



Zelftesten doe je zo!



Het doel van zelftesten in het voortgezet onderwijs is om ongemerkte coronabesmettingen onder leerlingen en onderwijspersoneel zo snel mogelijk te signaleren en zo verspreiding van het coronavirus op school te beperken.

Zelftesten is bedoeld voor (nog) niet-immune mensen zonder coronaklachten. Deelname aan zelftesten is altijd vrijwillig. Heb je klachten die kunnen wijzen op een coronabesmetting, neem dan geen zelftest af, maar maak direct een afspraak voor een coronatest bij de GGD.



Een persoon wordt als immuun voor het Coronavirus beschouwd als deze:

- 14 dagen of langer geleden een vaccinatieserie heeft afgerond van Comirnaty (Pfizer), Spikevax (Moderna) of Vaxzevria (AstraZeneca); OF
- 14 dagen of langer geleden 1 dosis van een van deze vaccins heeft gekregen na een doorgemaakte Corona-infectie; OF
- 28 dagen of langer geleden het Janssen-vaccin heeft gekregen; OF
- Minder dan 6 maanden geleden Corona heeft gehad.



Stappen Lees de bijsluiter van de test goed door. Volg de stappen op die daarin staan. Er zijn zelftesten van verschillende leveranciers goedgekeurd. De werkwijze kan onderling per test iets verschillen.

Op hoofdlijnen gelden de volgende stappen

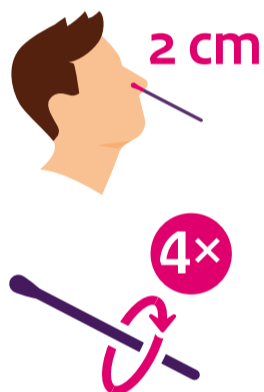
1 Zelftest uitpakken

Pak de test uit en stal de onderdelen voor je uit op tafel.



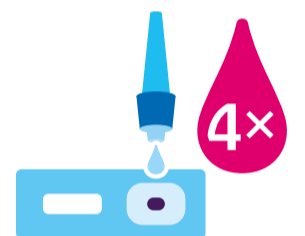
2 Uitstrijkje zelf afnemen

- Kantel je hoofd licht naar achteren.
- Steek het wattenstaafje in een neusgat.
- Duw het wattenstaafje langzaam ongeveer 2 cm in de neus totdat je weerstand voelt (parallel aan het gehemelte – dus horizontaal naar achteren, niet naar boven).
- Draai het wattenstaafje 4 keer tegen de binnenkant van de neus (in totaal ongeveer 15 seconden).
- Herhaal dit in het andere neusgat.



4 Druppelen

- Leg de teststrip of testcassette op een vlakke ondergrond.
- Houd het buisje verticaal boven het ronde, gemarkeerde gebied (niet het rechthoekige resultaatvenster).
- Laat precies 4 druppels op het veld vallen. Knijp hiervoor zo nodig voorzichtig in het buisje.
- Wacht nu 15 minuten.



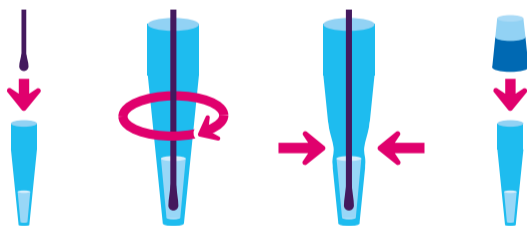
5 Uitkomst aflezen

Lees na 15 minuten de uitslag af. De testuitslag is persoonlijk. Bekijk tijdens het wachten op de uitslag wat het betekent als de uitslag positief, dan wel negatief is. Zie hiervoor het kader 'Uitkomst van de zelftest, wat nu?'



3 Monster oplossen in buisje vloeistof

- Plaats het wattenstaafje in een buisje met zogeheten extractiebuffer/testvloeistof.
- Draai het wattenstaafje rond.
- Houd het wattenstaafje net iets boven de vloeistof en knijp het wattenstaafje uit.



6 Afronding

Gooi de testspullen in de prullenbak. Maak de tafel schoon met een vochtig doekje. Was je handen goed met water en zeep.



Uitkomst van de zelftest, wat nu?

De uitslag is ongeldig

- als er alleen een streepje onderin staat.
- als er geen enkel streepje opkomt.
- als de uitslag niet na 15 min en binnen 30 min is afgelezen.

In al deze gevallen moet je jezelf opnieuw testen met een nieuwe zelftest.



De uitslag is negatief

- je kunt gewoon naar school.

De uitslag is positief

- neem contact op met de GGD (www.coronatest.nl of 0800 1202) om een confirmatietest te laten doen.
- blijf thuis in isolatie.
- licht je huisgenoten in dat je corona hebt en adviseer (nog) niet-immune huisgenoten direct in quarantaine te gaan.
- meld op school dat je thuis blijft en online les volgt.

Je mag geen zelftest gebruiken als je

- klachten hebt die passen bij corona;
- een melding hebt gekregen van de CoronaMelder-app;
- nauw contact of huisgenoot bent van iemand met corona en een quarantaineadvies hebt gekregen;
- terugkeert uit een hoogrisicogebied.



negatief

positief

alleen samen krijgen we
corona onder controle

Heb je nog vragen waarom zelftesten belangrijk is?
Kijk dan op www.laks.nl/daarom-test-ik

