**Hướng dẫn cách test nhanh tại nhà cho trẻ.**

Bác sĩ Khổng Minh Tuấn, Phó giám đốc Trung tâm kiểm soát bệnh tật (CDC) Hà Nội, hướng dẫn như trên về các bước tự test nhanh để có kết quả chính xác. Theo đó, đầu tiên là cần mua loại kit test kháng nguyên được Bộ Y tế cấp phép. Danh sách này đã được đăng tải công khai trên website của Sở Y tế Hà Nội.

Thành phần một bộ test nhanh gồm que ngoáy dịch tỵ hầu, dịch mũi vô trùng, ống nhựa đựng dung dịch đệm, nút màng lọc nhỏ giọt, khay thử bọc trong giấy bạc, giá đỡ ống chiết mẫu, đồng hồ đếm thời gian và hướng dẫn sử dụng. Tất cả thành phần của bộ kit test có thể bảo quản trong nhiệt độ từ 15 đến 30 độ C, trước khi xét nghiệm 30 phút. Song, bác sĩ Tuấn khuyên mọi người nên sử dụng ngay khi mở khay thử và tránh để nhiễm ẩm vì có thể làm giảm độ ổn định của chất thử, không sử dụng sinh phẩm hết hạn.

Sau đó, thực hiện các bước sau:

**Bước 1**: Đọc kỹ hướng dẫn sử dụng test nhanh của nhà sản xuất. Người lấy mẫu phải vệ sinh, sát khuẩn tay.

**Bước 2**: Lấy khay thử ra khỏi túi đựng, đặt trên mặt phẳng sạch nằm ngang và sử dụng ngay trong vòng một giờ. Lấy que ngoáy tỵ hầu ra khỏi túi.

**Bước 3:** Lấy mẫu xét nghiệm đúng cách để tránh kết quả không chính xác.

Nếu sử dụng *bộ test dịch tỵ hầu*, người được lấy mẫu cần ngồi yên, xì nhẹ mũi vào khăn giấy rồi nghiêng đầu về phía sau một góc 70 độ. Nhẹ nhàng đưa que lấy mẫu vào mũi, vừa đẩy vừa xoay giúp que lấy mẫu đi dễ dàng vào sâu. Độ sâu khoảng bằng một nửa độ dài từ cánh mũi đến dái tai cùng phía.

Giữ que lấy mẫu tại chỗ lấy mẫu trong vòng 5 giây để đảm bảo dịch thấm tối đa, sau đó từ từ xoay và rút que lấy mẫu ra và cho vào ống đã chứa sẵn dung dịch đệm dùng để chiết mẫu.

Ở bước này, bác sĩ Tuấn lưu ý nếu que lấy dịch chưa vào đủ sâu theo yêu cầu và cảm thấy có lực cản rõ rệt, nên rút que lấy mẫu ra và sử dụng cho bên mũi còn lại. Đến khi cảm thấy que lấy mẫu chạm vào thành sau họng mũi, ta dừng lại, xoay tròn rồi từ từ rút ra.

Trong trường hợp lấy mẫu cho trẻ nhỏ, hãy đặt trẻ ngồi trên đùi của bố hoặc mẹ, lưng đối diện với phía ngực bố mẹ. Phụ huynh ôm và giữ chặt cơ thể, tay của trẻ rồi ngả đầu trẻ về phía sau.

Nếu sử dụng *bộ test mẫu dịch mũi*, nên ngồi tư thế tương tự khi lấy dịch tỵ hầu. Cầm que lấy mẫu nhẹ nhàng đưa vào mũi sâu khoảng 2 cm, xoay que lấy mẫu vào thành mũi trong khoảng 3 giây rồi rút ra, cho vào ống chứa sẵn dung dịch đệm chiết mẫu. Thực hiện tương tự với bên mũi còn lại, sử dụng cùng một que lấy mẫu.

**Bước 4**: Tách chiết mẫu

Nhúng đầu que lấy mẫu vào ống chiết, xoay miết đầu que vào thành và đáy ống 10 lần, ngâm đầu que trong dung dịch một phút. Sau đó, bóp 2 thành ống ép vào đầu que rồi từ từ xoay, rút, ép đầu que để thu dịch càng nhiều càng tốt. Tiếp theo, đậy chặt ống bằng nắp nhỏ giọt, lắc mạnh theo chiều ngang 10 lần để trộn đều mẫu, tránh để dung dịch chạm tới đầu lọc trong nắp nhỏ giọt. Xong xuôi, nhỏ 3 giọt mẫu chiết từ ống vào ô nhận mẫu (S) của khay thử và bắt đầu đếm thời gian.

**Bước 5:** Đọc kết quả

Thời gian đọc kết quả phụ thuộc vào loại test nhanh. Thông thường, test nhanh cần khoảng 15-30 phút để cho kết quả. Nếu âm tính, trên khay thử sẽ chỉ xuất hiện một vạch màu đỏ ở chữ C. Nếu dương tính, khay thử sẽ xuất hiện hai vạch ở chữ C và T. Trường hợp khay thử không xuất hiện vạch ở chữ C và T hoặc chỉ xuất hiện vạch ở chữ T, kết quả không có giá trị. "Trường hợp vạch chứng C không xuất hiện có thể do thiếu mẫu hoặc khay thử bị hỏng. Lúc này, mọi người phải thực hiện lại test hoặc liên hệ với cơ quan y tế để được tư vấn hỗ trợ", bác sĩ Tuấn cho biết.

**Bước 6:** Thu gom và xử lý vật liệu xét nghiệm đã sử dụng

Mọi vật liệu xét nghiệm đã qua sử dụng được xem là chất thải lây nhiễm, cần thu gom và xử lý đúng quy định. Gom rác vào túi màu vàng buộc chặt miệng, sử dụng túi màu vàng khác tiếp tục bọc bên ngoài và buộc chặt miệng. Tất cả túi phải dán nhãn "Chất thải có nguy cơ chứa nCoV", tập trung ở một nơi cố định, không đặt chung với rác thải sinh hoạt thông thường. Sau đó, người dân thông báo cho cơ quan chức năng thu và xử lý.