



SARS-CoV-2 antigeeni määramiseks mõeldud kiirtestide kasutamine enesetestimiseks

Hoiatus

- Tegemist on potentsiaalselt nakkusohtliku protseduuriga!
- Antigeeni kiirtesti alusel ei panda diagnoosi ega väljastata sertifikaate, välja arvatud juhul, kui test on tehtud tervishoiuteenuse osutamise käigus.
- Antigeeni kiirtest on kõige usaldusväärsem haiguse alguses, mil organismis on viiruskoormus kõige kõrgem 1.–5. sümptomite tekke päeval. Test on vähem tundlikum madala viiruskoormuse korral – enne sümptomite algust ja haiguse lõpus.
- Negatiivne antigeeni kiirtest ei vabasta isolatsioonist ja karantiinist.
- Haigussümptomite esinemisel, olenemata antigeeni testi tulemusest, on oluline pöörduda koheselt oma perearsti poole.

Testi tegemiseks vaata ka videot:

Eesti keeles:

<https://www.youtube.com/watch?v=csj5Kg2qd3g&list=TLGGjcvH2Rc8wjxMDA2MjAyMQ&t=28s>

Vene keeles:

<https://www.youtube.com/watch?v=bnKHZbnqioq&list=TLGGIEXDgr-jmn8xMDA2MjAyMQ>

Kellel kasutada antigeeni kiirtesti?

Asümptomaatilised isikud pidevaks/regulaarseks enesekontrollimiseks (2–3 korda nädalas) varajase haigestumise avastamiseks, näiteks:

- õpilased, õpetajad, lasteaija kasvatajad jt seotud töötajad, töökollektiivid (sh elutähtsa teenuse osutajad);
- kinnistes asutustes (nt vanglas, kaitseväes, hooldekodus jm).
- Ühekordsel kasutamisel võiks vahetu testimine enne masskogunemisi

Kuna antigeeni kiirtestide tundlikkus on madalam võrreldes RT-PCR testiga, siis negatiivse antigeeni kiirtesti tulemuse korral on vajalik testi teha regulaarselt 2–3 korda nädalas.

1. Antigeeni kiirtesti valik

Tavakasutaja peaks eelistama kodukasutamiseks (enesetestimiseks) mõeldud antigeeni teste. Nende puudumisel on soovitatav valida Euroopa Liidu liikmesriikides kindlaks määratud tõepärase tulemusega (verifitseeritud) professionaalseks kasutamiseks mõeldud antigeeni kiirtestid. Usaldusväärsete testide loetelu leiate: https://ec.europa.eu/health/sites/default/files/preparedness_response/docs/covid-19_rat_common-list_en.pdf

Teiste testide osas puudub teadmine ja kindlus nende toimivuse kohta.



2. Testimiseks sobiv proovimaterjal

Iga testi tootja on kohustatud teavitama pakendi infolehes, millistele proovimaterjalidele vastav test on välja töötatud ja kinnitatud. Testi tulemuse õigsus ei ole garanteeritud, kui kasutatakse selleks mitte ette nähtud proovimaterjali.

Proovi võtmisel tuleb lähtuda tootja juhistest. Selle juhise lisas on täiendavalt kirjeldatud erinevate proovimaterjalide kogumiseks kasutatavad tehnikad (lisa 1).

3. Proovi võtmisel vajalikud ohutusnõuded

Proovi võtmisel tuleb järgida kõiki nakkusohutusnõudeid, et kiirtestimine ei soodustaks hoopis haiguse levikut.

- Proovi võtmiseks tuleb valida eraldi ruum, kus ei toimu söömist, mis on ventileeritav, kus pinnad on puhastatavad ja desinfitseeritavad.
- Enne proovi võtmist tuleb veenduda, et test on vigastamata kaitseümbrises, terve ja säilitatud vastavalt pakendis olevatele tootja juhistele.
- Proovivõtmise juures ei tohi viibida ilma maskita kõrvalisi inimesi.
- Lugeda läbi pakendis olev juhised.
- Asetage testi tarvikud käepäraselt valmis, ärge avage proovivõtu pulga pakendit.
- Testi tulemuse tõlgendamiseks on testiga kaasas vastav juhised. Testi tulemuse hindamisel tuleb kinni pidada tootja poolt määratud ooteajast.
- Kasutatud proovivahendid ja testid tuleb enne olmeprügisse viskamist koguda pealt suletavasse kotti või anumasse ning tagada, et potentsiaalselt nakkusohtlik materjal ei oleks kättesaadav kõrvalistele isikutele.
- Testimise lõpetamisel puhastada ja desinfitseerida pinnad.

4. Käitumine testi tulemuse saamisel:

- **Kui testi tulemus on positiivne või ebaselge.** Peate jääma isolatsiooni ja võtma ühendust oma perearstiga, et kinnitada diagnoos RT-PCR testiga.
- **Kui testi tulemus on negatiivne.** Eeldusel, et teil puuduvad haigustunnused, võite jätkata tavapäraselt planeeritud tegevust. Kindluse mõttes on vaja korrata testi 2–3 korda nädalas.

Kasutatud kirjandus:

1. Guidelines for COVID-19 testing and quarantine of air travellers. Addendum to the COVID-19 Aviation Health Safety Protocol. European Centre for Disease Prevention and Control 02.12.2020
2. A common list of COVID-19 rapid antigen tests, including those of which their test results are mutually recognized, and a common standardised set of data to be included in COVID-19 test result certificates. Agreed by the Health Security Committee. European Commission Directorate – General for Health and Food Safety



3. Options for the use of rapid antigen tests for COVID-19 in the EU/EAA and UK. European Centre for Disease Prevention and Control 19.11.2020
4. Antigen-detection in the diagnosis of SARS-CoV-2 infection using rapid immunoassays. Interim guidance. World Health Organization 11.09.2020
5. Interim Guidance for Antigen Testing for SARS-CoV-2. Updated Dec. 16, 2020 Centres for Disease Control and Prevention.
6. Considerations on the use of self-tests for COVID-19 in the EU/EEA. European Centre for Disease Prevention and Control 17.03.2021.
7. ECDC response on the use of self-tests for COVID-19 in the EU/EEA. European Centre for Disease Prevention and Control 08.03.2021.

Lisa 1. Erinevate proovimaterjalide kogumiseks kasutatavate tehnikate kirjeldus

Ninakaabe

Eesmärk: saada mõlemast ninakäigust viirusega nakatunud epiteelrakke või limaskestalt irdunud rakke ninasekreedist.

Protseduuri eelselt tuleb vajadusel nina nuusata või puhastada.

1. Pea kallutatakse kergelt kuklasse ja kuiv tampoon viiakse ninasõrmest sisse, paralleelselt suulaega, suunaga veidi üles, lapsel 1–2 cm sügavusele ja täiskasvanul 3–5 cm sügavusele.
2. Seejärel hoitakse tampoon mõned sekundid paigal, et ninasekreet saaks imbuda ja järgnevalt roteeritakse tampooni tugevalt vastu alumise ninakarbiku seina, et eemaldada nina limaskestalt viirusega nakatunud epiteelrakke.
3. Sama protseduuri korratakse sama tampooniga teises ninakäigus.

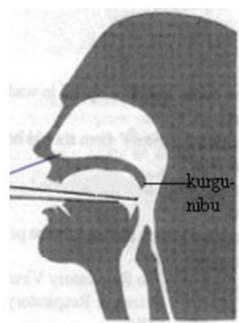
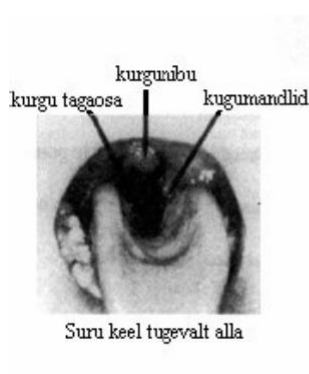
Ninaneelukaabe

Eesmärk: saada viirusega nakatunud epiteelrakke ninast või neelusekreedi irdunud rakke.



1. Painduva peenikese varrega tampoon viiakse ninasõrmest sisse kuni takistuse tekkimiseni (ninaneelu) ja jäetakse paigale mõneks sekundiks. Seejärel tampoon tõmmatakse aeglaselt välja roteerivate liigutustega.
2. Sama korratakse läbi teise ninakäigu.
3. Tampooni vars murtakse lühemaks ja tampoon asetatakse viirustransportsõtmesse.

Ninakaabe + kurgukaabe



1. Ninaots tõstetakse üles ja kuiv tampoon viiakse ninasõrmest sisse, paralleelselt suulaega, suunaga veidi üles, lapsel 1–2 cm sügavusele ja täiskasvanul 3–5 cm sügavusele. Seejärel hoitakse tampoon mõned sekundid paigal, et ninasekreet saaks imbuda ja järgnevalt roteeritakse tampooni tugevalt vastu alumise ninakarbiku seina, et eemaldada nina limaskestalt viirusega nakatunud epiteelrakke.



Sama protseduuri korratakse sama tampooniga teises ninakäigus. Tampoon eemaldatakse ninast, selle vars murtakse lühemaks ja tampoon asetatakse viirustransportsöötmesse.

2. Patsiendil palutakse avada suu, surutakse spaatliga keel alla ning teise kuiva tampooniga võetakse materjali kurgu tagaseinalt ja tonsillidelt, vältides tampooni kokkupuudet suulae, keele ja põskede limaskestaga.

Kurgukaabe

Eesmärk: saada nakatunud epiteelrakke ja sekreeti tonsillidelt ja neelu tagaseinalt.

NB! Võib tekitada okserefleksi.

1. Proovi andja on istuvas asendis, pea kergelt kuklasse kallutatud ja tal palutakse avada suu.
2. Keel vajutatakse spaatliga alla.
3. Mõlemalt tonsillilt ja neelu tagaseinalt (üles-alla, vasakult-paremale) võetakse kaabe.
4. Tampooni eemaldamisel välditakse keele, suulae ja põskede limaskesta puudutamist.

Avaldatud:

Terviseameti [kodulehel](https://www.terviseamet.ee/et/COVID-19-trukised): <https://www.terviseamet.ee/et/COVID-19-trukised>
kriis.ee alamrubriigis [AMETKONDADE JUHISED](#)