

LES AUTOTESTS

Qu'est ce qu'un autotest ?

L'autotest est une forme de **test antigénique**, à réaliser **soi-même**, à l'aide d'un écouvillon introduit dans le nez. Pour augmenter la fiabilité du test, il faut bien **suivre la notice d'utilisation du fabricant** et bien faire le geste de prélèvement.

Il sert à dépister les personnes de plus de 15 ans qui n'ont **pas de symptômes** et qui ne sont **pas cas contact**. Il permet de savoir si on est **porteur ou non de la COVID-19** mais n'a d'intérêt que s'il est fait **régulièrement** par exemple, 1 à 2 fois par semaine.

Quand peut-on l'utiliser?

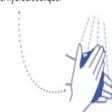
Ce test peut être utilisé, notamment dans le cadre d'un **dépistage collectif** (lycée, entreprise...) ou par un **particulier à domicile**. En répétant le prélèvement, par exemple 1 à 2 fois par semaine, on augmente les chances de détecter le virus au début de la maladie.

En cas de symptômes ou le contact avec une personne testée positive au Covid, il faut faire un test **RT-PCR** ou **antigénique** au laboratoire ou chez un professionnel de santé.

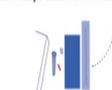
Les étapes clés du prélèvement nasal

1 PRÉPARATION

Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou avec du gel hydroalcoolique.



Sortir tous les éléments de la boîte du test et les poser sur une surface plane bien nettoyée. Identifier chaque élément du kit de test.



2 RÉALISATION DU TEST

Réalisation de l'autotest par l'usage après lecture des conditions d'utilisation fournies par le fabricant.

(A) Il faut introduire l'écouvillon verticalement dans une narine sur 2 à 3 cm sans forcer.

(B) Puis le basculer doucement horizontalement et l'introduire un peu jusqu'à rencontrer une légère résistance.

(C) Ensuite, réaliser un mouvement de rotation à l'intérieur de la narine.



⚠️ Ne pas forcer ou aller trop en profondeur.

Pour certains tests, le prélèvement d'une seconde narine est nécessaire. Si tel est le cas, il faut procéder de la même façon dans l'autre narine avec un même écouvillon.

Puis suivre les indications d'emploi pour l'extraction et la lecture du résultat du test sur la cassette.

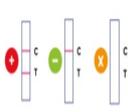
Que faire après l'autotest?

(+) Le résultat est **POSITIF** si deux bandes colorées apparaissent au niveau des zones C et T.

(-) Le résultat est **NÉGATIF** si une bande colorée apparaît uniquement dans la zone contrôle C.

(*) Si la ligne contrôle C n'apparaît pas, le résultat est **INVALIDE**. Il faut refaire un autotest.

En cas de doute sur le résultat, consulter son pharmacien.



Jeter les articles du kit dans un sac plastique pour éviter toute contamination.

Fermer le sac et le place dans un deuxième sac plastique. Jeter le tout dans sa poubelle habituelle.

Se laver les mains après la manipulation.

Mon test est positif, que faire ?

- 1. JE M'ISOLE**
 - Je rentre chez moi
 - J'informe les personnes avec qui je vis pour qu'elle s'isole et se teste
 - Je préviens mes autres contacts
 - Isolation 10 jours après les résultats du test
- 2. JE FAIS IMMÉDIATEMENT UN RT-PCR DE CONFIRMATION**
 - Je me rends au plus vite dans un laboratoire pour faire un test PCR nasopharyngé
 - Le test PCR est pris en charge par l'Assurance Maladie sous présentation de la carte vitale
 - ↳ La confirmation par PCR permet à l'Assurance Maladie de contactés mes cas contacts pour qu'ils se fassent tester, et de me délivrer un arrêt de travail et/ou une solution d'isolement adaptée.
- 3. JE CONTACTE MON MÉDECIN TRAITANT**
 - Il m'indiquera la marche à suivre, me prescrira des masques chirurgicaux et un arrêt de travail si besoin.
 - Je surveille mon état de santé
 - Je contacte mon médecin en cas d'apparition de symptômes, de doute sur le traitement ou autre problème de santé.

En cas de difficulté à respirer, essoufflement, j'appelle immédiatement le 15 (ou 114 pour les sourds ou malentendants)
- 4. JE RESPECTE SERRÉMENT LES GESTES BARRIÈRES**
 - Porter correctement un masque
 - Aérer les pièces plusieurs minutes/heure
 - Limiter els contacts sociaux au maximum
 - Rester à 2 mètres des autres
 - Se laver régulièrement les mains
 - Tousser et/ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
 - Ne pas serrer les mains
 - Ne pas faire d'embrassade
 - Utiliser les outils comme TousAntiCovid
 - Éviter les rassemblements avec les personnes à risque de forme grave
 - Privilégier le télétravail

Mon test est positif, que faire ?

Je continue de respecter les gestes barrières.

Au moindre doute ou si je commence à avoir des symptômes, je fais un test RT-PCR ou antigénique nasopharyngé.

PLUS D'INFOS

