

ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਡਾ ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ

ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਇਸ ਟੈਸਟ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

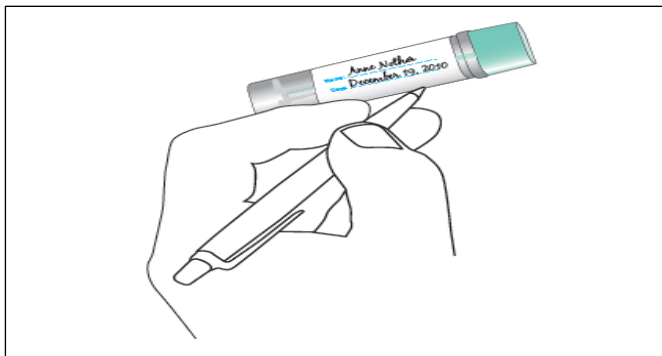
ਲੇਬਲ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਨਾਮ, ਆਪਣੇ ਜਨਮ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਅਤੇ NHS ਹਸਪਤਾਲ ਨੰਬਰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਾਲੇ ਜਾਂ ਨੀਲੇ ਪੈਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

FIT (ਫੀਕਲ ਇਮਿਊਨੋਕੈਮੀਕਲ ਟੈਸਟ) ਇੱਕ ਜਾਂਚ ਹੈ ਜੋ ਮੱਲ (ਪੁ) ਵਿੱਚ ਉਦੋਂ ਖੂਨ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਸ ਟੈਸਟ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

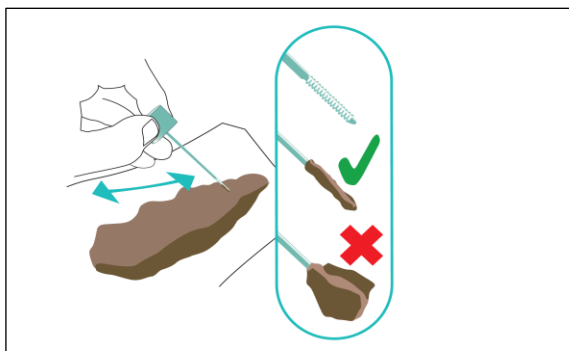
FIT ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਕੰਟੇਨਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਟੈਸਟ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੇ GP ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਮੱਲ (ਪੁ) ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

1. ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਲੇਬਲ



ਆਪਣਾ ਪਹਿਲਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਉਪਨਾਮ (N), ਜਨਮ ਦੀ ਤਾਰੀਖ (A) ਉਮਰ ਨਹੀਂ (A) ਅਤੇ NHS ਹਸਪਤਾਲ ਨੰਬਰ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਤਾਰੀਖ (D) ਨੂੰ ਲਿਖੋ ਜਿਸ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਮੱਲ (ਪੁ) ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਸੀ ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਕਾਲੇ ਜਾਂ ਨੀਲੇ ਪੈਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸੰਕੇਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਲੇਬਲ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵੇਰਵੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਸਹੀ ਹਨ।

3. ਕੱਢਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸਟੂਲ (ਪੁ) ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲਓ



ਨਮੂਨਾ ਟਿਊਬ ਦੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਘੜੀ ਦੀ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਖੋਲ੍ਹੋ, ਡੰਡੀ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਮੱਲ (ਪੁ) ਦੇ ਨਾਲ ਡੰਡੀ ਦੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਖੁਰਚੋ। ਡੰਡੀ 'ਤੇ ਮੱਲ (ਪੁ) ਦੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2. ਮੱਲ (ਪੁ) ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਫੜਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ

ਟਾਇਲਟ ਉੱਤੇ ਫਿਲਮ ਲਗਾਓ (ਡੱਬੇ ਹੋਏ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ)	ਇੱਕ ਡੱਬਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅੰਗੂਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ	ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਮੋੜਿਆ ਹੋਇਆ ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਪਕੜੋ
ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਿਆ ਇੱਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਬੈਗ, ਜਾਂ ਦਸਤਾਨੇ	ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਖਾਲੀ ਮਾਰਜਰੀਨ ਜਾਂ ਆਈਸ ਕਰੀਮ ਟੱਬ	ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਖਾਲੀ ਟੇਕਵੇਅ ਕੰਟੇਨਰ

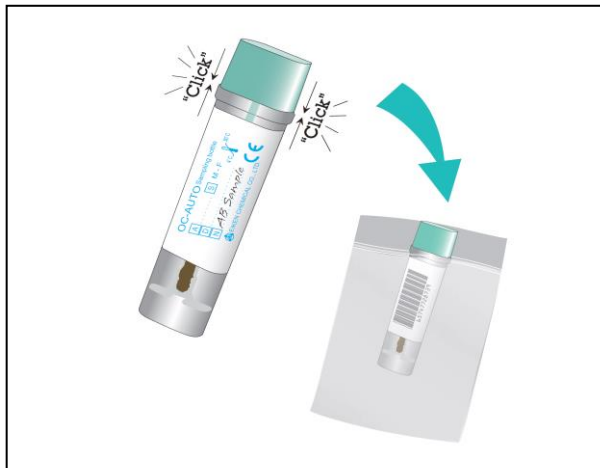
ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮੱਲ (ਪੁ) ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਟਾਇਲਟ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮੱਲ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਹਨ, ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ:

- ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਨੂੰ ਮੋੜ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਪਕੜੋ।
- ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟਾ, ਡਿਸਪੋਜੇਬਲ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ/ਦਸਤਾਨੇ ਪਾਓ।
- ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼ੀਟ ਲਗਾਏ ਇੱਕ ਸਾਫ਼, ਡਿਸਪੋਜੇਬਲ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਮੱਲ ਤਿਆਗੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਾਲੇ ਮੱਲ (ਪੁ) ਨੂੰ ਟਾਇਲਟ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਖਿਸਕਾ ਸਕੋ।

ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਤਰੀਕਾ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮੱਲ (ਪੁ) ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕੱਤਰ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।

4. ਕੰਟੇਨਰ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੀਲ ਕਰੋ



ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਡੰਡੀ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਟਿਊਬ ਬੰਦ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੇਨਤੀ ਫਾਰਮ ਦੇ ਨਾਲ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ!

6. ਨਤੀਜੇ

ਹਸਪਤਾਲ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ 10 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਢੁਕਵੇਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ GP ਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਆਪਣੇ ਕੈਲੰਡਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਨੋਟ ਬਣਾਓ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ fit.bhрут@nhs.net 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ **01708 435 036** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਮੱਲ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਂਚਾਂ ਲਈ ਦੇਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

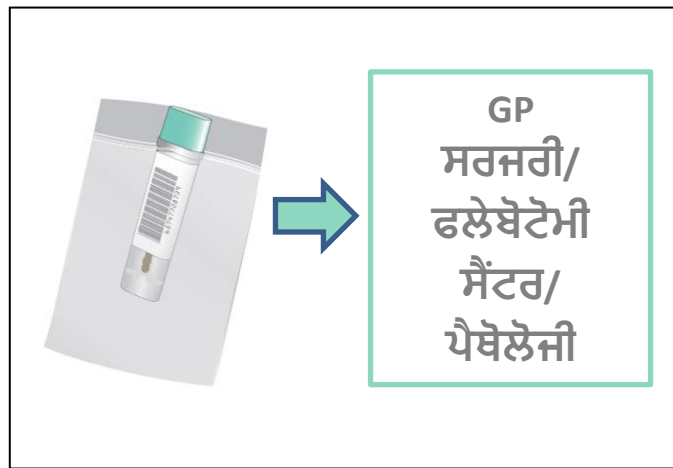
ਬੋਅਲ ਕੈਂਸਰ ਯੂ.ਕੇ.:

<https://www.bowelcanceruk.org.uk/about-bowel-cancer/diagnosis/visiting-your-gp/>

ਮੈਕਮਿਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਪੋਰਟ 0808 808 0000

ਕੈਂਸਰ ਰਿਸਰਚ ਯੂ.ਕੇ. 0808 800 4040

5. ਆਪਣੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਲਓ



ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਆਪਣੇ GP ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਓ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਛੱਡ ਦਿਓ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **7 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ** ਨਮੂਨਾ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰੋ।



ਤੁਹਾਡੇ ਨਮੂਨੇ ਨਾਲ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ **ਆਪਣੀ GP ਸਰਜਰੀ** 'ਤੇ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ 'ਤੇ ਛੱਡੋ:

Queen's Hospital: Outpatients Team 3 & 4

King George Hospital: Pathology Unit (Cedar Centre)

Havering: Cranham Health Centre (RM14 1RG), Elm Park Health Centre (RM12 4YG), Raphael House/Victoria Centre (RM1 4HP), Harold Hill Health Centre (RM3 9SU)

Barking and Dagenham: Chadwell Heath Health Centre (RM6 6RT), Porters Avenue Health Centre (RM8 2EQ), Barking Hospital (IG11 9LX) and Thames View Health Centre (IG11 0LG)

Redbridge: Hainault Health Centre (IG7 4DF), Loxford Polyclinic (IG1 2SN), Barley Court Clinic (IG3 8XJ).