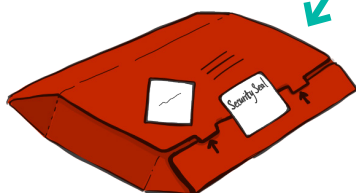


Vložte vrečko do vašej kartónovej krabice.

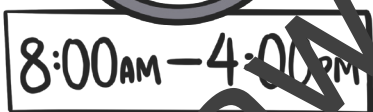
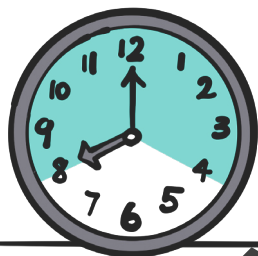


Zložte vrchnú časť veka a zatlačte ho do spodnej časti, aby sa krabica zavrela.

Bezpečnostná páska



Zalepte to bezpečnostnou páskou.



To je všetko, dobrá práca. Teraz je to pripravené pre kuriéra.

Kuriér príde medzi 8. a 16. hodinou.



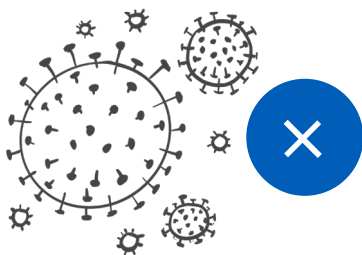
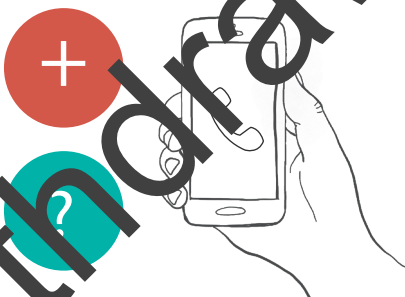
Keď príde kuriér, otvorte dvere, umiestnite vratnú krabicu vonku a potom dvere zatvorte.

Kuriér zoberie krabicu do testovacieho laboratória. Ak ste zmeškali svojho kuriéra, zavolajte na **0800 0511811**.

8 Získanie výsledku testov



Deň
testovania



Výsledky testu nebudete vedieť hneď. Kuriér doručí váš test do laboratória na testovanie.

Musíte byť v izolácii až 7 dní, kým nepôjdete do nemocnice. Na výsledky svojich testov si budete musieť počkať. Môže to trvať až 2 dni.

Výsledky svojich testov dostanete sms správou. Výsledky vašich testov dostane tiež vaša nemocnica prostredníctvom e-mailu.

Ak je test pozitívny alebo nejasný Zavolajte do nemocnice a poraďte sa, čo robiť ďalej.

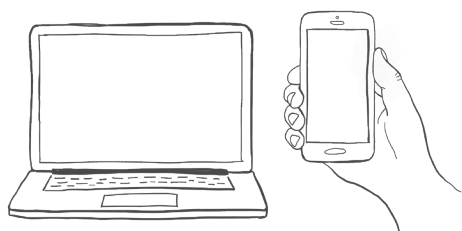
Ak je test negatívny Znamená to, že test nenašiel koronavírus. Musíte byť stále v izolácii, kým nepôjdete do nemocnice.

9 Ďalšie informácie



Ak potrebujete ďalšie informácie, navštívte:

www.gov.uk/government/publications/supported-living-services-during-coronavirus-covid-19



Ak máte akékoľvek otázky týkajúce sa vášho testu na koronavírus, zavolajte na:

- **0800 0511811** ak žijete v Anglicku, Wales alebo Severnom Írsku
- **0300 303 2713** ak žijete v Škótsku

Lines are open **7am to 11pm** every day.

Ak sa budete cítiť horšie alebo sa nebudete mať lepšie po 7. dňoch:

- navštívte NHS 111 online na www.111.nhs.uk
- alebo volajte na **111**

