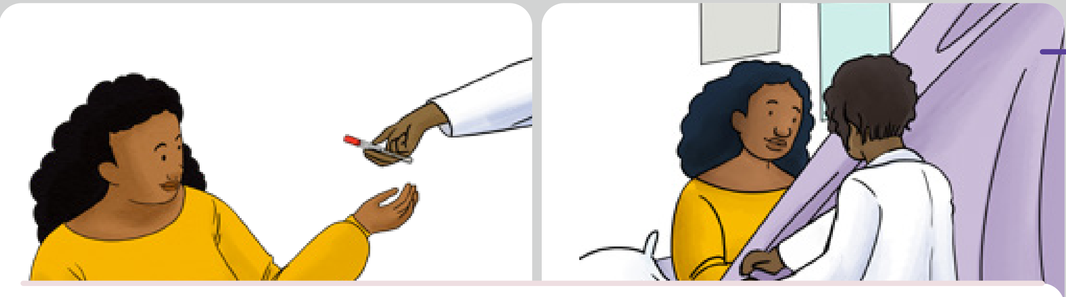
Bengali | বাংলা

Australian Government

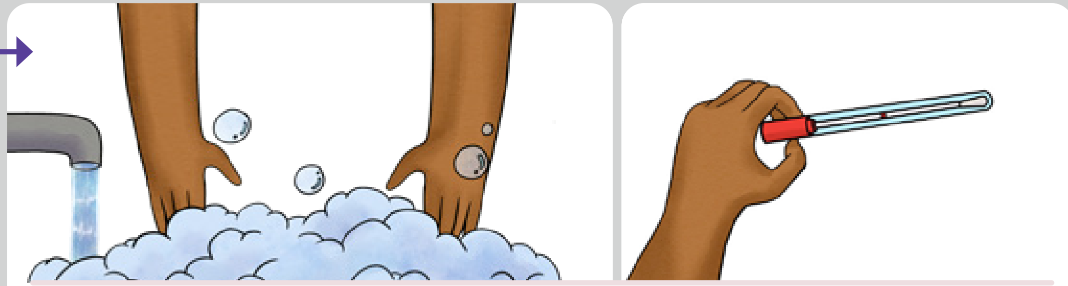
NATIONAL
CERVICAL SCREENING
PROGRAM
A joint Australian, State and Territory Government Program

সার্ভিকাল স্ক্রীনিং পরীক্ষা (cervical screening Test) - কীভাবে আপনার নিজের নমুনা সংগ্রহ করবেন

প্রতি 5 বছরে একবার সার্ভিকাল স্ক্রীনিং পরীক্ষা করা আপনাকে নিজের এবং আপনার পরিবার উভয়ের জন্য সুস্থ থাকতে সহায়তা করবে।

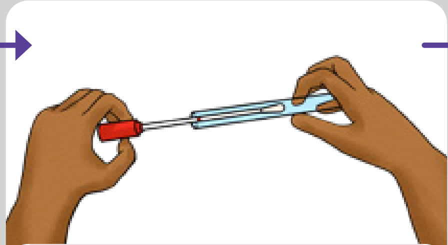


1. আপনার ডাক্তার বা নার্স আপনাকে একটি নিজে-সংগ্রহ করার সোয়াব এবং একটি গোপন জায়গা দেখিয়ে দেবেন।

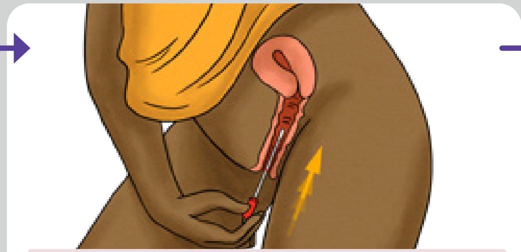


2. হাত ধুয়ে শুকিয়ে নিন। নিজে সংগ্রহ করা সোয়াবটি একবার দেখে নিন। সোয়াবটির একটি প্রান্ত আপনি ধরে রাখতে পারেন এবং অন্যটি আপনার নমুনা নেওয়ার জন্য।

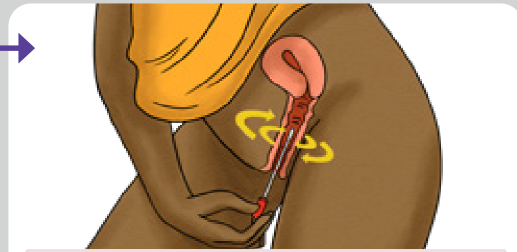
3. একটি আরামদায়ক অবস্থা বেছে নিন এবং কোমরের নীচে থেকে আপনার জামাকাপড় নামিয়ে ফেলুন এবং আপনার অন্তর্বাস খুলে ফেলুন। আপনি আপনার অন্যান্য জামাকাপড় পরে থাকতে পারেন।



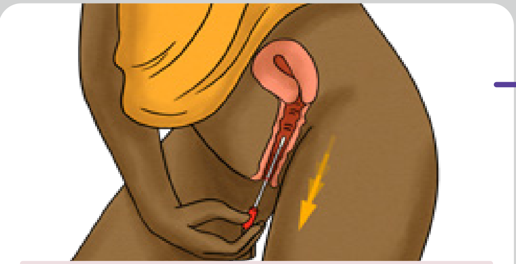
4. ক্যাপটি মুড়িয়ে সোয়াবটি প্যাকেট থেকে খুলে ফেলুন। নমুনা সংগ্রহের জন্য প্রান্তটি স্পর্শ করবেন না।



5. আপনার যোনিতে কয়েক সেন্টিমিটার পর্যন্ত সোয়াবটি ঢুকিয়ে দিন। আপনাকে সোয়াবটি কতদূর প্রবেশ করাতে হবে তা দেখানোর জন্য একটি লাইন বা চিহ্ন থাকতে পারে।

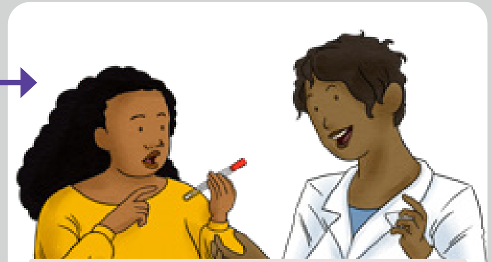


6. আলতো করে সোয়াবটি 10-30 সেকেন্ডের জন্য বৃত্তাকার গতিতে ঘোরান। এটি আপনাকে ব্যাথা দেবে না, তবে এটিতে অস্বস্তি বোধ হতে পারে।



7. আপনার যোনি থেকে সোয়াবটি বের করুন এবং এটি প্যাকেটে রেখে দিন। আপনার যোনিতে ঢুকানো প্রান্তটি যেন কোনও কিছু স্পর্শ না করে তা নিশ্চিত করতে হবে।

8. জামাকাপড় পড়ে নিন এবং আবার আপনার হাত ধুয়ে ফেলুন।



9. নিজে সংগ্রহ করা সোয়াবটি আপনার ডাক্তার বা নার্সকে দিয়ে দিন। পরীক্ষার ফলাফল আপনার ডাক্তার বা নার্সের কাছে পাঠানো হবে।

আপনার যদি কোনও প্রশ্ন থাকে বা মনে হয় যে আপনি কোনও ভুল করেছেন তবে আপনার ডাক্তার বা নার্সের সাথে কথা বলুন। আপনি আরও যা করতে পারেন:

- সার্ভিকাল স্ক্রীনিং সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য health.gov.au/NCSP-multicultural দেখুন
- **1800 627 701** নম্বরে কল করুন
- আপনার ভাষায় সহায়তা পেতে **13 14 50** নম্বরে অনুবাদ এবং দোভাষী সার্ভিস (টিআইএস ন্যাশনাল) কে কল করুন।