

# PETIT GUIDE D'UTILISATION DE L'AUTOTEST NASAL

## DANS LES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

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

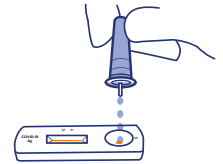
L'autotest est une forme de **test antigénique**, à réaliser **soi-même**, à l'aide d'un écouvillon introduit dans le nez.

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 une fois par semaine.



### QUAND PEUT-ON L'UTILISER ?

Ce test doit être utilisé chaque semaine, juste avant de se rendre dans l'établissement.

En répétant le prélèvement chaque 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.

Flashez pour plus d'infos \*



### LES ÉTAPES CLÉS DU PRÉLÈVEMENT NASAL

1

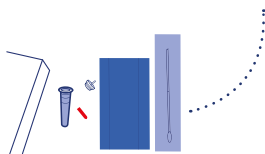
#### Préparation

**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

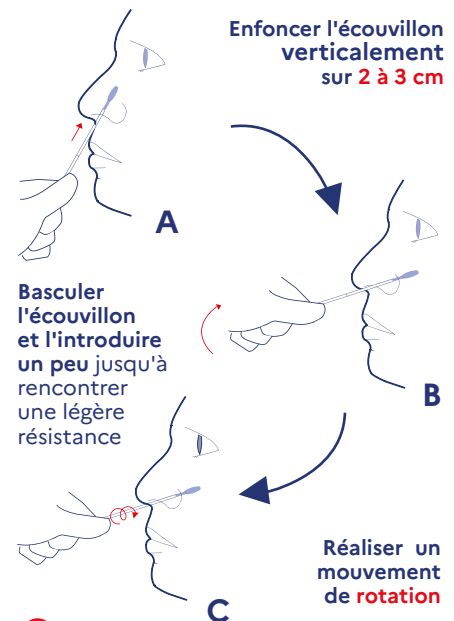
#### Réalisation du test

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.

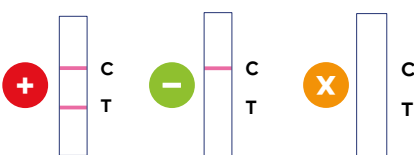
**Pour certains tests, le prélèvement d'une seconde narine est nécessaire.** Si tel est le cas, il faut procéder de la même façon **dans l'autre narine avec le même écouvillon.**

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



**! 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.

**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 reste chez moi ou **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.
- ✓ J'informe mon établissement (à l'adresse : coronavirus@ens2m.fr)
- ✓ 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))

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

- ✓ Je continue de respecter les gestes barrières.

Où trouver son autotest dans votre établissement ?

**A l'accueil de l'ENSMM**

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