



# 歡迎光臨荷蘭



## 荷蘭如何因應 2019 冠狀病毒病 (COVID-19)?

荷蘭政府提出以下建議：

- 如果您出現 COVID-19/流感症狀，諸如喉嚨痛、咳嗽或發燒，即使您已接種過疫苗，都請留在家中並進行自我測試。
- 如果測試結果呈陽性，請即進行居家隔離。
- 即使您沒有健康方面的問題，也請及時接種冠狀病毒疫苗。

### 免費自測包

所有來自中國的訪客，均可在史基浦機場取得一份免費自測包及其使用說明。

### 在哪裡購買自測包

您還需要更多份的自測包嗎？您可在超市、藥店或藥房購買自測包。

請在您要逗留的地方使用自測包。自測包可供您自行測試是否感染冠狀病毒，即使您已全程接種疫苗或先前曾經感染過。

### 使用自測包

自測包必須正確使用才能發揮效果；因此，務必在使用前仔細閱讀說明書。如果您覺得有困難，可請他人協助。

### 自測結果

自測包附帶的說明解釋了如何查看測試結果。結果分為陽性、陰性和無效三種。



陽性 = 自我隔離

### 冠狀病毒

進行自我測試後，如果您的冠狀病毒測試結果呈陽性，則必須立即自我隔離。亦即，您必須留在家中的一間獨立的房間內，與其他家人隔離，即使您已接種過冠狀病毒疫苗亦是如此。這樣才能防止您將病毒傳染給其他人。從測試當日開始算起，自我隔離天數最少 5 天，最多 10 天。唯有在症狀消失 24 小時後，您才可以結束自我隔離。如果 10 天後仍然有症狀，您也可以結束自我隔離。

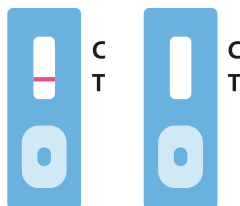
瀏覽 [mijnvraagovercorona.nl/en/](https://mijnvraagovercorona.nl/en/)，查看您的個人狀況。



陰性

### 無冠狀病毒

如自測結果為陰性，則代表您可能沒有感染冠狀病毒。但感染冠狀病毒的可能性仍然存在，因此務必始終小心留意。第二天請再做一次自測。遵循相關指引：勤洗手，並保持社交距離。



### 無效

如果結果為無效，表示自測包未正確發揮效果，您可以再進行另一次自測。自測前，請再次仔細閱讀說明，如果您覺得有困難，可請他人協助。

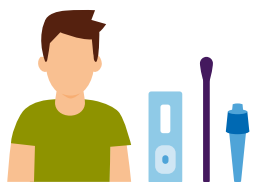
samen verder

您有任何問題嗎？

[government.nl/selftest](https://government.nl/selftest)



## 簡言之，MP Biomedicals 快速 SARS-CoV-2 抗原測試需要進行以下步驟



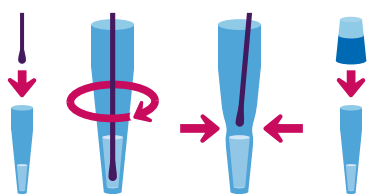
### 1 拆開自測包

- 拆去包裝，將內容物放在您面前的桌上。
- 將測試棒放在水平表面上。
- 取下溶液管上的蓋子，小心不要濺出任何液體。
- 將溶液管豎直固定在底座上。
- 小心地從包裝中取出棉棒。



### 2 用棉棒自我採樣

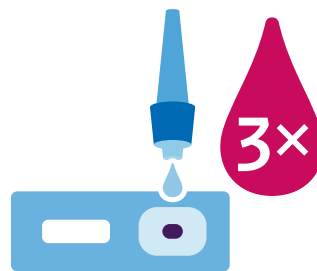
- 擤去鼻涕。
- 清洗雙手。
- 頭略往後仰。
- 將棉棒伸入一側的鼻孔。
- 慢慢將棉棒推入鼻中約 2.5 厘米，直到感覺有些許阻力（與上顎平行，亦即水平向後而非向上）。
- 將棉棒沿鼻孔內的粘膜轉動 3-4 次，確保粘液和細胞成功採樣。讓棉棒停留在鼻孔內幾秒鐘。
- 對另一側鼻孔重複上述動作。



15 秒

### 3 在溶液管中溶解樣本

- 確保溶液管豎直固定。將棉棒插入裝有測試溶液的管中。
- 攪動棉棒三至五 (3-5) 次。將棉棒留在提取緩衝液中 1 分鐘。
- 輕輕擠壓溶液管外壁，擠出棉棒上的部分溶液，並在抽出棉棒的同時繼續擠壓。。用手指按壓溶液管，盡量從棉棒上擠出溶液。關上溶液管。
- 將白色蓋子用力按到溶液管上，直到聽到「咔」一聲。



### 4 滴下 3 滴溶液

- 將溶液管倒轉向下。
- 使溶液管對準測試棒上的小正方形區域（不是矩形的結果觀察窗）。
- 在正方形區域滴下 3 滴溶液。
- 然後等待 15 分鐘。



### 5 讀取測試結果

- 在 15 分鐘後讀取結果。
- 若等待超過 20 分鐘，測試結果將不再可靠。
- 測試結果屬個人私隱資料。在等待結果時，請閱讀結果呈陽性或陰性的相關須知。
- 相關須知請參閱本單張另一面的自測結果說明部分。



### 6 清潔

- 在垃圾箱中棄置測試材料。
- 用濕巾清潔桌子，並用清水與肥皂徹底清洗雙手。