நீங்கள் 50 – 74 வயதிற்கு இடைப்பட்டவராக இருந்தால், அவுஸ்திரேலிய அரசாங்கத்திடமிருந்து ‘குடல் புற்றுநோய்ச் சோதனைப் பொதி’ ஒன்று உங்களுக்குத் தபால் மூலம் வரும்போது:

இந்தச் சோதனையைச் செய்யுங்கள்

நீங்கள் 50 – 74 வயதிற்கு இடைப்பட்டவராக இருந்து, இந்த இலவசக் குடல் புற்றுநோய்ச் சோதனைப் பொதி ஒன்று உங்களுக்குத் தபால் மூலம் வரவில்லை என்றால்:

1800 118 868 -இல் ‘தேசியக் குடல் புற்றுநோய்ச் சோதனைத் திட்ட’த்தினை அழைத்து இந்த இலவச சோதனைப் பொதி ஒன்றினை நீங்கள் எப்போது பெறுவீர்கள் என்று கேளுங்கள், அல்லது சோதனைப் பொதி ஒன்றைப் பெறுவது எப்படி என்று உங்களுடைய மருத்துவரிடம் கேளுங்கள்.

குடல் புற்றுநோய் இருப்பதற்கான அறிகுறி அல்லது வலுவான குடும்ப வரலாறு உங்களுக்கு இருக்கிறதா என்று உங்களுக்கு உறுதியாகத் தெரியவில்லையா?

உங்களுடைய மருத்துவரைப் பாருங்கள், அல்லது 13 11 20 -இல் Cancer Council Victoria -வை அழையுங்கள் அல்லது www.cancervic.org.auஎனும் வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

புற்றுநோய் பற்றிய தகவல்கள் அல்லது ஆதரவுதவிக்கு **13 11 20** -இல் Cancer Council Victoria -வை அழையுங்கள் அல்லது **www.cancervic.org.au** எனும் வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

புற்றுநோயைப் பற்றி உங்கள் மொழியில் உள்ள தகவல்களைப் பெற **13 14 50** - ஐ அழைத்து Cancer Council Victoria - வுடன் பேச வேண்டுமெனக் கேளுங்கள்.

இந்தத் தகவல் ஏட்டில்
பின்வருபவர்களது கலையாக்கங்களை இந்தத் தகவல் ஏட்டில் பயன்படுத்துவதற்கான அனுமதியை Cancer Council Victoria நன்றியுடன் ஏற்றுக்கொள்கிறது:
படங்கள்: Julie Haysom Artwork (detail): Dixon Patten Jnr Yorta Yorta and Gunnai www.cancervic.org.au/dixon-patten
விக்டோரிய மாநிலத்தில் பயன்படுத்துவதற்காகத் தமது இந்தத் தகவல் ஏட்டினை மாதிரியாகப் பாவிக்க அனுமதியளித்த WA Health -இற்கும் நாங்கள் நன்றி நவில்கிறோம்.

ஜுலை 2018

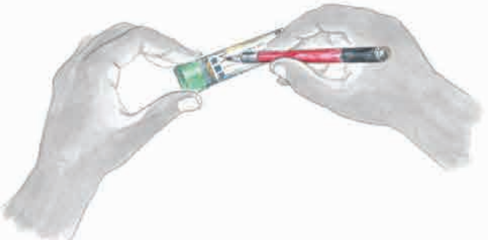
Tamil

Cancer Council

குடல் புற்றுநோய் இருப்பதை முன்கூட்டியே கண்டுபிடிப்பது உங்களது உயிரைக் காக்கக்கூடும்.

நீங்கள் சுகமாக இருந்தாலும், அறிகுறிகள் ஏதும் இல்லை என்றாலும் இந்த இலவசச் சோதனையைப் பாவித்து உங்களுக்குக் குடல் புற்றுநோய் இருக்கிறதா என்று நீங்கள் சோதித்துக்கொள்வது நல்லது.

1 உங்களுடைய பெயர், பிறந்த திகதி மற்றும் மாதிரி சேகரிக்கப்பட்ட நாள் ஆகியவற்றினை சேகரிப்புக் குழாய்களின் மீது எழுதுங்கள்



2 முதல் மாதிரியைச் சேகரிப்பதற்காக ஆயத்தம் செய்யுங்கள்

சிறுநீர் கழித்துவிட்டு 'டாய்லெட்'டை தண்ணீரைப் பாய்ச்சி சுத்தம் செய்யுங்கள்.

'பேப்பர் டாய்லெட் லைனர்'-ஐ டாய்லெட்டிற்குள் போட்டுவிடுங்கள், அது நனைந்தாலும் பரவாயில்லை, அதைத் தண்ணீர்ப் பாய்ச்சி அகற்றிவிடலாம்.

3 முதல் மாதிரியைச் சேகரியுங்கள்

காகிதத்தின் மீது மலம் கழியுங்கள்.

குழாயைத் திறந்து குச்சியின் முனையை மலத்தின் மீது உரசுங்கள்.

சிறிது மாதிரியை எடுங்கள். ஒரு அரிசியின் அளவை விட சிறிதாக இருந்தால் போதும்.

4 முதல் மாதிரியை இருப்பில் வையுங்கள்

சேகரிப்புக் குழாய்க்குள் குச்சியை மீண்டும் வைத்துக் குழாயை மூடுங்கள். குழாயை மேலும் கீழும் ஆட்டுங்கள்.

முதல் சேகரிப்புக் குழாயை குளிர்சாதனப் பெட்டிக்குள் வையுங்கள். அதை உறையவைக்காதீர்கள்.

5 அடுத்த முறை நீங்கள் மலம் கழிக்கும்போது இன்னொரு குச்சியைப் பயன்படுத்தி இரண்டாவது மாதிரியைச் சேகரியுங்கள்

இரண்டாவது மாதிரியை எடுப்பதற்கு 1 முதல் 4 வரை உள்ள படிநிலைகளைப் பின்பற்றுங்கள். உங்களால் இயன்ற வரை விரைவாக இந்த இரண்டாவது மாதிரியைஎடுப்பது நல்லது.

6 பங்குபற்றுனர் படிவத்தைப் பூர்த்தி செய்யுங்கள், அல்லது அதைப் பூர்த்தி செய்வதற்கான உதவியை நாடுங்கள்

பங்குபற்றுனர் விபரப் படிவத்தையும் சேகரிப்புக் குழாய்களையும் ('ஸிப்' (zip) போட்டு மூடப்படும் பூட்டுப் பைக்குள் வைத்து) தபால் கட்டணம் செலுத்தப்பட்ட உறைக்குள் வையுங்கள். இந்த உறையை அஞ்சல் மூலம் அனுப்புங்கள்.

சில வாரங்களுக்குள்ளாக சோதனை முடிவுகளை நீங்கள் பெறுவீர்கள்.

இரத்தம் காணப்படும் நிலை

மேலதிக சோதனைகளுக்காக உங்களுடைய மருத்துவரைப் பாருங்கள்
இதன் அர்த்தம் உங்களுக்குப் புற்று நோய் இருக்கிறது என்பதல்ல.

இரத்தம் காணப்படவில்லை

இரண்டு வருடங்கள் கழித்து வீட்டில் செய்துகொள்ளும் சோதனைக்கான பொதி மீண்டும் உங்களுக்கு அனுப்பப்படும்.