

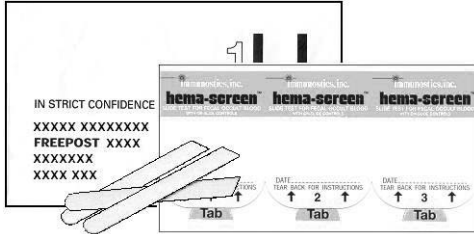
## পেটের ক্যান্সার স্ক্রিনিং বা পরীক্ষার জন্যে এনএইচএস-এর কর্মসূচী



এটা ভালো করে পড়ুন।

আপনার কিটের মধ্যে আপনি পাবেনঃ

- একটা প্রি-পেইড জবাব পাঠানোর এনভেলাপ
- ৬-টা কার্ডবোর্ডের কাঠি
- একটা কমলা আর সাদা রঙের কার্ডবোর্ডের টেস্ট কিট



### জরুরীঃ

আপনার কিট খোলা না হলে অনেক মাস ভালো থাকবে, কিন্তু প্রথম স্যাম্পল বা নমুনা নেওয়ার ১৪ দিনের মধ্যে ওটা অবশ্যই সম্পূর্ণ করতে হবে, এবং টেস্ট বা পরীক্ষার জন্যে পৌঁছাতে হবে।

দয়া করে লক্ষ্য করুন যে কিটগুলি সপ্তাহের শেষে পরীক্ষা করা হবে না

### ১. পরীক্ষা করার আগে

টয়লেটে বসার আগে আপনার কিট ব্যবহারের জন্যে রেডি করুন; এনভেলাপ থেকে কিট বের করুন এবং দুইটা কার্ডবোর্ডের কাঠি রেডি রাখুন।



যে দিকটাতে “খুলবেন না” লেখা আছে সেদিকটা বন্ধ রাখুন, যাতে নিশ্চিত করা যায় আপনার পরীক্ষার ফলাফলের উপর এর প্রভাব পড়বে না।



কিটের মধ্যে ৩-টা অংশ আছে, তিন বার আলাদাভাবে পেটের মল নেওয়ার জন্যে।

একটা ফ্ল্যাপ বা ঢাকনা কেবল একবারই খুলবেন।

এই ৩-টা অংশ আলাদা করে ফেলবেন না।

### ২. পরীক্ষা করা

যে দিকটাতে আপনার নাম ছাপা আছে সেদিকটাতে ১-নম্বর ঢাকনার উপরে যে জায়গা দেওয়া আছে তাতে লিখুন।

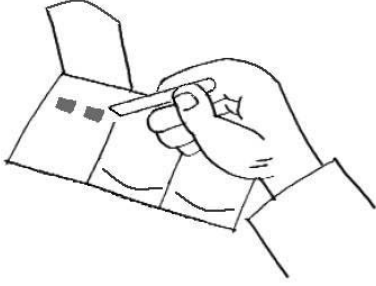
- ১-নম্বর ঢাকনা খুলে নিন।



- আপনি দুইটা ছোট্টো ‘জানালা’ বা ফাঁক দেখবেন যেদিক দিয়ে আপনার নমুনা রাখা যাবে।
- কিট আর কাঠিগুলি সহজ নাগালের মধ্যে রেখে দিন।

### ৩. নমুনা সংগ্রহ করা

- এটা জরুরী যে আপনি পেটের যে মল থেকে নমুনা সংগ্রহ করবেন সেটা যেন টয়লেটের বোল-এ না থাকে, যেহেতু তাতে করে পরীক্ষার ফলাফলের উপর প্রভাব পড়তে পারে। আপনার নমুনা সংগ্রহের উপায় সম্পর্কে নিচে পরামর্শ দেওয়া হলো:
  - ভাঁজ করা টয়লেট পেপারের কতগুলি টুকরা
  - একটা ছোট্ট প্লাস্টিকের ব্যাগ দিয়ে আপনার হাত ঢেকে নেওয়া
  - একটা পরিষ্কার ফেলে-দেওয়ার মতো পাত্র
- আপনি এইমাত্র যে পেটের মল সংগ্রহ করেছেন তাথেকে ছোট্ট একটা টুকরা একটা কার্ডবোর্ডের কাঠি দিয়ে তুলে নিন। ওটা প্রথম জানালা বা ফাঁকটার উপরে হালকাভাবে বিছিয়ে দিন।



- আরেকটা কাঠি দিয়ে, পেটের মলের অন্য অংশ থেকে নেওয়া আরেকটা নমুনা সংগ্রহ করুন। দ্বিতীয় ফাঁকের উপরে ওটা হালকাভাবে বিছিয়ে দিন।

### ৪. যখন আপনার শেষ হয়ে যাবে

- দয়া করে কাঠিগুলি টয়লেট পেপার দিয়ে মুছে ফেলুন এবং ওগুলি একটা বাইরের বিনের মধ্যে ফেলে দিন। কার্ডবোর্ডের কাঠিগুলি টয়লেটের ভিতর দিয়ে ফ্লাশ করে দেবেন না।
- ঢাকনা-টা বন্ধ করুন, আর সুরক্ষিত রাখার জন্যে কমলা ট্যাব-এর নিচে রেখে দিন।
- এই কিট কোন গরম জায়গায়, কিংবা সরাসরি সূর্যের আলোয় রাখবেন না, কারণ তাতে ওটা নষ্ট হয়ে যেতে পারে। কাজ হয়ে গেলে হাত ধুয়ে ফেলুন।

### ৫. দ্বিতীয় নমুনা সংগ্রহ করা

- ২-নম্বর ঢাকনার উপর নাম লিখুন।
- ২-নম্বর ঢাকনার নিচের দুইটা ফাঁকের মধ্য দিয়ে এই পরীক্ষাটা আবার করুন।

### ৬. তৃতীয় নমুনা সংগ্রহ করা

- ৩-নম্বর ঢাকনার উপর নাম লিখুন।
- ৩-নম্বর ফ্ল্যাপ বা ঢাকনার নিচের দুইটা ফাঁকের মধ্য দিয়ে এই পরীক্ষাটা আবার করুন।

**টীকা:** আপনার নমুনাগুলি একটানা তিনবার মলত্যাগের মল থেকে নিতে হবে না, তবে ওগুলি অবশ্যই আলাদা মলত্যাগের মল থেকে নিতে হবে।

### চেকলিস্ট

আপনি কি নমুনাগুলি ছয়টা ফাঁকের সবকয়টার মধ্যে রেখেছেন?

আপনি কি তিনটা ঢাকনার সবকয়টাতে তারিখ লিখেছেন?

প্রথম নমুনা নেওয়ার **১৪-দিনের মধ্যে** কি এই কিট পরীক্ষার জন্যে পৌঁছাবে?

**যদি এই চেকলিস্টের প্রশ্নগুলির কোন একটার জবাব না হয়,** তাহলে পরামর্শের জন্যে দয়া করে কর্মসূচীর কেন্দ্রে যোগাযোগ করুন। ফ্রীফোন নম্বর 0800 707 60 60.

**যদি এই চেকলিস্টের প্রশ্নগুলির সবগুলির জবাব ইয়া হয়,** তাহলে এই কিট প্রি-পেইড এনভেলোপে ভরুন, বন্ধ করুন আর পোস্টে পাঠান। এই এনভেলোপটা ডাকবিভাগের নিয়মকানুন অনুযায়ী তৈরি এবং এটা পাঠানো নিরাপদ। তবে দয়া করে নিশ্চিত করুন যেন এটা পরিষ্কার থাকে, যাতে পোস্টাল কর্মীদের ঝামেলা না হয়।

### কোন প্রশ্ন আছে কি?

এই কর্মসূচীর কেন্দ্রে যোগাযোগ করুন  
ফ্রীফোন নম্বর 0800 707 60 60

ফোনকলগুলি কঠোর গোপনীয়তার সঙ্গে বিবেচনা করা হবে। কোন তথ্য বা পরামর্শ চাওয়ার জন্যে দয়া করে বিব্রতবোধ করবেন না। কর্মচারীরা আপনাকে সাহায্য করার জন্যেই আছেন।



মনে রাখবেনঃ

এই কিট সূর্যের আলো ও তাপ থেকে দূরে মজুত রাখুন