मरीज़ के लिए निर्देश
आपका नमना लेने के लिए

आप शुरू करें उससे पहले

आपके GP ने आप से यथाशीघ्र यह परीक्षण पूरा करने को कहा है।

काले या नीले पेन का इस्तेमाल कर के लेबल पर अपना नाम और अपनी जन्म तिथि लिखें।

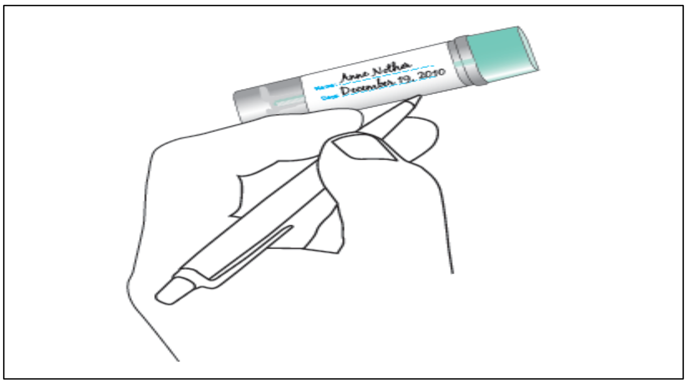
जब आप रजस्वला हों (आपका मासिक चल रहा हो) तब यह परीक्षण न करें, वह खतम हो जाए उसके बाद तक प्रतीक्षा करें और फिर परीक्षण करें।

FIT (फीकल इम्युनोकेमिकल टेस्ट) एक ऐसी जाँच है जो शौच (मल) में खून की उपस्थिति की खोज करता है जहाँ यह इतनी कम मात्रा में होता है कि नज़र न आए।

आपके GP ने आपके लक्षणों की जाँच के हिस्से के रूप में आपके लिए यह परीक्षण कराने का आदेश दिया है, ताकि यह पता चल जाए कि कहीं आपको कैंसर तो नहीं है। अगर आप यात्रा करने वाले/वाली हैं या छुट्टियों पर जा रहे/रही हैं, तो अपने GP को बताएं।

FIT किट में एक छोटा प्लास्टिक का डिब्बा होता है। आपको जितना जल्दी संभव हो यह परीक्षण पूरा कर के अपने GP की प्रैक्टिस पर लौटना चाहिए। अपना शौच (मल) एकत्रित करने के लिए कृपया इन विस्तृत निर्देशों का पालन करें।

1. अपने नमने पर लेबल लगाएं



अपना **नाम, जन्म तिथि** और आपने जब अपना शौच (मल) एकत्रित किया वह **तिथि**एक काले या नीले पेन से जहाँ निर्दिष्ट हो लिखें। यदि लेबल पर पहले ही आपका विवरण हो, तो यह जाँच लें कि वह सही हो।

2. शौच (मल) का नमूना कैसे पकड़ें

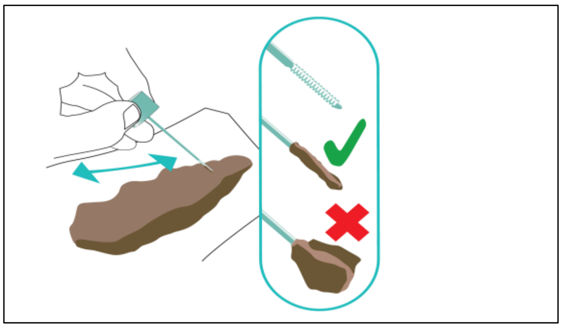
यह महत्वपूर्ण है कि आपका शौच (मल) का नमूना शौचालय के पानी को न छुए।

आपका मल एकत्रित करने के विभिन्न तरीके हैं, यह आज़माएं:

A. अपने हाथ में टॉइलेट पेपर को मोड़ कर पकड़ें।
B. अपने हाथ पर एक छोटा, डिस्पोज़ेबल प्लास्टिक बैग/ ग्लव लगाएं।
C. एक साफ, डिस्पोज़ेबल बर्तन में मल त्याग करें जिसमें टॉइलेट पेपर लगा हुआ हो, ताकि आप आसानी से बाद में शौच (मल) को शौचालय में डाल सकें।

हो सकता है कि आपको अपने लिए इससे आसान कोई तरीका मिले, लेकिन सुनिश्चित करें, कि आप शौच (मल) का नमूना पानी को छुए उससे पहले उसे पकड़ लें।

3. संग्रहण डिवाइस से अपने शौच (मल) का नमूना लें

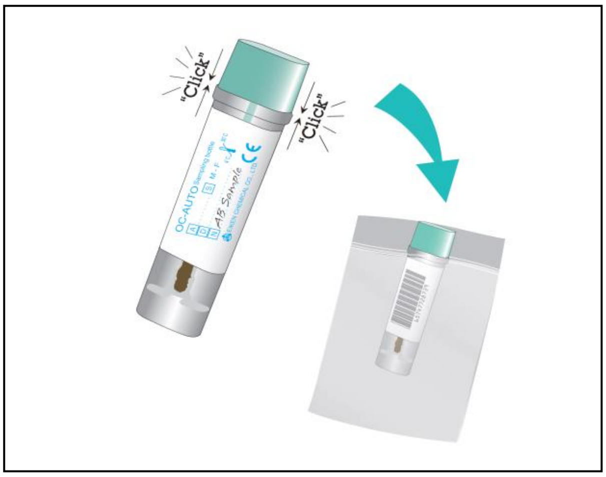


नमूना ट्यूब का ढक्कन घड़ी की सूई से ऊलटी दिशा में घुमा कर खोल दें, डंडी निकाल दें और **डंडी का सिरा शौच (मल) की धार पर खुरचें।** डंडी पर शौच (मल) की एक बहुत छोटी मात्रा ही ज़रूरी है।

ध्यान दें: कृपया वह नमूना ट्यूब पर नमूना जिस दिन लिया गया था वह तिथि लिखें

निर्देश ऊलटी तरफ जारी...

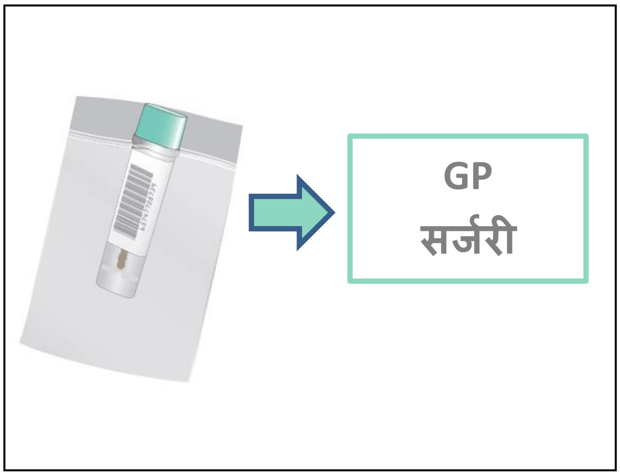
4. डब्बे को बंद कर के सील कर दें।



नमूना डंडी वापस ट्यूब में रख दें। सुनिश्चित करें कि ट्यूब के बंद होने की आवाज़ सुनाई दे और उसे एक प्लास्टिक की थैली में रख दें।

अपने हाथ धोना न भूलें!

5. अपना नमूना जमा कराएं



अपना नमूना अपनी GP प्रैक्टिस में ले जाएं और उसे रिसेप्शन पर दे दें ताकि उसे एकत्रित कर के **7 दिनों के भीतर** परीक्षण किया जा सके।

6. परिणाम

आपके GP को 10 दिन के भीतर परिणाम मिल जाएंगे और वह आप से परिणाम के बारे में बात करेंगे/करेंगी।

अपने कैलेन्डर पर नोट करें और अगर आपको 2 सप्ताह के भीतर अपनी GP प्रैक्टिस से कोई खबर न मिले, तो कृपया उससे संपर्क करें।

कृपया जाँच लें कि आपने यह सारे चरण पूरे किये हैं
अपना नमूना अपनी GP प्रैक्टिस पर ले जाएं और उसे रिसेप्शन पर दे दें।

आपकी राय हमारे लिए महत्वपूर्ण है। हम मरीज़ों और देखभाल करने वालों से प्राप्त फ़ीडबैक का उपयोग अपनी सेवाओं का विकास करने के लिए करते हैं और यह सुनिश्चित करने के लिए करते हैं कि हम श्रेष्ठ संभव मरीज़ देखभाल प्रदान करें। कृपया हमें इस सेवा के अपने अनुभव के बारे में ईमेल द्वारा इस पते पर जानकारी भेजें england.tcstlondon@nhs.net

TCST Healthy London Partnership, जो कि लंदन की सभी CCGओं, West Essex CCG, और NHS England लंदन क्षेत्र का हिस्सा है, और इसका उद्देश्य लंदन में बेहतर स्वास्थ्य प्रदान करना है।

ट्रांन्सफॉर्मिंग कैंसर सर्विसिस टीम फॉर लंदन (TCST)
V.1 नवम्बर 2018