



# PETIT GUIDE D'UTILISATION DE L'AUTOTEST NASAL

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

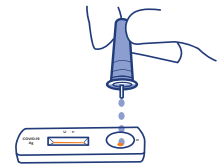
L'autotest est une forme de **test antigénique**, à réaliser **soi-même**, à l'aide d'un écouvillon introduit dans le nez.

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 de plus de 15 ans 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.

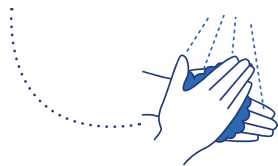
En cas de symptômes ou de contact avec une personne testée positive à la Covid, il faut faire un test RT-PCR ou antigénique au laboratoire ou chez un professionnel de santé.



## LES ÉTAPES CLÉS DU PRÉLÈVEMENT NASAL

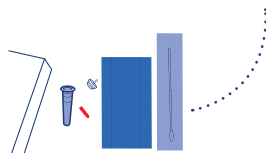
### 1 Préparation

**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.



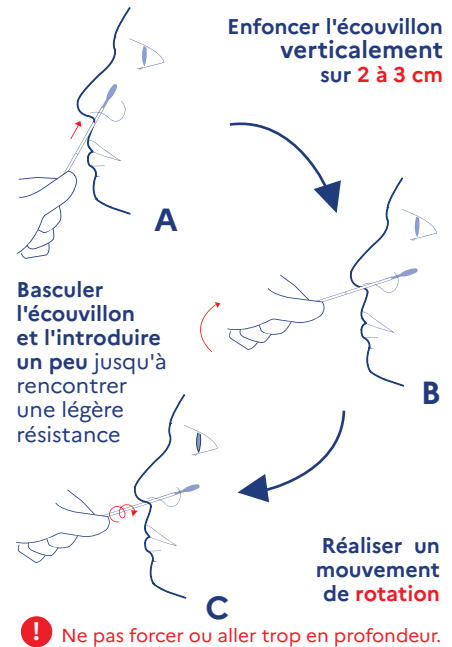
### 2 Réalisation du test

Réalisation de l'autotest par l'usager après **lecture des conditions d'utilisations** fournies par le fabricant.

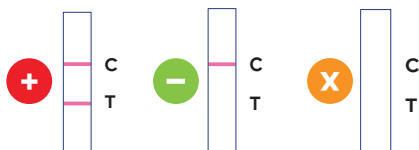
**(A)** Il faut **introduire l'écouvillon verticalement** dans une narine **sur 2 à 3 cm** sans forcer **(B)**, puis **basculer doucement horizontalement** et l'introduire un peu jusqu'à rencontrer une légère résistance. **(C)** Puis **réaliser un mouvement de rotation** à l'intérieur de la narine.

**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.



## 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)**.

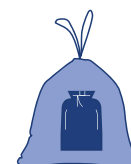
**(x)** Si la ligne contrôle (C) n'apparaît pas, le résultat est **INVALIDE**. Il faut refaire un autotest.

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.



# 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 IMMÉDIATEMENT UN TEST PCR DE CONFIRMATION

- ✓ Je me rends au plus vite dans un laboratoire pour effectuer un test PCR nasopharyngé.
- ✓ Le test PCR est pris en charge par les services de l'Assurance Maladie sur présentation de ma carte Vitale: je n'ai rien à avancer.
- ✓ 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 CONTACTE MON MÉDECIN TRAITANT

- ✓ Je contacte mon médecin traitant. Il pourra m'indiquer la marche à suivre, me prescrire 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 7 jours après ma durée d'isolement pour ne pas mettre en danger mon entourage et notamment les personnes les plus vulnérables.
- ✓ Concrètement, cela signifie que :
  - ✓ Je porte correctement un masque
  - ✓ J'aère les pièces autant que possible, en continu ou au moins plusieurs minutes chaque heure
  - ✓ Je limite mes contacts sociaux au maximum (pas plus de 6 personnes)
  - ✓ Je reste à une distance d'au moins deux mètres des autres
  - ✓ Je me lave régulièrement les mains avec du savon ou une solution hydroalcoolique
  - ✓ Je tousse ou j'éternue dans mon coude ou dans un mouchoir
  - ✓ Je me mouche dans un mouchoir à usage unique
  - ✓ Je ne serre pas les mains et j'évite les embrassades
  - ✓ J'utilise les outils numériques (application TousAntiCovid, [mesconseilscovid.fr](https://mesconseilscovid.fr))
  - ✓ J'évite tout rassemblement ou contact avec des personnes à risque de forme grave de Covid-19
  - ✓ Je privilégie si possible le télétravail

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

- ✓ Je continue de respecter les gestes barrières.

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

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