

### 示范视频

使用手机摄像头扫描代码,并观看示范视频。

您也可以访问 [BCCDC.ca](https://www.bccdc.ca) 然后搜索“gargle video”。



### 在开始之前, 请阅读所有说明。

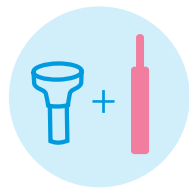
在检测前至少1小时不要进食、饮水、吸烟、使用电子烟、刷牙或嚼口香糖。



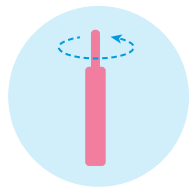
1 戴上口罩。



2 使用洗手液或用肥皂和水洗手。



3 收到采集瓶和粉红色的盐水管。



4 扭掉粉红色试管的盖子。摘下口罩。



5 将所有盐水都挤入口中。切勿吞咽盐水。



6 重新戴上口罩。



漱口  
让盐水在口腔内转动。

7 漱口5秒。

头向后倾斜, 然后从喉底发出“啊”声 5 秒。

重复:

漱口 5 秒。  
从喉底发出“啊”声 5 秒。

重复:

漱口 5 秒。  
从喉底发出“啊”声 5 秒。

共需时间: 30 秒



从喉底发出“啊”声  
头向后倾斜。让盐水流到喉咙深处, 张开嘴发出“啊”声。不要吞咽盐水。



8 摘下口罩。将水轻轻吐入采集瓶中。



9 重新戴上口罩。



10 将采集瓶还给刚才发给您的人。



11 使用洗手液或用肥皂和水洗手。