# Instrukcje do zestawu testu w domu

Pobierz 2 malutkie próbki, wyślij je pocztą i to wszystko.

## Ważne

* Wykonaj test w ciągu następnych 2 tygodni.
* Dołącz swój formularz do koperty wysyłając swoje próbki.

## Twój zestaw zawiera wszystko co jest potrzebne do wykonania testu

* Formularz dla 1 uczestnika
* 2 probówki
* 2 wkłady toaletowe
* 1 zamykana torebka
* 1 koperta zwrotna

## Zanim wykonasz test

* Połóż test obok toalety, tak żeby pamiętać, że masz go zrobić.
* Nastaw przypominacz na dni, w których pobierzesz próbkę.
* Sprawdź datę przydatności do użycia na odwrocie testu. Jeśli test stracił datę ważności, zadzwoń pod numer 1800 627 701, aby uzyskać wymianę.
* Nadal bierz swoje leki i jedz tak jak normalnie.

### Nie rób testu jeśli masz:

* krwawiące hemoroidy. W takim przypadku odwiedź lekarza
* krew w moczu lub stolcu. W takim przypadku odwiedź lekarza
* masz okres. Wykonaj ten test 3 dni po zakończeniu okresu
* niedawno wykonaną kolonoskopię.

## Twój wynik

Wynik twojego testu będzie wysłany do ciebie i do twojego lekarza w ciągu 4 tygodni od wysłania próbek.

**Wynik negatywny** oznacza, że nie wykryto krwi. Powinieneś wykonać ten test ponownie za 2 lata.

**Wynik pozytywny** oznacza, że odkryto ślady krwi. Nie zawsze to oznacza, że masz raka jelita. Jest wiele powodów dla których możesz mieć krew w kale i większość z nich nie ma nic wspólnego z rakiem. Znajdź czas, aby jak najszybciej zapisać się do lekarza, aby dowiedzieć się więcej.

# Instrukcje

## Krok 1 - Przygotowanie

* Napisz swoje imię i nazwisko, datę urodzenia oraz datę wykonania testu na probówkach.
* Zrób siusiu i spuść wodę.
* Połóż jedną wkładkę toaletową na muszli napisem do góry. Nie szkodzi jak się zmoczy.

## Krok 2 - Pobranie

* Zrób kupę na wkładkę.
* Odkręć probówkę. Przeciągnij końcówkę wacika przez kał. Twoja próbka musi być bardzo nieduża.
* Włóż wacik z powrotem do probówki i szczelnie zakręć. Spuść ulegającą biodegradacji wkładkę toaletową do toalety.
* Włóż probówkę do zamykanej torebki.
* Odłóż torebkę w chłodne miejsce, na przykład do lodówki. Nie zamrażaj.

## Krok 3 - Powtórka

* Ponownie wykonaj krok 1 i 2 używając innej probówki kiedy będziesz robić następną kupę. Najlepiej spróbować pobrać dwie próbki w odstępie 3 dni od siebie.
* Następnie przejdź do kroku 4.

## Krok 4 - Wyślij

* Wyślij swoje próbki jak najszybciej pocztą.
* Wypełnij formularz danych uczestnika. Napisz daty pobrania próbek i podpisz formularz.
* Podpisz się na przodzie koperty i napisz swoje imię i nazwisko na odwrocie.
* Włóż formularz i próbki do koperty.
* Wyślij kopertę. Próbki muszą pozostawać schłodzone jak najdłużej. Wrzuć kopertę do skrzynki w najchłodniejszej porze dnia lub zanieś ją na pocztę.

Obejrzyj wideo o tym jak wykonać test na stronie [**www.health.gov.au/nbcsp**](http://www.health.gov.au/nbcsp)**.**

## Pytania

Infolinia **1800 930 998**.

Krajowy Rejestr Badań Przesiewowych Raka Jelita **1800 627 701**.

Odwiedź naszą stronę:[**www.health.gov.au/nbcsp**](http://www.health.gov.au/nbcsp).

## Tłumaczenia

Aby uzyskać informacje w swoim języku[**www.health.gov.au/nbcsp-translations**](http://www.health.gov.au/nbcsp-translations).

Usługi językowe i tłumaczeniowe: **13 14 50**.