




PCR 検査用 唾液の自己採取方法

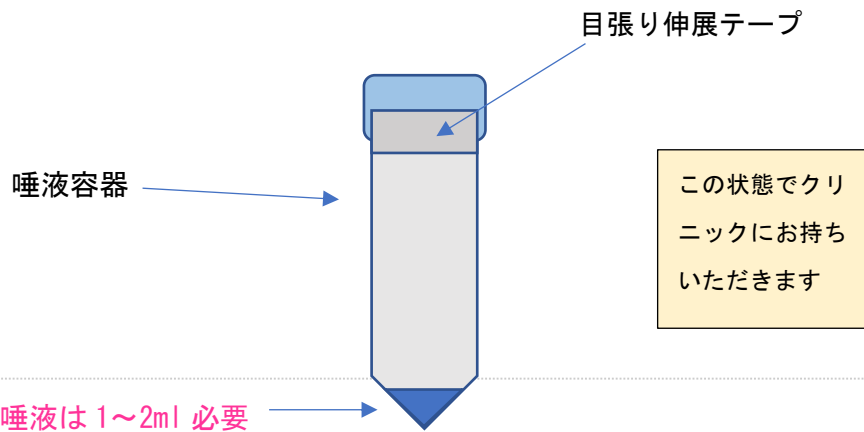
- 唾液を採取する前は、**飲食や歯磨き、うがいは行わない**でください。
- 明確な基準はありませんが、目安として、
唾液採取前の最低 30 分は**飲食やうがいを行わない**でください。
- 唾液腺のマッサージや、頬を吸って口腔内に唾液を吸い出します。
5~10 分ほど唾液を溜めてから、容器に吐き出してください。
- 唾液は **1~2ml 必要**です。
※容器の内側は手で触らないでください。
※容器の外側に唾液が付かないようご注意ください。



口の中に自然にたまる唾液を容器に吐き出す。これを 2 回行なう。
容器のフタをしっかりと閉め、専用目張りテープでふたと容器の境目をさらに目張りする。

★唾液腺(3ヶ所)のマッサージ↓↓

1	2	3
耳下腺マッサージ	顎下腺マッサージ	舌下腺マッサージ
		
指数本を耳の前 (上の奥歯あたり)に当て、 指全体で10回ほどくるくると やさしくマッサージ。	耳の下から顎の下まで、 3~4か所を、順に押していく。 目安は、各ポイントをゆっくり 5回くらいずつ。	両手の親指をそろえて当て、 10回ほど上方向にゆっくり押 し上げる。のどを押さないよう に気をつけて。



ご不明な点がございましたら、クリニックまでご連絡ください。 086-525-0840