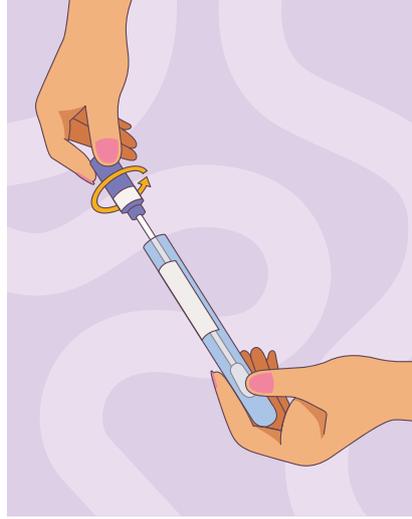


# কীভাবে আপনার নিজের নমুনা সংগ্রহ করবেন



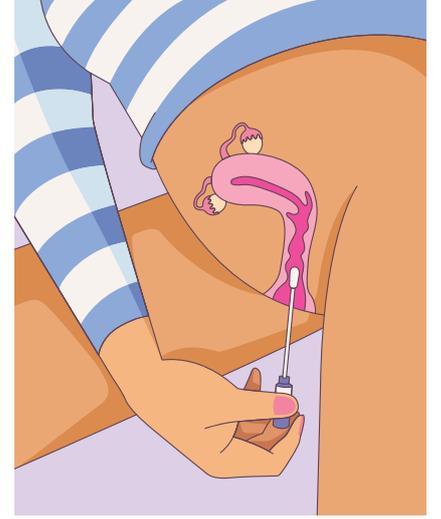
## ধাপ 1.

আপনার নমুনা সংগ্রহ করার জন্য আপনাকে একটি ব্যক্তিগত জায়গা দেওয়া হবে।



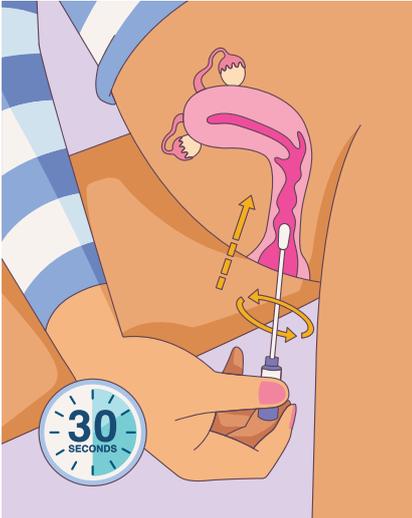
## ধাপ 2.

ক্যাপটি মোচড়িয়ে টিউব থেকে সোয়াবটি বের করুন। ক্যাপটি ধরে রাখুন এবং সোয়াবের অন্য প্রান্ত স্পর্শ করবেন না।



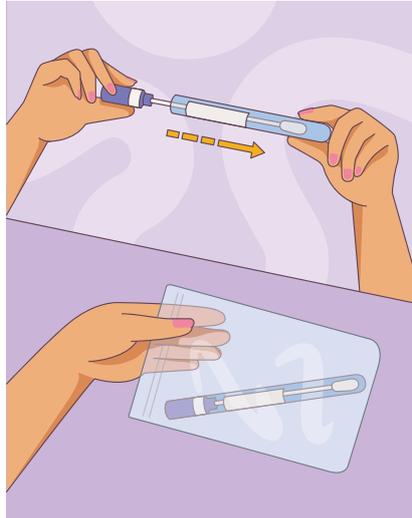
## ধাপ 3.

অন্য একটি হাত দিয়ে আপনার যোনির চারপাশে ছুকের ভাঁজগুলিকে আলতো করে সরিয়ে নিন। আপনার যোনিতে কয়েক সেকেন্ডের পর্যন্ত সোয়াবটি প্রবেশ করান।



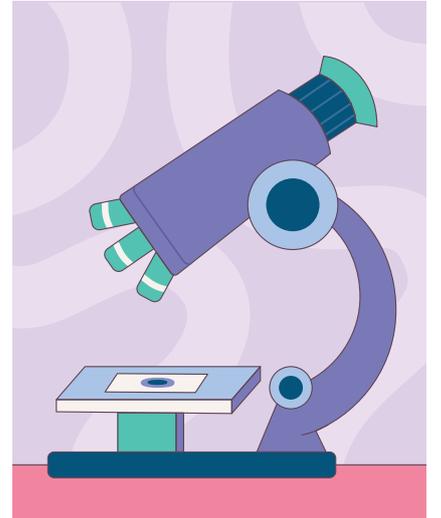
## ধাপ 4.

10-30 সেকেন্ডের জন্য সোয়াবটি আলতোভাবে ঘোরান।



## ধাপ 5.

আলতো করে আপনার যোনি থেকে সোয়াবটি বের করে নিন সোয়াবটি টিউবে আবার রাখুন, ক্যাপটিকে পেঁচিয়ে বন্ধ করুন এবং আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে দিন।



## ধাপ 6.

আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী আপনার নমুনা পরীক্ষা করার জন্য প্যাথলজি ল্যাবরেটরিতে পাঠিয়ে দেবেন।