NHS
Royal Berkshire
NHS Foundation Trust

तपाईंको होम युरिनालाईसिस किट (घरमा पिसाब जाँच गर्ने प्याक) कसरी प्रयोग गर्नु

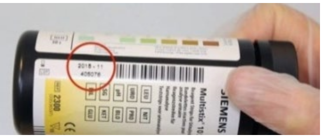
तपाईंको प्रत्यारोपण पश्चात् तपाईंको नयाँ मृगौलाले राम्ररी काम गर्दैछ भन्ने सुनिश्चित गर्न तपाईंले सिफारिस गरिएको तालिका अनुसार पिसाब जाँच (युरिनालाईसिस) गर्न अत्यन्त जरुरी छ।

प्रत्यारोपण गराएका बिरामीहरूका लागि, युरिनालाईसिसद्वारा पिसाबमा लिउकोसाइट [LEU], नाइट्राइट [NIT], प्रोटिन [PRO] तथा रगत [BLO] को जाँच गरिन्छ। सामान्यतया यो अस्पतालमा गरिन्छ तर कोरोनाभाइरस (COVID-19) महामारीको कारण हामी मृगौला प्रत्यारोपण गराएका बिरामीहरूलाई घरमा नै यो साधारण किटको प्रयोग गरि आफ्नो पिसाबको जाँच गर्ने सुझाव गर्छौं।

कृपया तपाईंको क्लिनिक एपोइन्टमेन्ट <u>पूर्व न्यूनतम 48 घण्टा पहिला</u> यदि सक्नुहुन्छ भने – इमेलद्वारा वा सक्नु भएन भने टेलिफोनद्वारा **हामीलाई परिणाम जनाइ दिनुहोस्।**

युरिनालाईसिस किट प्रयोग गर्ने मार्ग-निर्देशिका:

<table>
<tr>
<td>प्याकमा के के छन्?
 </td>
<td>
रङ्ग मार्गदर्शक लेबल सहित प्लास्टिकको बोतल।
रियाजेन्ट स्ट्रिप (डिपस्टिक) हरू।
उत्पादकको निर्देशनहरू।
एब्जर्वेन्ट स्यासे (भण्डारणको बेला स्ट्रिपलाई सुक्खा राख्न)।
दुईवटा स्पेसिमेन डब्बाहरू – एउटा जाँचका लागि र दोस्रो प्रत्यारोपण टोलीले अनुरोध गरेको बेलाका लागि सफा नमुना।
</td>
</tr>
<tr>
<td>तयारीमा

</td>
<td>
सुरु गर्नु भन्दा पहिला तपाईंको सबै उपकरण – तपाईंको प्याकमा भएको सामानहरू, एउटा सफा, सुक्खा स्पेसिमेन डब्बा तथा टिस्यू / किचन रोललाई एक ठाउँ जम्मा पार्नुहोस्।
तपाईंको पिसाब जाँच गर्नु भन्दा पहिला र पछि सदा आफ्नो हात साबुन तथा पानीले धुनुहोस्।
किटको मिति समाप्त नभएको सुनिश्चित गर्न बोतलको छेउमा म्याद समाप्ति मिति जाँच गर्नुहोस्। (मिति पार भएको छ भने प्रत्यारोपण टोलीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्!)
</td>
</tr>
</table>

मैले यो जाँच कति पटक गर्नुपर्छ?	• **प्रत्यारोपण टोलीसँगको प्रत्येक एपोइन्टमेन्ट पहिला।** • तपाईंको एपोइन्टमेन्ट मिति पूर्व हामी तपाईंलाई 10 दिनमा, तथा पुनः 4 दिनमा एउटा टेक्स्ट रिमाइन्डर पठाउने छौं। तपाईंले यो एपोइन्टमेन्ट मितिका लागि समयमा नै आफ्नो परिणामहरू इमेल गरेर पठाउनु पर्नेछ।
तपाईंको पिसाब लिनुहोस् 	• सफा स्पेसिमेन डब्बामा केही पिसाब जम्मा गर्नुहोस्।
स्ट्रिप चोब्ने 	• एउटा स्ट्रिप उठाउनुहोस्, रङ्गीन वर्गहरूमा नछुनुहोस् (सुक्खा राख्नलाई अन्य स्ट्रिपहरूलाई बोतलमा हाल्नुहोस्)। • स्ट्रिपलाई पिसाबको नमुनामा चोब्नुहोस्, सम्पूर्ण रङ्गीन वर्गहरू पूरा डुबेको हुनुपर्छ। केही सेकेन्डसम्म त्यतिकै राख्नुहोस्।
स्ट्रिप निकाल्नुहोस् 	• स्ट्रिपलाई पिसाबबाट हटाउनुहोस् र स्ट्रिपलाई तेर्सो समाएर कुनैपनि बढी भएको पिसाबलाई टकटकाउनुहोस्। • स्ट्रिपलाई एउटा टिस्यू /किचन रोलमा सुताएर राख्नुहोस्।

तपाईंको स्ट्रिपलाई बोतलको लेबलको युरिनालाईसिस मार्गदर्शकसँग रङ्ग मिलाएर हेर्नुहोस्।	• तपाईंले जाँच गर्ने कुराहरू:
	  ○ *लिउकोसाइट*
	  ○ *नाइट्राइट*
	  ○ *प्रोटिन*
	  ○ *रगत*
	• बोतलको लेबलमा दिइएको मार्गदर्शक अनुसार स्ट्रिपलाई जाँच गर्नु भन्दा पहिला **2 मिनट** पर्खिनुहोस्।

	• त्यसपछि तपाईंले लेभलहरू सामान्य, यो भन्दा माथि वा तल छ भनेर हेर्न सक्नुहुन्छ।

यदि परिणामहरू सबै सामान्य भए	• तपाईंको एपोइन्टमेन्ट भन्दा न्यूनतम 48 घण्टा पहिला प्रत्यारोपण टोलीलाई **rbft.renaltransplant@nhs.net** मा इमेल (अधीमान्य) गरेर जानकारी दिनुहोस्।
	• टोलीलाई जाँचको परिणाम थाहा हुनु पर्छ, सामान्य नै भएपनि।
	• यदि तपाईंले सक्नुभए मार्गदर्शक अनुसार रङ्ग मिलाएर आफ्नो परिणामहरूको जानकारी दिनुहोस्, *उदाहरणको लागि:*
	  ○ लिउकोसाइट [LEU] = *125++*
	  ○ नाइट्रेट [NIT] = *NEG वा पोजिटिभ*
	  ○ प्रोटिन [PRO] = *0.3 30+*
	  ○ रगत [BLO] = 80++
	• यदि तपाईंसँग इमेल गर्ने सुविधा छैन भने तपाईंले आफ्नो परिणामहरू **0118 322 8332 वा 0118 322 8193 (आन्सरफोन मात्र)** सोम-शुक्र बिहान 8.30 बजे – बेलुका 4.30 बजे) मा फोन गरेर बताउन सक्नुहुन्छ।

यदि केही वा कुनैपनि परिणामहरू अनियमित देखिएमा वा तपाईंको कुनै समस्याहरू भए	• प्रत्यारोपण टोलीलाई 0118 322 8332 मा सम्पर्क गर्नुहोस्। ढिलो नगर्नुहोस् किनभने तपाईंलाई सङ्क्रमण भएको पनि हुन सक्छ। प्रत्यारोपण टोलीले त्यसपछि के गर्नु भनेर बताउने छन्। • कार्यालय समय बाहेक / सप्ताहन्तहरूमा कृपया भिक्टोरिया वार्डलाई 0118 322 7462 मा सम्पर्क गर्नुहोस् र मृगौला रोग चिकित्सकबाट मार्गदर्शनका लागि भन्नुहोस्।
जाँचको अन्तमा	• प्रयोग गरिएको स्ट्रिप तथा फोहर टिस्यू / किचन तौलियालाई फ्याँक्नुहोस् र आफ्नो हात राम्ररी धुनुहोस्। • अर्को पटकको जाँच नगरुन्जेल आफ्नो प्याकलाई एउटा चिसो, सुक्खा ठाउँमा राख्नुहोस्।