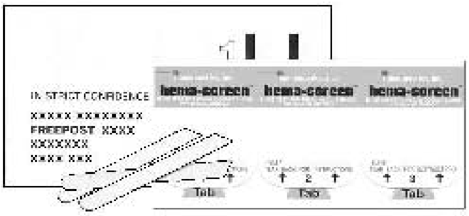
Hindi

Cancer Screening Programmes

एनएचएस (NHS) बावेल कैंसर स्क्रीनिंग प्रोग्राम

यह पत्रक किट के इस्तेमाल का तरीका समझाता है।

कृपया सावधानी से पढ़िये।



आपके किट में आपको मिलेंगे :

☑ हमें वापस भेजने का एक प्रीपेड रिटर्न एनवेलप या लिफ़ाफ़ा
☑ 6 कार्डबोर्ड स्टिक्स यानी कार्डबोर्ड के टुकड़े
☑ एक नारंगी और सफ़ेद कार्डबोर्ड टैस्ट यानी जाँच करने का किट

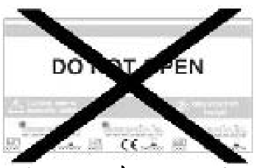
ज़रूरी सूचना :

बंद रखने पर, आपका किट बहुत महीनों तक काम में लाया जा सकेगा, पर यह ज़रूरी है कि अपना पहला नमूना लेने के **14 दिनों के अंदर** , आप इसे पूरा करके हमारे पास पहुँचा दें।

कृपया नोट कीजिये कि सप्ताक के अंत में किट नहीं जाँचे जायेंगे।

1. टैस्ट यानी जाँच करने के पहले

पाखाना करने बैठने के पहले, इस्तेमाल के लिये अपना किट तैयार कर लीजिये : किट को लिफ़ाफ़े से बाहर निकाल लीजिये



और कार्डबोर्ड के दो स्टिक तैयार रखिये। 'DO NOT OPEN' यानी 'मत खोलिये' लिखे वाले तरफ़ को बंद रखिये, ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि आपकी जाँच के नतीजे प्रभावित न हो पायें।

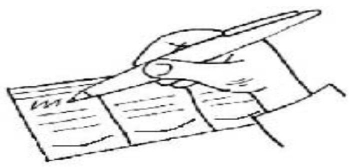
3 भिन्न बावेल मोशंज़ यानी पाखाने के नमूनों के लिये, किट में तीन अलग–अलग हिस्से होते हैं।

किसी एक समय पर, केवल एक ही फ़्लैप यानी हिस्सा खोलिये।

3 हिस्सों को एक दूसरे से अलग न कीजिये।

2. टैस्ट यानी जाँच करना

जिस ओर **आपका नाम छपा हुआ है**, वहाँ फ़्लैप 1पर उचित जगह पर तारीख लिखिये।



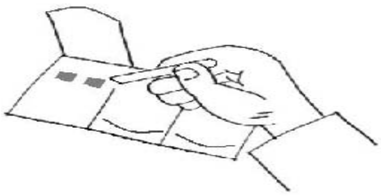
- फ़्लैप 1को खोल लीजिये।
- आपको अपना नमूने रखने के लिये दो छोटी 'विंडोज़' यानी जगहें दिखेंगी।।
- किट और स्टिक्स को ऐसी जगह रखें ताकि आप उन तक आसानी से पहुँच सकें।

3. पहला नमूना जमा करना

- यह ज़रूरी है कि आपने अपने पाखाने का नमूना टॅायलैट बोल में बावेल मोशन यानी पाखाना करने के बाद, बोल में से नहीं निकाला है, क्योंकि ऐसा करने से जाँच का नतीजा प्रभावित हो सकता है। पाखाने का नमूना लेने के लिये हमारा सुझाव है किआप निम्नलिखित करें :
    - टॅायलैट पेपर के टुकड़ों को मोड़कर उसमें नमूना जमा कर लें

- हाथ में छोटा प्लास्टिक थैला यानी बैग पहनकर उसमें नमूना जमा कर लें
- सीधे किसी साफ़ डिस्पोज़ेबल डिब्बे में नमूना ले लें।

- कार्डबोर्ड स्टिक का प्रयोग करके अभी–अभी जमा किये गये पाखाने के नमूने में से एक छोटा हिस्सा उठा लीजिये। उसकी एक पतली परत को, पहली विंडो यानी खिड़की जैसी जगह पर रगड़कर फैला दीजिये।



- दूसरे कार्डबोर्ड स्टिक का प्रयोग करते हुए, पाखाने का एक और नमूना बावेल मोशन यानी जमा किये गये पाखाने के किसी दूसरे हिस्से से लीजिये। उसकी एक पतली परत को, दूसरी विंडो यानी खिड़की पर रगड़कर फैला दीजिये।

4. जब आपका काम पूरा हो जाये

- कृपया दोनों कार्डबोर्ड के स्टिक को, टॉयलैट पेपर से पोछकर और उसमें लपेटकर, बाहर के किसी कूड़ेदान में फेंक दीजिये। कार्डबोर्ड स्टिकों को टॉयलैट बोल में डालकर फ़्लश **मत कीजिये**।
- फ़्लैप बंद कर दीजिये, और उसे जगह पर बनाये रखने के लिये, नारंगी टैब के नीचे फंसा दीजिये।
- किट को किसी भी गरम जगह पर, या सीधे सूरज की रोशनी में **मत छोड़िये** क्योंकि ऐसा करने से वह खराब हो सकता है। इस्तेमाल करने के बाद, अपने हाथ धो लीजिये।

5. दूसरा नमूना जमा करना

- फ़्लैप 2 पर तारीख लिखिये।
- फ़्लैप 2 के नीचे की दो विंडोज़ इस्तेमाल करते हुए , एक बार फिर जाँच पूरा कीजिये।

6. तीसरा नमूना जमा करना

- फ़्लैप 3 पर तारीख लिखिये।
- फ़्लैप 3 के नीचे की दो विंडोज़ इस्तेमाल करते हुए , जाँच को एक बार फिर कीजिये।

नोट : यह ज़रूरी नहीं है कि आपके पाखाने के नमूनों को एक के बाद एक हुए तीन बार के हुए बावेल मोशंज़ में से लिया गया हो, पर यह ज़रूरी है कि नमूनों को तीन अलग – अलग मोशंज़ से लिया जाये।

चैकलिस्ट

क्या आपने सभी छः विंडोज़ में नमूने लगा लिये हैं ?

क्या आपने तीनों फ़्लैप में तारीखें लिख दी हैं ?

क्या जाँच करने के लिये हमें आपका किट, आपके पखाने का पहला नमूना लेने के **14 दिनों के अंदर** मिल जायेगा?

अगर हमारी चैकलिस्ट के सवालों में से किसी का भी जवाब देने पर, आप **नहीं** कहते हैं, तो कृपया प्रोग्राम हब से सलाह के लिये इस फ्रीफ़ोन नंबर पर संपर्क कीजिये 0800 707 60 60.

हमारे चैकलिस्ट के सभी सवालों का अगर आपका जवाब हाँ है, तो किट को प्रीपेड लिफ़ाफ़े में डालिये, उसे बंद कीजिये और डाक में डाल दीजिये। लिफ़ाफ़ा पोस्टल नियमों के मुताबिक है और उसे भेजना सुरक्षित है। पर कृपया सुनिश्चित कीजिये कि लिफ़ाफ़ा साफ़ रहे ताकि पोस्टल वर्कर्ज़ यानी डाक वाले कर्मचारियों को सुरक्षित रखा जा सके।

क्या कोई सवाल हैं ?
प्रोग्राम हब से यहाँ संपर्क कीजिये
फ्रीफ़ोन 0800 707 60 60

सभी कॉलों को पूरी तरह गोपनीय रखा जायेगा। कृपया सवाल पूछने या जानकारी या सलाह माँगने में हिचक मत महसूस कीजिये। हमारे कर्मचारी आपकी मदद के लिये हैं।

याद रखिये :

किट को सूरज की रोशनी और गरमी से बचाकर सुरक्षित रखिये।