LM LABS

# Patient Instructions

Punjabi

# ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੈਣੇ ਹਨ
# How to collect a urine sample from Babies

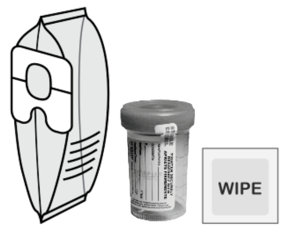
**ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ**

**ਨਮੂਨਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ,** ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।

**ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਮੂਨਾ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਿਆ ਹੈ, ਹਰ ਇਕ ਕਦਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।**

**ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ**

- ਪਿਸ਼ਾਬ ਲਈ ਬੈਗ
- ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਲਈ ਡੱਬੀ (ਇਸ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਨਾ ਖੋਲ੍ਹੋ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਾ ਹੋਵੋ)
- ਸਾਫ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂੰਝਾ (ਕਲੀਨਿੰਗ ਵਾਈਪ)




**ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ**

- ਇਕ ਸਾਫ ਡਾਇਪਰ

**ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਲਈ**

1. ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਡੱਬੀ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਂ ਅਤੇ ਜਨਮ ਤਰੀਕ ਲਿਖੋ ਜੇ ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਨਾ ਹੋਵੇ।
2. ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
3. ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਸੁਕਾਉ।
4. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਡਾਇਪਰ ਲਾਹੋ।
5. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੂੰਝੇ (ਕਲੀਨਿੰਗ ਵਾਈਪ) ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਾਲਾ ਬੈਗ ਲਾਉ। **(ਮੁਕੰਮਲ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਲਈ ਅਗਲਾ ਸਫਾ ਦੇਖੋ)।**
6. ਉੱਸ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਹਵਾ ਨਾਲ ਸੁੱਕਣ ਦਿਉ।
7. ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਾਲੇ ਬੈਗ ਉੱਪਰ ਸਾਫ ਡਾਇਪਰ ਲਾਉ।
8. ਪਿਸ਼ਾਬ ਲਈ ਹਰ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਬਾਅਦ ਦੇਖੋ।
9. ਜਦੋਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 10 ਤੋਂ 15 ਮਿਲੀਲੀਟਰ ( 2 ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਛੋਟੇ ਚਮਚੇ) ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਉ।
10. ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
11. ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਡੱਬੀ ਖੋਲ੍ਹੋ ਅਤੇ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੋ।

    **ਡੱਬੀ ਜਾਂ ਢੱਕਣ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੇਲੇ ਹੱਥ ਨਾ ਲਾਉ।**
12. ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਾਲਾ ਬੈਗ ਲਾਹੋ।
13. ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਾਲੇ ਬੈਗ ਨੂੰ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਡੱਬੀ ਦੇ ਉੱਪਰ ਰੱਖ ਕੇ ਫੜੋ।
14. ਬੈਗ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਖੂੰਜੇ ਨੂੰ ਕੈਂਚੀ ਨਾਲ ਕੱਟੋ ਜਾਂ ਬੈਗ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਮੌਜੂਦ ਸੁਰਾਖ ਉੱਤੇ ਲੱਗਾ ਡੱਟ ਖੋਲ੍ਹੋ।
15. ਪਿਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਨਮੂਨੇ ਵਾਲੀ ਡੱਬੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਦਿਉ।
16. ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਦ ਕਰੋ।
17. ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
18. ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਆਉ।

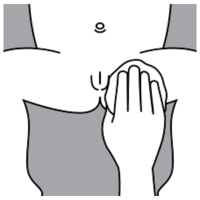
    ਚੰਗੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਲਈ ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਲੈਬਾਰਟਰੀ 'ਚ ਪਹੁੰਚਾਉ।
    ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਦੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਨਮੂਨਾ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਾਲੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਿੱਚ ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ?

- ਨਮੂਨੇ ਵਾਲੀ ਡੱਬੀ 'ਤੇ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲਿਖੋ।
- ਨਮੂਨੇ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਇਸ ਨੂੰ ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਆਉ।

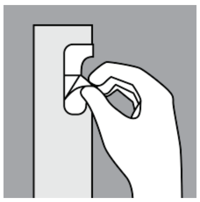
## ਕੁੜੀਆਂ ਲਈ

**ਕਦਮ 1**



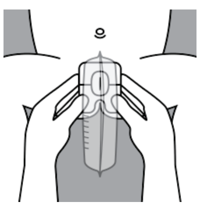
ਯੋਨੀ ਦੇ ਬੁੱਲਾਂ ਦੀ ਹਰ ਇਕ ਤਹਿ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਫ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਪਿੱਛੇ ਵਲ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰੋ।

**ਕਦਮ 2**



ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਬੈਗ ਦੀ ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਅੱਧ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲਾਈ ਬੈਕਿੰਗ (ਟਾਕੀ) ਲਾਹੋ।

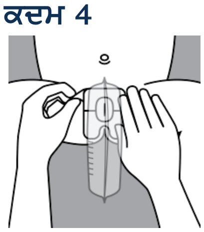
**ਕਦਮ 3**

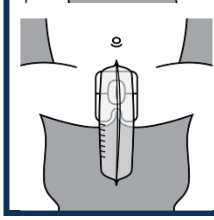


ਆਪਣੀ ਬੱਚੀ ਦੇ ਚੂਲਿਆਂ (ਹਿੱਪਸ) ਨੂੰ ਚੌੜੇ ਕਰੋ ਅਤੇ ਚੱਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਤਹਿਆਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉ।

ਬੈਗ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਅੱਧ ਆਪਣੀ ਬੱਚੀ ’ਤੇ ਰੱਖੋ। ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਯੋਨੀ ਅਤੇ ਗੁਦੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਅਤੇ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਥਾਂ ਸਿਰ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਬਾਹਰ ਵਲ ਨੂੰ ਵਧੋ।

**ਕਦਮ 4**



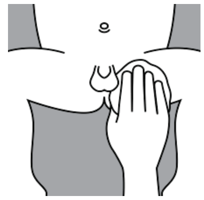


ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਅੱਧ ਨੂੰ ਹਟਾਉ।

ਉੱਪਰ ਨੂੰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਵਲ ਨੂੰ ਵਧਦੇ ਹੋਏ ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਅਤੇ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਥਾਂ ਸਿਰ ਲਾਉ।

## ਮੁੰਡਿਆਂ ਲਈ

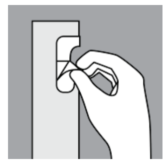
**ਕਦਮ 1**

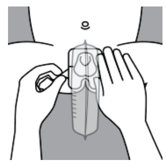


ਤੇਤੇ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਦੇ ਸਿਰੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰੋ (ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਪਰਲੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਨੂੰ ਖਿੱਚੋ)।

ਪਤਾਲੂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰੋ। ਗੁਦਾ ਦੇ ਦੁਆਲਿਓਂ ਸਾਫ ਕਰੋ। ਇਸ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਹਵਾ ਨਾਲ ਸੁੱਕਣ ਦਿਉ।

**ਕਦਮ 2**

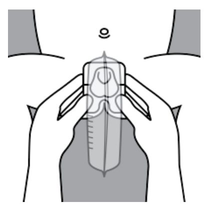




ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਬੈਗ ਦੀ ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਅੱਧ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲਾਈ ਬੈਕਿੰਗ (ਟਾਕੀ) ਲਾਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁੰਡਾ ਸਰਗਰਮ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਿੱਛੇ ਦੀ ਚਿਪਕਵੀਂ ਬੈਕਿੰਗ (ਟਾਕੀ) ਨੂੰ ਉਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣ ਦੇਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਬੈਗ ਦੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਪਤਾਲੂ ਅਤੇ ਤੇਤੇ ਉੱਪਰ ਨਾ ਲਾ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ।

**ਕਦਮ 3**

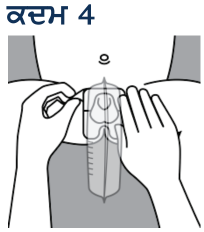


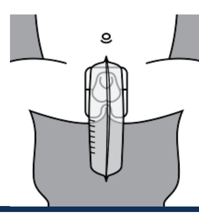
ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਚੂਲਿਆਂ (ਹਿੱਪਸ) ਨੂੰ ਚੌੜੇ ਕਰੋ ਅਤੇ ਚੱਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਤਹਿਆਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉ।

ਬੈਗ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਅੱਧ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ’ਤੇ ਰੱਖੋ। ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਗੁਦੇ ਅਤੇ ਪਤਾਲੂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਅਤੇ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਥਾਂ ਸਿਰ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਬਾਹਰ ਵਲ ਨੂੰ ਵਧੋ।

ਤੇਤੇ ਨੂੰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਾਲੇ ਬੈਗ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾਉ।

**ਕਦਮ 4**





ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਅੱਧ ਨੂੰ ਹਟਾਉ।

ਉੱਪਰ ਨੂੰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਵਲ ਨੂੰ ਵਧਦੇ ਹੋਏ ਚਿਪਕਵੀਂ ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਅਤੇ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਥਾਂ ਸਿਰ ਲਾਉ।

ਤਸਵੀਰਾਂ: © ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ

March 2016
FH Catalogue # 264822 VCH Catalogue # FA.140.H692.PU