



## ZANIM ZACZNIESZ PAMIĘTAJ ABY








- **Na 60 minut przed pobraniem próbki śliny:**
  - Nie jeść
  - Nie pić
  - Nie palić
  - Nie myć ani nie płukać zębów.
- **Przekazać swój materiał indywidualnie**
- **Nie dotykać materiału pobranego od innych osób**
- **W trakcie pobierania próby, zachować bezpieczny odstęp od innych.**

## UWAGA

- **Pobraną próbkę jest potencjalnie wysoce zakaźny!**
- Każdy powinien przekazywać swój materiał indywidualnie i nie dotykać materiału pobranego od innych osób
- Podczas pobierania próby zachowaj bezpieczny odstęp od innych.



## JAK POBRAĆ PRÓBĘ DO BADANIA

- 1) Przed pobraniem próbki, umyj i zdezynfekuj ręce 
- 2) Zdeponuj ślinę do próbki do poziomu 2 mL 
- 3) Umyj ręce 
- 4) Jeśli próbka jest zanieczyszczona przetrzyj ją dokładnie papierowym ręcznikiem nasączonym środkiem odkażającym, jeszcze raz umyj ręce 
- 5) Włóż próbkę do mniejszego woreczka 
- 6) Umyj ręce 
- 7) Włóż woreczek z próbą do drugiego woreczka. 
- 8) Pobraną próbkę przynieś do **Punktu Odbioru Prób**, w miejscu i czasie wskazanym na Twoim indywidualnym koncie w systemie SONAR (<https://sonar.teldoc.pl>)