# நடு-ஓட்ட சிறுநீர் (MSU) மாதிரியை சேகரிப்பது எப்படி?

**ஆண் சிறுநீரக அமைப்பைக் கொண்ட பெரிய குழந்தைகள், இளம் நபர்கள் மற்றும் பெரியவர்களுக்கானது**

## பொதுவான குறிப்புகள்

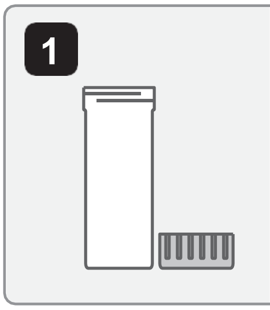
**ஒரு** சிறுநீர் (மூத்திரம்) மாதிரியைச் சேகரிப்பதற்கு முன்னரும் சேகரித்தப் பின்னரும் எப்போதும் சோப்பு மற்றும் தண்ணீரைக் கொண்டு உங்கள் கைகளைக் கழுவவும்.

மாதிரியைச் சேகரிக்க நீங்கள் தயாராகும் வரை, **கிருமி நீக்கம் செய்யப்பட்ட கொள்கலனைத் திறக்க வேண்டாம்.**

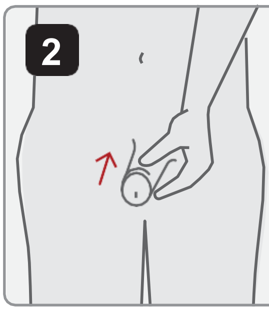
**கொள்கலனின் உட்புறத்தைத் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்,** மேலும் அதன் எந்தப் பகுதியையும் உங்கள் பிறப்புறுப்புகள் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்.

**உங்கள்** சுகாதார பராமரிப்பு நிபுணர் உங்களிடம் அவ்வாறு கூறியிருந்தால், மாதிரியைச் சேகரிப்பதற்கு முன்னதாக கொள்கலனில் அடையாளத்திற்காக பெயரை எழுதவும்.

## நடு-ஓட்ட சிறுநீர் (MSU) மாதிரியை சேகரிப்பதற்கு,

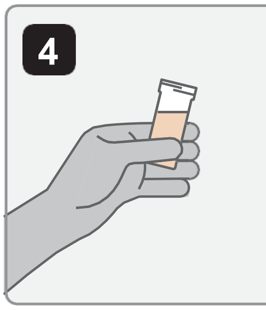


**1** கொள்கலனின் மூடியை அகற்றி, அதன் உட்புறம் மேல்நோக்கி இருக்குமாறு ஒரு சுத்தமான பரப்பில் வைக்கவும்.

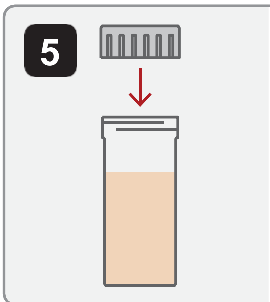


**2** உங்களுக்கு முன்தோல் (foreskin) இருந்தால், அதை மெதுவாகப் பின்னோக்கி இழுக்கவும்.

**3** கழிவறைக்குள் சிறுநீர் கழிக்கத் தொடங்குங்கள் (சிறுநீரின் முதல் பகுதியைச் சேகரிக்க வேண்டாம்). சிறுநீர் கழிப்பதை நிறுத்தாமல், கொள்கலனை சிறுநீர் ஓட்ட பாதையின் உள்ளாக நகர்த்தி, சிறிதளவு நடுப்பகுதி சிறுநீரைச் சேகரிக்கவும்.



**4** கொள்கலன் நிரம்பி வழியாதவாறு, முடிந்தவரை அதிக அளவு சிறுநீரை அதில் நிரப்பவும்;
அல்லது அதில் குறிக்கப்பட்ட கோடு ஏதேனும் இருந்தால், அந்தக் கோடு வரை நிரப்பவும்.
கழிவறைக்குள் சிறுநீர் கழித்து முடிக்கவும்.



**5** கொள்கலனின் மூடியை மீண்டும் பொருத்தி, அதை நன்றாக இறுக்கி மூடவும்.
கொள்கலனின் வெளிப்புறம் ஈரமாக இருந்தால், அதைக் கழுவி உலர்த்தவும்.

**6** சிறுநீர் மாதிரியை, நீங்கள் நிரப்பும்படி கேட்கப்பட்ட ஏதேனும் படிவங்கள் அல்லது லேபிள்களுடன் சேர்த்து, கூடிய விரைவில் உங்கள் சுகாதார பராமரிப்பு வழங்குநரிடம் கொண்டு செல்லுங்கள். பக்கம் 2 இல் உள்ள உதவிக்குறிப்புகளைப் பின்பற்றவும்.

# சுருக்கத் தகவல்

**நடு-ஓட்ட (midstream) சிறுநீர் மாதிரி என்றால் என்ன?** நடு-ஓட்ட சிறுநீர் மாதிரி என்பது சிறுநீர் கழிக்கும் செயல்முறையின் போது இடையில் சேகரிக்கப்படும் சிறுநீர் ஆகும்.

**நான் ஏன் சிறுநீரை நடு-ஓட்டத்தில் சேகரிக்க வேண்டும்?**

சிறுநீர் ஓட்டத்தின் தொடக்கத்தில் வெளிவரும் மூத்திரமானது, தோலில் உள்ள கிருமிகளை எடுத்துச் செல்லக்கூடும், இது பரிசோதனையின் முடிவுகளைப் பாதிக்கலாம். சிறுநீர் ஓட்டத்தின் நடுவே மாதிரியைச் சேகரிப்பது இதைத் தவிர்க்க உதவுவதோடு, மேலும் துல்லியமான முடிவுகளையும் அளிக்கிறது.

**மாதிரியைச் சேகரிப்பதற்கு முன்னர் எனது பிறப்புறுப்புப் பகுதியைக் கழுவ வேண்டுமா?**

உங்கள் சுகாதார நிபுணர் வேறுவிதமாகக் கூறினால் தவிர, நீங்கள் சிறப்புத் துடைப்பான்களையோ அல்லது சுத்தப்படுத்தும் பொருட்களையோ பயன்படுத்தத் தேவையில்லை. அந்த இடம் சுத்தமாகவும் உலர்ந்ததாகவும்

இருப்பதை மட்டும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

**நான் வீட்டில் உள்ள ஒரு ஜாடி அல்லது கொள்கலனைப் பயன்படுத்தலாமா?**

மாதிரியைச் சேகரிப்பதற்கு, உங்கள் சுகாதார நிபுணர் உங்களுக்கு வழங்கிய கொள்கலனையே நீங்கள் பயன்படுத்த வேண்டும்.

**மாதிரியை நான் எப்போது சேகரிக்கிறேன் என்பது முக்கியமா?**

மிகவும் தரமான மாதிரியைப் பெறுவதற்கு, உங்கள் சந்திப்பு நேரத்திற்கு முடிந்தவரை நெருக்கமாக மாதிரியைச் சேகரிக்க முயற்சிக்கவும். உங்களால் முடிந்தால், நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பிகளை (antibiotics) நீங்கள் எடுத்துக்கொள்வதற்கு முன்பாகவே மாதிரியை எடுக்க முயற்சிக்கவும்.

**இந்த செயல்முறை மாறக்கூடிய சூழ்நிலைகள் உள்ளனவா?**

சில நேரங்களில், சிறுநீர் மாதிரியைச் சேகரிப்பதற்கு உங்கள் சுகாதார வழங்குநர் வேறு ஒரு முறையைப் பரிந்துரைக்கலாம். அப்படியானால், அவர்கள் உங்களுக்கு வழங்கும் வழிகாட்டுதலைப் பின்பற்றவும்.

## சிறுநீர் மாதிரியைத் திரும்ப ஒப்படைப்பதற்கான உதவிக்குறிப்புகள்

**மாதிரியை விரைவாகத் திரும்ப ஒப்படைக்கவும்**
இதை கூடிய விரைவில் உங்கள் மருத்துவரிடம் எடுத்துச் செல்லுங்கள் – முடிந்தால்

இரண்டு மணி நேரத்திற்குள்.

**மாதிரியை ஒப்படைப்பதற்கான நேரங்களைச் சரிபார்க்கவும்**
மாதிரியை ஒப்படைப்பதற்கான கடைசி நேரம் எது என்று கேட்டுத் தெரிந்துகொள்ளவும், இதனால் உங்கள் மாதிரியானது அதே நாளில் ஆய்வகத்தைச் சென்றடைய முடியும்.

**அதைக் குளிர்ந்த நிலையில் வைத்திருக்கவும்**
மாதிரியை உங்களால் உடனடியாகக் கொண்டு செல்ல முடியாவிட்டால், அதை ஒரு பிளாஸ்டிக் பையில் போட்டு, நீங்கள் கொண்டு செல்லும் வரை குளிர்சாதனப் பெட்டியில் அதை சேமித்து வைக்கவும்.

**சிறப்பு கிருமி நீக்கம் செய்யப்பட்ட கொள்கலன்களைப் பயன்படுத்துதல்**
சில கொள்கலன்கள் பதப்படுத்தும் ஒரு பொடியையும், நிரப்ப வேண்டிய அளவைக் குறிக்கும் ஒரு கோட்டையும் கொண்டுள்ளன. குறிக்கப்பட்ட கோடு வரை நிரப்ப முயற்சிக்கவும், ஆனால் உங்களால் அது முடியாவிட்டால், உங்களால் முடிந்த அளவு சிறுநீரைச் சேகரித்தால் போதுமானது.

**மேலும் தகவலுக்கு**
இங்கே ஸ்கேன் செய்யவும்

© க்ரவுன் பதிப்புரிமை 2026. பதிப்பு 1. வெளியிடப்பட்டது: ஜூலை 2026. மறுஆய்வு தேதி: ஜூலை 2029. இந்த ஆவணம் சுகாதார பராமரிப்பு நிபுணர்கள்,
நோயாளிகள் மற்றும் தொழில்முறை மருத்துவ அமைப்புகளுடன் இணைந்து உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. TARGET ஆனது, ஐக்கிய இராச்சியத்தின் சுகாதாரப் பாதுகாப்பு முகமையால் நிர்வகிக்கப்படுகிறது.