

## EFFETTUARE UN TEST: COME, DOVE, QUANDO

(aggiornamento del 17 ottobre 2020)

### 1) AVVERTO DEI SINTOMI

Nel caso in cui avverti sintomi associabili alla malattia COVID-19 (febbre, tosse, difficoltà di respiro, dolori articolari, perdita dell'olfatto e/o del gusto), devi:

- contattare telefonicamente il tuo medico di base o il numero verde regionale **800 118 800**, oppure utilizzare l'app **LAZIODrCOVID**; **evita di recarti presso un ospedale o al pronto soccorso; non contattare i numeri di emergenza** (112 o 118) tranne che per effettive emergenze sanitarie;
- nel caso in cui ti venga prescritto l'**isolamento domiciliare**, attieniti scrupolosamente alle **indicazioni** definite dalla Regione Lazio per i pazienti COVID-19.

### 2) SONO RISULTATO POSITIVO E MI TROVO IN ISOLAMENTO A CASA

- se sei **asintomatico**, devi osservare un periodo di isolamento a casa della durata di **14 giorni** da quando hai avuto il referto di positività; puoi però uscire dalla quarantena dopo **10 giorni** dalla comparsa della positività, sempre se non manifesti sintomi, a seguito di un **tampone molecolare** con esito negativo;
- se sei **sintomatico**, devi osservare un periodo di isolamento a casa della durata di almeno **10 giorni** dalla comparsa dei sintomi; dopo il decimo giorno, se sei **senza sintomi da almeno tre giorni** (non considerando la perdita di olfatto e/o gusto, che possono avere prolungata persistenza nel tempo), puoi effettuare un **tampone molecolare**; se negativo, puoi uscire dall'isolamento;
- se sei **positivo a lungo termine**, ovvero non presenti più sintomi ma continui a risultare positivo al test molecolare per SARS-CoV-2, puoi uscire dall'isolamento **senza effettuare un ulteriore tampone** se sono passati almeno **21 giorni dalla comparsa dei sintomi** e non hai più sintomi da **almeno una settimana** (non considerando la perdita di olfatto e/o gusto, che possono avere prolungata persistenza nel tempo dopo la guarigione).

### 2) HO AVUTO CONTATTI CON UNA PERSONA POSITIVA

Se nei **quattro-cinque giorni precedenti** sei stato in **contatto diretto** per più di 15 minuti, in un ambiente chiuso, senza mascherina ed a distanza ravvicinata (meno di due metri) con una persona risultata positiva, oppure hai ricevuto dall'app **Immuni** la notifica "**Rilevata esposizione a rischio con una persona COVID-19 positiva**":

- contatta tempestivamente il tuo medico di base o il numero verde regionale **800 118 800** oppure utilizza l'app **LAZIODrCOVID**; **evita assolutamente di recarti presso un ospedale o al pronto soccorso**;
- se le autorità sanitarie confermano che sei un **contatto stretto** di un caso positivo, ti verrà prescritta la **quarantena**: non dovrai uscire dalla tua abitazione, e dovrai rispettare anche al suo interno le norme legate al distanziamento fisico, mantenendo una distanza di almeno un metro dagli altri ed evitando assolutamente ogni contatto diretto.
- Se durante la quarantena **avverti sintomi**, vedi quanto previsto al **punto 1**.
- Se durante la quarantena **non avverti sintomi**:
  - **dopo 14 giorni** dall'ultimo contatto con il caso positivo potrai uscire dalla quarantena **senza effettuare alcun tampone**;
  - in alternativa, potrai uscire dalla quarantena **dopo 10 giorni** dall'ultimo contatto con il caso positivo, seguiti da un **tampone molecolare o antigenico con esito negativo**.

**Importante:** se sei un **contatto stretto** di un caso positivo **non è necessario metterti in quarantena né eseguire test diagnostici**, a meno che, in base al giudizio delle autorità sanitarie, si renda opportuno uno screening di comunità.

### 3) HO EFFETTUATO UN TEST SIEROLOGICO

Poiché gli anticorpi possono essere individuati nel sangue solo dopo qualche giorno dopo il contatto con il virus, l'eventuale **esito negativo** di un test sierologico **non è assoluta garanzia** dell'assenza di infezione in corso.

Se invece l'esito del test sierologico è **positivo**, occorre **obbligatoriamente** effettuare il tampone molecolare. A tal fine è necessario:

- informare **tempestivamente** dell'esito positivo del test sierologico il proprio medico di medicina generale che provvederà a **prescrivere**, attraverso ricetta dematerializzata, il **tampone molecolare**;
- nell'attesa di effettuare il tampone, è necessario **non uscire dalla propria abitazione**, e rispettare anche al suo interno le norme legate al distanziamento fisico, mantenendo una distanza di almeno un metro dagli altri ed evitando assolutamente ogni contatto diretto;
- recarsi **da solo e con mezzi autonomi**, entro 48 ore dalla prescrizione, presso uno dei **drive-in** presenti sul territorio della propria ASL di residenza, portando con sé la prescrizione, il referto del test sierologico e la tessera sanitaria;
- **rimanere presso la propria abitazione** in attesa del risultato del test molecolare e delle eventuali indicazioni successive da parte del SIS (Servizio igiene e sanità pubblica) e del proprio medico di medicina generale.

**Importante:** Il test sierologico con prelievo venoso (ELISA - CLIA) può essere effettuato nella rete dei **laboratori di analisi** pubblici e privati abilitati, muniti di ricetta bianca del medico curante (medico di medicina generale, pediatra di libera scelta, specialista, medico competente, etc.) e tessera sanitaria. Il test sierologico nelle strutture pubbliche del Lazio ha il costo di €15,23.

#### 4) **STO RIENTRANDO IN ITALIA DA UN VIAGGIO ALL'ESTERO**

Se devi rientrare in Italia da Belgio, Francia (inclusi Guadalupa, Martinica, Guyana, Riunione, Mayotte ed esclusi altri territori situati al di fuori del continente europeo), Paesi Bassi (esclusi territori situati al di fuori del continente europeo), Repubblica Ceca, Spagna (inclusi territori nel continente africano), Regno Unito di Gran Bretagna e Irlanda del nord (inclusi isole del Canale, Gibilterra, isola di Man e basi britanniche nell'isola di Cipro ed esclusi i territori al di fuori del continente europeo), oppure sei transitato per questi paesi nei 14 giorni precedenti il tuo rientro in Italia, è necessario:

- effettuare, **entro 72 ore** prima del rientro in Italia, un **tampone**; contatta il numero verde regionale **800 118 800**, oppure utilizzare l'app **LAZIODrCOVID**, per compilare il questionario di autovalutazione che verrà trasmesso al SISP (Servizio Igiene Sanità Pubblica) competente per domicilio/residenza, che procederà ad acquisire e verificare il referto;
- Se non hai potuto effettuare il tampone prima del rientro in Italia, devi comunque contattare il numero verde regionale **800 118 800**, oppure utilizzare l'app **LAZIODrCOVID**, per compilare il questionario di autovalutazione come al punto precedente; inoltre **entro 48 ore** dal rientro in Italia dovrai **effettuare un tampone** recandoti, senza appuntamento, ad uno dei [drive-in](#) disponibili in tutta la regione, portando con te la tessera sanitaria, la documentazione di viaggio e preferibilmente una ricetta dematerializzata. In attesa dell'effettuazione del tampone e del suo esito dovrai **rimanere in isolamento** presso la tua abitazione.

Se rientri da altri Paesi potrebbe essere necessario osservare un periodo di **isolamento domiciliare fiduciario di 14 giorni**.

Per conoscere esattamente le procedure previste al rientro in Italia da ciascun paese, ti consigliamo di consultare il sito [viaggiasesicuri.it](#) oppure l'app **LAZIODrCOVID**.

**Importante:** l'elenco dei paesi per i quali è necessaria l'effettuazione di un tampone al rientro in Italia può variare in base all'evolversi della situazione epidemiologica. Per conoscere la situazione aggiornata è opportuno consultare il sito del [Ministero della Salute](#) oppure il sito [viaggiasesicuri.it](#).

#### 5) **DEVO PARTIRE PER UN VIAGGIO ALL'ESTERO**

Attualmente sono in vigore restrizioni per i viaggi verso molti paesi esteri. Per conoscere esattamente se puoi recarti all'estero in base alle norme attualmente vigenti, ti consigliamo di:

- Compilare il [questionario](#) disponibile sul sito [viaggiasesicuri.it](#) oppure l'app **LAZIODrCOVID** per sapere se è possibile recarsi nel paese in questione;
- Verificare a questo [link](#) la presenza di eventuali prescrizioni previste dai paesi di destinazione (es. certificato di negatività, effettuazione di test prima della partenza, obbligo di quarantena, etc.); ti consigliamo per maggior sicurezza di contattare anche il vettore aereo in merito alle formalità di viaggio;
- Nel caso in cui sia richiesta l'effettuazione di un test prima della partenza, contatta l'Ufficio di medicina dei viaggi della tua ASL di competenza per conoscere le modalità di effettuazione del test:
  - ASL Roma 1: Tel. 06 68354031
  - ASL Roma 2: Tel. 06 51006666
  - ASL Roma 3: Tel. 06 56486402
  - ASL Roma 4: Tel. 800 539 762
  - ASL Roma 5: Tel. 06 97097535
  - ASL Roma 6: Tel. 06 93274126
  - ASL Frosinone: Tel. 0775 8822227
  - ASL Rieti: Tel. 0746 278402
  - ASL Viterbo: Tel. 0761 236703
  - ASL Latina: 0773 6556850