

دليل جمع البلغم (القشع)

سوف
تحتاج
إلى...



كيس ورق



كيس بلاستيكي

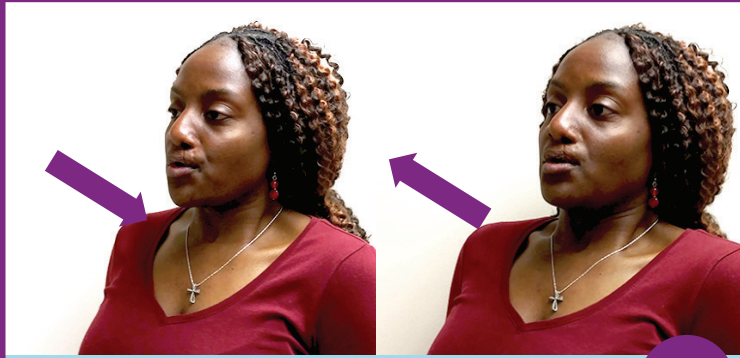


أنبوبة للجمع



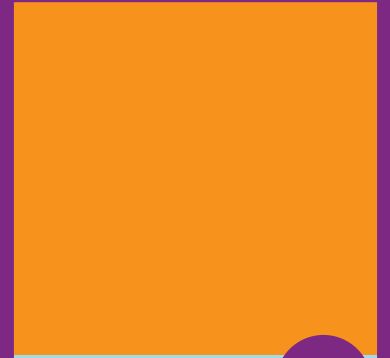
أسعل البلغم

٣



خذ ٣ أنفاس عميقة

٢



استيقظ

١



ألصق بطاقة تحمل الاسم والتاريخ على الأنبوبة

٧



أغلق غطاء الأنبوبة

٦



لا تضع فمك على الأنبوبة

٥



أبصق البلغم في الأنبوبة

٤



قم بتجميع أنبوبة واحدة يوميا لمدة ثلاثة أيام

١١



ضع كيس الورق داخل البراد

١٠



ضع الكيس البلاستيكي داخل كيس الورق

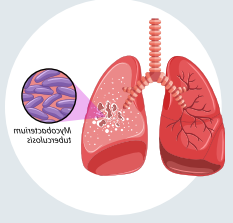
٩



ضع الأنبوبة في الكيس البلاستيكي

٨

تعليمات لجمع البلغم لمرض السل



لماذا اختبار البلغم ضروري؟

يريد طبيبك أن

يجمع البعض من

البلغم (القشع) الذي تسعله من
رئتيك، سيقوم المختبر بفحص
البلغم لجراثيم السل.

اختبار بلغمك أفضل طريقة
لمعرفة ما إذا كنت مصابًا/مصابة
بمرض السل. إذا كنت تتناول دواءً
للسل، فإن فحص بلغمك أفضل
طريقة لمعرفة ما إذا كان الدواء
يقوم بعمله.

للتأكد من دقة الفحص، يجب
عليك أن تسعل البلغم من أعماق
رئتيك. عادة ما يكون البلغم من
رئتيك ثخينًا ولزجًا. يأتي اللعاب من
فمك وهو مائي وخفيف. لا تجمع
اللعاب.

نصيحة: إذا لم تستطع سعال
البلغم، حاول تنشق البخار
في دش ساخن أو قدر من الماء
المغلي.

كيف تجمع عينة من البلغم

سيعطيك طبيبك أو ممرضتك كوبًا بلاستيكيًا خصيصًا
لتجميع بلغمك. اتبع هذه الخطوات بدقة:

1. إن الكوب نظيف جدًا. لا تفتحه إلا عندما تكون مستعدًا
لاستخدامه.
2. حالما تستيقظ في الصباح (وقبل أن تأكل أو تشرب أي
شيء)، أغسل أسنانك بالفرشاة وأغسل فمك بالماء. لا
تستخدم غسول الفم.
3. إذا أمكن ذلك، أخرج من بيتك أو أفتح نافذة قبل تجميع
البلغم. يساعد ذلك على حماية الأشخاص الآخرين من
جراثيم السل عندما تقوم بالسعال.
4. خذ نفسًا عميقًا وأحبس الهواء لـ 5 ثوان. أخرج الهواء من
فمك ببطء. خذ نفسًا عميقًا ثان وأسعل بشدة، إلى أن
يتجمع بعض البلغم في فمك.
5. أبصق البلغم في الكوب.
6. استمر بهذه العملية إلى أن يصل مستوى البلغم إلى خط الـ
5 مليلتر (أو أكثر) في الكوب. يعادل ذلك مقدار ملعقة شاي
من البلغم.
7. أغلق الغطاء باستحكام منعًا من التسرب.
8. قم بغسل الجزء الخارجي من الكوب ونشفه.
9. أكتب على الكوب تاريخ تجميع البلغم.
10. ضع الكوب داخل العلبة أو الكيس الذي أعطتك إياه
الممرضة.
11. أعط الكوب إلى العيادة أو الممرضة. بإمكانك أن تضع الكوب
في البراد طوال الليل عند الضرورة. لا تضعه في المجمدة
أو تتركه في درجة حرارة الغرفة.

اقتبس من مواد من إدارة الصحة في مينيسوتا، برنامج الوقاية والحد من السل
(Minnesota Department of Health, TB Prevention and Control Program)

Oregon
Health
Authority

شعبة الصحة العامة

يمكنكم الحصول على هذا المستند في لغات أخرى، أو بخط كبير، أو بلغة البريل أو بصيغة تفضلونها. الاتصال TB Control Program على 971-713-
0169 أو كما أننا نقبل كافة المكالمات المعمولة عبر المرحلات أو يمكنكم الاتصال بـ 711.

OHA 8345 Arabic (7/2018)