

# HƯỚNG DẪN HÚT ĐỜM

Quý vị  
sẽ  
cần...



Một ống hút



Một túi nhựa



Một túi giấy

1

Thức dậy

2

Hít thở sâu 3 lần

3

Ho ra đờm

4

Nhổ đờm vào ống

5

Không đặt miệng  
vào ống

6

Vặn chặt nắp trên  
ống để nó không bị rò rỉ.

7

Viết tên và ngày  
tháng lên nhãn ống

8

Đặt ống vào túi  
nhựa

9

Đặt túi nhựa  
vào túi giấy

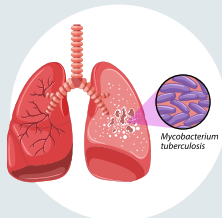
10

Đặt túi giấy vào  
tủ lạnh

11

Thu thập 1 ống  
mỗi ngày trong  
3 ngày

# Hướng dẫn cách Thu thập Đờm cho bệnh Lao phổi (TB)



## Tại sao cần xét nghiệm đờm?

Bác sĩ của quý vị muốn thu thập một số đờm (“đờm”) mà

quý vị ho ra từ trong phổi. Phòng thí nghiệm sẽ kiểm tra đờm để tìm ra vi trùng lao (TB).

Kiểm tra đờm của quý vị là cách tốt nhất để tìm hiểu xem quý vị có mắc bệnh lao hay không. Nếu quý vị đang dùng thuốc chữa bệnh lao, việc kiểm tra đờm của quý vị là cách tốt nhất để biết thuốc có hiệu nghiệm hay không.

Để chắc chắn rằng xét nghiệm là chính xác, quý vị phải ho ra đờm từ sâu bên trong phổi của quý vị. Đờm từ phổi của quý vị thường dày và dính. Nước bọt tiết ra từ miệng của quý vị và thường là chảy nước và loãng. Không thu thập nước bọt.

**Mẹo:** Nếu quý vị không thể ho ra đờm, hãy thử hít hơi nước từ vòi sen nước nóng hoặc chảo nước sôi.

## Cách Lấy Mẫu Đờm

Bác sĩ hoặc y tá sẽ cung cấp cho quý vị một ly nhựa đặc biệt để thu thập đờm của quý vị. Thực hiện theo các bước sau một cách cẩn thận:

1. Ly rất sạch sẽ. Không mở ly này ra cho đến khi quý vị sẵn sàng sử dụng.
2. Ngay sau khi thức dậy vào buổi sáng (trước khi ăn hoặc uống bất cứ thứ gì), đánh răng và súc miệng bằng nước. Không sử dụng nước súc miệng.
3. Nếu có thể, hãy ra ngoài hoặc mở một cửa sổ trước khi lấy mẫu đờm. Điều này giúp bảo vệ người khác khỏi vi trùng TB khi quý vị ho.
4. Hít thật sâu và giữ không khí trong 5 giây. Từ từ thở ra. Hít một hơi khác thật sâu và ho mạnh cho đến khi một số đờm xuất hiện trong miệng của quý vị.
5. Nhổ đờm vào ly nhựa.
6. Tiếp tục làm điều này cho đến khi đờm đạt đến vạch 5 ml (hoặc hơn) trên ly nhựa. Đây là khoảng 1 muỗng cà phê đờm.
7. Vặn chặt nắp trên ly để không bị rò rỉ.
8. Rửa và lau khô bên ngoài ly.
9. Viết vào ly ngày quý vị lấy đờm.
10. Đặt ly vào cái hộp hoặc cái túi mà người y tá đã đưa cho quý vị.
11. Đưa ly cho phòng khám hoặc y tá của quý vị. Quý vị có thể cất giữ cái ly trong tủ lạnh qua đêm nếu cần. Không để trong tủ đông đá hoặc để ở nhiệt độ phòng.

Phòng theo tài liệu của Chương Trình Kiểm Soát và Phòng Ngừa Ho Lao thuộc Bộ Xã Hội Minnesota

Oregon  
**Health**  
Authority

SỞ Y TẾ CÔNG CỘNG

Quý vị có thể lấy tài liệu này bằng một ngôn ngữ khác, bản in khổ chữ lớn, chữ nổi braille hoặc định dạng khác mà quý vị ưa thích. Liên hệ TB Control Program tại số 971-673-0169. Chúng tôi nhận tất cả các cuộc gọi chuyển tiếp hoặc quý vị có thể bấm số 711.

OHA 8345 Vietnamese (7/2018)