

MANUÁL K SAMOTESTOVÁNÍ COVID-19

ÚVOD

Dnes víme, že nakažené osoby jsou infekční již dva dny před tím, než se u nich projeví první příznaky nemoci. U některých nakažených osob se dokonce žádné příznaky neprojeví. **Infekční** tak mohou být i osoby, které se **cítí zcela zdravé**. Osoby bez příznaků onemocnění šíří COVID-19 zcela **nevědomě!**

Pro zabránění šíření onemocnění COVID-19 se dne 1. března 2021 spustilo masivní antigenní samotestování zaměstnanců ve firmách.

Cílem povinného preventivního samotestování s využitím antigenních testů na pracovištích je **včasné odhalení infekčních osob, zabránění zavlečení nákazy do pracovního kolektivu a zamezení dalšího šíření nákazy**. Každý zaměstnanec má nárok na 4 testy v měsíci.

Výhody antigenního testování:

- Jsou **rychlé** – výsledek do 20 minut.
- Testování lze podstoupit **okamžitě a kdykoliv**.
- Lze provádět samotestování.
- Zachytí **právě infekční** jedince, kteří mohou nákazu šířit.
- Jsou **vhodné pro hromadné testování**.

Ministerstvo průmyslu a obchodu zřídí na pomoc pro zaměstnavatele hotlinky, jejichž operátoři budou firmám s přechodem na testování pomáhat. Operátoři jim zde poradí, jakým způsobem antigenní testy nakupovat, aplikovat i vykazovat.

Náklady budou firmám kompenzovány částkou 60,- Kč za 1 ks ze zdravotního pojištění z programu prevence.

V případě zájmu o kompenzaci je ovšem nutné použít k samotestování antigenní testy schválené ministerstvem zdravotnictví.

Aktuální seznam schválených antigenních testů a distributorů k samotestování, pro které vydalo ministerstvo výjimku podle § 4 odst. 8 NV č. 56/2015 Sb., naleznete [zde](#).

Doporučujeme při výběru testů pečlivě zhodnotit uváděné hodnoty od výrobce, tj. hodnotu senzitivity u obecné populace a osob s virovou náloží a hodnotu specifity.

Průvodce testováním ve firmách prostřednictvím samotestování a úhrady z veřejného zdravotního pojištění, které vydalo ministerstvo průmyslu a obchodu, naleznete [zde](#).

Jednotný postup k vykazování a proplácení antigenních testů naleznete na webových stránkách zdravotních pojišťoven, např. [zde](#).

S ohledem na to, že každý provoz má svá specifika, potřeby i možnosti je tento manuál určen pouze jako pomůcka při organizování samotestování.

Metodika má primárně usnadnit firmám orientaci v začátcích testování a dále ukázat možnosti při nastavování vlastního systému testování.

Popsané příklady samotestování jsou vyzkoušené a ověřené v praxi, a to od firem, které samotestování provádějí již delší dobu na své vlastní náklady.

HROMADNÉ SAMOTESTOVÁNÍ NA PRACOVÍŠTI

Vyčlenění prostor:

Je potřeba vyčlenit vhodný prostor s možností větrání. Velikost prostor je dána vždy s ohledem na počet osob, které budou k testování průběžně docházet. *(Doporučují se skupinky, které spolu přicházejí do styku i v rámci plnění pracovních povinností.)*

Vybavení testovacích prostor (materiál pro každou testovací místnost/prostor):

- bezkontaktní odpadkový koš (na běžný materiál),
- bezkontaktní odpadkový koš na likvidaci testovacích souprav (na kontaminovaný biologický materiál),
- dezinfekční přípravek na plošnou a povrchovou dezinfekci s virucidním účinkem,
- dezinfekční přípravek na ruce,
- mobilní telefon s přístupem na internet,
- PC, tablet s klávesnicí anebo jiné zařízení s přístupem na internet,
- psací potřeby (tužky, papíry, bloky),
- jednorázové papírové utěrky,
- sběrný box s černým plastovým pytlem s minimální tloušťkou 0,2 mm pro provedené testy,
- ochranné brýle,
- stopky.

Dostatek ochranných pomůcek v případě potřeby:

- respirátor FFP2 nebo FFP3,
- jednorázové rukavice.

Personální zajištění:

- K hromadnému testování (doporučené skupinky po max. 10 zaměstnancích v jeden čas na jednom místě) je potřeba alespoň 2 dospělých osob:
 - 1x pro registraci, výdej testovacích sad, dohled nad prováděním testu + příp. instruktáž,
 - 1x pro sběr, popsání vzorku osobním číslem, uložení odebraných vzorků a vyhodnocení vzorků.

Příprava na testování:

- naplánované intervaly k testování s ohledem na možnosti provozu,
- předpřipravené testovací sady,
- seznam zaměstnanců s osobním číslem,
- rozmístění dezinfekčních gelů a košů na odpad,
- rozmístění stanovišť v dostatečné vzdálenosti pro možnost dodržení rozestupů (2 m).

Proces odběru:

Proces odběru se řídí výhradně návodem k použití.

Před samotným testováním je potřeba všechny testované osoby seznámit s průběhem testu.

Do testovací místnosti přicházejí v předem stanovený čas a po předem stanovených počtech.

Všichni přítomní mají po celou dobu odběrového procesu správně nasazené respirátory (mimo krátký interval, kdy testovaný vykonává test). Asistenční personál má k dispozici i jednorázové rukavice.

1. Před testováním si každý testovaný vydezinfikuje ruce připraveným dezinfekčním přípravkem.

2. Dále přistoupí k registračnímu místu, kde obdrží testovací sadu (obsah dle typu testu).
3. Určený zaměstnanec na registračním místě vyplní identifikační údaje testovaného (osobní číslo) do elektronického systému/papírového formuláře.
4. Testovaný jde na vyznačené místo k odběru (větrané, v dostatečné vzdálenosti (5 m) od ostatních osob) a sám provádí test dle předaných instrukcí ke konkrétnímu testu.
5. Pracovník na stanovišti určeném pro sběr, uložení a vyhodnocení vzorků vydá testovanému potřebný balicí materiál (uzavíratelný sáček, obálka aj.) a instruuje testovaného k zabezpečení vzorku a jeho uložení na předem stanovené místo a označí test časovým intervalem pro zahájení odpočtu.
6. Po otestování každé skupiny je potřeba pečlivě vydezinfikovat prostory, ve kterých testování proběhlo. Personál v ochranných rukavicích otře určeným dezinfekčním přípravkem všechny stoly, plochy, koše, dezinfekční gely, kliky a vše ostatní, čeho se mohl během testování někdo dotknout.
7. Po dokončení testování všech skupin zabezpečí určený člen odběrového týmu sběrný box s použitými testy a připraví jej pro odvoz.

V případě pozitivního testu odběrový tým:

- neprodleně informuje o výsledku testu zaměstnance a vyžádá si od něho identifikační příp. kontaktní údaje praktického lékaře,
- telefonicky informuje jménem zaměstnavatele praktického lékaře (PLS, KHS) o pozitivním výsledku antigenního testu u zaměstnance,
- zajistí trasování v rámci firmy.

zaměstnanec:

- bezodkladně opustí pracoviště,
- o pozitivním výsledku testu informuje svého praktického lékaře a dále se řídí jeho pokyny,
- je povinen podrobit se konfirmačnímu testu.

SAMOTESTOVÁNÍ ZAMĚSTNANCE NA PRACOVIŠTI

Personální zajištění:

1x pracovník

- vydává samotestovací sady zaměstnancům,
- vede administrativu spojenou s přehledem vydaných testů a jejich výsledku,
- je nápomocen pro příp. pomoc s testováním na telefonu,
- oznamuje výsledek testování praktickému lékaři (PLS, KHS),
- zajistí trasování v rámci firmy.

Vyčlenění prostor:

Je potřeba vyčlenit vhodný prostor s možností větrání.

Vybavení testovacích prostor (materiál pro každou testovací místnost/prostor):

- bezkontaktní odpadkový koš na likvidaci testovacích souprav (na kontaminovaný biologický materiál),
- dezinfekční přípravek na plošnou a povrchovou dezinfekci s virucidním účinkem,
- dezinfekční přípravek na ruce,
- mobilní telefon,
- jednorázové rukavice,
- ochranné brýle,
- sběrný box s černým plastovým pytlkem s minimální tloušťkou 0,2 mm pro provedené testy,
- stopky.

Příprava na testování:

- naplánované intervaly k testování s ohledem na možnosti provozu,
- předpřipravené testovací sady,
- seznam zaměstnanců s osobním číslem,
- rozmístění dezinfekčních gelů.

Proces odběru:

Proces odběru se řídí výhradně návodem k použití.

Zaměstnanec si na předem určeném místě vyzvedne testovací sadu. V určený termín se dostaví do testovací místnosti a sám se otestuje. V testovací místnosti zůstává až do vyhodnocení testu.

Vyhodnocení testu:

V případě vyhodnocení testu s výsledkem neplatný zaměstnanec:

- opustí testovací místo a informuje o výsledku určeného pracovníka, který vydává testovací sady.

V případě negativního výsledku:

- testovací sadu odloží do sběrného boxu pro použité testy.

V případě pozitivního testu zaměstnanec:

- informuje mobilním telefonem o výsledku testu pracovníka, který mu test vydal a nahlásí mu identifikační údaje svého praktického lékaře,
- použije jednorázové rukavice,
- setrvá v testovací místnosti do příchodu odpovědné osoby za testování,
- po jejím příchodu bezodkladně opustí prostory pracoviště, o pozitivním výsledku testu informuje svého praktického lékaře a dále se řídí jeho pokyny,
- je povinen podrobit se konfirmačnímu testu.

Pracovník odpovědný za testování:

- zajistí dezinfekci testovacího místa,
- telefonicky informuje jménem zaměstnavatele praktického lékaře (PLS, KHS) o pozitivním výsledku antigenního testu u zaměstnance,
- zajistí trasování v rámci firmy.

SAMOTESTOVÁNÍ ZAMĚSTNANCE DOMA

Personální zajištění:

1x pracovník

- vydává samotestovací sady zaměstnancům,
- vede administrativu spojenou s přehledem vydaných testů a jejich výsledku,
- je nápomocen pro příp. pomoc s testováním na telefonu,
- oznamuje výsledek positivity praktickému lékaři (PLS, KHS),
- zajistí trasování v rámci firmy.

1 x pracovník na kontrolu výsledku testů

Ukládání odpadů:

- sběrný box pro provedené testy s černým plastovým pytlkem s tloušťkou minimálně 0,2mm.

Proces odběru:

Proces odběru a vyhodnocení testů se řídí výhradně návodem k použití. Zaměstnanec si vyzvedne test na předem určeném místě. Následující den se před odchodem do zaměstnání sám v domácím prostředí otestuje.

Vyhodnocení testu:

V případě negativního výsledku:

- testovací sadu uloží do průhledného obalu (sáčku) a podle potřeby
 - předloží ho před vstupem na pracoviště určenému pracovníkovi a po kontrole odkládá použitou sadu do sběrného boxu,
 - oznámí výsledek určenému zaměstnanci a nakládá s ním dle pokynů MŽP.

V případě pozitivního testu zaměstnanec:

- testovací sadu uloží do dvou igelitových obalů (sáčků) a pevně uzavře. Po návratu do zaměstnání odnese testovací sadu do sběrného boxu pro provedené testy,
- informuje o výsledku testu pracovníka, který mu test vydal a nahlásí identifikační údaje a kontakt svého praktického lékaře,
- informuje o výsledku testu svého praktického lékaře a dále se řídí jeho pokyny,
- je povinen podrobit se konfirmačnímu testu.

Pracovník odpovědný za testování:

- telefonicky informuje jménem zaměstnavatele praktického lékaře (PLS, KHS) o pozitivním výsledku antigenního testu u zaměstnance,
- zajistí trasování v rámci firmy.

ODPOVĚDI NA NEJČASTĚJŠÍ DOTAZY

POZITIVNÍ VÝSLEDEK TESTU

V případě, že nemáte příznaky nemoci, a přesto máte pozitivní výsledek Ag testu, bude Vám proveden potvrzující PCR test. Do obdržení výsledku PCR testu, který Vám bude zaslán SMS zprávou, je nutné dodržovat bariérová opatření proti přenosu onemocnění.

V případě potvrzení pozitivního výsledku i testem PCR budete v izolaci. Cílem izolace je zabránit dalšímu šíření infekce a pro osoby s pozitivním výsledkem testu je povinná.

Mimořádné opatření k samotestování [zde](#).

IZOLACE

Od 1. března budou lékaři nařizovat izolaci na 14 dní od doby odběru pozitivního vzorku.

Izolaci bude možné ukončit nejdříve po 14 dnech u osob bez příznaků, u osob s příznaky musí být i nadále splněna podmínka tří dnů od vymizení příznaků.

NEGATIVNÍ VÝSLEDEK TESTU

Je třeba si uvědomit, že negativní výsledek znamená:

- že **v době odběru na test nejste infekční**
 - ve výjimečných případech můžete být nakaženi pár hodin, kdy ještě nelze virus zachytit.
- **NEVYLUČUJE SE, že můžete být infekční nebo se nakazít** v následujících dnech i hodinách
 - nakazíte-li se chvíli po odběru, budete nákazu šířit nejdříve za 2–3 dny (virus se musí pomnožit v těle).

Přestože se cítíte nemocný/á a onemocnění COVID u Vás Ag testem nebylo prokázáno, pravděpodobně proděláváte jiné infekční onemocnění. Kontaktujte co nejdříve svého praktického lékaře, informujte ho o výsledku Vašeho testu a domluvte se na dalším postupu.

Zpozorujete-li na sobě příznaky onemocnění COVID-19 (teplota nad 37,3⁰ C, suchý kašel, zhoršené dýchání, ztráta chuti nebo čichu, zažívací obtíže), kontaktujte svého praktického lékaře a domluvte se na dalším postupu.

KARANTÉNA

Od 1. března 2021 se také prodlouží i doba pro karanténu tzv. rizikových kontaktů. Minimální doba pro nařízenou karanténu bude prodloužena rovněž na 14 dnů od posledního kontaktu s pozitivní osobou. Dále platí, že podmínkou je jeden negativní PCR test a absence příznaků.

Karanténa a jak se v ní chovat

Doporučení KHS k nahlédnutí [zde](#).

I nadále platí, že do izolace nebudou muset bezpříznakové osoby, které COVID-19 prodělaly před nanejvýš 90 dny. Tyto osoby nebudou muset ani do karantény a s nimi i lidé, kteří absolvovali kompletní očkování, od kterého uplynulo alespoň 14 dní.

Aktuální platné mimořádné opatření k nařízení izolace a karantény k nahlédnutí [zde](#).

ANTIGENNÍ TESTOVÁNÍ

Souběžně lze se samotestováním nadále využívat dobrovolného a bezplatného preventivního testování antigenními testy.

- Pro testování ve firmě můžete využít vašeho firemního praktického lékaře nebo poskytovatele pracovnělékařských služeb.
- Testovat přímo ve firmě můžete i na základě smlouvy s externím poskytovatelem zdravotních služeb.
- Testovat zaměstnance můžete ve státem a zdravotními pojišťovnami garantované síti odběrových center, odběrových míst a antigenních odběrových center.
- Testovat zaměstnance můžete v ordinacích dalších poskytovatelů zdravotních služeb provádějících testování. Stejně jako u předchozích třech případů je toto antigenní testování hrazené zdravotními pojišťovnami, a to každé 3 dny.

Více informací k testování [zde](#).

Testování se neprovádí u osob, které prodělaly laboratorně potvrzené onemocnění COVID-19, uplynula doba jejich izolace, nejeví žádné příznaky onemocnění COVID-19, a od prvního pozitivního RT-PCR testu nebo POC antigenního testu neuplynulo více než 90 dní. Tyto skutečnosti se prokazují lékařskou zprávou. Dále se neprovádí u osob, které doloží negativní výsledek RT-PCR testu nebo profesionálně provedeného POC antigenního testu, který není starší 48 hod., a které nemají příznaky onemocnění COVID-19.

Jak nakládat s použitými testy

S použitými testy se naloží dle metodického sdělení Odboru odpadů Ministerstva životního prostředí k zařazení odpadu z antigenních testů určených k samotestování osob:

- Vložit všechny použité testovací sady do černého plastového pytle s tloušťkou alespoň 0,2 mm. V případě tenčích použít pytle dva – jeden vložit do druhého.
- Po naplnění nebo nejpozději do 24 hodin od prvního použití pytel zavázat a vnější povrch ošetřit dezinfekčním prostředkem.
- Pytel vyhodit do běžné nádoby na směsný komunální odpad. Nikdy neodkládejte pytle s použitými testy vedle popelnic!

Osoba manipulující s tímto odpadem si poté vždy důkladně umyje ruce mýdlem a teplou vodou nebo použije dezinfekci na ruce.

Jak zajistit odvoz pozitivního zaměstnance z pracoviště

V případě, že nemá pozitivní zaměstnanec vlastní odvoz, je potřeba zajistit mu odvoz firemním automobilem za splnění přísných hygienických opatření:

- v automobilu cestují jen dvě osoby (řidič a zaměstnanec),
- zaměstnanec cestuje na pravé zadní sedačce,
- respirátor FFP2,
- ochranné brýle,
- po ukončení jízdy je nutné vnitřní prostor automobilu důkladně vydezinfikovat.

Možnosti registrací zaměstnanců k samotestování

- mobilním telefonem na předem určené číslo,
- vydáním jmenného seznamu s možností volby ANO – NE.

Děkujeme, že využíváte možností k zamezení šíření nákazy, dodržíte stanovená pravidla a pomáháte tak chránit sebe i své okolí.