क्लिन क्याच युरिन (पिसाबको सफा नमुना) कसरी संकलन गर्ने

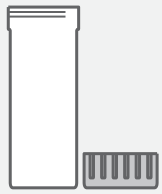
शिशु तथा साना बालबालिकाका लागि

क्लिन क्याच विधि

1

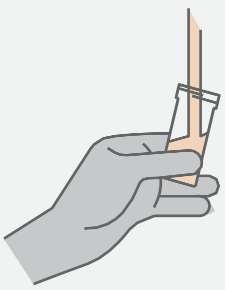
नमुना संकलन गर्नु अघि र पछि सधैं आफ्नो हात साबुनपानीले राम्रोसँग धुनुहोस्।

2



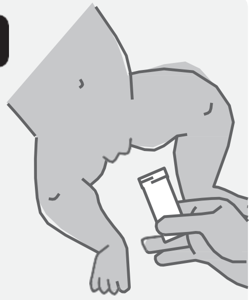
भाँडोको बिर्को खोल्नुहोस् र यसलाई भित्री भाग माथितर्फ फर्काएर सफा ठाउँमा राख्नुहोस्।

3



शौचालय प्रयोग गर्न सिकिसकेका बालबालिकाहरूका लागि,
बच्चाले पिसाब फेर्दै गर्दा भाँडोमा केही पिसाब संकलन गर्न मिल्ने गरी आफूलाई तयारी अवस्थामा राख्नुहोस्। सुरुका केही थोपा पिसाब सङ्कलन नगर्नुहोस् र पिसाबको बीचको धार (मिड-स्ट्रिम) को नमुना संकलन गर्नुहोस्। भाँडो बाहिर नपोखिने (ओभरफ्लो नहुने) गरी सकेसम्म धेरै पिसाब भर्नुहोस्, वा यदि भाँडोमा चिन्ह (मार्क्ड लाइन) लगाइएको छ भने त्यो चिन्हसम्म भर्नुहोस्।

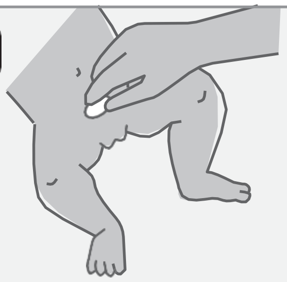
4



धेरैजसो शिशु र बाचाहरूले दूध वा तरल पदार्थ पिए लगत्तै पिसाब फेर्ने गर्छन्।
तपाईंले न्यापी नलगाएको समय (न्यापी-फ्री टाइम) मा र
बच्चालाई दूध खुवाएको एक घण्टा भित्रमा नमुना संकलन गर्ने प्रयास गर्न सक्नुहुन्छ।

- भाँडो तयारी अवस्थामा राख्नुहोस् र बच्चाको न्यापी (डायपर) खोल्नुहोस्। उनीहरूको गुप्ताङ्ग सफा र सुख्खा गर्नुहोस्।
- बच्चालाई धुन मिल्ने कपडा वा प्याडमा सुताउनुहोस् र उनीहरूलाई नजिकबाट ध्यानपूर्वक हेर्नुहोस्।
- जब उनीहरूले पिसाब फेर्न सुरु गर्छन्, भाँडोलाई उनीहरूको छालामा नछुने गरी समाल्नुहोस् र केही पिसाब संकलन गर्नुहोस्।

5



चिसो, हल्का भिजेको गज वा कपासले सुप्राप्युबिक क्षेत्र (पेटको सबैभन्दा तल्लो र बीचको भाग) मा बिस्तारै माड्दा वा मुसार्दा बच्चालाई पिसाब फेर्न सजिलो हुन सक्छ।

6

तपाईंले नमुना संकलन गरिसकेपछि,
भाँडोमा तुरुन्तै बिर्को लगाउनुहोस् र यसलाई राम्रोसँग कस्नुहोस्।

7

पिसाब संकलन गर्न प्याड, कपास, गज वा अन्य कुनै पनि सामग्री प्रयोग नगर्नुहोस्, किनकि यसले परीक्षणको नतिजालाई असर गर्न सक्छ।

सामान्य सुझावहरू

- नमुना संकलन गर्नु अघि **बच्चाको गुप्ताङ्ग सफा र सुख्खा गर्नुहोस्।**
- पिसाबको नमुना संकलन गर्नु अघि र पछि साबुनपानीले **सधैं आफ्नो हात राम्रोसँग धुनुहोस्।**
- नमुना संकलन गर्न तपाई पूर्ण रूपमा तयार नभएसम्म **कीटाणुरहित भाँडो (स्टेराइल कन्टेनर) नखोल्नुहोस्।**
- **कन्टेनरको भित्री भाग नछुनुहोस्,** र बच्चाको जननेन्द्रिय (गुप्ताङ्ग) ले कन्टेनरको कुनै पनि भागसँग नछुने गरी सावधानी अपनाउनुहोस्।
- यदि तपाईंको स्वास्थ्यकर्मीले भन्नुभएको छ भने, **नमुना सङ्कलन गर्नु अघि कन्टेनरमा आफ्नो आवश्यक विवरण (लेबल) टाँस्नुहोस् वा लेख्नुहोस्।**

संक्षिप्त जानकारी

पिसाबको सफा नमुना (क्लिन-क्याच युरिन स्याम्पल) भनेको के हो?

छाला, गुप्ताङ्ग वा कुनै पनि सतहमा नछोइकन सिधै भाँडोमा संकलन गरिएको पिसाब नै पिसाबको सफा नमुना (क्लिन-क्याच युरिन स्याम्पल) हो।

मैले क्लिन क्याच युरिन (पिसाबको सफा नमुना) किन सङ्कलन गर्नुपर्छ?

यस विधिले शरीर बाहिरका कीटाणुहरू (जर्म्स) पिसाबमा मिसिनबाट रोक्न मद्दत गर्छ, जसले परीक्षणको नतिजा अझ सही बनाउन सहयोग गर्छ।

के म घरकै कुनै सिसी वा भाँडो प्रयोग गर्न सक्छु?

नमुना संकलन गर्नका लागि तपाईंले आफ्नो स्वास्थ्यकर्मीले दिनुभएको भाँडो नै प्रयोग गर्नुपर्छ।

पिसाबको नमुना कहिले सङ्कलन गरिन्छ भन्ने कुराले केहि फरक पर्छ?

नमुनाको गुणस्तर उत्तम होस् भन्नका लागि आफ्नो एपोइन्टमेन्ट (अस्पताल जाने समय) को ठीक अगाडि नमुना संकलन गर्ने प्रयास गर्नुहोस्। यदि सम्भव छ भने, बच्चाले
एन्टिबायोटिक्स औषधि खानु अघि पिसाबको नमुना लिने प्रयास गर्नुहोस्।

पिसाबको नमुना बुझाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

नमुना सकेसम्म छिटो बुझाउनुहोस्:
यसलाई जति सक्दो चाँडो आफ्नो स्वास्थ्यकर्मीकहाँ लैजानुहोस् – सम्भव भएमा दुई घण्टा भित्र।

यसलाई चिसो ठाउँमा राख्नुहोस्।
यदि नमुना तुरुन्तै बुझाउन सक्नुहुन्न भने, यसलाई एउटा प्लास्टिकको झोलामा राख्नुहोस् र अस्पताल लैजान नसक्दासम्म फ्रिजमा भण्डारण गर्नुहोस्।

नमुना बुझाउने समय जाँच गर्नुहोस्।
नमुना बुझाउने अन्तिम समय (ड्रप-अफ टाइम) कहिले हो भनेर सोध्नुहोस्, ता कि नमुना सोही दिन प्रयोगशाला (ल्याब) मा पुग्न सकोस्।

विशेष कीटाणुरहित भाँडो (स्टेराइल कन्टेनर) को प्रयोग
केही भाँडोहरूमा नमुना सुरक्षित राख्न प्रिजर्भेटिभ पाउडर र पिसाब भर्नुपर्ने मात्रा देखाउने चिन्ह (फिल लाइन) हुन्छ। चिन्ह लगाइएको ठाउँसम्म भर्ने प्रयास गर्नुहोस्, तर यदि तपाईंले सक्नुभएन भने, जति पिसाब संकलन गर्न सक्नुहुन्छ त्यति नै राख्नुहोस्।

थप जानकारीका लागि **यहाँ स्क्यान गर्नुहोस्।**

© क्राउन प्रतिलिपि अधिकार 2026 संस्करण 1, प्रकाशित मिति: जुलाई 2026 पुनरावलोकन मिति: जुलाई 2029: यो डकुमेन्ट स्वास्थ्यकर्मीहरू,
बिरामीहरू र व्यावसायिक चिकित्सा निकायहरूको सहकार्यमा तयार पारिएको हो। TARGET कार्यक्रम यूके हेल्थ सेक्युरिटी एजेन्सी (UK Health Security Agency) द्वारा सञ्चालन गरिन्छ।