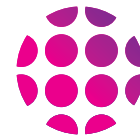




Australian Government



PHLN

Public Health Laboratory Network

SI TË VETËMERRNI SHTUPËN PËR COVID-19

Ky udhëzues tregon se si të përdorni shtupën për të marrur një mostër respiratore nga fyti dhe hunda juaj për testim. Ju duhet të vetëmerrni një mostër nëse një gjë e tillë ju kërkohet nga mjeku, klinika testuese apo qendra për marrje mostrash.

Rrjeti Publik Shëndetësor Laboratorik (PHLN) ka përgatitur këtë udhëzues për t'ju ndihmuar.

1

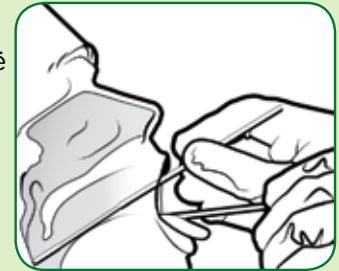
Përgatitja

- Përdorni shtupën e njëjtë për fytin dhe hundën tuaj. Mjeku apo ofruesi juaj i shërbimeve shëndetësore do ua jep shtupën.
- Lani apo sanitizoni duart tuaja para dhe pas marrjes së mostrës.
- Bëni gati një shtypës për gjuhën (një pjesë e rrafshët, e hollë prej druri sikurse një shkop akulllozeje) dhe një pasqyrë.

2

Shtupa për fyti

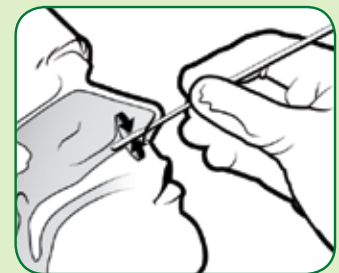
- Merrni tubin nga paketa, nxjerrni kapakun dhe leroni tubin një një sipërfaqe stabile.
- Merrni shtupën nga paketa. Mos prekni majen e rrafshët.
- Anoni kokën prapa para një pasqyreje dhe uleni gjuhën tuaj. Përdorni shtypësin e gjuhës për të mbajtur pjesën e pasme të gjuhës. Duhet të shihni bajamet tuaja.
- Pa prekur anët e gojës apo gjuhës tuaj, butësisht kruani pjesën e pasme të fytit dhe hapësirën e bajameve.
- Nxjerrni shtupën pa prekur ndonjë pjesë të gojës tuaj.



3

Marrja e shtupës nga të dy vrimat e hundës

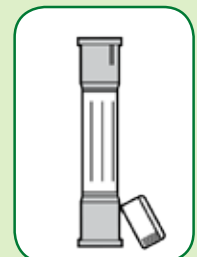
- Futeni majen e rrafshët nga shtupa e njëjtë 2-3 cm brenda vrimës së parë të hundës (apo deri sa të ndjeni rrezistencë). Sigurohuni që shtupa të kalon horizontalisht nëpër fundin e vrimës së hundës.
- Butësisht sillni shtupën disa herë.
- Përsëritni hapat e njëjtë në vrimën tjetër të hundës.
- Mos e lëshoni shtupën.



4

Paketimi dhe dërgimi i mostrës

- Me kujdes futeni majen e rrafshët të shtupës ne tub. Për disa pajisje testimi, do të duhet të këputni fundin e shtupës. Shtupa do të tregon se ku. Udhëzimet për pajisjet testuese do t'ju tregojnë nëse ka nevojë të bëni këtë. Fuqishëm shtrëngoni kapakun e tubës që të mos ketë rrjedhje.
- Lani apo sanitizoni duart tuaja.
- Shkruani detajet e juaja në etiketën e tubit dhe shkruani llojin e mostrës si "vetëmarrje".
- Dërgoni mostrën tek mjeku apo ofruesi juaj i shërbimit shëndetësor, duke iu përmbajtur këshillimit të tyre për atë se si të dërgoni mostrën tuaj.



PHLN ka publikuar një udhëzues të detajuar për marrjen e mostrave për të testuar SARS-CoV-2 (virusi që shkakton COVID-19). Udhëzimi i tyre gjendet në **uebfaqen e Departamentit të Shëndetësisë**.

Burim imazhi: <https://www.cdc.gov/flu/professionals/diagnosis/index.htm>