PUNJABI

ਬੋਅਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਨਿਰਦੇਸ਼

ਬੋਅਲ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ

1. ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮਲ (ਪੋਟੀ) ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹੋ।
2. ਤੁਸੀਂ ਨਮੂਨਾ ਸਾਨੂੰ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਭੇਜੋ (ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ)।
3. ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜਾ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ?

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **0800 924 432** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਣਾ ਚਾਹੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਪਰ ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਲ (ਪੋਟੀ) ਦੀ ਜਾਂਚ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

Time to screen National Bowel Screening Programme

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government

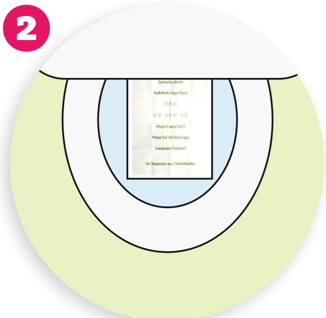
ਆਪਣੀ ਟੈਸਟ ਕਿੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

1

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ
ਸਹਿਮਤੀ ਫਾਰਮ ਤੋਂ ਇੱਕ ਬਾਰਕੋਡ ਸਟੀਕਰ ਉਤਾਰੋ ਅਤੇ ਟਿਊਬ ਦੇ ਚਪਟੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਚਿਪਕਾ ਦਿਓ।

ਸਹਿਮਤੀ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਜਿਸ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਟੈਸਟ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਹ **ਮਿਤੀ** ਲਿਖੋ। ਬਾਕੀ ਖਾਲੀ ਬਚਿਆ ਫਾਰਮ ਭਰੋ।

2

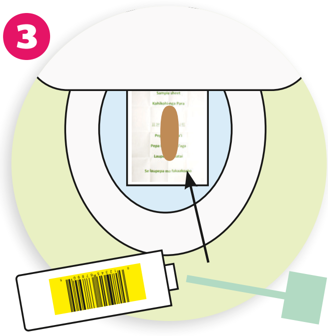


ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਟਾਇਲਟ ਫਲੱਸ਼ ਕਰੋ।

ਟਾਇਲਟ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਰੱਖੋ।

ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ੀਟ ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦੇ ਉੱਤੇ ਰੱਖੋ।

3



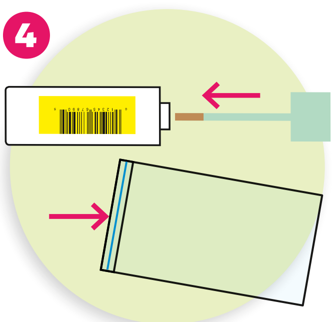
ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ੀਟ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਮਲ ਤਿਆਗ (ਪੋਟੀ) ਕਰੋ।

ਟਿਊਬ ਦੇ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਨਾਲ ਮੋੜੋ – ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਮਲ (ਪੋਟੀ) ਡੁੱਬ ਜਾਵੇ।

ਹਰੇ ਰੰਗ ਵਾਲੀ ਡੰਡੀ ਨਾਲ, ਮਲ ਦੀ ਸਤ੍ਹਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਰਚੋ। ਅਜਿਹਾ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਡੰਡੀ ਦੀ ਨੋਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਣੀ ਜਾਵੇ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

4

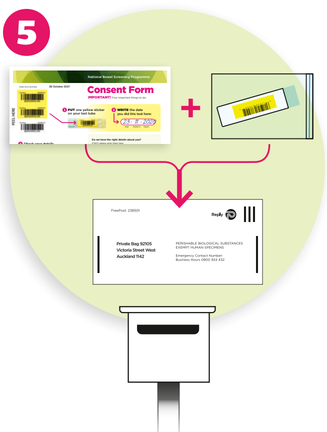


ਡੰਡੀ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਟਿਊਬ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖ ਦਿਓ। ਬੰਦ **ਕਲਿੱਕ** ਕਰਨ ਲਈ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਧੱਕੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਮੂਨੇ ਲਈ ਟਿਊਬ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਹੈ।

ਟਾਇਲਟ ਨੂੰ ਫਲਸ਼ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋ ਲਓ। ਨਮੂਨਾ ਸ਼ੀਟ ਨੂੰ ਵੀ ਫਲਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਟਿਊਬ ਨੂੰ **ਜ਼ਿਪ ਲੌਕ ਵਾਲੇ ਬੈਗ** ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖੋ। ਸੀਲ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿਪ ਲੌਕ ਨੂੰ ਦਬਾਓ।

5



ਜ਼ਿਪ ਲੌਕ ਬੈਗ ਨੂੰ **ਟਿਊਬ** ਅਤੇ **ਸਹਿਮਤੀ ਫਾਰਮ** ਦੇ ਨਾਲ ਵਾਪਸ ਭੇਜਣ ਵਾਲੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖੋ।

ਟੈਸਟ ਉਸੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਪੋਸਟ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਨਮੂਨਾ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

HE7515 Sept 2025