SAN MATEO COUNTY PUBLIC HEALTH
TB Control Program • 225 37th Avenue, San Mateo CA 94403

MGA TAGUBILIN SA PAGKOLEKTA NG PLEMA

Hiniling ng doktor na magsumite ka ng mga specimen ng plema. Tutulungan ka ng mga sumusunod na tagubilin sa pagkolekta sa mga specimen na ito sa tamang paraan. Mahalaga na makolekta ang mga specimen sa tatlong magkakasunod na araw, halimbawa, Lunes, Martes, at Miyerkoles.

1. Kolektahin ang specimen bago mag-agahan. Ang pinakamabuting oras ay pagkagising mo.

2. Suminga muna, upang linisin ang mga uhog sa loob ng ilong.

3. Magmumog ng tubig upang mabanlawan ang bibig. Huwag magsipilyo o uminom ng anumang mga likido.

4. Kolektahin ang specimen sa pamamagitan ng malalim na pag-ubo upang ilabas ang plema at idura ito sa plastik na lalagyan na ibinigay sa iyo. Pakisulat ang petsa at oras ng koleksyon at isarang mabuti ang takip ng lalagyan.

5. Pagkatapos mong kolektahin ang specimen, pakilagay ito sa refrigerator, *huwag sa freezer.*

6. Ulitin ang parehong proseso sa susunod na dalawang magkasunod na araw. Huwag kalilimutang ipasok ang lalagyan sa refrigerator.

7. Kinaumagahan ng huling pagkolekta ng specimen, ibigay kaagad ang lahat ng mga lalagyan sa iyong health care worker o manggagawa sa pangangalagang pangkalusugan maliban kung mayroong ibang napagkasunduan.

8. Para sa karagdagang impormasyon, tumawag sana sa (650) 573-2346.