



MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

PANDUAN MUDAH KIT UJIAN KENDIRI UNTUK UJIAN PANTAS ANTIGEN (ART)



ABCDs kit ujian sendiri ART

Kit ujian sendiri Ujian Pantas Antigen (ART) tersedia untuk dibeli di kaunter bagi individu yang bimbang mereka mungkin menghidap COVID-19 dan ingin menenangkan fikiran mereka.

Saringan ART untuk SARS-CoV-2, virus yang menyebabkan COVID-19. Ini ialah alat saringan cepat untuk mengesan kemungkinan jangkitan awal. Ujian ini mudah dilakukan dan selamat, hanya mengambil masa kurang dari 20 minit.

Berikut merupakan cara mudah untuk mengingati ABCDs kit ujian sendiri ART:

ACT (Bertindak)

Bertindak jika anda bimbang anda mungkin menghidap COVID-19. Dapatkan sekurang-kurangnya dua kit ujian sendiri ART untuk disimpan di rumah jika anda memerlukannya.



Jika anda dipanggil bagi mendapatkan ujian COVID-19 oleh MOH, sila ikuti arahan MOH tentang keperluan ujian.



Jika anda mempunyai simptom jangkitan pernafasan akut (ARI) seperti demam, batuk, selsema, atau hidung berair, sila lawati klinik SASH yang disenaraikan di phpc.gov.sg dengan segera bagi mendapatkan rawatan perubatan dan jangan lakukan ujian sendiri ART.



Jangan lakukan ujian sendiri ART di rumah jika anda mengalami mana-mana yang berikut:

- Hidung berdarah dalam masa 24 jam yang lalu; atau
- Pembedahan hidung dalam masa 4 minggu yang lalu atau pembedahan muka dalam masa 8 minggu yang lalu.

Sebaliknya, sila lawati penyedia ART berlesen[^] untuk mendapatkan ujian yang dilakukan oleh seorang profesional. Sila hubungi mereka terlebih dahulu untuk memastikan penyedia ART dapat memberikan ART berbayar peribadi kepada anda.

[^] Senarai penyedia swab boleh didapati di go.gov.sg/swabproviders

BE INFORMED (Ketahui)

Ketahui dan baca dengan teliti cara menggunakan kit ujian sendiri ART dengan betul, mengikut arahan pengeluar. Arahan dan keperluan akan berbeza mengikut jenama kit yang digunakan.

Sebelum anda menjalankan ujian, sila pastikan perkara berikut:



Anda berada di dalam sebuah bilik dengan pengudaraan yang baik, jauh daripada orang lain.



Cari permukaan rata untuk meletakkan kartrij anda, anda mungkin memerlukan cermin atau pemasa untuk membimbing anda.



Permukaan yang digunakan dapat dibersihkan dan dilap dengan mudah. Sebagai contoh, bilik mandi anda mungkin merupakan tempat yang baik untuk menjalankan ujian.

CHECK (Periksa)

Periksa diri anda!



Bersihkan tangan anda.



Swab kedua-dua lubang hidung anda.



Baca dan periksa ujian ART anda sendiri mengikut arahan pengeluar dalam kit ujian khusus anda. **Jika keputusan anda positif atau tidak sah, pastikan anda telah mengambil gambar keputusan dengan dokumen pengenalan diri (NRIC/pasport) di sebelah keputusan sebelum membuang kit ujian ART anda.**

DISPOSE (Buang)

Buang kit ujian yang telah digunakan seperti yang diarahkan.



Selepas membaca keputusannya, masukkan semua barang-barang dalam kit ujian yang telah digunakan ke dalam satu beg plastik atau beg boleh ditutup semula dan tutup dengan rapi. Letakkan beg yang telah ditutup dengan rapi ke dalam beg plastik yang lain.



Ikat beg plastik kedua dengan gelang getah atau pengikat kabel. Sila pastikan beg diikat ketat untuk melindungi komuniti anda.



Buang beg ke dalam corong sampah atau tong sampah berpedal dengan segera.

STAY SAFE (Kekal Selamat)



Kekal Selamat! Segera hubungi klinik SASH jika anda mendapat ujian positif atau dua ujian tidak sah. Patuhi langkah-langkah pengurusan selamat dan pantau kesihatan anda sendiri jika keputusan ujian negatif.

Anda mungkin dijangkiti virus SARS-CoV-2.

Segera ambil gambar keputusan ujian ART anda dengan dokumen pengenalan diri anda (NRIC/pasport) dalam gambar yang sama.



Kunjungi klinik Swab dan Hantar Pulang (SASH)

- Sila kunjungi klinik Swab dan Hantar Pulang (SASH) bagi menjalani ujian pengesahan Swab Reaksi Rantai Polimerase (PCR).
- Senarai klinik SASH boleh didapati di phpc.gov.sg.
- Hubungi klinik SASH terlebih dahulu untuk membuat janji temu bagi menjalani ujian swab.
- Bawa (1) gambar yang mengandungi dokumen pengenalan dan keputusan ujian anda bersama, dan (2) dokumen pengenalan fizikal anda (NRIC/Pasport) ke klinik SASH.



Perjalanan ke klinik

- Pergi ke klinik dengan menggunakan pengangkutan peribadi (kereta atau teksi*). Duduk seorang diri di tempat duduk belakang dan di sisi bertentangan dengan pemandu. Buka tingkap (matikan penyaman udara) dan pakai pelitup muka sepanjang perjalanan. Jika anda menunggang motosikal, pastikan tiada pembonceng.



Perjalanan ke rumah dan pengasingan diri

- Selepas ujian pengesahan PCR, sila pulang ke rumah dengan segera dengan menggunakan pengangkutan peribadi (pengaturan yang sama seperti di atas) dan asingkan diri di rumah sehingga anda menerima keputusan ujian PCR negatif anda.
- Jika anda tidak dapat mengasingkan diri di rumah, maklumkan kepada doktor anda supaya pengaturan alternatif dapat dibuat.
- Secara amnya, doktor anda akan memberitahu anda tentang keputusan anda dalam masa 24-48 jam. Sebagai alternatif, anda boleh menyemak keputusan anda melalui HealthHub.



Jika ujian PCR anda positif

- Sila teruskan pengasingan diri dan tunggu panggilan telefon daripada MOH yang akan memberikan arahan tentang tindakan susulan yang diperlukan.

Kekal selamat!



Jika keputusan ujian anda negatif

- Walaupun anda mendapat keputusan negatif, kekal waspada! Anda harus terus mamatuhi langkah-langkah penjarakan yang selamat, mengamalkan kebersihan diri, seperti mencuci tangan secara kerap, dan memakai pelitup muka semasa meninggalkan rumah anda.
- Sila terus memantau kesihatan anda dan sama ada anda mengalami mana-mana gejala pernafasan akut (contohnya demam, batuk, selsema atau hidung berair), sila pergi ke klinik SASH untuk mendapatkan rawatan perubatan dengan segera.

Negatif

Ujian yang tidak sah mungkin bermaksud bahawa ujian tidak dijalankan dengan betul.



Jika keputusan ujian anda tidak sah

- Anda mesti melakukan ujian ART kedua serta-merta.
- Jika ujian ART kedua anda masih tidak sah, ikuti arahan untuk keputusan POSITIF dan dapatkan ujian PCR pengesahan di mana-mana klinik SASH

Tidak
Sah

*Jika anda memerlukan teksi, **jangan** naik teksi sewaan jalanan. Sebaliknya, tempah teksi melalui: **Talian penting (hotline) teksi:** Maklumkan kepada pengendali bahawa anda akan menjalani ujian PCR di klinik SASH.

Aplikasi mudah alih syarikat pengangkutan: Masukkan "SHN" dalam kotak komen atau tandakan kotak "SHN" (jika tersedia ada)

**Imbas untuk
mengetahui
lebih lanjut**



**Anda juga boleh menghubungi
talian penting ART di 6876 5830
(Isnin - Jumaat: 8 pagi - 5 ptg,
ditutup pada Hari Cuti Umum)
atau layari go.gov.sg/selftestart**