مریضوں کے لیے ہدایات
آپ کا نمونہ حاصل کرنے کے لیے

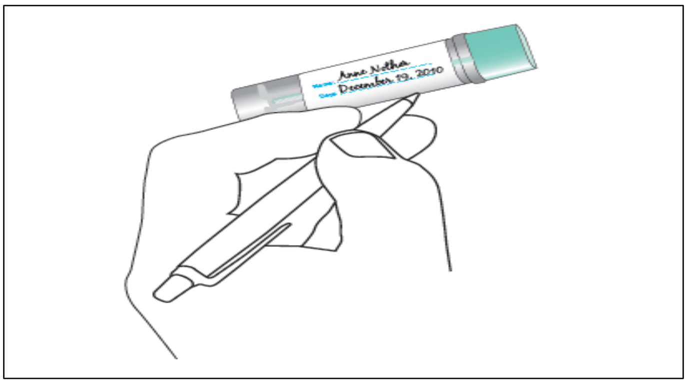
اس سے پہلے کہ آپ شروع کریں
آپ کے جی پی نے آپ سے کہا ہے کہ آپ یہ ٹیسٹ جتنا جلدی ممکن ہو سکے مکمل کریں۔
لیبل پر اپنا نام اور تاریخ پیدائش لکھنے کے لیے، کالا یا نیلا پین استعمال کریں۔
جب آپ کو ماہواری (حیض) آ رہی ہو، تو اس کے دوران یہ ٹیسٹ نہ کروائیں، ختم ہونے کا انتظار کریں اور بعد میں کروائیں۔

FIT (فِیکل امیونوکیمیکل ٹیسٹ) ایک تفتیش ہے جس کے ذریعے بڑے پیشاب (پاخانہ) میں خون کی موجودگی کا پتہ چلایا جاتا ہے۔ یہ ٹیسٹ اس صورت میں کیا جاتا ہے جب خون اتنی تھوڑی مقدار میں موجود ہو کہ آنکھ سے نظر نہ آ سکتا ہو۔

آپ کا جی پی آپ کی علامات کی تفتیش کے لیے یہ ٹیسٹ کینسر کی شناخت کے لیے کرواتا ہے۔ اگر آپ سفر کرنا چاہتے ہوں یا چھٹیوں پر جانا چاہتے ہوں، تو اپنے جی پی کو بتائیں۔

ٹیسٹ مکمل کروانے کے بعد آپ کو یہ ٹیسٹ جلد از جلد اپنی جی پی FIT کی کِٹ میں پلاسٹک کا ایک چھوٹا سا برتن موجود ہوتا ہے۔ اپنا بڑا پیشاب (پاخانہ) ڈالنے کے حوالے سے، براہ کرم مرحلہ وار ہدایات پر عمل کریں۔ پریکٹس کو واپس کرنا چاہیے۔

1. اپنے نمونہ پر لیبل لگائیں



مطلوبہ جگہ پر اپنا **نام**، **تاریخ پیدائش** اور پیشاب (پاخانہ) ڈالنے کی **تاریخ** لکھیں اور اس کے لیے کالا یا نیلا پین استعمال کریں۔ اگر لیبل پر آپ کی تفصیلات پہلے سے درج ہوں، تو براہ کرم چیک کریں کہ وہ ٹھیک ہیں۔

2. پیشاب (پاخانہ) کا نمونہ کیسے ڈالا جائے

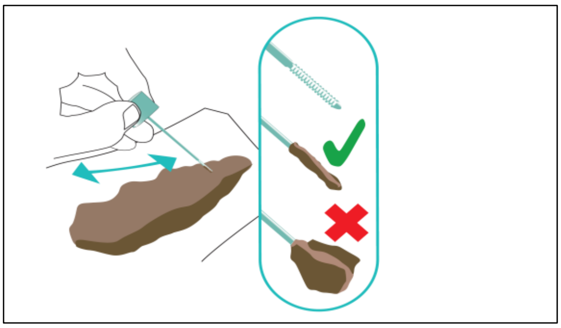
یہ اہم ہے کہ آپ کے پیشاب (پاخانہ) کا نمونہ ٹائیلٹ کے پانی کو نہ چھوئے۔

پاخانہ ڈالنے کے مختلف طریقے ہیں، درج ذیل طریقوں سے کوشش کریں:

A. ٹائیلٹ پیپر کو لمبائی کے رُخ میں تہہ کر کے اپنے ہاتھ میں پکڑیں۔
B. اپنے ہاتھ پر ایک چھوٹا ڈسپوزیبل بیگ/دستانہ چڑھا لیں۔
C. ایک صاف ڈسپوزیبل برتن میں پاخانہ کریں جس کے اندر ٹائیلٹ پیپر کی تہہ لگی ہوئی ہو، تاکہ آپ بعد میں پیشاب (پاخانہ) کو آسانی سے ٹائیلٹ میں گرا سکیں۔

آپ اپنے لیے کسی آسان طریقے کا انتخاب بھی کر سکتے ہیں، مگر دھیان رہے کہ برتن میں ڈالنے سے پہلے آپ کے پیشاب (پاخانہ) کا نمونہ پانی کو نہ چھوئے۔

3. نکالنے والی ڈیوائس کے ذریعے اپنے پیشاب (پاخانہ) کا نمونہ نکالیں



نمونہ کی ٹیوب کے ڈھکن کو غیر گھڑی وار سمت میں کھول لیں، اسٹک کو نکالیں اور **اسٹک کے کنارے سے پیشاب (پاخانہ) کو کھرچیں**۔ اسٹک پر پیشاب (پاخانہ) کی بہت تھوڑی مقدار چاہیے ہوتی ہے۔

توجہ فرمائیں: براہ کرم نمونہ کی ٹیوب پر نمونہ لینے کی تاریخ لکھیں۔

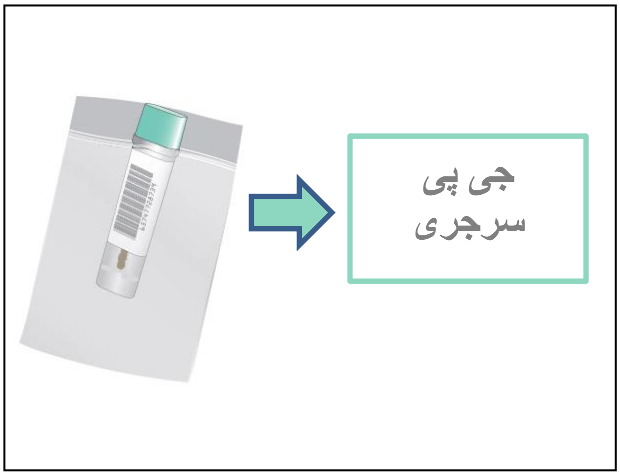
ہدایات صفحہ کی دوسری جانب جاری ہیں...

4. برتن کو بند کر کے سر بمہر کر دیں

نمونہ کی اسٹک کو ٹیوب میں واپس رکھ دیں۔ دھیان رہے کہ ٹیوب ٹھیک طرح سے بند ہونی چاہیے اور اس کو پلاسٹک بیگ میں رکھ دیں۔

اپنے ہاتھ دھونا ہر گز نہ بھولیں!

5. اپنا نمونہ حوالے کریں



اپنا نمونہ اپنی جی پی پریکٹس پر لے کر جائیں اور استقبالیہ پر جمع کروا دیں تاکہ **7 دن کے اندر** اس کا ٹیسٹ کیا جا سکے۔

6. نتائج

آپ کے جی پی کو نتیجہ 10 دن کے اندر موصول ہو جائے گا اور نتیجہ کے بارے میں بات کرنے کے لیے وہ آپ کے ساتھ رابطہ کرے گا/گی۔

اپنے کیلنڈر پر نوٹ کر لیں اور اگر آپ کی جی پی پریکٹس کی جانب سے 2 ہفتوں کے اندر آپ سے رابطہ نہیں ہوتا، تو براہ کرم آپ خود ان سے رابطہ کریں۔

براہ کرم چیک کر لیں کہ آپ نے تمام مراحل مکمل کیے ہیں
اپنا نمونہ اپنی جی پی پریکٹس پر لے کر جائیں اور استقبالیہ پر دے دیں

آپ کے خیالات ہمارے لیے اہم ہیں۔ مریضوں اور نگہداشت کنندگان کی فیڈبیک کو ہم اپنی خدمات کو بہتر بنانے میں استعمال کرتے ہیں تاکہ ہم مریضوں کو ممکنہ طور پر بہترین نگہداشت فراہم کر سکیں۔ براہ کرم england.tcstlondon@nhs.net پر ای میل کے ذریعے، اس سروس کے بارے میں ہمیں اپنے تجربہ سے آگاہ کریں۔

TCST، ہیلدی لندن پارٹنرشپ کا حصہ ہے، جو لندن کی تمام CCGs، ویسٹ ایسکس کی CCG اور NHS لندن ریجن کی شراکت داری میں کام کرتی ہے تاکہ لندن میں صحت کی سہولیات میں بہتری لائی جائے۔