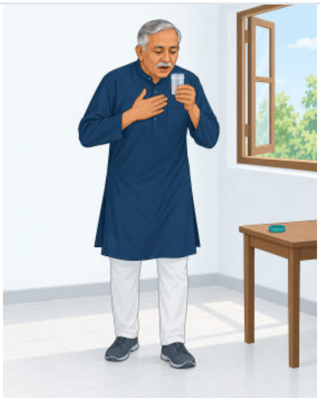
थुंकीचा नमुना कसा द्यावा

टीबीच्या तपासणीसाठी



थुंकी आणि लाळ एक नाही

आम्हाला **छातीच्या आतून खोकून काढलेला घट्ट पदार्थ** हवा आहे — तोंडातील लाळ नाही. लाळेचा नमुना देणे हेच ते सर्वात सामान्य कारण आहे ज्यामुळे टीबीचा अहवाल चुकीचा निगेटिव्ह येतो, आणि मग सर्व काही पुन्हा करावे लागते. कृपया हे नीट करण्यासाठी वेळ द्या.

क्रमाने करा

1. **सकाळी उठल्याबरोबर, सर्वात आधी** नमुना द्या — रात्रभरात थुंकी साठलेली असते.
2. **आधी साध्या पाण्याने नीट चूळ भरा.** माउथवॉश किंवा टूथपेस्ट वापरू नका, आणि नमुना देण्यापूर्वी काही खाऊ नका.
3. **मोकळ्या, हवेशीर जागी किंवा बाहेर जा**, लोकांपासून दूर. बंद खोलीत कुटुंबाच्या मध्ये हे कधीही करू नका.
4. **दोन खोल श्वास** घ्या, प्रत्येक वेळी काही सेकंद धरून हळू सोडा.
5. **तिसरा खोल श्वास घ्या, मग छातीच्या खोलातून जोर लावून खोका.**
6. डबी उघडा, ती ओठांजवळ धरा आणि **खोकून निघालेला पदार्थ थेट तिच्यातच टाका.** डबीच्या किंवा झाकणाच्या आतील भागाला हात लावू नका.
7. साधारण **दोन चमचे (5 मि.ली.)** होईपर्यंत हे करत राहा — डबीवरील खुणेपर्यंत.
8. **झाकण घट्ट बंद करा** आणि गळत नाही ना ते पाहा. साबणाने हात धुवा.

काहीच निघत नसल्यास

गरम पाणी किंवा चहा प्या, गरम पाण्याची वाफ घ्या, थोडे चाला, आणि 15–20 मिनिटांनी पुन्हा प्रयत्न करा. त्याऐवजी लाळ देऊ नका. खरोखरच काही निघत नसेल तर आम्हाला सांगा — नमुना घेण्याचे इतरही मार्ग आहेत.

ठेवणे आणि आणणे

सुरुवात करण्यापूर्वी डबीवर **तुमचे नाव आणि तारीख** लिहा. ती सरळ उभी करून थंड जागी किंवा फ्रिजमध्ये ठेवा (डीप फ्रीजरमध्ये नाही), आणि **त्याच दिवशी** प्रयोगशाळेत पोहोचवा. सहसा दोन नमुने लागतात — तुम्हाला दिलेली सूचना पाळा.