



Makambo ya
moboko ya ba
ekzame ya COVID

Lokasa ya Info #1

Bokeseni nini ezali kati na ekzame ya PCR mpe ekzame ya antigène ya mbangu? Ekzame nini nasengeli kosala?

Ekzame ya PCR (etindami na laboratoire) **VS.** Ekzame ya Antigène ya Noki (ekzame na ndako)

- **Matériel génétique** = Esalelaka échantillon ya kopakola na zolo mpo na koyeba matériel génétique (ARN) oyo euti na virus ya COVID
- **Laboratoire** = Esengeli kosala yango na laboratoire mpe ekoki kozwa mikolo 3 mpo na kozwa ba résultats
- **Motema makasi** = Ekzame ekoki komona virisi ata liboso omona bilembo, ntango motambo ya virisi na yo ezali moke. “Motango ya virisi” ezali motuya ya virisi na nzoto na yo.
- **Okoki komona virisi ntango ozali lisusu na maladi te** = Moto akoki kokoba kozwa virisi na ekzame ya PCR kino mikolo 90. Yango elingi koloba ete ba ekzame ya PCR ekoki komona virisi ntango ozali lisusu na bokono te mpe maladi esili.
- **Antigènes** = Esalelaka échantillon ya kopakola na zolo mpo na koyeba ba marqueurs ya proteine (antigènes) na likolo ya virus ya COVID
- **Ndako/yo moko** = Okoki kosala yango na esika ya kosala ekzame to kosala yango yo moko na ndako; okoki kozwa yango na ba miniti 10 to 20
- **Moins sensible** = Ekzame ekoki koyeba virisi te na ebandeli ya maladi, kasi ezali na ntina mpo na koyeba soki ozali na bokono (ekoki kopanza virisi).
- **Emonaka virisi soki ozali na bokono** = Moto akoki kokoba kozwa virisi na ekzame ya nokinoki mikolo 5 kino 7, mpe kino mikolo 14. Soki omoni malamumu na ekzame ya antigène ya mbangu, yango elingi koloba ete ozali kaka na bokono.

EKZAME NINI NASENGELI KOSALA?

Ekzame ya PCR (Lab) = Soki olingi koyeba soki ozali na COVID te mpe ozali na bilembo **te**, sala ekzame ya PCR.

Ekzame ya Antigène ya Mbangu (Ekzame ya kosala na Ndako) = Soki olingi koyeba soki ozali na COVID mpe **ozali** na bilembo to okutanaki na moto oyo azali na COVID, na nsima sala ekzame ya Antigène ya Mbangu. *Mpo na koyeba malamumu, salá baekzame mibale ya nokinoki na ngonga 48 na bokeseni.

Kotyama sika: August 2023

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html>

<https://www.bewellyarmouth.org/pcr-or-antigen-test>



Makambo ya
moboko ya ba
ekzame ya COVID

Lokasa ya Info #2

Epai wapi nakoki kozwa ya OFELE ya kosalela na ndako ba kits ya ekzame ya COVID?



Bomba ba kits ya test 2 to 3 na maboko mpo ete okoka kosala test tango nionso oyoki bilembo, ozalaki na expositso ya contact ya proche, to olingi kokende kotala mutu oyo azali mobange to azali na risque makasi.

Esika nini okoki kozwa ba kits ya ekzame ya COVID ofele na ndako:

Salelá site Internet moko to nyonso oyo mpo na kozwa baekzame ya OFELE.

(1) Ba centres ya bokolongono ya fédéral

Ba kit ya ba ekzame ya ofele na ndako ezali na ba centre ya bokolongono ya mboka oyo endimami na Leta. Luká lopitalo oyo ezali pene na esika ofandi

<https://findahealthcenter.hrsa.gov/>

(2) Basangani ya MaineCare mpe ya CubCare

Basangani ya MaineCare mpe baboti ya bana oyo babatelami na CubCare bakoki kozwa ba kit ya ekzame ya ofele na ndako na ba pharmacies oyo endimaka MaineCare. Mema preuve ya couverture na pharmacie.



Kotyama sika: August 2023

<https://www.maine.gov/covid19/testing>

<https://www.fda.gov/medical-devices/coronavirus-covid-19-and-medical-devices/home-otc-covid-19-diagnostic-tests?>

MaineHealth RADXUP



Makambo ya
moboko ya ba
ekzame ya COVID

Lokasa ya Info #3

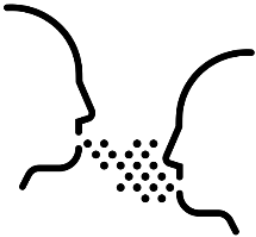
Ntango nini nasengeli kosala ekzame ya COVID?

Sala ekzame ya COVID soki...



Ozali na **bilembo** → sala ekzame mbala moko. Bilembo yango ekoki kozala ndenge moko lokola grippe to malili.

- ✓ Mpasi na nkingo, kokangama to kokanga zolo
- ✓ Kosukosu
- ✓ Mpema mokuse to mpasi na kopema
- ✓ Molunge to malili makasi
- ✓ Kolemba, mpasi ya misisa to ya nzoto
- ✓ Moto mpasi
- ✓ Kobungisa ya sika ya elengi to nsolo
- ✓ Nausea to kosanza, pulupulu



Ozalaki **exposé na mutu oyo azali na COVID** → kasi osala ekzame mbala moko TE. Sala ekzame ya COVID mikolo 5 nsima ya expositsyo na yo.

Pona koyeba mokolo nini esengeli osala test na yo ya COVID, kende na lien oyo mpe salela “Calculateur d’exposition”:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/if-you-were-exposed.html>



Okoki mpe lisusu kokanisa kosala ekzame liboso ya:

Kokende kotala moto oyo azali na likama ya kozwa

COVID → oyo ekoki kozala mibange, bato oyo bazali na maladi ya mpema, bato oyo bazangi makasi ya nzoto, mpe bato oyo bazali na maladi mosusu.

Kokende na feti moko oyo ezali na bato ebele, na ndakisa miziki to libala.



Makambo ya
moboko ya ba
ekzame ya COVID

Lokasa ya Info #4

Ndenge nini nakoki kozwa elembo ya zolo mpo na kosala ekzame na ngai ya COVID?

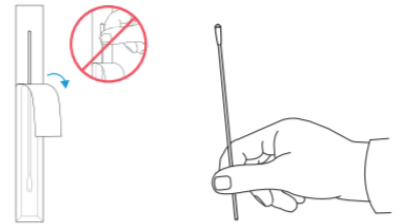
1. Tanga malako oyo ezali na kati ya kit ya ekzame mpe landa ba étapes na bokebi. Ba échantillons ya zolo oyo esalemi na ndenge ya malamuru te ekoki kopesa ba résultats ya lokuta.



2. Sokola maboko na yo na sabuni mpe na mai na boumeli ya seconde 20 to salela sanitizer mpo na kopetola maboko, kopakola maboko mpe misapi tii ekokauka.



3. Fungolá colis ya swab na nsuka ya nzete. Bimisa swab libanda. Kosimba nsonge ya coton te to kotika yango esimba esika moko te.



4. Salá ete motó na yo etala liboso. Tyá nsonge mobimba ya absorbant ya swab na libulu ya zolo na yo ya mwasi (**pene na ¾ pouces na bozindo**)

Up to 3/4 of
an inch.

5. Brosset makasi swab na kati ya libulu ya zolo na yo na mouvema *circulaire mbala 5* to koleka na boumeli ya **15 seconde**

x5

6. Longola elamba yango, kotia yango na libulu ya zolo na yo ya mobali, mpe **zongela ba étapes #4-5.**

7. Tia swab na tube to na carte na solution, na kotalela kit ya ekzame. Sikisiki landa malako nyonso etikali mpo na kit ya ekzame wana.

Kotyama sika: August 2023

<https://www.fda.gov/medical-devices/coronavirus-covid-19-and-medical-devices/home-otc-covid-19-diagnostic-tests?>

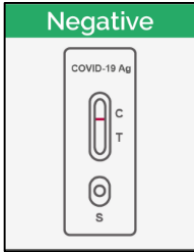
MaineHealth RADXUP



Makambo ya
moboko ya ba
ekzame ya COVID

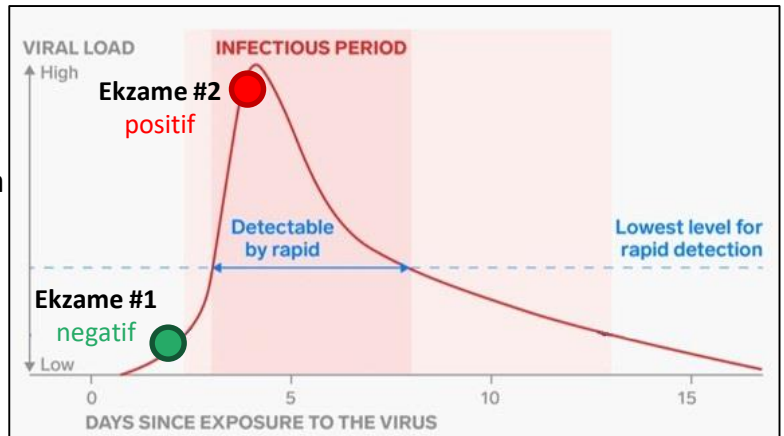
Lokasa ya Info #5

Ekzame na ngai ezali negatif – pona nini nasengeli kosala ekzame **LISUSU**?



Mpo na ekzame ya antigène ya mbangu ya kosala na ndako, résultat ya test négatif elakisaka kaka **LINE MOKO** na carte ya test pembeni ya “C” (contrôle).

Résultat négatif elakisi ete ekzame emonaki virus te. Kasi, yango **elingi koloba te ete okoki kozala na COVID**. Ekoki kozala ete osalaki ekzame liboso ete virisi yango ezala oyo ekoki komonana. Na ndakisa, grafe ezali kolakisa bokono ya COVID kobanda mokolo ya kobima tii mokolo ya 15. Ekzame na mokolo ya 2 elakisaka résultat négatif. Kasi ekzame ya mibale oyo esalemi na mokolo ya 4, elakisaka résultat positif.



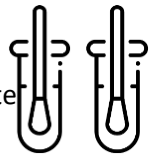
Osengeli kosala baekzame ya mbangu ya kosala na ndako boni mpe na boumeli ya eleko nini?

**Soki ozali na
bilembo...**

Sala ekzame lisusu **ngonga 48** nsima ya ekzame ya liboso ya négatif, mpo na **motango ya baekzame MIBALE**.

Soki ozwi résultat négatif na ekzame ya mibale mpe ozali komitungisa ete okoki kozala na COVID-19, okoki:

- sala ekzame mosusu na ndako ngonga 48 nsima ya ekzame ya mibale
- sala ekzame ya PCR to benga mosali na yo ya bokolongono

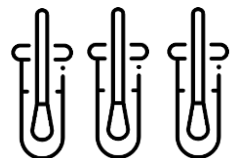


**Soki ozali na
bilembo TE,
kasi ozalaki
expose na
COVID-19...**

Sala ekzame lisusu **ngonga 48** nsima ya ekzame ya liboso ya négatif, na nsima **ngonga 48** nsima ya ekzame ya mibale oyo ezali negatif, mpo na **motango mobimba ya baekzame MISATO**.

Soki ozwi résultat négatif na ekzame ya misato mpe ozali komitungisa ete okoki kozala na COVID-19, okoki:

- kosala ekzame mosusu ya kosalela na ndako ngonga 48 nsima ya ekzame ya misato
- sala ekzame ya PCR to benga mosali na yo ya bokolongono



Kotyama sika: August 2023

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html>

MaineHealth RADXUP

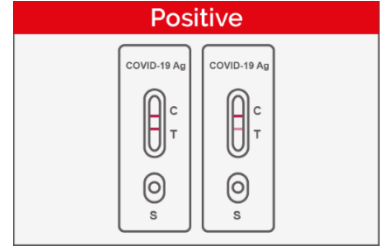


Makambo ya
moboko ya ba
ekzame ya COVID

Lokasa ya Info #6

Ekzame na ngai ezali positif – nasala nini sikoyo?

Mpo na ekzame ya antigène ya mbangu ya kosala na ndako, résultat ya ekzame positif elakisaka **LIGNE MIBALE** na karte ya ekzame.



KOBOSANA TE: Ligne ya mibale ekoki kozala ya kolemba. Mpe osengeli **te** kosala ekzame mosusu mpo na kondimisa ete ozwi yango

Nini ya kosala soki ekzame nayo ezali Positif mpo na COVID:

- ✓ **KOMITANGOLA:** Tikala na ndako na boumeli ya **mikolo 5**. MOTO NIONSO asengeli kosala boye, ata soki azwi mangwele to te.
- ✓ **BATELA BASUSU:** Bomitangola na bato mosusu na ndako na bino soki likoki ezali. Kokabola biloko na yo na mutu te. Lata masque oyo ebongisami malamun tango ozali pembeni ya bato mosusu na ndako (mpe bato ya ndako na yo basengeli mpe balata masque). Nsima ya mikolo 5 ya kozala yo moko, okoki kobima na ndako kasi kolata masque tango ozali na miso ya bato mpe zinga zinga na bato mosusu tii mokolo ya 10.
- ✓ **LUKA LISALISI:** Kozela te! Nkisi ezali mpo na COVID, lokola nkisi oyo ebengami “Paxlovid” oyo ekoki kosalisa bilembo na yo ezala ya malonga. KASI, lialisi ya maladi esengeli kobanda na kati ya mikolo 5 ya bilembo. Sololá na monganga ya bokolongono mpo na koyeba soki osengeli kozwa lialisi.
- ✓ **LUKA LISUNGI:** Ozali na posa ya esika ya kobombama, bilei to lisungi mosusu tango ozali na bokono ya COVID? Lialisi ezali disponible! Okoki **kobenga 2-1-1, tinda email na DHHS.COVIDSocialSupport@maine.gov**, to **tondisa Formulaire ya Botindiki COVID-19** na (<https://www.maine.gov/dhhs/form/covid-19-referral-form>).

Ndenge nini nakoki kotánga mikolo 5 ya kozala kaka ngai moko (isolema)?

Soki ozali na bilembo: Mokolo ya 1 ezali mokolo ya liboso mobimba nsima ya bilembo na yo ebandaki.

Soki ozali na bilembo TE: Mokolo ya 1 ezali mokolo mobimba ya liboso nsima ya kozwama na bokono. Soki omoni bilembo nsima ya mikolo 10 ya kosala ekzame, mikolo 5 ya kozala yo moko ekobanda lisusu (mokolo ya 1 ezali mokolo ya liboso ya mobimba nsima ya bilembo ebandaki).

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
						1 Symptoms Start** Day 0
2 Day 1	3 Day 2	4 Day 3	5 Day 4	6 Day 5	7 Leave Isolation	8
9	10	11	12	13	14	15

Kotyama sika: August 2023

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html>

MaineHealth RADXUP