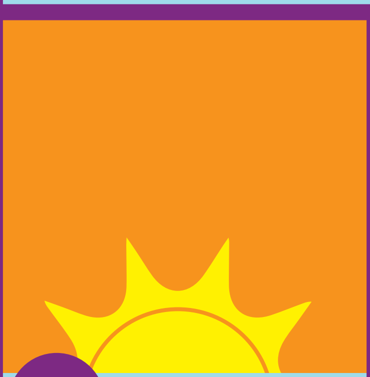
ຄູ່ມືການເກັບຂີ້ກະເທີ່

ທ່ານຈະ ຕ້ອງມີ...

ຫຼອດເກັບ

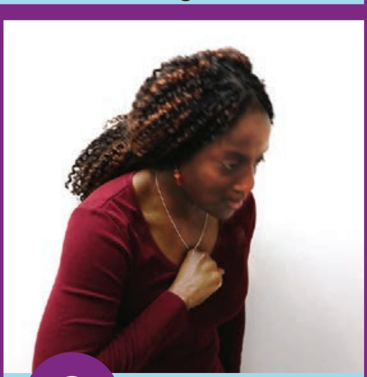
ຖົງປລາສຕິກ

ຖົງເຈັ້ຽ



1 ຕື່ນນອນ

2 ຫາຍໃຈເລິກໆ 3 ຄັ້ງ



3 ໄອເອົາຂີ້ກະເທື່ອ ອກມາ

4 ຖົ່ມຂີ້ກະເທີ່ໃສ່ໃນ ຫຼອດ

5 ຢ່າເອົາປາກວາງ ເທິງຫຼອດ

6 ໝູນຝາປິດຫຼອດ

7 ຕິດຊື່ແລະວັນທີ ໄວ້ເທິງຫຼອດ

8 ເອົາຫຼອດໃສ່ໃນ ຖົງປລາສຕິກ

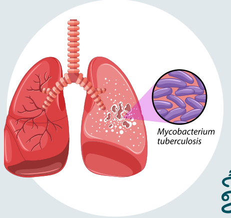
9 ເອົາຖົງປລາສຕິກ ໃສ່ໃນຖົງເຈັ້ຽ

10 ເອົາຖົງເຈັ້ຽແຊ່ໃນ ຕູ້ເຢັນ

11 ເກັບຂີ້ກະເທີ່ໃສ່ 1 ຫຼອດ ຕໍ່ມື້ເປັນເວລາ 3 ມື້

ຮູບພາບຈາກໂຄງການວັນນະໂຣກຂອງກົມສາທາລະນະສຸກແຫ່ງມາໂນມາ ຄາວຕີ້

ຄຳແນະນຳສຳລັບການເກັບຂີ້ກະເທີ່ສຳລັບວັນນະໂຣກ



ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຈຳເປັນຕ້ອງມີການກວດຂີ້ກະເທີ່?

ໝໍຂອງທ່ານຕ້ອງການເກັບຕົວຢ່າງຂອງຂີ້ກະເທີ່ ທີ່ທ່ານໄອອອກມາຈາກປອດຂອງທ່ານ. ຫ້ອງທົດລອງຈະທົດສອບຂີ້ກະເທີ່ເພື່ອກວດຫາເຊື້ອພະຍາດວັນນະໂຣກ (TB).

ການກວດຂີ້ກະເທີ່ຂອງທ່ານເປັນວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດໃນການກວດເບິ່ງວ່າທ່ານເປັນພະຍາດວັນນະໂຣກ ຫຼືບໍ່. ຖ້າວ່າ ທ່ານກຳລັງກິນຢາຮັກສາວັນນະໂຣກຢູ່ແລ້ວ, ການກວດຂີ້ກະເທີ່ຂອງທ່ານເປັນວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດທີ່ຈະບອກໄດ້ວ່າ ຢາທີ່ກິນນັ້ນໃຊ້ໄດ້ຜົນດີບໍ່.

ເພື່ອໃຫ້ໝັ້ນໃຈວ່າ ການກວດທົດສອບຖືກຕ້ອງແມ່ນຍຳ, ທ່ານຕ້ອງໄອໃຫ້ຂີ້ກະເທີ່ອອກມາຈາກສ່ວນເລິກໃນປອດຂອງທ່ານ. ທຳມະດາແລ້ວຂີ້ກະເທີ່ຈາກປອດຂອງທ່ານມັກໜຽວແລະໜາ. ນ້ຳລາຍມາຈາກປາກຂອງທ່ານ ແລະມີລັກສະນະເປັນນ້ຳແລະບາງໃສ. ຢ່າເກັບເອົານ້ຳລາຍ.

ເຄັດລັບ: ຖ້າວ່າ ທ່ານບໍ່ສາມາດໄອເອົາຂີ້ກະເທີ່ອອກມາໄດ້, ໃຫ້ພະຍາຍາມຫາຍໃຈສູດເອົາໄອນ້ຳຈາກຝັກບົວອາບນ້ຳຮ້ອນ ຫຼື ໝໍ້ອຕົ້ມນ້ຳຮ້ອນ.

ວິທີເກັບເອົາຕົວຢ່າງຂີ້ກະເທີ່

ໝໍ ຫຼື ພະຍາບານຂອງທ່ານຈະໃຫ້ຈອກປລາສະຕິກແບບພິເສດແກ່ທ່ານສຳລັບນຳໃຊ້ໃນການເກັບຂີ້ກະເທີ່ຂອງທ່ານ. ປະຕິບັດຕາມຂັ້ນຕອນຢ່າງຮອບຄອບ:

1. ຈອກນັ້ນສະອາດຫຼາຍ. ຢ່າເປີດຈອກຈົນກວ່າທ່ານພ້ອມຈະເອົາໄປໃຊ້.
2. ທັນທີທີ່ທ່ານຕື່ນນອນໃນຕອນເຊົ້າ (ກ່ອນທ່ານກິນ ຫຼື ດື່ມຫຍັງ), ໃຫ້ຖູແຂ້ວ ແລະບ້ວນປາກດ້ວຍນ້ຳ. ຢ່າໃຊ້ນ້ຳຢາບ້ວນປາກ.
3. ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ອອກໄປຂ້າງນອກ ຫຼື ເປີດປ່ອງຢ້ຽມກ່ອນທີ່ຈະເກັບຕົວຢ່າງຂີ້ກະເທີ່. ມັນຈະຊ່ວຍປ້ອງກັນຜູ້ອື່ນຈາກການຕິດເຊື້ອພະຍາດວັນນະໂຣກໃນເວລາທ່ານໄອ.
4. ຫາຍໃຈເຂົ້າເລິກໆ ແລະກັ້ນຫາຍໃຈໄວ້ 5 ວິນາທີ. ແລ້ວຄ່ອຍໆ ຫາຍໃຈອອກ. ຫາຍໃຈເລິກໆ ອີກຄັ້ງ ແລະໄອອອກມາແຮງໆ ຈົນກວ່າຈະມີຂີ້ກະເທີ່ອອກມາໃນປາກຂອງທ່ານ.
5. ຖົ່ມຂີ້ກະເທີ່ໃສ່ໃນຈອກປລາສະຕິກ.
6. ໃຫ້ເຮັດແນວນີ້ໄປເລື້ອຍໆ ຈົນກວ່າຈະເກັບຕົວຢ່າງຂີ້ກະເທີ່ໄດ້ 5 ມລ (ຫຼືຫຼາຍກວ່ານັ້ນ) ໃນຈອກປລາສະຕິກ. ຈຳນວນນີ້ແມ່ນຂີ້ກະເທີ່ປະມານ 1 ຊ້ອນຊາ.
7. ປິດຝາຈອກໃຫ້ແໜ້ນເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຮົ່ວ.
8. ລ້າງພາຍນອກຈອກ ແລະເຊັດໃຫ້ແຫ້ງ.
9. ຂຽນວັນທີທີ່ທ່ານເກັບຂີ້ກະເທີ່ໄວ້ເທິງຈອກ.
10. ເອົາຈອກໃສ່ໃນກ່ອງ ຫຼື ຖົງທີ່ພະຍາບານເອົາໃຫ້ທ່ານ.
11. ເອົາຈອກນັ້ນໃຫ້ແກ່ຄລີນິກ ຫຼື ພະຍາບານຂອງທ່ານ. ທ່ານສາມາດເກັບຈອກຕົວຢ່າງນັ້ນໄວ້ໃນຕູ້ເຢັນຂ້າມຄືນໄດ້ ຖ້າວ່າຈຳເປັນ. ຢ່າເອົາໄວ້ໃນຊ່ອງແຊ່ແຂງ ຫຼື ຢ່າປະໄວ້ໃນອຸນຫະພູມຫ້ອງ.

ດັດແປງຈາກເອກະສານຈາກກົມສາທາລະນະສຸກມິນນີໂຊຕາ, ໂຄງການປ້ອງກັນແລະຄວບຄຸມວັນນະໂຣກ

Oregon Health Authority

ກົມສາທາລະນະສຸກ

ທ່ານສາມາດຮັບເອົາເອກະສານນີ້ເປັນພາສາອື່ນ, ຕົວພິມຂະໜາດໃຫຍ່, ໜັງສືໂພງສຳລັບຄົນຕາບອດ ຫຼື ໃນຮູບແບບທີ່ທ່ານຕ້ອງການໄດ້. ຕິດຕໍ່ TB Control Program ທີ່ເບີໂທຣ 971-673-0169. ພວກເຮົາຍອມຮັບການໂທຣສຳລັບຄົນພິການ ຫຼື ທ່ານສາມາດໂທຣຫາ 711 ໄດ້.

OHA 8345 Lao (7/2018)

ພາສາລາວ

ຄຳແນະນຳສຳລັບການເກັບຂີ້ກະເທີ່ສຳລັບວັນນະໂຣກ