NSW HEALTH
July 2005
[DOH-7620]

URDU

تپدق کی تشخیص کے لئے تھوک حاصل کرنے کی ہدایات
Instructions for Collecting Sputum for Tuberculosis (TB)

آپ سے کہا گیا ہے کہ صبح سویر ے کی تھوک (بلغم) کے تین نمونے مہیا کریں. انکے حصول میں مدد دینے کے لئے ہم نے آپکو نمونہ جات کے لئے تین چھوٹے برتن اور پلاسٹک کا ایک تھیلا مہیا کیا ہے. ان برتنوں کو نشان زد کر دیا گیا ہے جن پر آپکا نام لکھا ہے اور پہلے, دوسرے اور تیسر ے بالترتیب دنوں کے لئے ان پر 1, 2 اور 3 نمبر دئے گئے ہیں. **ازراہ کرم احتیاط فرمائیں کہ برتنوں کے اندر کی سطح کو نہ چھوئیں.**

ملاحظہ: اس معا ئنے کے لئے ضروری ہے کہ آپ تھوک/بلغم کا وہ نمونہ مہیا کریں جو کہ پھیپھڑوں سے نکلا ہو نہ کہ وہ جو لعاب (آب دھن) ہوتا ہے.

اگر آپکو مطلوبہ تھوک نکالنے میں مشکل ہو تو آپ حمام میں گرم پانی کی ٹونٹی کو اس وقت تک کھول دیں جب تک کہ کمرہ بھاپ سے بھر نہ جائے. *(ازراہ کرم احتیاط فرمائیں کہ گرم پانی زیادہ نہ بہے اور جس سے جھلس جانے کا خطرہ پیدا ہو)* دروازہ بند کرلیں اور بھاپ آلود کمرے میں پانچ سے دس ثانیوں تک بیٹھیں. پھر دوبارہ کوشش کریں. متبادل طریقہ یہ ہے کہ تھوک نکالنے سے پہلےآپ نیم گرم پانی کا فوارہ جسم پر بہاسکتے ہیں یا نہا سکتے ہیں. گہرے سانس لیتے ہوئے جبکہ آپ نے اپنے سینے کو دونوں جانب سے دبا رکھا ہو اور گہری کھانسی کرنے سے بھی تھوک نکالنے میں مدد مل سکتی ہے.

ہدایات:

1. جب آپ صبح کو بیدار ہوں تو **کوئی بھی چیز کھانے یا پینے سے قبل یا دانت صاف کرنے سے پہلے** ازراہ کرم برتن نمبر 1 میں تھوک کا نمونہ مہیا کریں (یہ دیکھ لیں کہ آپ نے لعاب دھن تو نہیں تھوکا).

2. نمونے کے برتن نمبر 1 پر تاریخ اور نمونہ حاصل کرنے کاوقت لکھ دیں.

3. **مواد کے رسنے سے بچاؤ کے لئے ازراہ کرم برتن کا ڈھکن مضبوطی سے بند کردیں.**

4. برتن کو پلاسٹک کے اس تھیلے میں ڈال دیں جو آپکو مہیا کیا گیا ہے.

5. پلاسٹک کے تھیلے کو نمونہ کے برتن سمیت ریفریجریٹر میں رکھ دیں**(فریزر میں نہیں).**

6. آئندہ کی دونوں صبحوں کو برتن نمبر 2 اور 3 کے سلسلے میں مندرجہ بالا ایک تا پانچ نمبر ہدایات پر عمل کریں.

7. جیسے ہی آخری نمونہ حاصل کر لیا جائے ان تمام نمونہ جات کو جتنی جلد ممکن ہو سکے امراض سینہ و تپدق کے کلینک یا پیتھالوجی کے شعبہ (جہاں کے لئے بھی آپکو ہدایت دی گئی ہو) پہنچا دیں. جب تک یہ نمونہ جات شفاخانہ پہنچا نہیں دئے جاتے ان کو ٹھنڈا رکھیں اور براہ راست دھوپ سے بچائیں.

ملاحظہ: ابتدائی نتائج حاصل کرنے کے لئے تین ایسے دن لگ سکتے ہیں جن کے دوران کام کیا جاتا ہے اور حتمی تشخیصی نتیجہ حاصل کرنے میں چھ سے آٹھ ہفتے لگ سکتے ہیں. کلینک کی نرس کسی خرابی کی صورت میں آپکو آگاہ کرے گی.

اگر نمونہ جات کے حصول کے سلسلے میں آپ کوئی سوال کرنا چاہتے ہوں تو ازراہ کرام کلینک کو مندرجہ ذیل نمبر پہ فون کریں:

شکریہ