Cervical Screening London

NHS England London

HPV سیلف کلیکشن پیک

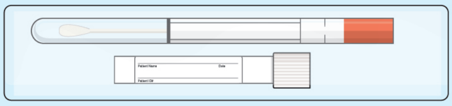
نمونہ خود سے لینے والا یہ پیک مطلوبہ مواد پر مشتمل ہے۔

اہم معلومات

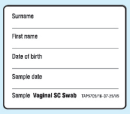
- براہ کرم اپنا نمونہ لینے کی کوشش کرنے سے پہلے ان ہدایات کو بغور اور مکمل طور پر پڑھیں۔
- اگر ہدایات پر عمل کیا جائے تو معمولی سی تکلیف ہوگی اور درد بالکل نہیں ہوگا۔
- مندرجہ ذیل صورتوں میں نمونہ نہیں لینا چاہیے:: ماہواری (آپ کے پیریڈ) کے دوران، حمل کے دوران، بچے کو جنم دینے کے بعد تین ماہ میں، اگر آپ نے حال ہی میں امراض نسواں والا آپریشن کرایا ہے، یا خلاف معمول جریان خون یا پیڑو میں درد کی صورت میں۔
- اگر آپ نے 3 دن پہلے شرمگاہ والے اوویولز (شرمگاہ میں داخل کرنے والا آلہ) کریم یا واش، شرمگاہ سے متعلق مانع حمل یا کنڈومز کا استعمال کیا ہے تو نمونہ نہیں لینا چاہیے۔
- اگر آپ نے 2 دن پہلے جماع کیا ہے، الٹرا ساؤنڈ اسکین یا امراض نسواں والے معائنے کروائے ہیں تو نمونہ نہیں لینا چاہیے۔
- اگر آپ کو مسائل درپیش ہیں، علامت/سر گرانی محسوس ہوتی ہے، تو براہ کرم توقف کریں یا اپنے نگہداشت صحت کے پیشہ ور فرد سے رجوع کریں۔
- سویب میں حیوانات کے ماخذ کا کوئی مواد شامل نہیں ہوتا ہے۔

نمونہ پیک کے مشمولات

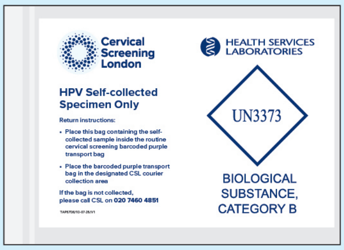
براہ کرم چیک کریں کہ نمونہ میں وہ سبھی آئٹم شامل ہیں جو نیچے بیان کیے گئے ہیں۔ اگر کوئی بھی آئٹم نہ ہو یا خراب ہو تو آگے کارروائی کر کے نمونہ لینے کا کام نہ کریں، اعانت کے لیے نگہداشت صحت کے اپنے پیشہ ور فرد سے رابطہ کریں۔



شرمگاہ سے متعلق سویب اور کلیکشن ٹیوب



نمونہ کا لیبل



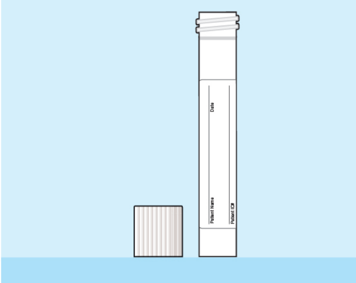
نمونہ واپس کرنے کا بیگ

مریض کے لیے ہدایات – سویب کا نمونہ

1

اپنے ہاتھوں کو گرم، صابن والے پانی میں دھوئیں۔ سویب اور کلیکشن یونٹ پر مشتمل پیک کو کھولیں۔

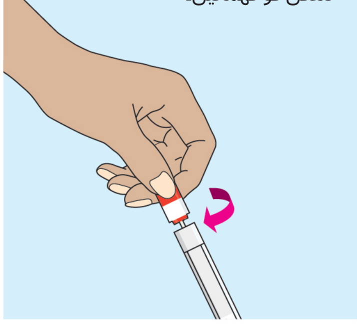
کلیکشن ٹیوب کا ڈھکن اتاریں اور اسے ایک طرف رکھ دیں۔



2

نمونہ لینے کے دوران ایک آرام دہ توازن برقرار رکھنا اہم ہے۔ آپ اپنا نمونہ کھڑے ہونے کی حالت میں لے سکتی ہیں۔

اپنا نمونہ لینے سے پہلے سیل کو کھولنے کے لیے سویب ٹیوب کے ڈھکن کو گھمائیں۔

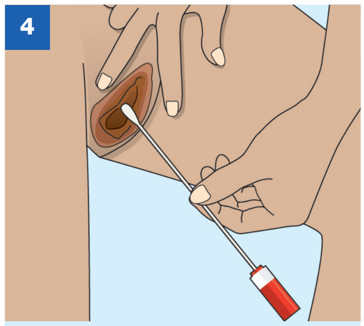


3

سویب کو ٹیوب سے باہر نکالیں اور اپنا نمونہ لینے کے لیے اِسٹک کے وسط میں سرخ نشان پر اپنی انگلیوں سے اس کو پکڑیں۔ **اسے ڈھکن کے سرخ سرے سے نہ پکڑیں۔**

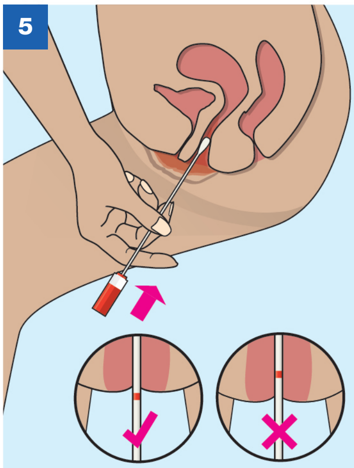
براہ کرم نمونہ لینے کے دوران نمونہ لینے والے سویب کے سفید سرے کو کسی سطح سے ٹچ نہ ہونے دیں۔ اگر سویب کسی وقت کسی سطح سے ٹچ ہو ہی جاتا ہے تو، براہ کرم ایک نئے پیک کی درخواست کریں۔

4



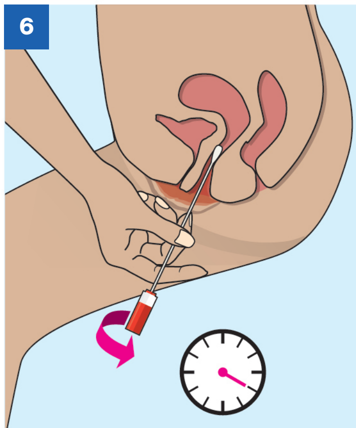
سویب کو اپنی شرمگاہ میں داخل کرنے یا اسے نکالنے کے وقت سویب کو سیدھا کر کے پکڑیں۔ اپنے دوسرے ہاتھ سے، شرمگاہ کی باہری جلد کو آرام سے پھیلائیں۔ سویب کی نوک کو شرمگاہ کے اندر داخل کریں۔ نوک کا سرا اپنی پیٹھ کے نچلے حصے کی طرف رکھیں اور اپنے عضلات کو تسکین دیں۔

5



سویب کو دکھائے گئے طریقے کے مطابق اپنی شرمگاہ میں داخل کریں۔ اگر سویب آسانی سے نہیں جاتا ہے تو، آپ اسے اندر ڈالتے وقت آرام سے گھمائیں۔ سرخ لکیر پر موجود آپ کی انگلیاں آپ کو بہت اندر تک جانے سے روک دیں گی۔ اگر یہ بہت زیادہ مشکل ہو تو، جاری رکھنے کی کوشش نہ کریں۔

6



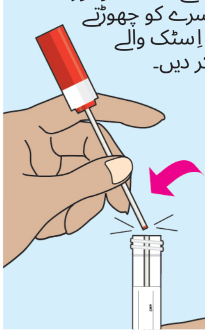
10-30 سیکنڈ

سویب کو 10-30 سیکنڈ تک گھمائیں، یہ یقینی بناتے ہوئے کہ یہ آپ کی شرمگاہ کی دیواروں کو ٹچ کرتا ہے، پھر سویب کو احتیاط سے باہر نکالیں۔

7

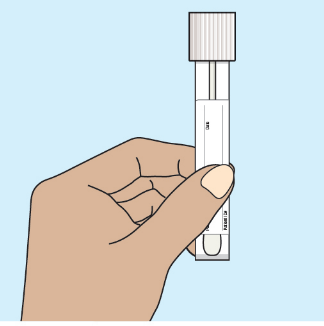
سویب کو کلیکشن ٹیوب میں دھیان سے رکھیں۔

ٹیوب کو مضبوطی سے پکڑے ہوئے، سرخ لکیر سے اِسٹک کو توڑ دیں۔ روئی والے سرے کو چھوڑتے ہوئے، سویب کے اِسٹک والے سرے کو ضائع کر دیں۔



8

کلیکشن ٹیوب پر ڈھکن واپس لگا کر مضبوطی سے بند کر دیں۔



اب آپ یہ سویب واپس نگہداشت صحت کے اپنے پیشہ ور فرد کے حوالے کرنے کو تیار ہیں۔ وہ آپ کا نمونہ ٹیسٹنگ کے لیے بھیجے جانے سے پہلے اس کے لیے مطلوبہ طریقہ کار مکمل کریں گے۔

سویب کلیکشن ٹیوب، نمونے والا شفاف بیگ، نمونے کا لیبل اور یہ ہدایتی پرچہ نگہداشت صحت کے اپنے پیشہ ور فرد کو حوالے کریں۔

یہ ہدایات دوسری زبانوں میں دیکھنے کے لیے براہ کرم ملاحظہ کریں:
www.hslpathology.com/cervical-screening-self-collection

© The Doctors Laboratory Limited, 2025.
تصاویر: Jag Matharu/Thin Air Productions ©

TAP5692-URDU/04-08-25/V8