

# सवाईकल स्क्रीनिंग एचपीवी सेल्फ टेस्ट कोन रकम करे के है

TimeToCervicalScreen.nz

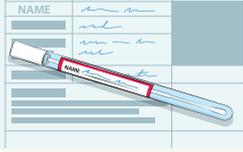
सेफ़

ठीक है



National  
Cervical  
Screening  
Programme

ई गाईड आपके मदत करी कि आप आपन वजाईनल सेम्पल कैसे लेगा। अगर आप किसी भी चीज़ के बारे में शुआ नई है या टेस्ट करे में कोई मुश्किल है, तो आपन हेल्थकेया प्रोवाईडा से मदत मांग लो।



अगर आप सेल्फ टेस्ट करे मंगता है तो आपके एक टेस्ट किट मिली अउर उस में पूरा डीटेल रही कि टेस्ट कैसे करे के है अगर आपके कोई सवाल या परेशानी है, तो आपन हेल्थकेया प्रोवाईडा से मदत मांग लो।

ई शुआ करो कि आपके डीटेल लेबल अउर फोम पर सही है अउर जोन चीज मिसिंग हो ऊ सब लिख दो आपके कुछ जानकारी भरे के वास्ते जरूरत पड़े सके है, जैसे कोन डेट के टेस्ट करा है।

## अगर हम से गलती होई जई तो?

आपन सेम्पल लेना बहुत ईजी है अउर ई उतना ही ठीक है जेतना कि हेल्थकेया प्रोवाईडा करे से हो ऐसा नहीं होए सके कि आप कुछ गलती करेगा

टेस्ट जारी रखे के ठीक है अगर आप:

- आपन उंगरी से स्वाब टिप को छूआ है ( ईस से बच के रहेगा तो बहुत अच्छा है )
- आपन वजाईना में स्वाब डाला है लेकिन शुआ नई है कि आप इस के काफी दूर तक डाला है या नहीं।

अगर स्वाब गिर जाए, तो आपन हेल्थकेया प्रोवाईडा केअउर रिप्लेसमेंट मांगो



## स्टेप 1.

आपने हाथ साबुन अउर पानी से धोए लो अउर अच्छा से सुखाए लो।



## स्टेप 2.

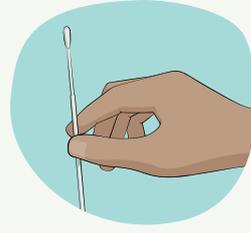
एक प्राईवेट जगह में, आपन सेम्पल लेवे के वास्ते एक आरामदायक पोजीशन खोजो। आप साइट बैठ के, खड़ होए के, लेट के या उकड़ होए के (स्कॉट कर के) पसंद करेगा। अगर आपके ऐसन पेजीशन नई मिले सके जोन आपके लिए ठीक है, तो आपन हेल्थकेया प्रोवाईडा से मदत मांग लो।



## स्टेप 3.

स्वाब वाला ट्यूब बैग से बाहर निकालो अउर स्वाब स्टिक के हटाए दो। पैपा सील तूड़े के लिए आपके साइट केप पकड़ के मोड़े के पड़ी।

कोशिश करो कि स्वाब टिप के आपन उंगरी से या कोई भी जगह से न छूओ।



## स्टेप 4.

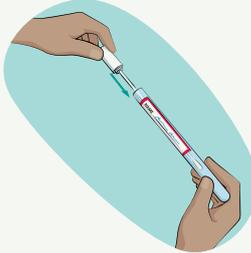
स्वाब स्टिक के आधा नीचे के तरफ पकड़ के, आपन वजाईना के खोले के लिए आपन फ्री हैंड यूज करो अउर धीरे से स्वाब के नोक के करीब 4-5 सेन्टीमीटा (आपन अंगूठा के लंबाई जेतना, जोन रकम टैम्पोन डाला जाए वैसे) डालो।

ज्यादातर लोग के ई करे के आसान अउर कम्फर्टबल लगे है। अगर आपके पीरा होए लगे, तो स्वाब के थोड़ा पीछे खींचो जब तक कि इ अउर कम्फर्टबल नई लगे या आपन हेल्थकेया प्रोवाईडा से मदत करे के लिए बोलो।



## स्टेप 5.

स्वाब के लगभग 4 बार (लगभग 20 सेकंड) घुमाओ, धीरे से वजाईना के साईड के टच करो, फिर हटाए लो।



## स्टेप 6.

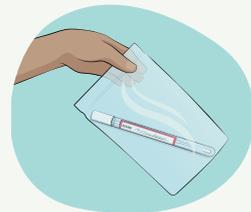
जब आप सेम्पल कोलेक्ट कर लिया है, स्वाब के साथे अगला स्टेप में कोंची करे के है, किट पे इन्स्ट्रक्शन देखो।

शुआ करो कि आपके सेम्पल के टोपी कस के लगा है, अउर ई अच्छा से सील है।



## स्टेप 7.

जोन सामान बचा है उ सब रबिश बिन में फैंक दो, अउर आपन हाथ साबुन अउर पानी से धोए लो अउर अच्छा से सुखाए लो।



## स्टेप 8.

पूरा सेम्पल अउर फोम वापस बैग में डालो, सील करो अउर इ सब आपन हेल्थकेया प्रोवाईडा के वापस कर दो।

TimeToCervicalScreen.nz



Health New Zealand  
Te Whatu Ora



जोन सेल्फ टेस्ट स्वाब आप इ गाईड में देखा है अउर जोन स्वाब आपके हेल्थकेया प्रोवाईडा यूज करे है उस में साइट कोई रकम सेअलग होए सके है।

HE1354 March 2024 - FIJIAN HINDI