# ការណែនាំអំពីកញ្ចប់ធ្វើតេស្តនៅផ្ទះ

ប្រមូលសំណាកតូចចំនួន 2 រួចដាក់វានៅក្នុងប៉ុស្តិ៍ប្រៃសណីយ៍ ហើយអ្នកបានធ្វើវារួចរាល់ហើយ។

## សំខាន់

* បញ្ចប់ការធ្វើតេស្តនោះនៅក្នុងរយៈពេល 2 សប្ដាហ៏ខាងមុខ។
* ដាក់បញ្ចូលទម្រង់បែបបទរបស់ទៅក្នុងស្រោមសំបុត្រនោះ នៅពេលអ្នកបញ្ជូនសំណាករបស់អ្នកត្រឡប់ទៅវិញ។

## កញ្ចប់របស់អ្នកមានគ្រប់អ្វីៗដែលអ្នកត្រូវការសម្រាប់ធ្វើតេស្ត

* ទម្រង់បែបបទ 1 សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតនៃអ្នកចូលរួម
* បំពង់ប្រមូលចំនួន 2
* ទ្រនាប់បង្គន់ចំនួន 2
* ថង់មានខ្សែរូតកិប 1
* ស្រោមសំបុត្រឆ្លើយដែលបានបង់ប្រាក់ស្រេចចំនួន 1

## នៅមុនពេលអ្នកធ្វើតេស្ត

* ដាក់កញ្ចប់ធ្វើតេស្តនៅជិតបង្គន់ ជាកន្លែងដែលអ្នកនឹងចងចាំក្នុងការធ្វើតេស្ត។
* កំណត់ការរម្លឹកអំពីថ្ងៃដែលអ្នកត្រូវយកសំណាករបស់អ្នក។
* ពិនិត្យមើលកាលបរិច្ឆេទផុតកំណត់ដែលមាននៅខាងខ្នងកញ្ចប់។ ប្រសិនបើកញ្ចប់បានផុតកំណត់ហើយ សូមហៅទូរសព្ទទៅ 1800 627 701 ដើម្បីទទួលបានកញ្ចប់ជំនួសវិញ។
* សូមបន្តពិសាឱសថដែលអ្នកមាន និងបរិភោគអ្វីដែលអ្នកបរិភាគជាធម្មតា។

### កុំធ្វើតេស្ត ប្រសិនបើអ្នកមាន៖

* ឫសដូងបាត ដែលកំពុងហូរឈាម។ ប្រសិនបើរឿងនេះកើតឡើង សូមទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក
* ឈាមនៅក្នុងទឹកនោមរបស់អ្នក ឬឈាមនៅក្នុងចានបង្គន់។ ប្រសិនបើរឿងនេះកើតឡើង សូមជួយវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នក
* រយៈពេលមករដូវរបស់អ្នក។ ធ្វើតេស្ត 3 ថ្ងៃ ក្រោយរយៈពេលមករដូវរបស់អ្នកបានចប់
* ទើបនឹងបានធ្វើការឆ្លុះមើលផ្នែកខាងក្នុងនៃពោះវៀនធំថ្មីៗនេះ។

## លទ្ធផលរបស់អ្នក

លទ្ធផលរបស់អ្នកនឹងត្រូវបានផ្ញើតាមប្រៃសណីយ៍ទៅឱ្យអ្នក និងវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកនៅក្នុងរយៈពេល 4 សប្ដាហ៍ ក្រោយអ្នកផ្ញើសំណាករបស់អ្នកតាមប្រៃសណីយ៍។

លទ្ធផល **អវិជ្ជមាន** មានន័យថាមិនឃើញមានឈាមទេ។ អ្នកគួរធ្វើតេស្តម្ដងទៀតក្នុងរយៈពេល 2 ឆ្នាំទៀត។

លទ្ធផល **វិជ្ជមាន** មានន័យថាបានរកឃើញឈាម។ នេះមិនមែនមានន័យជានិច្ចថាអ្នកមាន ជំងឺមហារីកពោះវៀននោះទេ។ មានហេតុផលជាច្រើនដែលអ្នកអាចមានឈាមនៅក្នុងលាមករបស់អ្នក ហើយភាគច្រើនមិនទាក់ទងនឹងជំងឺមហារីកទេ។ ធ្វើការណាត់ពេលជួបវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់អ្នកឱ្យបានលឿន ដែលអាចធ្វើទៅបាន ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមទៀត។

# ការណែនាំ

## ជំហានទី 1 — រៀបចំ

* សរសេរ ឈ្មោះ ថ្ងៃខែឆ្នាំកំណើតរបស់អ្នក និងកាលបរិច្ឆេទដែលអ្នកធ្វើតេស្តនៅលើបំពង់មួយក្នុងចំណោមបំពង់នានា។
* បត់ជើងតូច ហើយចុចចាក់ទឹកបង្គន់ចោល។
* ដាក់ទ្រនាប់បង្គន់មួយចូលទៅក្នុងបង្គន់ ដោយដាក់ខាងមានអក្សរបែរឡើងលើ។ វាមិនអីទេ ប្រសិនបើទ្រនាប់នោះសើម។

## ជំហានទី 2 — ប្រមូល

* ជុះ លើទ្រនាប់នោះ។
* មួលបើកបំពង់។ អូសចុងចង្កឹះឈើឆ្លងកាត់លាមក។ សំណាករបស់អ្នកត្រូវការតែលាមកបន្តិចប៉ុណ្ណោះ។
* ដាក់ចង្កឹះឈើនោះចូលទៅក្នុងបំពង់វិញ និងចុចបិទវា។ ចុចចាក់ទឹកនាំទ្រនាប់ដែលនឹងរលាយចោល។
* ដាក់បំពង់ចូលទៅក្នុងថង់មានខ្សែរូតកិប។
* ដាក់ទុកថង់នៅកន្លែងណាមួយដែលត្រជាក់ ដូចជាទូរទឹកកក។ កុំបង្កកវា។

## ជំហានទី 3 — ធ្វើដដែលឡើងវិញ

* ធ្វើជំហានទី 1 និងទី 2 ឡើងវិញដោយប្រើបំពង់មួយទៀត នៅពេលអ្នកជុះបញ្ចេញលាមកនៅលើកបន្ទាប់ទៀត។ ជាការល្អ ព្យាយាមប្រមូលសំណាកទាំងពីរនៅក្នុងរយៈពេល 3 ថ្ងៃពីគ្នា។
* បន្ទាប់មកទៅកាន់ជំហានទី 4។

## ជំហានទី 4 — ផ្ញើ

* ផ្ញើសំណាករបស់អ្នកតាមប្រៃសណីយ៍ឱ្យបានលឿនដែលអាចធ្វើទៅបាន។
* បំពេញទម្រង់បែបបទព័ត៌មានលម្អិតរបស់អ្នកចូលរួម។ សរសេរកាលបរិច្ឆេទដែលអ្នកបានយកសំណាកនីមួយៗ និងចុះហត្ថលេខាលើទម្រង់បែបបទនោះ។
* នៅលើស្រោមសំបុត្រ ចុះហត្ថលេខាលើផ្នែកខាងមុខ និងសរសេរឈ្មោះនិងអាសយដ្ឋានរបស់អ្នកនៅផ្នែកខាងខ្នង។
* ដាក់ទម្រង់បែបបទនិងសំណាកចូលទៅក្នុងស្រោមសំបុត្រ។
* ផ្ញើស្រោមសំបុត្រតាមប្រៃសណីយ៍។ សំណាកត្រូវការនៅត្រជាក់ឱ្យបានយូរដែលអាចធ្វើទៅបាន។ ដាក់វានៅក្នុងប្រអប់ផ្ញើសំបុត្រនៅថ្ងៃណាដែលត្រជាក់ ឬយកវាទៅការិយាល័យប្រៃសណីយ៍។

មើលវីដេអូស្ដីពីរបៀបធ្វើតេស្ត [**www.health.gov.au/nbcsp**](http://www.health.gov.au/nbcsp)**។**

## សំណួរនានា

ខ្សែទូរសព្ទជំនួយអំពីកញ្ចប់ធ្វើតេស្ត៖ **1800 930 998**។

បញ្ជីការក្នុងការធ្វើតេស្តរកមើលជំងឺមហារីកថ្នាក់ជាតិ (National Cancer Screening Register)៖ **1800 627 701**។

ចូលមើលគេហទំព័ររបស់យើង៖[**www.health.gov.au/nbcsp**](http://www.health.gov.au/nbcsp)។

## ការបកប្រែ

សម្រាប់ព័ត៌មានជាភាសារបស់អ្នក [**www.health.gov.au/nbcsp-translations**](http://www.health.gov.au/nbcsp-translations)។

ភាសា និងសេវាបកប្រែ៖ **13 14 50**។