Cervical Screening London

NHS England London

HPV নিজে সংগ্রহের প্যাক

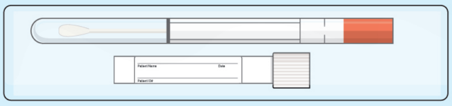
নিজে নমুনা সংগ্রহের জন্য এই প্যাকে প্রয়োজনীয় উপকরণ রয়েছে।

গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলী

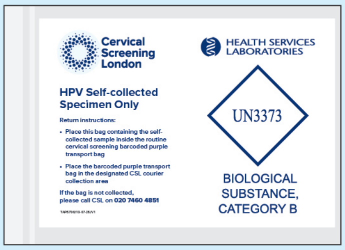
- **আপনার নমুনা সংগ্রহ করার চেষ্টা করার আগে এই নির্দেশাবলী সাবধানে এবং সম্পূর্ণরূপে পড়ুন।**
- **যদি নির্দেশাবলী অনুসরণ করা হয়, তাহলে আপনার ন্যূনতম অস্বস্তি হওয়া উচিত এবং কোনো ব্যথা অনুভব করা উচিত নয়।**
- **যে সকল সময়ে নমুনা সংগ্রহ করা উচিত নয়: ঋতুস্রাবের সময় (আপনার মাসিক), গর্ভাবস্থায়, সন্তান প্রসবের তিন মাস পর, যদি আপনার সম্প্রতি স্ত্রীরোগ সংক্রান্ত অস্ত্রোপচার হয়ে থাকে, অথবা অস্বাভাবিক রক্তপাত বা শ্রোণীতে ব্যথার ক্ষেত্রে।**
- **যদি আপনি আগের 3 দিনে ভ্যাজাইনাল ওভিউল, ক্রিম বা ওয়াশ, ভ্যাজাইনাল গর্ভনিরোধক বা কনডম ব্যবহার করে থাকেন, তাহলে নমুনা সংগ্রহ করা উচিত নয়।**
- **যদি আপনি আগের 2 দিনে যৌন মিলন করে থাকেন, আল্ট্রাসাউন্ড স্ক্যান বা স্ত্রীরোগ সংক্রান্ত পরীক্ষা করিয়ে থাকেন, তাহলে নমুনা সংগ্রহ করা উচিত নয়।**
- **যদি আপনার কোনো সমস্যা হয়, অসুস্থ বোধ করেন/মাথা ঘোরে, তাহলে বিরতি দিন অথবা আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে পরামর্শ করুন।**
- **সোয়াবটিতে প্রাণীজ উৎসের কোনো উপাদান নেই।**

নমুনা প্যাকের সামগ্রী

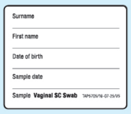
অনুগ্রহ করে পরীক্ষা করে দেখুন যে প্যাকটিতে নীচে বর্ণিত সমস্ত জিনিসপত্র রয়েছে। যদি কোনো জিনিসপত্র অনুপস্থিত বা ক্ষতিগ্রস্ত থাকে, তাহলে নমুনা সংগ্রহ করতে এগিয়ে যাবেন না, সহায়তার জন্য আপনার স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের সাথে যোগাযোগ করুন।



ভ্যাজাইনাল সোয়াব এবং সংগ্রহ নল



নমুনা ফেরত দেওয়ার ব্যাগ



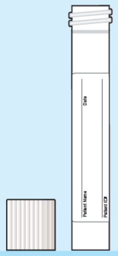
নমুনার লেবেল

রোগীর জন্য নির্দেশাবলী - সোয়াবের নমুনা

1

উষ্ণ সাবানযুক্ত পানিতে হাত ধুয়ে নিন। সোয়াব এবং সংগ্রহ নল থাকা প্যাকটি খুলুন।

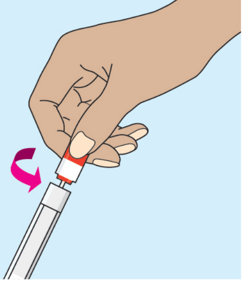
সংগ্রহ নলের ঢাকনাটি খুলে একপাশে রেখে দিন।



2

নমুনা সংগ্রহের সময় একটি আরামদায়ক ভারসাম্য বজায় রাখা গুরুত্বপূর্ণ। আপনি দাঁড়িয়ে নমুনা নিতে পারেন।

আপনার নমুনা নেওয়ার আগে সিলটি খোলার জন্য সোয়াব টিউবের ঢাকনাটি পেঁচিয়ে খুলুন।

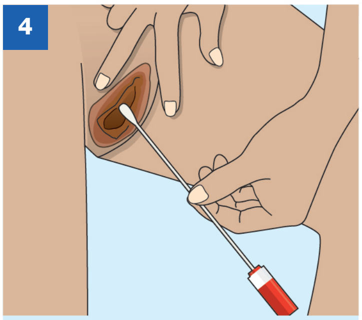


3

টিউব থেকে সোয়াবটি বের করুন এবং নমুনা নেওয়ার জন্য কাঠির মাঝখানে লাল দাগের কাছে এটিকে আপনার আঙুলের মধ্যে ধরে রাখুন। **ঢাকনার লাল প্রান্তটি ধরে রাখবেন না।**

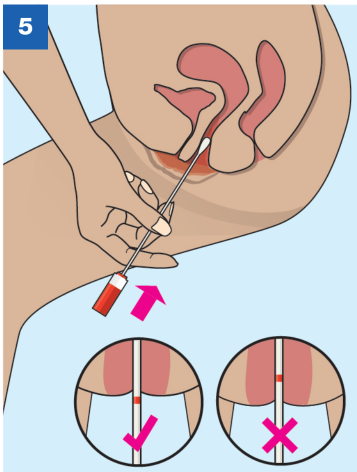
নমুনা সংগ্রহের সময় সোয়াবের সাদা অগ্রভাগটিকে কোনো পৃষ্ঠ স্পর্শ করতে দেবেন না। যদি সোয়াবটি কোনো সময় কোনো পৃষ্ঠকে স্পর্শ করে, তাহলে অনুগ্রহ করে একটি নতুন প্যাকের অনুরোধ করুন।

4



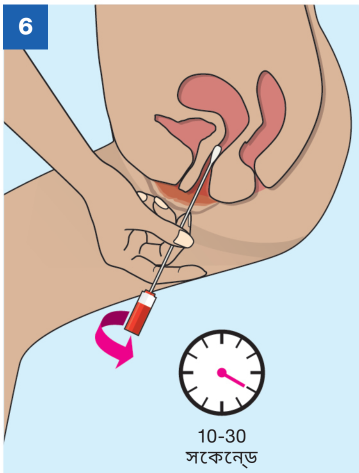
আপনার যোনিতে সোয়াব ঢোকানোর সময় বা সোয়াব বের করার সময় সোজা করে ধরুন। আপনার অন্য হাত দিয়ে, যোনির বাইরের ত্বকটি আলতো করে ছড়িয়ে দিন। সোয়াবের অগ্রভাগটি যোনির খোলা অংশে ঢোকান। অগ্রভাগটি আপনার পিঠের নিচের দিকে নির্দেশ করুন এবং আপনার পেশীগুলি শিথিল করুন।

5



যেভাবে দেখানো হয়েছে, সেইমতো আপনার যোনিতে সোয়াবটি ঢোকান। যদি সোয়াবটি সহজে ভিতরে না যায়, তাহলে এটি ঢোকানোর সময় আলতো করে ঘোরান। লাল রেখার উপর থাকা আপনার আঙুল আপনাকে খুব বেশি ভিতরে ঢোকাতে বাধা দেবে। যদি এটি খুব কঠিন হয়, তাহলে চালিয়ে যাওয়ার চেষ্টা করবেন না।

6



10-30 সেকেন্ডের জন্য সোয়াবটি ঘোরান, নিশ্চিত করুন যে এটি আপনার যোনির প্রাচীর স্পর্শ করে, তারপর সাবধানে সোয়াবটি বের করে নিন।

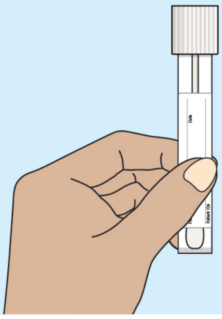
7

সোয়াবটি সাবধানে সংগ্রহ নলের মধ্যে ঢোকান।

টিউবটি স্থিরভাবে ধরে কাঠিটি লাল রেখার কাছে ভেঙে ফেলুন। সোয়াবের কাঠির প্রান্তটি ফেলে দিয়ে তুলোর প্রান্তটি রেখে দিন।

8

সংগ্রহ নলের উপর ঢাকনাটি আবারও শক্ত করে আটকে দিন।



এখন আপনি আপনার স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের কাছে সোয়াবটি ফেরত দিতে প্রস্তুত। নমুনাটি পরীক্ষার জন্য পাঠানোর আগে তারা আপনার নমুনার জন্য প্রয়োজনীয় প্রক্রিয়া সম্পূর্ণ করবেন।

সোয়াব সংগ্রহের টিউব, নমুনার স্বচ্ছ ব্যাগ, নমুনার লেবেল এবং এই নির্দেশ পত্রটি আপনার স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের কাছে হস্তান্তর করুন।

এই নির্দেশাবলী অন্যান্য ভাষায় দেখতে অনুগ্রহ করে এখানে যান:

www.hslpathology.com/cervical-screening-self-collection

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

TAP5692B-BENGALI/04-08-25/V8