BE COVIDSAFE

Australian Government

PHLN
Public Health Laboratory Network

කෝවිඩ්-19 මාත්තුවක් (swab) තමා විසින්ම ලබා ගන්නා ආකාරය

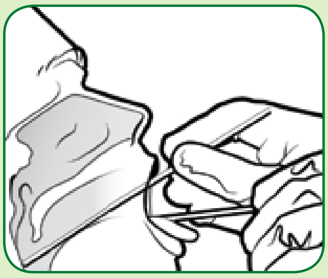
මාත්තුවක් භාවිතයෙන් ඔබගේ උගුරෙන් සහ නාසයෙන් පරීක්ෂා කිරීම සඳහා ශ්වසන සාම්පලයක් ලබා ගන්නා ආකාරය මෙම මාරගෝපදේශය මගින් ඔබට පෙන්වයි. තමා විසින්ම සාම්පලයක් ලබා ගත යුත්තේ ඔබට වෛද්‍යවරයෙකු, පරීක්ෂා කරන සායනයක් හෝ සාම්පල ලබා ගන්නා මධ්‍යස්ථානයක් මගින් එසේ කිරීමට ඉල්ලා සිටි අවස්ථාවක පමණි.

මෙම මාරගෝපදේශය මහජන සෞඛ්‍යය රසායනාගාර ජාලය (Public Health Laboratory Network (PHLN)) මගින් පිළියෙල කර ඇත්තේ ඔබට උපකාර කිරීම සඳහාය.

1 සූදානම්වීම

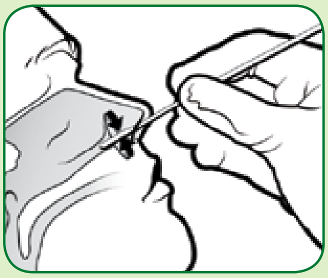
- ඔබගේ උගුරට සහ නාසයට එකම මාත්තුව භාවිතා කරන්න. ඔබගේ වෛද්‍යවරයා හෝ සෞඛ්‍යය සේවාව මගින් ඔබට මාත්තුව ලබා දෙනු ඇත.
- ඔබගේ සාම්පල ලබා ගැනීමට පෙර සහ පසු ඔබගේ අත් සෝදා ගැනීම හෝ සැනිටයිස් කිරීම කරන්න.
- දිව පහත්කරනයක් (අයිස් ක්‍රීම් කෝටුවක් වැනි පැතලි සිහින් ලීයක්) සහ කණ්නාඩියක් සූදානමින් තබා ගන්න.

2 උගුරෙ මාත්තුව



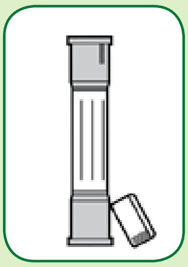
- ටියුබය පැකට්ටුවෙන් ඉවතට ගෙන, මූඩිය ගලවා ටියුබය ස්ථාවර මතුපිටක තබන්න.
- මාත්තුව පැකට්ටුවෙන් පිටතට ගන්න. පුළුන් සහිත තුඩ නොඅල්ලන්න.
- කණ්නාඩියක් ඉදිරිපසටවී ඔබගේ හිස පසුපසට යවා ඔබගේ දිව ඉවතට දමන්න. ඔබගේ දිවෙහි පසුපස පහත්කර තබා ගැනීමට දිව පහත්කරනය භාවිතා කරන්න. ඔබට ඔබගේ සෙම්ගෙඩි දැකිය හැකිවේ.
- ඔබගේ කටෙහි හෝ උගුරෙ දෙපස නොවදින ආකාරයට ඔබගේ උගුරෙ පසුපස සහ සෙම් ගෙඩි මෘදු ආකාරයට සූරන්න.
- ඔබගේ කටෙහි වෙන කිසිදු ප්‍රදේශයක නොගෑවෙන ආකාරයට මාත්තුව පිටතට ගන්න.

3 නාසිකා දෙකම මාත්තු කිරීම



- කලින් භාවිතා කල මාත්තුවේම පුළුන් සහිත තුඩ පළමු නාසිකාවේ සෙ.මී. 2-3 ප්‍රමාණයක් ඇතුලට දමන්න (නැතිනම් තෙරපීමක් දැනෙන තෙක්). මාත්තුව ඔබගේ නාසිකය ඇතුලට යන බවට වග බලා ගන්න.
- මාත්තුව මෘදු ආකාරයට කිහිප වරක් කරකවන්න.
- ඔබගේ අනෙක් නාසිකව සඳහාද සමාන පියවර ගන්න.
- මාත්තුව බිමින් නොතබන්න.

4 සාම්පලය නැවත අසුරා යැවීම



- ප්‍රවේශමෙන් මාත්තුවේ පුළුන් සහිත තුඩ ටියුබය තුලට දමන්න. සමහර පරීක්ෂණ කට්ටල සම්බන්ධයෙන්, මාත්තුවේ අග කැඩීම අවශ්‍යවේ. අවශ්‍යනම්, මාත්තුවේ එම කැඩිය යුතු ස්ථානය පෙන්වා ඇත. ඔබ විසින් මෙය කල යුතුද යන්න පරීක්ෂණ කට්ටල උපදෙස් මගින් පවසනු ඇත. කාන්දුවීමක් නැති ආකාරයට හොඳින් මූඩිය වසන්න.
- ඔබගේ අත් සෝදා ගැනීම හෝ සැනිටයිස් කිරීම කරන්න.
- ටියුබයේ ඇති ලේබලයේ ඔබගේ විස්තර ලියන්න. Specimen type යටතේ ‘self-collection’ ලෙස සඳහන් කරන්න.
- ඔබගේ වෛද්‍යවරයා හෝ සෞඛ්‍යය සේවා සපයන්නා මගින් ලබාදුන් භාර දෙන්නේ කෙසේද යන උපදෙස් අනුව ඔවුන් වෙත සාම්පලය රැගෙන යන්න.

පරීක්ෂාව සඳහා සාම්පල ලබා ගන්නා ආකාරය සම්බන්ධ සවිස්තරාත්මක මාරගෝපදේශයක් මගින් ප්‍රකාශයට පත්කර ඇත (කෝවිඩ්-19 ආසාදනය කරන වයිරසය). ඔවුන්ගේ මාරගෝපදේශය **සෞඛ්‍යය දෙපාරතමේන්තු වෙබ් අඩවියේ** ඇත.

පිංතූර මූලාශ්‍රය: **https://www.cdc.gov/flu/professionals/diagnosis/index.htm**

0000230 V2