

Как самому сделать тест на Covid-19? | Comment se tester soi-même pour le coronavirus?

Автор: Заррина Салимова, [Берн](#), 31.03.2021.



Президент Ассоциации фармацевтов Швейцарии Pharmasuisse Мартина Руггли демонстрирует, как самому делать тест на коронавирус. Скриншот трансляции брифинга от 30 марта

Самостоятельно взяв мазок, вы получите результат теста в течение 15-20 минут. Самодиагностика может показать, заразны ли вы на момент проведения теста, но отрицательный результат не исключает полностью наличие инфекции, и вы все равно можете передать вирус, поэтому самопроверки не заменяют правил поведения и гигиены.

|

Après avoir effectué vous-même un prélèvement nasal, vous disposerez du résultat du test dans les 15 à 20 minutes. L'autotest peut indiquer si vous êtes contagieux au moment du test. Mais un résultat négatif n'exclut pas complètement une infection au coronavirus et vous pourriez quand même transmettre le virus. C'est pourquoi les autotests ne se substituent pas aux règles de conduite et d'hygiène.

Comment se tester soi-même pour le coronavirus?

Во вторник эксперты Конфедерации в сфере здравоохранения провели пресс-конференцию, в ходе которой рассказали, какие типы тестов существуют на рынке, чем они отличаются и для каких случаев подходят.

«Британский» вариант доминирует

За прошедшие сутки федеральное управление здравоохранения ([OFSP/BAG](#)) зафиксировало 1923 инфекции, 76 госпитализаций и 19 летальных исходов. 18% мест в отделениях интенсивной терапии заняты пациентами с Covid-19, и этот показатель остается стабильным. В настоящее время во всех кантонах R-значение превышает 1, а средний показатель по стране составляет 1,19, что при сохранении тенденции приведет к удвоению числа случаев менее чем за три недели. Варианты SARS-CoV-2 выявлены в общей сложности в 35 403 образцах, 13 165 из которых относятся к доминирующей сейчас «британской» мутации – на этот штамм приходится девять из десяти новых инфекций.

По словам начальника отдела кризисного менеджмента и международного сотрудничества OFSP/BAG Патрика Матиса, показатели «движутся в неправильном направлении», ситуация остается хрупкой, и пока трудно оценить, как она будет развиваться. В соседних странах также наблюдается тенденция к увеличению числа заражений. При этом движущей силой эпидемии остаются молодые люди, и существует опасность того, что они передадут вирус пожилым. «Если число случаев будет продолжать расти и пострадают более старшие возрастные группы, то снова возникнет нагрузка на больницы – и мы хотим предотвратить это любой ценой», - заявил Матис во время состоявшегося во вторник брифинга. При этом он не смог сказать, нужны ли более жесткие меры, и отметил лишь, что массовые тесты и вакцинация могли бы сдержать эпидемию, но «в данный момент это, к сожалению, только надежды».

Какие типы тестов существуют?

В Швейцарии существует несколько видов [тестов на Covid-19](#). Самым надежным считается лабораторное **ПЦР-исследование**, забор мазка для которого проводится специалистом. Этот тест предназначен для лиц симптомами заболевания; тех, кто контактировал с заболевшим; тех, кому необходимо подтвердить положительный результат других тестов. В школах, домах престарелых и на предприятиях проводят ПЦР-исследование группового образца.

В аптеке можно сделать два вида **экспресс-тестов на антиген**: носоглоточный и назальный. Первый предназначен для тех, у кого есть симптомы, и тех, кто контактировал с больным коронавирусом. Кроме того, этот вариант подходит для желающих посетить, например, дома престарелых. Назальный экспресс-тест

уступает носоглоточному и имеет удовлетворительную точность при наличии симптомов и более низкую чувствительность без симптомов.

Наконец, с 7 апреля в аптеках появятся **тесты для самостоятельного использования**, которые имеют такую же точность, как и назальные экспресс-тесты. Каждый человек сможет получить пять бесплатных самотестов в месяц – остальное за свой счет.

Во вторник швейцарский орган контроля за лекарственными средствами Swissmedic выдал разрешение на использование самотестов компании Roche. При проведении SARS-CoV-2 Rapid Antigen Test Nasal образец берется из передней части носа, а не из носоглотки. Чувствительность теста составляет 82,5%, а специфичность – 100%. Результаты доступны в течение 15 минут.

Добавим, что за границей можно купить самотесты других производителей, и Минздрав к таким приобретениям относится скептически, подчеркивая, что в Швейцарии действуют строгие правила валидации. Так, тесты на основе слюны были бы проще в использовании, но Конфедерация пока не одобрила их, так как ожидает научных доказательств их точности от производителей.

Расходы практически на все тесты покрываются Конфедерацией за исключением тех случаев, когда анализ необходим для посадки в самолет, путешествий или пересечения границы. Детали лучше заранее уточнить у представителя вашей страховой компании.

Как сделать тест самостоятельно?

Во время прошедшего вчера брифинга президент Ассоциации фармацевтов Швейцарии Pharmasuisse Мартина Руггли продемонстрировала, как самому делать тест на коронавирус, несколько раз повторив, что это не так сложно. В тестовом наборе находится длинная ватная палочка, которую нужно неглубоко ввести примерно на 2-4 сантиметра в ноздрю. Палочку нужно подвигать, вынуть и снова ввести – повторить четыре раза для каждой ноздри. Затем тампон нужно поместить в пробирку, закрыть крышкой и капнуть из пробирки на окошко специальной панели из тестового комплекта. Если тест отрицательный, то появится только одна полоска, в противном случае – две. Положительный результат нужно подтвердить с помощью ПЦР-исследования. Руггли призвала население проявить терпение и не отправляться всем сразу в аптеки 7 апреля, ведь обслужить такое количество покупателей за один день все равно невозможно. Кроме того, 320 аптек предлагают быстрое тестирование, информацию об этом можно найти на сайте ihre-apotheke.ch.

В целом, экспресс-тесты дают более надежные результаты, чем самотесты, поэтому последние предназначены только в качестве дополнения к существующей стратегии тестирования. Например, если вы планируете навестить дедушку или бабушку в доме престарелых, то лучше предварительно сделать быстрый тест на антиген. В ходе брифинга эксперты напомнили, что тест на коронавирус показывает, заражен ли человек в настоящий момент. Другими словами, если результат старше 24 часов, то вы должны вести себя точно так же, как если бы вы не сдавали тест. Более того, отрицательный результат также не освобождает от необходимости соблюдать правила гигиены и социальной дистанции.

[вакцина от коронавируса; Covid-19](#)

Source URL: <https://dev.nashgazeta.ch/news/sante/kak-samomu-sdelat-test-na-covid-19>