Khmer

Instructions for Collecting Sputum for TB

ក្រសួងសុខាភិបាល នៃ Minnesota Department of Health

សេចក្ដីពន្យល់ណែនាំដើម្បីប្រមូលស្លេស្ម សំរាប់ពិសោធមើលរោគរបេង

តើហេតុអ្វីបានជាការពិសោធន៍ស្លេស្ម ជាការចាំបាច់ដល់ម្ល៉េះ?

គ្រូពេទ្យរបស់អ្នកចង់ប្រមែប្រមូលយកស្លេស្ម (“កំហាក”) ខ្លះ ដែលអ្នកក្អកចេញពីសួតរបស់អ្នក ។ មន្ទីរពិសោធន៍ នឹងពិសោធស្លេស្មដើម្បីរកមេរោគរបេង (TB) ។

ការឆែកមើលស្លេស្មគឺជាមធ្យោបាយដ៏ល្អបំផុត ដើម្បីរកឲ្យដឹង ក្រែងលោអ្នកមានរោគរបេង។ បើអ្នកកំពុងតែលេបថ្នាំពេទ្យរួចទៅហើយ នោះការឆែកមើលស្លេស្មរបស់អ្នកគឺជារបៀបដ៏ល្អបំផុត ដើម្បីប្រាប់ឲ្យដឹងថាតើថ្នាំពេទ្យកំពុងតែមានប្រសិទ្ធភាពដែរឬជាយ៉ាងណា ។

ដើម្បីឲ្យបានជាក់ច្បាស់ថាការពិសោធន៍មានភាពត្រឹមត្រូវ អ្នកត្រូវតែក្អកឲ្យចេញស្លេស្មពីខាងក្នុងសួតរបស់អ្នក ដែលតាមធម្មតាវាខាប់ ហើយស្អិតផង ។ ទឹកមាត់ដែលចេញពីមាត់របស់អ្នក គឺវាដូចទឹកហើយរាវ ។ ចូរកុំប្រមូលទឹកមាត់ឲ្យសោះ ។

ល្បិចដ៏ល្អ : បើសិនជាអ្នកពុំអាចក្អកឲ្យចេញស្លេស្មបានទេ សូមសាកដកដង្ហើមយកចំហាយទឹកចេញពីក្បាលងូតទឹកផ្កាឈូក ឬចេញពីចំហាយឆ្នាំងទឹកពុះ ។

របៀបប្រមែប្រមូលស្លេស្មយកទៅពិនិត្យ

គ្រូពេទ្យ ឬពេទ្យរបស់អ្នក នឹងឲ្យទៅអ្នកនូវពែងជ័រពិសេសមួយ៉ាង សំរាប់ការប្រមូលស្លេស្មរបស់អ្នក ។ សូមធ្វើតាមវិធីទាំងពួងនៅខាងក្រោមឲ្យបានយ៉ាងហ្មត់ចត់ :

1. ពែងនោះគឺជ្រះស្អាតណាស់ ។ ចូរកុំបើកវាឲ្យសោះ រហូតទាល់តែអ្នកបំរុងប្រើវា ។
2. នៅពេលព្រឹកព្រលឹមបន្ទាប់ពីអ្នកក្រោកពីដំណេកភ្លាម (មុននឹងបរិភោគអ្វី ឬពិសារទឹក) នោះត្រូវដុសធ្មេញរបស់អ្នក ហើយលាងមាត់របស់អ្នកឲ្យបានល្អាត ជាមួយនឹងទឹក ។ ចូរកុំប្រើទឹកខ្ពុរមាត់ឲ្យសោះ ។
3. បើអាចធ្វើបាន ចេញទៅក្រៅ ឬបើកបង្អួច មុននឹងប្រមូលស្លេស្មយកទៅពិនិត្យ ។ ការនេះនឹងជួយការពារមនុស្សផ្សេងៗទៀត កុំឲ្យឆ្លងមេរោគរបេង នៅពេលដែលអ្នកក្អកបញ្ចេញស្លេស្ម ។
4. ត្រូវដកដង្ហើមឲ្យបានវែង ហើយទប់ខ្យល់ឲ្យបានចំនួន 5 វិនាទី ។ បញ្ចេញដង្ហើមដោយយឺតៗ ។ ដកដង្ហើមឲ្យបានវែងម្ដងទៀត ហើយក្អកឲ្យខ្លាំង រហូតទាល់តែស្លេស្មខ្លះឡើងមកលើ នៅក្នុងមាត់របស់អ្នក ។
5. ស្ដោះស្លេស្មចេញ ចូលទៅក្នុងពែងជ័រ ។
6. បន្តធ្វើបែបដូច្នោះទៀត រហូតទាល់តែស្លេស្មមានស្មើនឹងខ្សែបន្ទាត់ 5 មីលីលីត្រ (ឬច្រើនជាង) នៅក្នុងពែងជ័រ ។ ចំនួនស្លេស្មគឺមានប្រហែលជា 1 ស្លាបព្រាកាហ្វេ ។
7. មួលគំរបពែងឲ្យតឹងជាប់ ប្រយោជន៍កុំឲ្យវាលេចចេញ ។
8. លាង និងសំងួតជាយពែងខាងក្រៅ ។
9. សរសេរខែថ្ងៃឆ្នាំនៅលើពែង ដើម្បីបញ្ជាក់ពីខែថ្ងៃដែលអ្នកបានប្រមូលស្លេស្ម ។
10. ដាក់ពែងស្លេស្មទៅក្នុងប្រអប់ ឬស្បោង ដែលពេទ្យបានឲ្យទៅអ្នក ។
11. ប្រគល់ពែងស្លេស្មទៅឲ្យមន្ទីរពិនិត្យរោគា ឬពេទ្យ ។ អ្នកអាចទុកពែងស្លេស្មនៅក្នុងទូទឹកកកមួយយប់បាន បើសិនជាចាំបាច់ ។ ចូរកុំទុកវានៅក្នុងកន្លែងកក ឬទុកវានៅក្នុងបន្ទប់ដែលមានកំដៅជាធម្មតាឲ្យសោះ ។

MINNESOTA MDH DEPARTMENT OF HEALTH

Tuberculosis Prevention and Control Program
P.O. Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-5414
1-877-676-5414
www.health.state.mn.us/tb

5/2004