DEPARTMENT OF HEALTH

क्षयरोग परीक्षणका लागि खकार सङ्कलन सम्बन्धी निर्देशनहरू

खकार परीक्षण गराउनु किन आवश्यक छ ?

तपाईंका चिकित्सकले तपाईंले आफ्नो फोक्सोबाट खोकेको केही खकार ("कफ") सङ्कलन गर्न चाहनुहुन्छ । प्रयोगशालाले क्षयरोग (TB) कीटाणुहरू छन् कि भनेर खकार परीक्षण गर्नेछ । तपाईंको खकार जाँच गराउनु तपाईंमा क्षयरोग छ कि छैन भनी पत्ता लगाउने सबैभन्दा उत्तम तरीका हो । यदि तपाईं पहिलेदेखि नै क्षयरोगको औषधि लिइरहनु भएको छ भने, औषधिले काम गरिरहेको छ कि छैन भन्ने थाहा पाउने सबैभन्दा राम्रो तरीका भनेको खकार जाँच गराउनु नै हो । परीक्षण सही भएको सुनिश्चित गर्न, तपाईंले आफ्नो फोक्सोदेखि भित्रबाट गहिरो खोक्नु पर्दछ । तपाईंको फोक्सोबाट आएको खकार सामान्यतया बाक्लो र चिप्लो हुन्छ । थुक तपाईंको मुखबाट आउँछ र पानी जस्तो पातलो हुन्छ । थुक सङ्कलन नगर्नुहोस् ।

सुझाव: यदि तपाईं खोकेर खकार निकाल्न सक्नुहुन्न भने, तातो सावर वा उम्लिँदै गरेको पानीको भाडोबाट बाफ लिने प्रयास गर्नुहोस् ।

खकारको नमूना कसरी सङ्कलन गर्ने

तपाईंका चिकित्सक वा नर्सले तपाईंलाई तपाईंको खकार सङ्कलन गर्न प्लास्टिकको एक विशेष कप दिने छन् । यी चरणहरू ध्यानपूर्वक पालना गर्नुहोस्:

1. कप एकदम सफा छ । तपाईं यो प्रयोग गर्न तयार नभएसम्म यसलाई नखोल्नुहोस् ।
2. बिहान उठ्ने बित्तिकै (तपाईं केही खानु वा पिउनु भन्दा पहिले), आफ्नो दाँत माझ्नुहोस् र पानीले तपाईंको मुख कुल्ला गर्नुहोस् । माउथवास प्रयोग नगर्नुहोस् ।
3. यदि सम्भव छ भने, खकारको नमूना सङ्कलन गर्नु अघि बाहिर जानुहोस् वा एउटा झ्याल खोल्नुहोस् । यसले गर्दा तपाईंले खोक्दा अन्य मानिसहरूलाई क्षयरोगका कीटाणुहरूबाट बचाउन मद्दत गर्दछ ।
4. एकदम गहिरो सास लिनुहोस् र 5 सेकेन्डसम्म हावालाई रोकेर राख्नुहोस् । बिस्तारै सास बाहिर फाल्नुहोस् । फेरि गहिरो सास लिनुहोस् र केही खकार तपाईंको मुखमा नआएसम्म कडा रूपमा खोक्नुहोस् ।
5. खकार प्लास्टिकको कपमा थुक्नुहोस् ।
6. प्लास्टिक कपमा खकार 5 ml रेखा (वा सोभन्दा बढी) मा नपुगेसम्म यसो गरिरहनुहोस् । यो लगभग 1 चिया चम्चा खकार हो ।
7. कपको बिर्को कसेर बन्द गर्नुहोस् ताकि यो चुहिन नपाओस् ।
8. कपमा तपाईंले खकार सङ्कलन गरेको मिति लेख्नुहोस् ।
9. कपलाई नर्सले तपाईंलाई दिएको बाकस वा झोलामा राख्नुहोस् ।
10. कप आफ्नो क्लिनिक वा नर्सलाई दिनुहोस् । यदि आवश्यक परेमा तपाईंले कपलाई रातभर फ्रिजमा भण्डारण गर्न सक्नुहुन्छ । यसलाई फ्रिजमा नराख्नुहोस् वा कोठाको तापमानमा नछोड्नुहोस् ।

Minnesota Department of Health
Tuberculosis Prevention and Control Program
651-201-5414
www.health.state.mn.us/tb

9/22/2021 (Nepali) *फरक ढाँचामा यो जानकारी प्राप्त गर्न, यो नम्बरमा कल गर्नुहोस्: 651-201-5414]*