

SELVTEST COVID 19

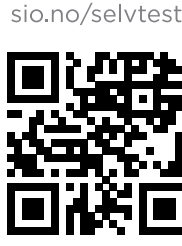
1. Før du ser videoen

Vær ekstra oppmerksom på dette i videoen:

- Testpinnen: Føres 2-3 cm inn i fremre nese og roteres rundt i 10 sekunder, i begge nesebor
- Reagensrøret: Rør om i væsken med testpinnen 10 ganger, klem på svampen på testpinnen før du tar ut pinnen og setter korken på reagensrøret med spissen opp
- Testbrikken: Drypp **fire** dråper i sirkelen. Ikke berør eller beveg testbrikken.
- Resultatet: Avleses etter minimum 15 minutter og maks 30 minutter.

2. Se videoen

Scan denne QR-koden og se video på hvordan du gjennomfører og leser av testen



sio.no/selvtest

3. Resultat av testen

Hva gjør du når du har fått svar på testen?

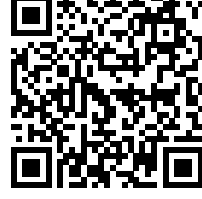
Svaret er negativt:

Du har ikke påvist smitte, men må likevel følge smittevernårådene

Svaret er positivt: Det er viktig at du følger **alle** disse 3 stegene

1. Isoler deg og ha nok avstand til andre
2. Scan denne QR-koden. Fyll ut og send inn skjemaet
3. Ring koronatelefonen 21 80 21 82 for veiledning. Oppholder du deg utenfor Oslo kommune, ring koronatelefonen lokalt.

Har du spørsmål om hurtigtesten eller problemer med å bruke QR-koden, ringer du SiO Helse på telefon 22 85 33 00



SELVTEST COVID 19

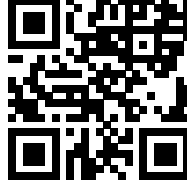
1. Før du ser videoen

Vær ekstra oppmerksom på dette i videoen:

- Testpinnen: Føres 2-3 cm inn i fremre nese og roteres rundt i 10 sekunder, i begge nesebor
- Reagensrøret: Rør om i væsken med testpinnen 10 ganger, klem på svampen på testpinnen før du tar ut pinnen og setter korken på reagensrøret med spissen opp
- Testbrikken: Drypp **fire** dråper i sirkelen. Ikke berør eller beveg testbrikken.
- Resultatet: Avleses etter minimum 15 minutter og maks 30 minutter.

2. Se videoen

Scan denne QR-koden og se video på hvordan du gjennomfører og leser av testen



sio.no/selvtest

3. Resultat av testen

Hva gjør du når du har fått svar på testen?

Svaret er negativt:

Du har ikke påvist smitte, men må likevel følge smittevernårådene

Svaret er positivt: Det er viktig at du følger **alle** disse 3 stegene

1. Isoler deg og ha nok avstand til andre
2. Scan denne QR-koden. Fyll ut og send inn skjemaet
3. Ring koronatelefonen 21 80 21 82 for veiledning. Oppholder du deg utenfor Oslo kommune, ring koronatelefonen lokalt.

Har du spørsmål om hurtigtesten eller problemer med å bruke QR-koden, ringer du SiO Helse på telefon 22 85 33 00



Testen benyttes i romtemperatur og oppbevares mellom 2-30 C.

Testen benyttes i romtemperatur og oppbevares mellom 2-30 C.



HELSE



HELSE