

बेहतर निदान के लिए बलगम एकत्रीकरण प्रक्रिया क्षयरोग निवारण के लिए सर्वोत्तम पद्धतियाँ



आपको दिए गए साफ़ ट्यूब में बलगम एकत्र करें। ट्यूब को तब तक न खोलें जब तक आप इसे प्रयोग करने के लिए तैयार न हों।



सुबह जैसे ही आप सोकर उठें (कुछ खाने-पीने से पहले) अपने दांत साफ़ (ब्रश) करें और पानी से कुल्ला कर लें। माउथवॉश का प्रयोग न करें।



बलगम एकत्र करने से पहले बाहर आयें या एक खिड़की खोल लें।



एक बहुत गहरी सांस लें और 5 सेकेंड के लिए रोक कर रखें। धीरे-धीरे सांस छोड़ें। एक और गहरी सांस लें और तब तक जोर-जोर से खांसे जब तक आपके मुँह में कुछ बलगम आ जाये।



थूंकते समय ट्यूब को मुँह के नज़दीक रखें।



ऐसा करते रहें, जब तक बलगम प्लास्टिक ट्यूब में 5 मि.ली. की रेखा तक पहुँच जाये। यह लगभग एक चम्मच बलगम है। सुनिश्चित करें की थूक ना हो।



ट्यूब को ढक्कन द्वारा ढंग से बंद करें ताकि उसमें से कोई रिसाव न हो।



ट्यूब को बाहर से पोंछ ले।



ट्यूब को एक थैली में रखें और JEET स्टाफ़ के पास जमा करा दें।