

자궁경부암 선별검사 HPV 자가검사 방법

TimeToCervicalScreen.nz

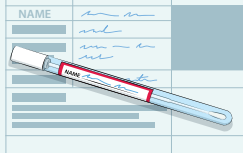
안전

정확



National Cervical Screening Programme

이 안내서는 자신이 직접 질 검체를 채취하는 방법에 대한 안내 자료입니다. 확실치 않은 점이 있거나 검사에 어려움이 있으면 담당 의료인에게 말해 도움을 받으십시오.



자가검사를하기로 선택할 경우, 어떻게 하는지에 대한 상세한 지침이 포함된 검사 키트가 제공됩니다. 궁금한 점이 있거나 검사에 어려움이 있으면 담당 의료인에게 말해 도움을 받으십시오.

라벨과 검사서 양식에 기재된 정보가 올바른지 확인하고, 혹시 누락 사항이 있으면 적어 넣으십시오. 자가검사를 하는 날짜와 같은 일부 정보를 적어야 할 수도 있습니다.

실수하면 어떻게 되나?

스스로 검체를 채취하는 일은 매우 쉽고 의료인이 채취하는 것만큼이나 정확합니다. 무언가 잘못될 가능성이 거의 없습니다.

다음과 같은 경우라도 문제없이 계속 검사를 진행할 수 있습니다.

- 손가락으로 면봉 끝 부분을 만졌을 때(그래도 만지지 않는 것이 최선임)
 - 면봉을 질 안에 넣었지만 충분히 깊이 삽입했는지 확신이 들지 않을 때
- 면봉을 떨어뜨렸다면 담당 의료인에게 말하고, 교체해 달라고 요청하십시오.



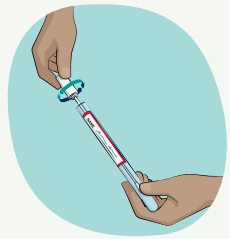
1단계

비누와 물로 손을 씻고 물기를 잘 제거하십시오.



2단계

혼자만의 공간에서 편안한 검체 채취 자세를 취하십시오. 앉거나 서거나 눕거나 쪼그려 앉은 자세일 수 있습니다. 자신에게 맞는 자세를 찾을 수 없다면 담당 의료인에게 말해 도움을 받으십시오.



3단계

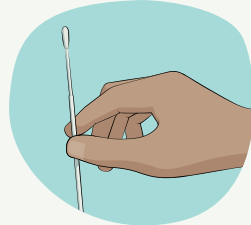
면봉이 담긴 튜브를 봉지에서 꺼내 면봉 막대를 빼냅니다. 종이 봉인을 뜯어내기 위해 뚜껑을 잡고 비틀어야 할 수도 있습니다.

면봉 끝 부분을 손가락으로 만지거나 다른 물체 표면에 닿게 하지 않도록 하십시오.

4단계

면봉 막대의 중간 부분을 잡은 상태에서 다른 손으로 질을 열고 면봉 끝을 약 4~5cm(엄지 손가락 길이 정도, 탐폰 삽입 깊이와 비슷하게) 정도 부드럽게 집어넣습니다.

대부분의 사람들에게 이 절차는 쉽고 편안합니다. 혹시 통증이 느껴지면 괜찮아지는 깊이까지 면봉을 조금 빼내거나 담당 의료인에게 도움을 청하십시오.

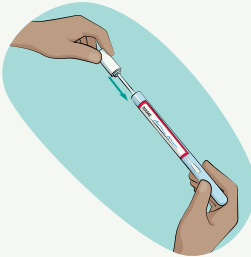


5단계

면봉을 질 벽에 부드럽게 닿게 해서 4회 정도(약 20초) 회전시킨 후 빼냅니다.

6단계

일단 검체를 채취하면 이 검체 면봉을 어떻게 해야 하는지에 대해 키트 지침을 확인하십시오. 검체가 잘 밀봉되도록 뚜껑을 단단히 닫으십시오.

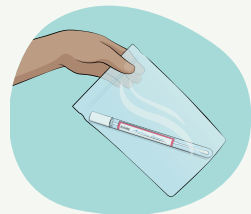


7단계

검사 키트에서 남은 필요 없는 것을 쓰레기통에 버린 뒤 비누와 물로 손을 씻고 물기를 잘 제거하십시오.

8단계

채취한 검체와 검사서 양식을 봉투에 넣고 밀봉한 후 담당 의료인에게 제출하십시오.



TimeToCervicalScreen.nz



Health New Zealand
Te Whatu Ora



이 안내서에 표시된 자가검사 면봉의 유형과 실제 검사에서 쓰이는 면봉 유형 간에는 약간의 차이가 있을 수 있습니다.

HE1346 March 2024 - KOREAN