**INSTRUKCIJA   
SIEKALU PARAUGA ŅEMŠANAS SARS-COV-2 LABORATORISKAJAI ANALĪZEI**

* Siekalu parauga ņemšanu vislabāk ir veikt atsevišķā telpā, vēlams vienatnē.
* 30 minūtes pirms siekalu parauga ņemšanas nedrīkst tīrīt zobus, skalot muti, lietot medikamentus caur muti, ēst, dzert, smēķēt, veipot vai košļāt košļājamo gumiju.
* Ja jūtiet slāpes vai ir sausuma sajūta mutē, 60 minūtes pirms siekalu parauga ņemšanas, iesakām izdzert glāzi ūdens.

**Lūdzu, izlasiet visu instrukciju līdz galam, pirms sākat parauga ņemšanu!**

1. Nomazgājiet rokas ar ziepēm vismaz 20 sekundes!
2. Izņemiet no iepakojuma siekalu mēģeni, atpakaļsūtīšanas maisiņu, spirta plāksnīti un veidlapu!
3. Aizpildiet veidlapu DRUKĀTIEM burtiem – norādiet parauga ņemšanas datumu un laiku, vārdu, uzvārdu, personas kodu, dzimšanas datus, adresi, tālruņa numuru un e-pastu. Atcerieties, ka kvalitatīvi iesniegti dati, atvieglos epidemiologu darbu un nodrošinās laicīgu pārskata saņemšanu!
4. Atskrūvējiet mēģenes vāciņu! Mēģenē ir nekaitīgs šķidrums, kurš jāatstāj mēģenē. Sakrājiet mutē siekalas un iepildiet mēģenē. Atkārtojiet procedūru vairākkārt līdz vismaz 4-5 ml atzīmei, neskaitot burbulīšus! Lielākajai daļai cilvēku tam nepieciešamas 3-5 minūtes!
5. Cieši aizskrūvējiet mēģenes vāciņu!
6. Izmantojot spirta plāksnīti, dezinficējiet mēģeni no ārpuses!
7. Ievietojiet piepildīto mēģeni un aizpildīto veidlapu atpakaļsūtīšanas maisiņā!
8. Aiztaisiet paraugu ņemšanas maisiņu un, ja nav citas instrukcijas, pēc iespējas ātrāk, bet ne vēlāk kā 12 stundu laikā, nogādājiet jebkurā institūta “BIOR” paraugu ņemšanas kabinetā!