

## هدایات برای جمع آوری بلغم برای مرض سل یا تی بی

### چرا تست بلغم ضروری است؟

داکتر شما می خواهد مقداری از خلط ("بلغم") را که سرفه می کنید جمع آوری کند. لابراتوار بلغم را برای میکروب سل (TB) آزمایش می کند. تست بلغم بهترین راه برای اطلاع از ابتلا به مرض سل است. اگر در حال حاضر دمای سل میخورید، بررسی بلغم بهترین راه برای تشخیص کارایی دوا است. برای اطمینان از صحت آزمایش، باید بلغم را از عمق شش های خود سرفه کنید. بلغم شش های شما معمولاً ضخیم و چسبناک است. بزاق از دهان شما بیرون می آید و آبکی و نازک است. بزاق جمع نکنید.

**نکته مفید: اگر نمی توانید بلغم سرفه کنید، سعی کنید بخار را از شاور آب گرم یا یک ظرف آب جوش تنفس کنید.**

### چگونه باید بلغم را جمع آوری کرد

داکتر یا نرس شما یک گیلای پلاستیکی مخصوص برای جمع آوری بلغم به شما می دهد. این مراحل را با دقت دنبال کنید:

1. گیلای بسیار پاک است. تا زمانی که آماده استفاده از آن نشده اید آن را باز نکنید.
2. به محض بیدار شدن از خواب (قبل از خوردن یا نوشیدن هر چیزی) دندان های خود را برس زده و دهان خود را با آب بشویید. از دهانشویه استفاده نکنید.
3. در صورت امکان، قبل از جمع آوری نمونه بلغم بیرون بروید یا پنجره ای را باز کنید. این به محافظت از افراد دیگر در برابر میکروب سل هنگام سرفه کمک می کند.
4. یک نفس بسیار عمیق بکشید و هوا را برای 5 ثانیه نگه دارید. به آرامی نفس خود را بیرون بکشید. یک نفس عمیق دیگر بکشید و به سختی سرفه کنید تا مقداری بلغم وارد دهان شما شود.
5. بلغم را داخل گیلای پلاستیکی بریزید.
6. این کار را ادامه دهید تا بلغم به 5 میلی لیتر (یا بیشتر) روی گیلای پلاستیکی برسد. این حدود 1 قاشق چایخوری بلغم است.
7. سرپوش را روی گیلای محکم بسته کنید.
8. تاریخ جمع آوری بلغم را روی گیلای بنویسید.
9. گیلای را داخل کارتن یا خریطه ای قرار دهید که نرس به شما داده است.
10. گیلای را به کلینیک یا نرس خود بدهید. در صورت لزوم می توانید گیلای را یک شب در یخچال نگهداری کنید. آن را در فریزر و در حرارت اتاق قرار ندهید.

Minnesota Department of Health  
Tuberculosis Prevention and Control Program  
651-201-5414

[www.health.state.mn.us/tb](http://www.health.state.mn.us/tb)

09/22/21 (Dari) برای به دست آوردن این اطلاعات در قالب متفاوت، با شماره 651-201-5414 تماس بگیرید.