

## MON AUTOTEST EST POSITIF, QUE DOIS-JE FAIRE ?

### JE M'ISOLE

- ✓ Je rentre chez moi m'isoler.
- ✓ J'informe les personnes avec qui je vis qu'elles doivent également s'isoler et se tester : je consulte pour cela les consignes sur : [https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/document\\_patient\\_-\\_consignes\\_d\\_isolement.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/document_patient_-_consignes_d_isolement.pdf)
- ✓ Je préviens mes autres contacts sans attendre le test PCR.
- ✓ Comme je suis asymptomatique, mon isolement doit durer 10 jours après la réalisation du test.

### J'EFFECTUE UN TEST PCR DE CONFIRMATION

- ✓ Je me rends au plus vite dans un laboratoire pour effectuer un test PCR nasopharyngé\*.
- ✓ La confirmation par test PCR permettra à l'Assurance Maladie de contacter les personnes que j'ai croisées pour qu'elles s'isolent et se fassent tester et de me délivrer un arrêt de travail et/ou de me proposer une solution d'isolement adaptée.

### JE POURSUIS L'ISOLEMENT

- ✓ L'Assurance Maladie m'indiquera la marche à suivre, me prescrira des masques chirurgicaux et un arrêt de travail si besoin.
- ✓ Je surveille mon état de santé et je m'informe sur le site officiel [mesconseilscovid.fr](https://mesconseilscovid.fr).
- ✓ Je contacte mon médecin traitant en cas d'apparition de symptômes, en cas de doute sur un traitement ou pour tout autre problème de santé. En cas de difficultés à respirer, notamment en cas d'apparition d'un essoufflement, j'appelle immédiatement le 15 (ou le 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes).

### JE RESPECTE SCRUPULEUSEMENT LES GESTES BARRIÈRES

- ✓ Je continue de respecter scrupuleusement les gestes et mesures barrières pendant 10 jours après ma durée d'isolement pour ne pas mettre en danger mon entourage et notamment les personnes les plus vulnérables :
  - ✓ Aérer les pièces le plus souvent possible
  - ✓ Respecter une distance d'au moins deux mètres avec les autres
  - ✓ Porter un masque chirurgical ou en tissu de catégorie 1 quand la distance de deux mètres ne peut pas être respectée
  - ✓ Limiter au maximum ses contacts sociaux
  - ✓ Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
  - ✓ Se moucher dans un mouchoir à usage unique
  - ✓ Se laver régulièrement les mains ou utiliser une solution hydro-alcoolique
  - ✓ Saluer sans serrer la main et arrêter les embrassades
  - ✓ Éviter de se toucher le visage
  - ✓ Utiliser les outils numériques (application TousAntiCovid, [mesconseilscovid.fr](https://mesconseilscovid.fr))

## MON AUTOTEST EST NÉGATIF, QUE DOIS-JE FAIRE ?

- ✓ Je continue de respecter les gestes barrières.

! Si je commence à avoir des symptômes, je fais un test RT-PCR ou antigénique nasopharyngé sur recommandation médicale

Pour plus de renseignements, rendez-vous sur <https://solidarites-sante.gouv.fr/autotests-covid-19>

\* Le test est pris en charge sur présentation d'un justificatif. À noter qu'un autotest positif n'est pas un justificatif de prise en charge, si besoin demander conseil à votre médecin

# PETIT GUIDE D'UTILISATION DE L'AUTOTEST NASAL

## QU'EST-CE QUE L'AUTOTEST ?

L'autotest est une forme de **test antigénique**, à réaliser **soi-même**, à l'aide d'un écouvillon introduit dans le nez.

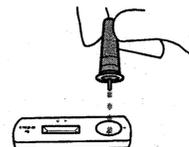
Pour augmenter la fiabilité du test, il faut bien **suivre la notice d'utilisation du fabricant** et bien faire le geste de prélèvement.

### À quoi sert-il ?

Il sert à dépister les personnes qui n'ont **pas de symptômes** et qui ne sont pas **personnes contacts**.

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.

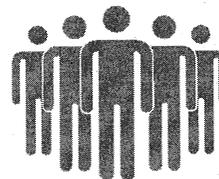


## QUAND PEUT-ON L'UTILISER ?

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 de contact avec une personne testée positive à la 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**

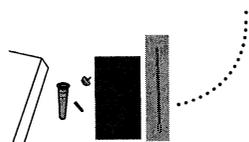
### Préparation

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**

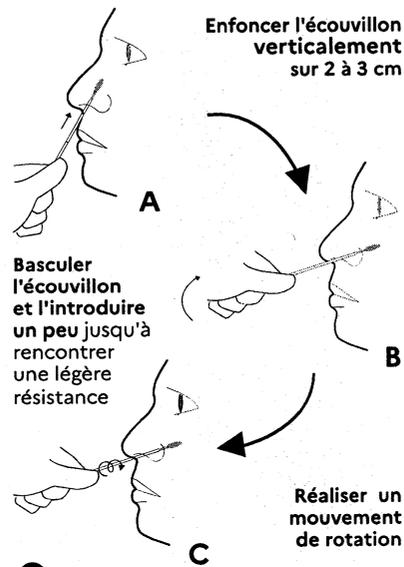
### Réalisation du test

Réalisation de l'autotest par l'utilisateur après **lecture des conditions d'utilisations** 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) Puis **réaliser un mouvement de rotation** à l'intérieur de la narine.

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 le même écouvillon.

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



Enfoncer l'écouvillon verticalement sur 2 à 3 cm

Basculer l'écouvillon et l'introduire un peu jusqu'à rencontrer une légère résistance

Réaliser un mouvement de rotation

⚠ Ne pas forcer ou aller trop en profondeur.

## QUE FAIRE APRÈS LE TEST ?

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

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

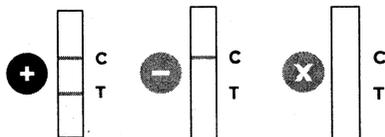
(x) Si la ligne contrôle (C) n'apparaît pas, le résultat est **INVALIDE**. Il faut refaire un autotest.

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 placer dans un deuxième sac plastique. Jeter le tout dans sa poubelle habituelle.

Se laver les mains après la manipulation.



Positif ou négatif, j'indique mon résultat sur [monautotest.gouv.fr](https://monautotest.gouv.fr)