



Corona zelftest

informatiefolder voor publiek



Wat is een zelftest?

Een zelftest is een coronatest die u zelf thuis kunt afnemen en aflezen. Ze zijn niet bedoeld om te testen bij klachten.

Wanneer kan ik een zelftest gebruiken?

Zelftesten zijn bedoeld als extra zekerheid voor mensen die geen klachten hebben. Het helpt de verspreiding van het virus te voorkomen bij contact met andere mensen. Bijvoorbeeld voor scholieren en studenten. En voor werknemers die vanwege de aard van hun werkzaamheden niet thuis kunnen werken.

In welke gevallen is een zelftest niet geschikt?

Een zelftest is minder nauwkeurig dan een test die door een professional wordt afgenomen. Daarom is de uitslag minder betrouwbaar. Zelftesten zijn dus **niet bedoeld voor:**

- mensen met klachten;
- mensen die contact hadden met iemand met corona;
- mensen die terugkeren uit een hoog risicogebied.

In deze gevallen maakt u een [testafpraak bij de GGD](#). Daar test een professional u. Daardoor is de uitslag meer betrouwbaar.

Zelftesten zijn ook niet bedoeld als test om toegang te krijgen tot een evenement. Daarvoor komen er speciale testlocaties. Daar krijgt u bij een negatieve uitslag een [negatief testbewijs](#).

Zelftesten zijn ook niet geschikt bij een uitbraakonderzoek in een instelling of bedrijf. Voor [uitbraakonderzoeken bij scholen](#) geldt een uitzondering. Daar kunnen ze ingezet worden om het virus vroeg op te sporen en ervoor te zorgen dat het onderwijs door kan gaan.

Hoe werkt een zelftest?

Een zelftest is een antigeentest die u helemaal zelf kunt uitvoeren. U neemt bij uzelf neusslijm af en analyseert dat gelijk zelf met de testkit. Een antigeentest toont aan of er bepaalde eiwitten van het virus in neusslijm of keelslijm zitten. Bij de zelftest gebruikt u alleen slijm uit de neus.

Hoe nauwkeurig is een zelftest?

De betrouwbaarheid van de zelftest is voor een groot deel afhankelijk van de afname van het neusslijm. Daarom is het van groot belang om de gebruiksaanwijzing goed op te volgen. De uitslag is minder betrouwbaar dan een antigeentest bij de GGD of bij een commerciële teststraat. Want daar neemt een professional de test af. En daar wordt er neusslijm en keelslijm afgenomen. Zodat er meer virusdeeltjes te vinden zijn bij een besmetting. In een onderzoek werd bij 1 op de 5 besmettingen het virus niet opgepikt met een zelftest. U verkleint met een zelftest dus de kans op een ongemerkte besmetting, maar alleen als u de test goed afneemt. U kunt een besmetting niet helemaal uitsluiten. Dus bij een negatieve zelftest kunt u toch besmet zijn.

Wat moet ik doen als de uitslag positief is?

Is de uitslag van de zelftest positief? Dan heeft u waarschijnlijk corona. U moet dan maatregelen treffen, zoals [in isolatie gaan](#). Uw huisgenoten gaan in quarantaine. En u moet de uitslag laten bevestigen door een test door de GGD. Bel hiervoor met 0800-1202 of ga naar www.coronatest.nl. Een zelftest is minder betrouwbaar dan de test op de GGD-testlocatie. Dus er is een kans dat een positieve uitslag vals alarm is of dat u de uitslag verkeerd heeft gelezen. Als de [hertest bij de GGD negatief](#) is, dan mogen u en uw huisgenoten weer naar buiten. Blijkt uit de test van de GGD ook dat u corona heeft? Dan blijft u in isolatie en start de GGD samen met u het [bron- en contactonderzoek](#). Uw huisgenoten blijven in quarantaine en laten zich testen.

Wat moet ik doen als de uitslag negatief is?

Is de uitslag van de zelftest negatief? Dan heeft u waarschijnlijk geen corona. Maar let op: een negatieve testuitslag is maar voor 80 % betrouwbaar. Blijf dus voorzichtig rond kwetsbare personen. En blijf u aan [de basisregels](#) houden, zoals afstand houden, handen wassen, thuisblijven bij klachten en testen bij klachten. Bedenk ook: een zelftest is slechts een momentopname. U kunt nog corona ontwikkelen.

Waarom moet ik me na een negatieve test aan de maatregelen blijven houden?

Een zelftest is slechts een momentopname en de uitslag biedt geen zekerheid. U verkleint met een zelftest de kans op een ongemerkte besmetting en dus op verdere verspreiding van het coronavirus. Maar er is een kans dat u toch corona heeft. Het is daarom belangrijk om ook na een negatieve uitslag voorzichtig te blijven in contact met kwetsbare mensen. En blijf u altijd aan de coronamaatregelen houden, zoals handen wassen, 1,5 meter afstand houden en thuisblijven en testen bij klachten. De maatregelen zijn niet alleen bedoeld om anderen niet te besmetten. Ze zorgen er ook voor dat je zelf niet besmet raakt.

Wat als ik klachten krijg nádat ik een zelftest heb gedaan?

Heeft u klachten die bij corona passen, zoals verkoudheid, hoesten of koorts? Dan moet u zich altijd laten testen door een professional. Dat kan bij de GGD of bij een commerciële testaanbieder. Ook als u net een negatieve uitslag van een zelftest heeft. De zelftest pikt namelijk niet alle besmette mensen op.

Welke zelftesten zijn geschikt om te gebruiken?

De betrouwbaarheid van zelftesten kan verschillen. Gebruik altijd een zelftest die voldoet aan de regelgeving. Dat zijn zelftesten met een CE-markering of zelftesten met een ontheffing voor de CE-markering: www.rijksoverheid.nl/ontheffingen-antigeentesten.

Waar moet ik de zelftest gebruiken?

Doe de zelftest bij voorkeur thuis, om onnodige reisbewegingen te voorkomen bij een positieve uitslag. Doet u de zelftest vanwege uw werk of school? Dan kan de test eerst een paar keer op locatie onder begeleiding worden gedaan. Zo kunt u wennen aan de zelftest en het daarna zelf thuis doen.

Kan de zelftest bij het gewone afval?

Al het afval van de gebruikte zelftest kan in een plastic zakje bij het reguliere afval. Maak het zakje goed dicht. Is de uitslag positief? Ga dan heel voorzichtig om met de cassette en het wattenstaafje. Want die bevatten misschien besmettelijk materiaal. Zorg ook voor een goede hygiëne in huis. Maak het oppervlak waar u de zelftest heeft gedaan goed schoon en was daarna uw handen.

Waar vind ik meer informatie over de zelftest?

Vragen over het gebruik van de test kunt u stellen aan de verkoper. U kunt voor vragen ook terecht bij de fabrikant. Of kijk voor meer informatie over zelftesten op www.rijksoverheid.nl/zelftest.