

কোভিড-19 রেপিড অ্যান্টিজেন টেস্ট: কীভাবে নমুনা সংগ্রহ করা হয়

রেপিড অ্যান্টিজেন টেস্ট (RATs) -এর জন্য নমুনা সংগ্রহ করতে ব্যবহারকারীদের কিটে যে বর্ণিত নির্দেশাবলি প্রবিষ্ট আছে, তা মেনে চলতে হবে।

হেল্থ কানাডার দ্বারা অনুমোদিত (কিটে যে বর্ণিত নির্দেশাবলী প্রবিষ্ট আছে তা অনুযায়ী) সংগ্রহের বিকল্পমূলক পদ্ধতি ছাড়াও ব্যবহারকারীরা মুখ ও নাকের সম্মিলিত নমুনাও সংগ্রহ করতে পারেন কারণ এটি টেস্টের সংবেদনশীলতা বৃদ্ধি করতে পারে।

মুখ ও নাকের সম্মিলিত পদ্ধতি অথবা শুধু নাকের পদ্ধতি ব্যবহার করে নমুনা সংগ্রহের জন্য সাধারণ পদক্ষেপগুলির মধ্যে নিম্নলিখিত আলোকপাতগুলি করা হয়েছে।

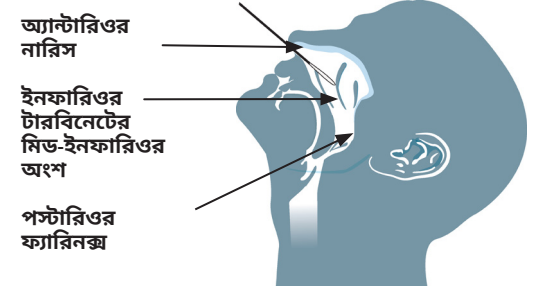
যদি আপনার মুখ ও নাকের সোয়াব নেওয়া হয় (মুখ ও নাকের সম্মিলিত পদ্ধতি)

1. নমুনা সংগ্রহের ন্যূনতম 30 মিনিট পূর্বে খাবেন না, পান করবেন না, চিবোবেন না, ধূমপান করবেন না অথবা ভেপ করবেন না।
2. আপনার কাছে যদি মুখের টিস্যু থাকে তাহলে পরীক্ষার আগে জোরে নাক ঝাড়বেন।
3. হাত ধুয়ে নিন এবং শুধু সোয়াবের বিপরীত দিকে থাকা নরম ডগার শেষ প্রান্তটি ধরবেন
4. গালের ভিতর দিক ও নীচের মাড়ির মধ্যে নরম সোয়াবের ডগাটি প্রবেশ করান এবং কয়েকবার সোয়াবটি ঘোরান।
5. এরপর, আপনার স্বাস্থ্যকর অনুযায়ী যতটা পারবেন আপনার গলার ভেতরের দিকে জিহ্বায় নরম সোয়াবটি ঘষুন।
 - বিকল্পমূলক: আপনার গালের ভিতর ও জীহ্বায় সোয়াব বোলানোর পরিবর্তে, আপনি গলার পেছনের দিকে ও টনিসেলও সোয়াব বোলাতে পারেন। সোয়াবটি কোথায় বোলাতে হবে তা দেখার জন্য আপনি একটি আয়নার সাহায্য নিতে পারেন।
6. আপনার মাথা পেছনের দিকে হেলিয়ে দিয়ে সোয়াবের ডগাটি আপনি যতটা সহ্য করতে পারবেন তত আপনার নাকে ভিতর সোজা পেছন দিকে (উপরে নয়) সম্পূর্ণরূপে ঢুকিয়ে দিন (2.5 সিএম পর্যন্ত)। নরম সোয়াবের ডগাটি আপনার নাকের ভেতর সম্পূর্ণরূপে ঢুকেছে তা নিশ্চিত করুন।
7. নাকের ভেতরের দেওয়ালের চারদিকে সোয়াবটি একাধিকবার ঘোরাবেন এবং নাকের নিঃসরণগুলি শোষণ করার জন্য এটি কয়েক সেকেন্ডের জন্য রেখে দেবেন।
8. সোয়াবটি আপনার নাকের ভেতর থেকে বের করে ওই একই সোয়াব আপনার নাকের অন্য ফুটোর ভেতরে ঢুকিয়ে একই কাজ করুন।
9. কিটের নির্দেশাবলি মেনে অবিলম্বে সোয়াবটি টেস্ট টিউবটির ভেতর রাখুন।

পদক্ষেপ 4-5



পদক্ষেপ 6



শুধু যদি আপনার নাকের সোয়াব নেওয়া হয় (নাকের পদ্ধতি)

1. আপনার কাছে যদি মুখের টিস্যু থাকে তাহলে পরীক্ষার আগে জোরে নাক ঝাড়বেন।
2. হাত ধুয়ে নিন এবং শুধু সোয়াবের নরম ডগার বিপরীত দিকটি ধরে থাকুন।
3. আপনার মাথা পেছনের দিকে হেলিয়ে দিয়ে সোয়াবের ডগাটি আপনি যতটা সহ্য করতে পারবেন তত আপনার নাকে ভিতর সোজা পেছন দিকে (উপরে নয়) সম্পূর্ণরূপে ঢুকিয়ে দিন (2.5 সিএম পর্যন্ত)। নরম সোয়াবের ডগাটি আপনার নাকের ভেতর সম্পূর্ণরূপে ঢুকেছে তা নিশ্চিত করুন।
4. নাকের ভেতরের দেওয়ালের চারদিকে সোয়াবটি একাধিকবার ঘোরাবেন এবং নাকের নিঃসরণগুলি শোষণ করার জন্য এটি কয়েক সেকেন্ডের জন্য রেখে দেবেন।
5. সোয়াবটি আপনার নাকের ভেতর থেকে বের করে ওই একই সোয়াব আপনার নাকের অন্য ফুটোর ভেতরে ঢুকিয়ে একই কাজ করুন।
6. কিটের নির্দেশাবলি মেনে অবিলম্বে সোয়াবটি টেস্ট টিউবটির ভেতর রাখুন।

