Instructions for Collecting Sputum for TB — Laotian

ໃບຂ່າວຈາກ ກະຊວງສາທາຣະນະສຸຂ ຣັຖມິນນີໂຊຕາ Minnesota Department of Health

ຄໍາແນະນໍາກ່ຽວກັບການເອົາຂີ້ກະເທີ່ ເພື່ອກວດຫາເຊື້ອໂຣຄປອດເຫ້ົາ

ເປັນຫຍັງຈື່ງຈໍາເປັນຕ້ອງກວດຂີ້ກະເທີ?

ທ່ານໝໍຂອງທ່ານ ຕ້ອງການເອົາຂີ້ກະເທີ່ ("phlegm") *ທີ່ທ່ານໄອອອກ ມາຈາກປອດຂອງທ່ານ. ຫ້ອງວິໃຈເຄາະ ຈະວິຈັຍຊອກຫາເຊື້ອ ໂຣຄປອດເຫ້ົາ.*

ການກວດຈາກຂີ້ກະເທີ່ຂອງທ່ານ ເປັນ ວິທີທາງທີ່ດີທີ່ສຸດ ໃນການຊອກຫາ. ຖ້າວ່າທ່ານມີເຊື້ອ ໂຣຄປອດເຫ້ົາ. ຖ້າທ່ານກິນຢາປົວ ໂຣຄປອດເຫ້ົາຢູ່. ການ ກວດຂີ້ກະເທີ່ເປັນສິ່ງທີ່ດີສຸດເພື່ອຈະ ໄດ້ຮູ້ ວ່າຢານັ້ນທໍາງານໄດ້ຜົນດີພຽງໃດ.

ເພື່ອຈະໄດ້ຮູ້ວ່າການກວດຖືກຕ້ອງທີ່ສຸດ. ທ່ານຕ້ອງໄອອອກຈາກຂ້າງໃນສ່ວນເລິກ ຂອງປອດ. ຂີ້ກະເທີ່ຈາກປອດ ຕາມປົກກະຕິແລ້ວຈະເຂັ້ນແລະໜຽວ. ນໍ້າລາຍຈາກປາກທ່ານເຫຼືອແລະບໍ່ໜຽວມັນ ບໍ່ແມ່ນຂີ້ກະເທີ່ ບໍ່ໃຫ້ເກັບເອົາ.

> **ໝາຍເຫດ:** ຖ້າທ່ານບໍ່ສາມາດຈະ ໄອເອົາຂີ້ເທີ່ອອກມາໄດ້, ໃຫ້ ພຍາຍາມ ຈຍໃຈເອົາອາຍນໍ້າຮ້ອນ ຈາກອ່າງອາບນໍ້າ, ຫ້ອງອາບນໍ້າ ຫຼືຈາກໂອ່ງນໍ້າຮ້ອນ.

ການເອົາຂີ້ກະເທີ່ເພື່ອໄປກວດ

ທ່ານໝໍ ຫຼື ນາງພຍາບານຈະເອົາຖ້ວຍຢາງ ໃຫ້ທ່ານສໍາຣັບການເອົາຂີ້ກະເທີ່ນີ້. ຂັ້ນຕອນ ດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ແມ່ນຂັ້ນຕອນທີ່ຄວນຈະເອົາໃຈໃສ່:

1. *ຈອກນັ້ນແມ່ນສະອາດ, ຫ້າມເປີດ ຈົນກະທັ້ງຈະໃຊ້.*
2. *ຕອນເຊົ້າເມື່ອທ່ານຕື່ນຂຶ້ນມາ* (*ກ່ອນກິນແລະຫຼືດື່ມ*), *ຖູແຂ້ວແລະລ້າງປາກ ຂອງທ່ານດ້ວຍນໍ້າ. ຫ້າມລ້າງປາກດ້ວຍນໍ້າຢາສໍາຣັບລ້າງປາກ.*
3. *ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ອອກຂ້າງນອກ ຫຼື ເປີດປ້ອງຢ້ຽມກ່ອນຈະເອົາຂີ້ກະເທີໄປກວດ. ການເຮັດ ເຊັ່ນນີ້ແມ່ນເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຄົນຕິດພຍາດປອດເຫ້ົາໃນເວລາທ່ານໄອ.*
4. *ຫາຍໃຈເຂົ້າເລິກແລະກັ້ນໄວ້* 5 *ວິນາທີ. ຫາຍໃຈອອກຊ້າໆ. ຫາຍໃຈເຂົ້າເລິກໆອີກຄັ້ງ ແລະໄອອອກແຮງຈົນກະທັ້ງມີຂີ້ກະເທີ່ອອກມາໃນປາກຂອງທ່ານ.*
5. *ຖົ່ມຂີ້ກະເທີ່ໃສ່ໃນຈອກຢາງ.*
6. *ເຮັດເຊັ່ນນີ້ຈົນກະທັ້ງຂີ້ກະເທີ່ເຖິງເສັ້ນຂີດໝາຍ* 5 ml (*ຫຼືຫຼາຍກວ່າ*) *ທີ່ໝາຍຢູ່ໃນຈອກ ຢາງ. ໃຫ້ໄດ້ຂີ້ກະເທີ່ ປະມານ* 1 *ບ່ວງບ່ວງຊາ.*
7. *ອັດຝາຈອກໃຫ້ແໜ້ນໆ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມັນຮົ່ວ.*
8. *ລ້າງທາງໃນແລະນອກຈອກແລະເຊັດໃຫ້ມັນແຫ້ງ.*
9. *ຂຽນວັນທີ ທີ່ທ່ານເອົາຂີ້ກະເທີ່ນັ້ນ.*
10. *ເອົາຈອກໃສ່ກ່ອງຫຼືຖົງຢາງ ທີ່ນາງພຍາບານໃຫ້ໄວ້ກັບທ່ານນັ້ນ.*
11. *ເອົາຈອກນັ້ນໃຫ້ກັບນາງພຍາບານທີ່ຄລີນິກ. ທ່ານຈະເອົາຈອກນັ້ນໄວ້ໃນຕູ້ເຢັນຄ້າງ ຄືນໄວ້ໄດ້ຖ້າຫາກວ່າຈໍາເປັນ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ໃສ່ໃນຕູ້ນໍ້າແຂງ ຫຼືຫ້ອງທີ່ມີອຸນຫະພູມສູງ.*

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