

6. فوائل لائنڈ والے لفافے میں جانچ کارڈ کو رک دیں اور اپنی اگلی اجابت تک کے لیے اسے کمرے کی حرارت پر جمع کر لیں لفافہ کو اس وقت تک بند نہ کریں جب تک آپ تمام 3 دن ختم نہ کر لیں

7. اسی کے مطابق فلیپ 2 اور 3 کے نیچے دو اضافی دنوں میں نمونوں کو جمع کرنے اور ان کو لگانے کے لیے مراحل 1-6 کا اعادہ کریں

D. جانچ کے بعد

جانچ کارڈ → + → فوائل لائنڈ لفافہ

رکیوزیشن فارم ←

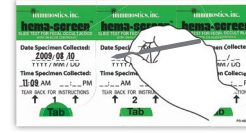
- ✓ فوائل لکیر والے لفافے کے اندر صرف جانچ کارڈ رکھیں اور مضبوطی سے بند کر دیں۔
- ✓ فوائل لائنڈ لفافے اور اپنے صحت کی نگہداشت کے فراہم کار کے تکمیل شدہ رکیوزیشن فارم کو فراہم کردہ لفافے میں رکھ دیں۔
- ✓ لفافہ کو کسی کمیونٹی لیبارٹری کلکشن سنٹر میں ڈال دیں یا میل کر دیں۔

کیا تعاون کی ضرورت ہے؟ کوئی سوال؟ پر جائیں:

ontario.ca/coloncancercheck

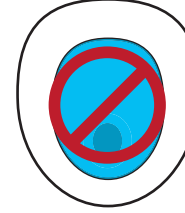
یا (TTY 1-800-387-5559) کو کال کریں 1-866-410-5853

C. جانچ کرنا

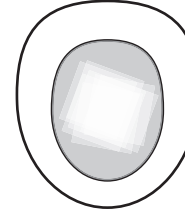


1. فلیپ 1 پر اپنے جمع کیے ہوئے پہلے نمونے کی تاریخ (سال/مہینہ/دن) اور وقت درج کریں۔ پہلے نمونے کو لگانے کے لیے فلیپ 1 کو پھاڑیں۔

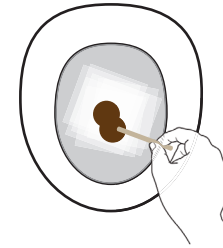
2. طشت کو صاف کرنے کے لیے ٹوائلٹ کو فلش کریں۔ نیلے کرنے والے مادے جیسے طشت کو صاف کرنے والی چیزوں کے ساتھ ٹوائلٹ کا استعمال نہ کریں۔



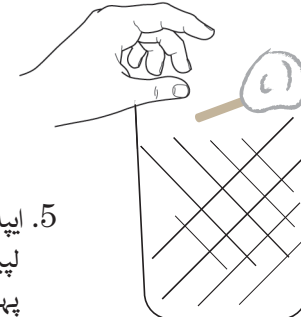
3. براز جمع کرنے کے لیے صاف، قابل ضائع ڈبے کا استعمال کریں یا ٹوائلٹ باؤل میں براز کو سہارا دینے کے لیے ٹوائلٹ پیپر کے متعدد پرتیں رکھیں۔



4. براز کے چھوٹے نمونے جمع کرنے کے لیے ایپلیکیٹر اسٹک کا استعمال کریں۔ ایریا I میں بہت پتلی رطوبت لگائیں۔ ایریا II میں براز کے ایک الگ مقام سے دوسرے نمونے کو جمع کرنے اور اس کی رطوبت لگانے کے لیے اسی اسٹک کا استعمال کریں۔ فلیپ کو بند اور محفوظ کریں۔



5. ایپلیکیٹر اسٹک کے گرد ٹوائلٹ پیپر کا ایک ٹکڑا لپیٹیں اور ضائع کریں۔ ٹوائلٹ کو فلش کریں۔ آپ نے پہلا نمونہ مکمل کر لیا۔



FOBT (برازی مخفی خون جانچ) ہدایات

بالکل شروع میں کولوریکٹل کینسر 10 لوگوں میں 9 کے اندر قابل علاج ہے۔ چونکہ ابتدائی مراحل میں نظر آنے والی نشانیاں یا علامات نہیں ہوتی ہیں، یہ سادہ اور آسان جانچ آپ کی زندگی کو بچانے میں معاون ہو سکتی ہے۔ براہ کرم ان ہدایات کو پورے طور پر پڑھیں۔

A. شروع کرنے سے پہلے

اہم: جوں ہی 3 فلیپ مکمل ہو جائیں آپ کو جانچ کارڈ لازمی طور پر بھیج دینا چاہیے لیکن اپنے پہلے براز جمع کرنے کے بعد 10 دنوں سے زیادہ تاخیر نہیں ہونا چاہیے

	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29
30					

جانچ سے تین دن پہلے تک اور براز کے نمونے جمع کرنے کی مدت کے دوران ویٹامن C کے متتامات اور ترش پھلوں اور جوس سے پرہیز کریں۔

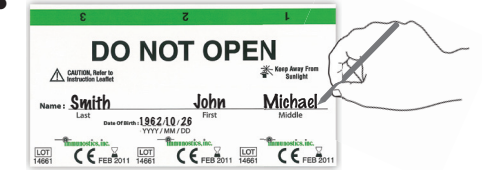


ورنہ، اپنی معمول کی غذا کھاتے رہیں اور بتائے گئے اودیہ مستقل طور پر لیتے رہیں۔



B. جانچ کارڈ کو پر کرنا

• بال پوائنٹ قلم کا استعمال کرتے ہوئے اپنا وہی نام اور تاریخ پیدائش پرنٹ کریں جو آپ کے ہیلتھ کارڈ میں ظاہر ہوں۔



• آپ دس دن کی مدت کے اندر تین مختلف دنوں میں براز کے نمونے جمع کریں گے۔

• جانچ کارڈ میں تین فلیپ ڈھکنے ہوں گے - ایک ہر دن کے لیے۔ ایک وقت میں صرف ایک فلیپ کھولیں۔

• ہر فلیپ کے نیچے دو چھوٹی جگہیں ہوں گی جن پر آپ کو اپنے نمونے لگانا ہے۔