MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE

抗原快速检测
ART自检盒
简易指南

ART自检盒使用要点 ABCDs

抗原快速检测(ART)自检盒现于药房出售，无需医生处方。公众若担心自己可能患上2019冠状病毒疾病(简称冠病19)，即可购买，以求心安。

ART可筛查导致冠病的SARS-CoV-2病毒。它是一种快速筛查工具，可及早发现任何可能的感染。这项检测容易操作且安全，整个过程不到20分钟。

掌握 ABCDs，ART自检盒易记易用！

ACT(行动)

如果您担心自己可能染上冠病19，请采取行动。在家中存放至少两个ART自检盒，以备不时之需。

但是，如果卫生部邀请您接受任何冠病检测，请遵照卫生部关于检测要求的指示。

如果您有任何急性呼吸道感染(ARI)的症状，例如发烧、咳嗽、感冒或流鼻涕，请立刻前往任何一家列于phpc.gov.sg网页上的SASH诊所就医，不要使用ART自行检测。

如果您曾出现下列状况，请不要在家中使用ART自行检测：

- **过去24小时内流鼻血；或者**
- **最近四周内动过鼻腔手术或最近八周内动过面部手术。**

您应前往持有执照的ART检测服务机构^，让专业人员为您做检测。请预先致电有关的ART检测服务机构，以确保他们可提供由您自费的ART检测。

^ 有关拭子检测服务机构的名单，请上网go.gov.sg/swabproviders 查找。

BE INFORMED(了解)

请仔细阅读您购买的ART自检盒厂商说明，并清楚了解正确的使用方法。自检盒的用法和要求因品牌不同而异。

您在做检测之前，请确保以下事项：

在通风良好的房间做检测，远离他人。

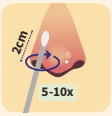
将检测盒放在平面上。您可能需要镜子和计时器来辅助检测。

选择容易清理和擦拭的台面，比如：浴室或许是个不错的选择。

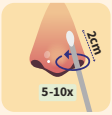
CHECK（检查）

自行检查！

洗净双手。



利用拭子，从两个鼻孔采集样本：
1. 将拭子伸入鼻孔约2公分。
2. 贴着鼻子内壁旋转拭子5至10次。



3. 将同一个拭子伸入另一个鼻孔，重复同样的动作。
4. 按照说明书上的指示，进行其他步骤，完成检测。

根据您所使用自检盒的厂商说明，读取ART检测结果。**如果您的检测结果呈阳性或无效，请确保您在丢弃自检盒之前，已拍摄并保存检测结果和身份证明（身份证/护照）的同框相片。**

DISPOSE（弃置）

请按照指示丢弃用过的自检盒。

读取检测结果后，将自检盒中所有用过的物品装入一个塑料袋或自封袋，然后密封。

将密封袋放入另一个塑料袋中。用橡皮筋或扎带束紧第二个塑料袋。请确保袋子已封紧，以免感染他人。

立刻将塑料袋扔进垃圾槽或脚踏式垃圾桶内。

STAY SAFE!（保持警惕，注意安全！）

如果您的检测结果呈阳性或两次检测都无效，请立刻联系任何一家SASH诊所。如果检测结果呈阴性，请保持警惕，继续遵守安全管理措施，并观察自己的健康状况。

检测结果	如何应对
阳性	

您可能已感染SARS-CoV-2病毒。

请立刻拍下您的ART检测结果和身份证明（身份证/护照）的同框相片。

前往拭子检测计划(SASH)诊所

- 请到拭子检测计划（SASH）诊所接受聚合酶链反应（PCR）检测，以做进一步确认。
- 请上网phpc.gov.sg查找SASH诊所名单。
- 请提前致电SASH诊所预约拭子检测。
- 携带 (1) 包括您的身份证明及检测结果的同框相片，以及 (2) 您的身份证明（身份证/护照）正本到SASH诊所。

前往诊所

- 乘坐私人交通工具（汽车或德士*）前往诊所。独自坐在司机斜后方的座位。打开车窗（关上空调），全程戴上外科口罩。如果您骑摩托车，后座不可载人。

回返住所及自我隔离

- 完成PCR检测后，请立即乘坐私人交通工具回家（同上述安排），并在家自我隔离，直到您收到阴性PCR检测结果为止。
- 如果您无法在家中自我隔离，请务必通知医生，以便另做安排。
- 医生一般会在24至48小时内通知检测结果。您自己也可通过HealthHub查知检测结果。

如果您的PCR检测结果呈阳性

- 请继续自我隔离并等待卫生部的来电，以听取指示，采取后续行动。

检测结果	如何应对
阴性	**保持警惕，注意安全！** **如果您的检测结果呈阴性** • 即便您的检测结果呈阴性，也须保持警惕！您应当继续遵守安全管理措施，养成勤洗手等良好个人卫生习惯，以及在离开家时戴上口罩。 • 请继续密切观察自己的健康情况。一旦出现任何急性呼吸道症状（例如发烧、咳嗽、感冒或流鼻涕），立即前往任何一家SASH诊所就医。
检测无效	**检测无效可能表示检测的操作不正确。** **如果您的检测无效** • 您必须立即进行第二次ART检测。 • 如果您的第二次ART检测仍然无效，请遵照阳性结果的相关指示，前往任何SASH诊所接受PCR检测，以进一步确认。

*如需搭德士或私召车，请勿当街召唤，而应通过以下方式预约：

- 拨打德士热线：告知客服人员，您要到SASH诊所进行PCR检测。
- 使用私召车公司的手机应用程序：在备注框（comment box）中输入“SHN”或在复选格（若有）勾选 “SHN”。

扫描
二维码
了解更多

您也可以致电
ART热线 6876 5830
（星期一至星期五：上午8时至下午5时，
星期六、星期日及公共假期休息）
或上网go.gov.sg/selftestart