

# FAIRE LE TEST :

## GUIDE DÉTAILLÉ DU TEST ASYMPTOMATIQUE



Faire un test COVID-19 et ne pas savoir à quoi s'attendre ? Il est normal de se sentir anxieux ou incertain à propos des tests. Notre guide pratique permet de lever le mystère sur le processus. Les tests doivent être faciles et indolores. Voici ce qu'il faut savoir.

**Les étapes suivantes sont destinées aux personnes qui ne présentent aucun symptôme et qui ont déterminé qu'il est temps de se faire dépister.** Les raisons de se faire tester sont les suivantes : voyager, avoir assisté à des réunions en salle ou avoir oublié de porter un masque, ou travailler en étroite proximité avec d'autres personnes. Si vous présentez des symptômes ou si vous avez été en contact étroit avec une personne récemment diagnostiquée avec la COVID-19, veuillez appeler votre médecin ou le département de la santé pour obtenir des instructions spécifiques.

### 1 Trouvez un site de test dans votre région.

Les tests COVID-19 sont disponibles gratuitement dans tout le pays sur les sites de tests communautaires, dans les hôpitaux et les centres de santé, et dans certains magasins et pharmacies. De nombreuses communautés proposent également des cliniques de dépistage à des dates précises. Certains employeurs et campus universitaires ont commencé à effectuer des tests de dépistage sur place pour les employés et les étudiants.

- Pour savoir quelles sont les possibilités de test disponibles dans votre région :
- Appelez votre médecin ou votre centre de soins primaire et renseignez-vous sur les possibilités de dépistage

- Recherchez sur Internet en utilisant le terme « test COVID-19 gratuit près de chez moi ».
- Visitez le site web du ministère de la santé de votre État ou de votre région et recherchez des informations sur les tests COVID-19. De nombreux États disposent désormais de formulaires de dépistage en ligne qui peuvent vous permettre d'obtenir une autorisation préalable pour des tests asymptomatiques.
- Visitez le site HHS.gov et cliquez sur « sites de tests communautaires »
- Appelez une pharmacie ou un centre de santé de votre région et demandez de l'aide pour trouver un site de dépistage gratuit.

Assurez-vous que le site de test propose des tests de diagnostic, qui permettent de savoir si vous avez une infection COVID-19 active. Il existe deux catégories de tests de diagnostic : les tests moléculaires (ou PCR) et les tests antigènes. Les deux sont sûrs et faciles à administrer.

Remarque : la confusion règne encore quant à savoir qui doit se faire dépister. Si un site vous dit qu'il ne teste que les personnes présentant des symptômes, essayez-en un autre.

- 2 **Prendre un rendez-vous.** De nombreux lieux de test exigent de prendre rendez-vous à l'avance, soit en ligne, soit par téléphone. Le moment où vous obtiendrez un rendez-vous dépend de la demande régionale pour le test COVID-19, il faut donc prendre rendez-vous à l'avance. Soyez prêt à soumettre des coordonnées de base et à répondre à des questions simples sur votre santé.

Dans la plupart des régions des États-Unis, vous n'avez pas besoin de payer pour un test COVID-19 asymptomatique, même si vous n'êtes pas assuré. Il est préférable de le confirmer lors de la prise de rendez-vous.

- 3 Prévoir à l'avance.** Après avoir pris votre rendez-vous, vérifiez l'adresse pour vous assurer de savoir comment vous rendre au site de test. Si vous prenez les transports en commun, vérifiez les horaires des bus et des trains et déterminez le temps dont vous aurez besoin pour voyager. Certains sites de test peuvent se trouver à l'extérieur, alors vérifiez le temps qu'il fait et habillez-vous en conséquence.

Si vous avez pris un rendez-vous en ligne, vérifiez s'il y a un e-mail de confirmation et examinez-le pour voir s'il y a des instructions particulières.

- 4 Se rendre sur le lieu du test :** Selon l'endroit où vous vivez, les sites de test entrent généralement dans ces catégories :

  - **Les sites de drive-in** vous permettent de rester dans votre voiture pendant toute la durée du test.
  - **Les sites libres services (ou pop-up)** se trouvent à l'extérieur, généralement dans un quartier pratique de la ville. Les gens se déplacent à travers les différentes stations du test.
  - **Les tests sur site** impliquent d'être testés dans une clinique, une pharmacie ou un autre établissement.

Après votre arrivée, cherchez des personnes ou des panneaux vous indiquant où aller ensuite. Pour vous protéger, les autres clients ainsi que le personnel de santé, vous devez garder votre masque à tout moment jusqu'à instruction contraire.

- 5 Faites un prélèvement :** Les tests diagnostiques fonctionnent en analysant des échantillons prélevés dans le nez, la bouche ou la gorge.

Pendant le test, un professionnel de la santé prélèvera un échantillon à l'intérieur de votre nez, de votre gorge ou de votre joue. Il s'agit d'un processus rapide et indolore. Dans certains cas, un prélèvement plus profond est effectué à l'arrière du nez, mais cette méthode est de moins en moins courante pour les

tests asymptomatiques. Parfois, les personnes seront invitées à prélever elles-mêmes l'échantillon pendant qu'un professionnel de la santé les observe. Cela permet de réduire les contacts rapprochés entre les personnes.

Certains des tests les plus récents ne nécessitent qu'un échantillon de salive, ce qui implique de cracher dans un récipient ou de prélever un écouvillon buccal, et peuvent être administrés à domicile.

- 6 Obtenir vos résultats :** Certains tests produisent des résultats en quelques minutes à quelques heures seulement. D'autres tests prennent jusqu'à quelques jours pour être traités. Si vous n'êtes pas informé immédiatement, le personnel vous enverra un e-mail, vous appellera ou vous demandera de consulter un portail en ligne pour obtenir vos résultats. Les laboratoires donnent la priorité aux résultats positifs et tenteront de joindre ces personnes dès que possible, assurez-vous donc de répondre à tout appel téléphonique inconnu.

Si vous devez attendre les résultats et ne présentez toujours aucun symptôme, vous pouvez aller au travail ou à l'école et poursuivre vos activités habituelles comme indiqué pendant la pandémie. Il est essentiel que nous continuions tous à pratiquer des mesures de prévention quotidiennes, telles que le lavage des mains, l'éloignement physique et le port de masques.

- 7 Et si vous obtenez un résultat positif ?**

Si votre test est positif, une personne du service de santé ou du cabinet médical vous appellera et vous donnera des instructions précises. N'oubliez pas qu'entre 20 et 40 % des personnes dont le test COVID-19 est positif ne développent jamais de symptômes, et que parmi celles qui en développent, la plupart ont une maladie légère et peuvent se rétablir à domicile sans soins médicaux. Si votre test est positif, il est essentiel que vous restiez à la maison et que vous vous sépariez des personnes avec lesquelles vous vivez. Veuillez également aider votre service de santé à déterminer qui d'autre pourrait avoir été infecté en répondant aux questions sur les personnes dont vous avez été proche récemment.