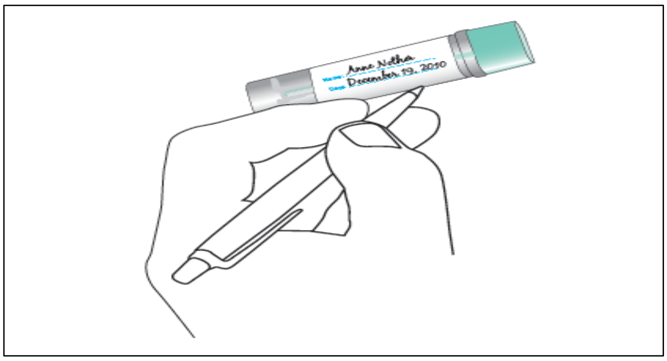
NHS
Barts Health
NHS Trust

রোগীর নির্দেশিকা
আফনার নমুনা সংগ্রহর লাগিয়া

শুরু করার আগে
আপনারে দ্রুত ই পরীক্ষা শেষ করার লাগিয়া কওয়া অইছে।
কালা বা নীল কালির কলম দিয়া আপনার নাম, জন্ম তারিখ আর NHS হাসপাতালর নম্বরটা লেখইন লেভেলর মাঝে।

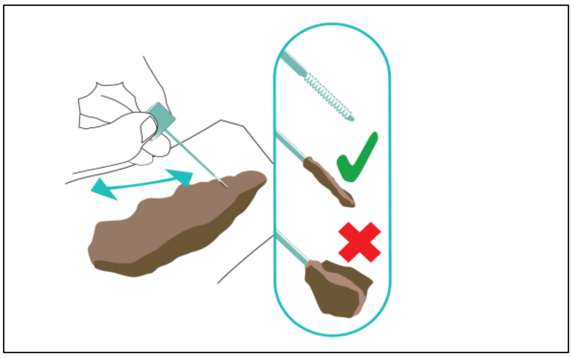
FIT (ফিকাল ইমিউনোকেমিক্যাল টেস্ট) এমন একটা পরীক্ষা যেটা মলের (পু) মাঝে রক্তর উপস্থিতি খোঁজে যখন ইটা এত ছোট অয় যে খালি চোখে দেখা যায়না।
আপনার ডাক্তরে চিকিৎসার অংশ হিসাবে, ক্যান্সারর সম্ভাবনা নাই ওখান প্রমাণ করার লাগিয়া আপনারে এই পরীক্ষা করার লাগিয়া কইছইন।
FIT কিটের মাঝে একটা ছোট পাস্টিকর কৌটা আছে। আপনার পরীক্ষাটা শেষ করা উচিত আর যত তাড়াতাড়ি সম্ভব ইটা আপনার GP প্র্যাকটিস বা নীচের ড্রপ ওফ ঠিকানাত ফিরাইয়া দেওয়া উচিত। আপনার মল (পু) সংগ্রহ করার লাগিয়া, অনুগ্রহ করি ধাপে ধাপে নীচর নির্দেশ অনুসরণ করইন।

1. আপনার নমুনাত



কালা বা নীল কালির কলম দিয়া **আপনার নামও পদবি (N)**, **জন্মতারিখ** বয়স নায় (A) আর **NHS হাসপাতালর নম্বর** লেখবা আর লগে **আপনে যে তারিখো (D) মলের (পু) নমুনা সংগ্রহ করছইন**, অউ তারিখ সঠিক জায়গাত লেখবা। যদি লেবেলো আগে থাকিয়া আপনার বিস্তারিত তথ্য দেওয়া থাকে, অনুগ্রহ করিয়া দেখিয়া লইন ইগুলা সঠিক কি না।

3. এক্সট্রাকশন ডিভাইস দিয়া আপনার মলর (পু) নমুনা সংগ্রহ করইন



স্যাম্পল টিউব উপরর অংশটা ঘড়ির কাঁটার বিপরীত দিকে মোরাইয়া খুলোইন, কাঠিটা হারাইন আর **মল (পু) বরাবর কাঠির শেষ অংশটা** ঘষা দেইন। কাঠির মাঝে খালি হালকা পরিমাণ মল (পু) দরকার।

2. কীভাবে মলের (পু) নমুনা সংগ্রহ করতা সেই সম্পর্কে কিছু ধারনা

টয়লেটের ওপরে ক্লিং ফিল্মর আবরণ দেইন (মাঝখান একটু নিচা করিয়া রাখতে ভুলবা না)	যে কার্টনে আঙুর আনা অয় ওলা একটা কার্টন	হাতে ভাঁজ করা টয়লেট পেপার রাখইন

আপনার হাতো একটা প্লাস্টিক ব্যাগ বা গ্লাভ	পরিস্কার একটা খালি মার্জারিন বা আইস ক্রিমর টাব	একটা পরিস্কার ফাঁকা টেকওয়ে কন্টেইনার

ইটা খুব গুরুত্বপূর্ণ যে আপনার মল (পু) নমুনা যেন টয়লেটের পানি না ছুয়।

বিভিন্ন উপায়ে আপনার মল সংগ্রহ করা যাইতো পারে, চেষ্টা করোইন:

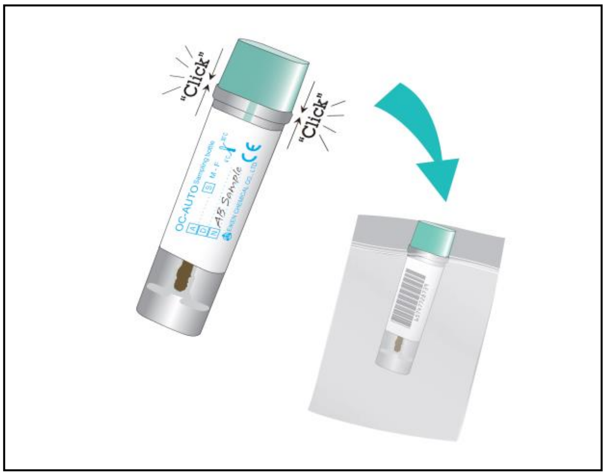
A. আপনার হাতো টয়লেট পেপারর ভাঁজ করিয়া ধরিয়া রাখোইন।
B. হাতো ছোট ডিসপোজেবল প্লাস্টিকর ব্যাগ/গ্লাভস পরিয়া থাকইন।
C. একটা পরিস্কার ডিসপোজেবল পাত্রত টয়লেট পেপার রাখিয়া, তার উপরে মলত্যাগ করইন, যাতে নমুনা সংগ্রহর পরে আপনি সহজেই টয়লেট পেপার সহ মল (পু) টয়লেটে ফালাই দিতা পারইন।

আপনার পক্ষে যেটা সহজ মনো আইবো, অউ পন্থা অবলম্বন করইন, তবে অবশ্যই মনো রাখবা, মল পানির সংস্পর্শে আওয়ার আগেউ আপনারে ইটা তাকিয়া নমুনা সংগ্রহ করতে অইবো।

দ্রষ্টব্য: দয়া করিয়া স্যাম্পল টিউবো স্যাম্পল সংগ্রহর তারিখ লেখবা

পরর পাতাত আরও নির্দেশ দেওয়া আছে...

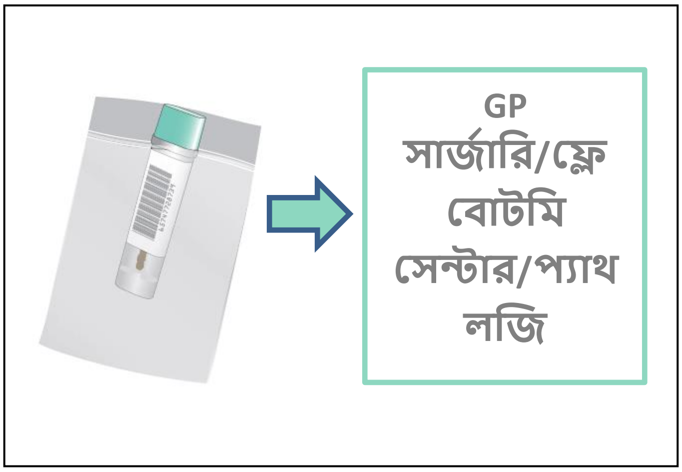
4. পাত্রর মুখ আটাইয়া বন্ধ



নমুনা সংগ্রহর কাঠিটা আবার টিউবে ঢুকাইয়া রাখি দেইন। টিউবোর মুখটা যেন আটিয়া লাগাইল থাকে ইটা ভালা করিয়া দেখইন আর ইটা আপনার অনুরোধ ফরমর লগে প্লাস্টিকর ব্যাগো ঢুকাইয়া রাখইন।

হাত ধইতে ভুলোইন না যেন!

5. আপনার নমুনাটা জমা দেইন।



আপনার নমুনাটা নিচে দেওয়া GP প্র্যাকটিস বা ড্রপ অফ ঠিকানাত লইয়া যাইন। দয়া করিয়া নমুনাটা **7 দিনের মাঝেউ** জমা দিবা।

6. ফলাফল

হাসপাতালো এই নমুনা প্রক্রিয়া করা অইবো আর 10 দিনর মাঝে ফলাফলটা উপযুক্ত ডাক্তর বা আপনার GP-রে আর আপনারেউ জানাইয়া দেওয়া অইবো। আপনার ক্যালেন্ডারো একটা নোট রাখবা, যদি আপনে দুই সপ্তার মাঝে আমরার কাছ থাকি জবাব না পাইন দয়া করি যোগাযোগ করইন fit.NEL@nhs.net বা কল করইন **02085193999**। যদি আপনার মলর মাঝে রক্ত পাওয়া যায় তে এর মানে ইটা নিশ্চিত নায় যে আপনার ক্যান্সার অইগেছে, তবে কিতা অইছে জানার লাগিয়া আপনার অন্যান্য আরো কিছু পরীক্ষা নীরিক্ষা করা লাগবো।
অন্ত্রর ক্যান্সার সম্পর্কে আরো তথ্য জানার লাগিয়া দয়া করিয়া ইকানো যোগাযোগ করোইন:

অন্ত্রর ক্যান্সার ইউকে (Bowel Cancer UK):
https://www.bowelcanceruk.org.uk/about-bowel-cancer/diagnosis/visiting-your-gp/
ম্যাকমিলান ক্যান্সার সাপোর্ট 0808 808 0000
ক্যান্সার রিসার্চ UK 0808 800 4040

নমুনাটা দিয়া কিতা করতা

দয়া করিয়া আপনার নমুনা **আপনার GP সার্জারি** বা নিচের কোন একটা ঠিকানাত পৌছাইয়া দেইন:

St Bartholomew's Hospital: Clinic 1, King George 5th Wing (KGV)

Mile End Hospital: Outpatient Phlebotomy

Newham Hospital: Ground Floor, Zone 6, Health Central

Royal London Hospital: Outpatient blood test service (Second floor, North Tower)

Wanstead Hospital: Heronwood and Galleon Unit

Whipps Cross Hospital: Area 1 outpatients

Newham: Shrewsbury Health Centre (E7 8QP), Appleby Health Centre (E16 1LQ), Vicarage Lane Health Centre (E15 4ES), The Centre Manor Park (E12 6AQ)

Waltham Forest: St James Health Centre (E17 7NH), Silverthorn Medical Centre (E4 6UN), Langthorne Health Centre (E11 4HX), Forest Medical Centre (IG10 4PE)