Gujarati

NHS

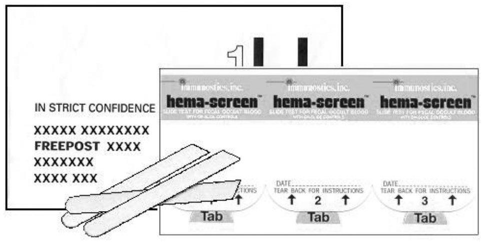
Cancer Screening Programmes

એન.એચ.એસ. બાવલ કેન્સર સ્ક્રીનિંગ પ્રોગ્રામ
NHS Bowel Cancer Screening Programme

કિટનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો તે આ પત્રિકા સમજાવે છે.
કૃપા કરીને તે ધ્યાનથી વાંચો.

તમારી કિટમાં નીચેની વસ્તુઓ મળશેઃ

☑ A પહેલેથી સ્ટેમ્પ લગવેલું જવાબી એન્વેલોપ
☑ 6 પૂંઠાની સળીઓ
☑ કેસરી અને સફેદ રંગની પૂંઠાની ટેસ્ટ કિટ



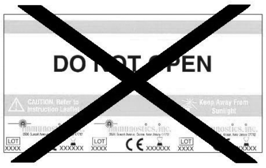
અગત્યનુંઃ

તમારી કિટ જો તમે નહિ ખોલો તો તે ઘણા મહિના સુધી ચાલશે, પરંતુ પહેલો નમૂનો લેવામાં આવ્યાના **14 દિવસની અંદર** તે પૂરી કરીને પાછી મોકલી આપવી જ જોઈએ.

કૃપા કરીને નોંધ કરો કે શનિ-રવિવારના દિવસે કિટનો ટેસ્ટ કરવામાં આવશે નહિ.

1. ટેસ્ટ કરતાં પહેલાં

ટોઈલેટ પર બેસતાં પહેલાં વાપરવા માટે તમારી કિટ તૈયાર કરી દોઃ એન્વેલોપમાંથી કિટ બહાર કાઢી લો અને પૂંઠાની બે સળીઓ તૈયાર રાખો.



જે બાજુએ ‘DO NOT OPEN’ (‘ખોલશો નહિ’) લખેલું હોય તે બાજુ બંધ જ રહેવા દો, જેથી તમારાં ટેસ્ટનાં પરિણામોને અસર ન થાય તેની ચોક્સાઈ રહે.

કિટના 3 ભાગ છે, જે 3 જુદા જુદા ઝાડા માટે છે.

એક સમયે એક જ ફ્લૅપ ખોલો.

3 ભાગો જુદા ન પાડો.

2. ટેસ્ટ કરવો

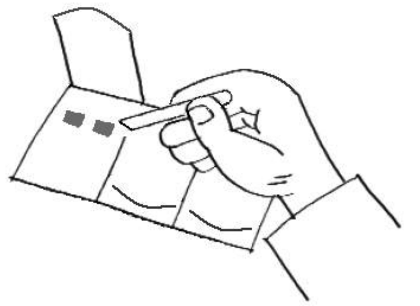
એક બાજુએ જ્યાં **તમારું નામ લખેલું હોય ત્યાં**, આપેલી જગ્યામાં ફ્લૅપ 1 ઉપર તારીખ લખો.

- ફ્લૅપ 1 ઉખાડો.
- ત્યાં તમે બે નાની ‘બારીઓ’ (ખાનાં) જોશો જેમાં તમારા નમૂનાઓ મૂકવાના છે.
- કિટ અને સળીઓ સહેલાઈથી પહોંચી શકાય તેવી જગ્યાએ રાખો.

3. પહેલો નમૂનો લેવો

- તમે જે ઝાડામાંથી નમૂનો લો તે ટોઈલેટની અંદર પડેલો ઝાડો ન હોય તે ધ્યાન રાખવાનું અગત્યનું છે, કારણ કે તેના લીધે ટેસ્ટના પરિણામને અસર થઈ શકે છે. તમારો નમૂનો લેવાની કેટલીક રીતો અહીં સૂચવી છેઃ
    - ટોઈલેટ પેપરના ટુકડા વાળીને
    - એક નાની પ્લાસ્ટિકની કોથળી તમારા હાથ પર વીંટાળીને
    - વાપરીને ફેંકી દઈ શકાય તેવો એક ચોખ્ખો ડબો

- તમે હમણાં જ લીધેલા ઝાડામાંથી એક નાનો નમૂનો લેવા માટે પૂંઠાની સળીનો ઉપયોગ કરો. પહેલી બારી પર તેનું પાતળું પડ કરીને પાથરી દો.



- બીજી સળીનો ઉપયોગ કરીને, ઝાડાના બીજા ભાગમાંથી બીજો નમૂનો લો. તેને બીજી બારી પર પાતળા પડ તરીકે પાથરી દો.

4. તમે તે કરી લો એટલે

- કૃપા કરીને તે સળીઓને ટોઈલેટ પેપર વડે લૂછી નાંખો, તેમને વીંટાળી દો અને બહારના ડસ્ટબિનમાં નાંખી દો. પૂંઠાની સળીઓને ટોઈલેટની અંદર નાંખીને ફલશ **કરશો નહિ.**

- ફલૅપ બંધ કરી દો અને તેને સલામતપણે બંધ રાખવા માટે કેસરી રંગના ટૅબની નીચે દબાવી દો.

- કિટને કોઈ ગરમાવાવાળી જગ્યામાં અથવા સીધા સૂર્યપ્રકાશમાં **ન રાખશો**, કારણ કે તેના લીધે તે બગડી જઈ શકે છે. વાપર્યા પછી તમારા હાથ ધોઈ લો.

5. બીજો નમૂનો લેવો

- ફલૅપ 2 ઉપર તારીખ લખો.

- ફલૅપ 2 નીચે આપેલી બે બારીઓનો ઉપયોગ કરીને આખો ટેસ્ટ ફરીથી કરો.

6. ત્રીજો નમૂનો લેવો

- ફલૅપ 3 ઉપર તારીખ લખો.

- ફલૅપ 3 નીચે આપેલી બે બારીઓનો ઉપયોગ કરીને આખો ટેસ્ટ ફરીથી કરો.

નોંધઃ તમારા નમૂના સળંગ ત્રણ વારના ઝાડામાંથી લેવા જરૂરી નથી, પરંતુ તે ત્રણ જુદી જુદી વારના ઝાડામાંથી લીધેલા હોવા જ જોઈએ.

તપાસયાદી

તમે બધી છ બારીઓ ઉપર નમૂના મૂક્યા છે?

તમે ત્રણેય ફલૅપ ઉપર તારીખો લખી છે?

પહેલો નમૂનો લેવામાં આવ્યાના **14 દિવસની અંદર** ટેસ્ટ કરવા માટે કિટ મળી જશે?

જો તપાસયાદીના <u>કોઈ પણ</u> પ્ર નો જવાબ ના હોય, તો કૃપા કરીને સલાહ માટે પ્રોગ્રામ સ્થળનો સંપર્ક કરોઃ મફત ફોન 0800 707 60 60.

જો તપાસયાદીના <u>બધા જ</u> પ્ર ોના જવાબ હા હોય, તો પહેલેથી સ્ટેમ્પ લગાવેલા એન્વેલોમાં કિટ મૂકી દો, તેને બંધ કરીને પોસ્ટ કરી દો. આ એન્વેલોપ ટપાલી કાયદા પૂરા કરે છે અને તે મોકલવા માટે સુરક્ષિત છે. પરંતુ ટપાલી કર્મચારીઓની સુરક્ષા માટે તે એન્વેલોપ ચોખ્ખું હોય તેની કૃપા કરીને ખાતરી કરો.

કોઈ પ્ર ો?

પ્રોગ્રામ સ્થળનો સંપર્ક કરો

મફતફોન 0800 707 60 60

કોલ્સના જવાબ ત ન ખાનગી રીતે આપવામાં આવશે. કૃપા કરીને કોઈ પણ માહિતી કે સલાહ પૂછતાં શરમાશો નહિ. કર્મચારીઓ તમારી મદદ કરવા માટે છે.

યાદ રાખોઃ

કિટને સૂર્યપ્રકાશ અને ગરમીથી દૂર રાખો