

রোগীর জন্য নির্দেশাবলী আপনার নমুনা সংগ্রহ করার জন্য

আপনি শুরু করার আগে

আপনার জিপি আপনাকে এই পরীক্ষাটি যথাসম্ভব তাড়াতাড়ি সম্পূর্ণ করতে বলেছেন।

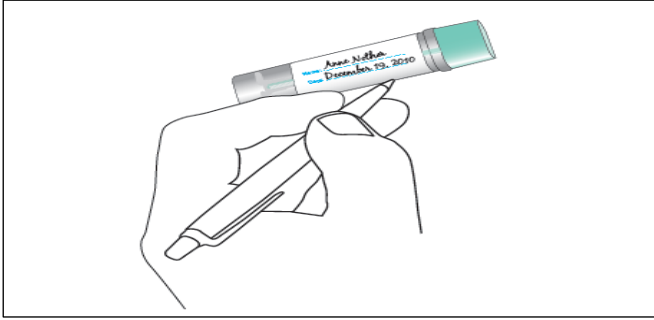
একটি কালো বা নীল কালির কলম ব্যবহার করে লেবেলটির উপর আপনার নাম এবং আপনার জন্মের তারিখ লিখুন। আপনার মাসিক রজঃস্রাব (মাসিক পিরিয়ড) হওয়ার সময় এই পরীক্ষাটি করবেন না, পিরিয়ড শেষ হওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করুন এবং তারপর পরীক্ষাটি করুন।

FIT (ফিকাল ইমিউনোকেমিক্যাল টেস্ট) হল একটি অনুসন্ধান যা আপনার মলে (পায়খানায়) রক্তের উপস্থিতি খোঁজ করে যখন তা চোখে দেখতে পাওয়ার পক্ষে খুব কম পরিমাণে থাকে।

আপনার লক্ষণগুলির জন্য অনুসন্ধান করতে আপনার জিপি আপনার জন্য এই পরীক্ষাটি করতে আদেশ দিয়েছেন, যাতে ক্যান্সারের সম্ভাবনা বাদ দেওয়া যায়। আপনি ভ্রমণের বা বেড়াতে যাওয়ার কথা থাকলে আপনার জিপি-কে বলুন।

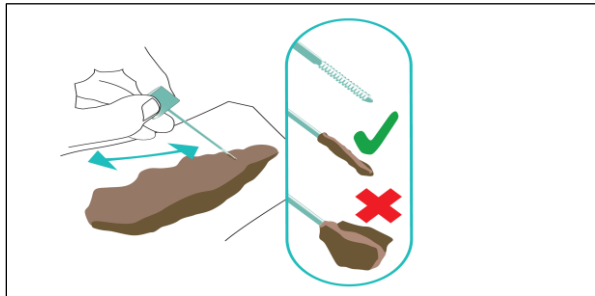
FIT কিটে একটি ছোট প্লাস্টিকের কন্টেইনার থাকে। আপনাকে এই পরীক্ষাটি যথাসম্ভব শীঘ্র সম্পন্ন করতে হবে এবং এটি আপনার জিপি প্র্যাকটিসের কাছে ফেরত পাঠাতে হবে। অনুগ্রহ করে আপনার মল (পায়খানা) সংগ্রহ করতে এই ধাপে ধাপে দেওয়া নির্দেশাবলী মেনে চলুন।

1. আপনার নমুনাটিতে লেবেল লাগান



একটি কালো বা নীল কালির কলম ব্যবহার করে আপনার নাম, জন্মের তারিখ এবং যে তারিখে আপনার মল (পায়খানা) সংগ্রহ করেছেন তা লিখুন। যদি লেবেলে ইতিমধ্যে আপনার বিবরণ থাকে, অনুগ্রহ করে মিলিয়ে নিন যে সেগুলো ঠিক আছে।

3. নিষ্কাশনের যন্ত্রটি দিয়ে আপনার মলের (পায়খানা) একটি নমুনা সংগ্রহ করুন।



নমুনা টিউবের উপরের অংশটি ঘড়ির কাঁটার উল্টোদিকে ঘুরান, স্টিকটি বের করে নিন এবং মলের (পায়খানা) উপরে স্টিকের মাথাটি ঘষে নিন। স্টিকের উপর শুধু অল্প পরিমাণে মল (পায়খানা) প্রয়োজন।

2. কিভাবে মলের (পায়খানা) নমুনা সংগ্রহ



আপনার মল (পায়খানা) টয়লেটের পানি স্পর্শ না করা গুরুত্বপূর্ণ।

আপনার মল সংগ্রহ করার বিভিন্ন উপায় আছে, নিম্নলিখিতভাবে চেষ্টা করুন:

- ভাঁজ করা বেশ খানিকটা টয়লেট পেপার হাতে নিন।
- একটি ছোট, ডিসপোজেবল প্লাস্টিকের ব্যাগ/গ্লাভস আপনার হাতের উপরে রাখুন।
- একটি পরিষ্কার, ডিসপোজেবল পাত্রের ভিতরের অংশ টয়লেট পেপার দিয়ে মুড়িয়ে নিয়ে সেটির উপর মলত্যাগ করুন যাতে আপনি পরে সহজেই আপনার মল (পায়খানা) টয়লেটে ফেলে দিতে পারেন।

আপনি হয়তো এমন একটি উপায় পেতে পারেন যা আপনার পক্ষে সহজতর, কিন্তু আপনার মল (পায়খানা) পানি স্পর্শ করার আগে সেটি সংগ্রহ করার বিষয়টি নিশ্চিত করুন।

দ্রষ্টব্য: নমুনার টিউবের উপর অনুগ্রহ করে নমুনা গ্রহণ করার তারিখটি লিখুন।

নির্দেশাবলী উল্টো পৃষ্ঠায় অব্যাহত

4. কন্টেইনারটি বন্ধ ও সিল করুন।



নমুনা স্টিকটি আবার টিউবে রাখুন। নিশ্চিত করুন যে টিউবটি ক্লিক করে বন্ধ হয়ে গেছে এবং সেটিকে প্লাস্টিক ব্যাগে রাখুন।

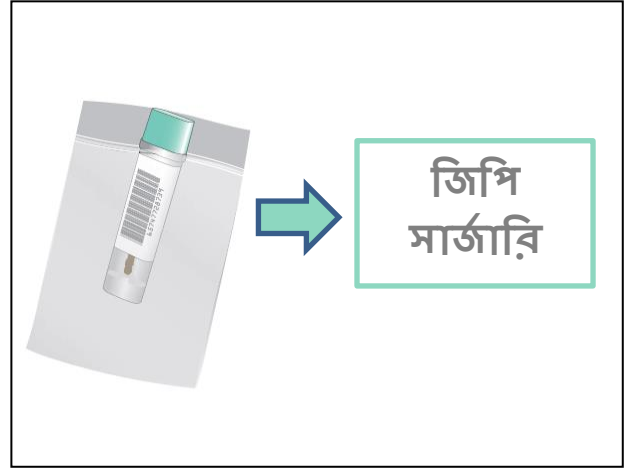
আপনার হাত ধুতে ভুলবেন না!

6. ফলাফল

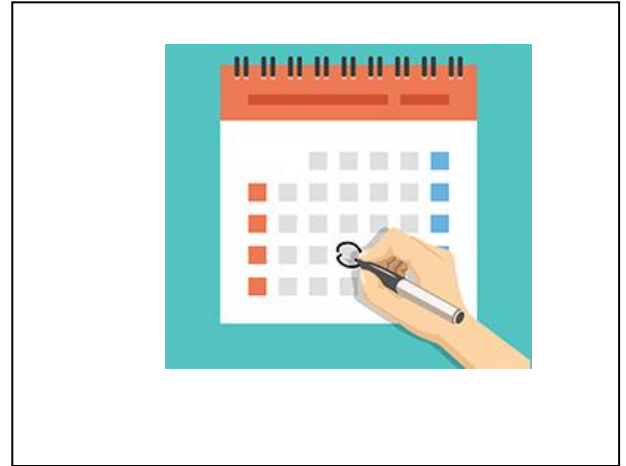
আপনার জিপি 10 দিনের মধ্যে ফলাফল পাবেন এবং ফলাফলের বিষয়ে কথা বলতে আপনার সাথে যোগাযোগ করবেন।

আপনার ক্যালেন্ডারে নোট রাখুন এবং যদি আপনি 2 সপ্তাহের মধ্যে আপনার জিপি প্র্যাকটিস থেকে কোন খবর না পান, অনুগ্রহ করে তাদের সাথে যোগাযোগ

5. আপনার নমুনা হস্তান্তর করুন



আপনার নমুনাটি জিপি প্র্যাকটিসে নিয়ে যান এবং সংগ্রহ করার ও **7 দিনের মধ্যে** পরীক্ষা করার জন্য সেটি রিশেপসনে জমা দিন।



**অনুগ্রহ করে মিলিয়ে নিন যে আপনি সবকটি ধাপ সম্পূর্ণ করেছেন
আপনার নমুনাটি জিপি প্র্যাকটিসে নিয়ে যান এবং রিশেপশনে তা হস্তান্তর করুন**

আপনার মতামত আমাদের কাছে মূল্যবান। আমাদের পরিষেবাগুলোর উন্নতিতে সাহায্য করতে এবং রোগীদেরকে যথাসম্ভব সেরা সেবা প্রদান করার বিষয়টি নিশ্চিত করতে আমরা রোগী ও পরিচর্যাকারীদের কাছ থেকে পাওয়া প্রতিক্রিয়াগুলো ব্যবহার করি। অনুগ্রহ করে england.tcstlondon@nhs.net-এ ইমেইল করার মাধ্যমে এই পরিষেবার বিষয়ে আপনার অভিজ্ঞতা সম্পর্কে আমাদের জানান।

TCST হলো হেলদি লন্ডন পার্টনারশিপের একটি অংশ, যা সকল লন্ডন সিসিজিসমূহ, ওয়েস্ট এসেক্স সিসিজি এবং NHS ইংল্যান্ড লন্ডন অঞ্চলের একটি সহযোগিতা যা লন্ডনে আরো ভালো স্বাস্থ্যসেবা প্রদানে সহায়তা করার জন্য নিবেদিত।