

## كَيْفِيَّةَ جَمْعِ عَيِّنَةِ الْبَلْغَمِ

## How to collect a sputum sample

الْبَلْغَمُ هُوَ الْمَخَاطُ (أَوْ النُّخَامَةُ) الَّذِي تَخْرُجُ مِنْ رَنَّتِيكَ عَنْ طَرِيقِ السَّعَالِ. وَلَيْسَ اللَّعَابُ (الْبُصَاقُ) الَّذِي يَخْرُجُ مِنْ فَمِكَ أَوْ الْمَخَاطُ الَّذِي يَخْرُجُ مِنَ الْجِزْءِ الْخَلْفِيِّ مِنْ حَلْقِكَ.  
أَفْضَلُ وَقْتٍ لَجْمْعِ عَيِّنَةِ الْبَلْغَمِ يَكُونُ أَوَّلُ شَيْءٍ تَعْمَلُهُ فِي الصَّبَاحِ، عِنْدَ اسْتِيقَازِكَ بَعْدَ لَيْلَةٍ مِنَ النَّوْمِ.

## هَامٌّ

- قَبْلَ جَمْعِ الْعَيِّنَةِ، اقْرَأْ كُلَّ هَذِهِ التَّعْلِيمَاتِ.
  - اجْمَعْ الْعَيِّنَةَ قَبْلَ أَنْ تَفْرِّشَ أَسْنَانَكَ بِالْفَرْشَاءِ، أَوْ تُمَضِّمِضَ فَمَكَ بِمُطَهِّرِ الْفَمِ، أَوْ تُدَخِّنَ، أَوْ تَأْكُلَ أَيَّ شَيْءٍ.
- اتَّبِعْ كُلَّ خُطْوَةٍ مِنْ هَذِهِ الْخُطَوَاتِ لِلتَّأَكُّدِ مِنْ جَمْعِ الْعَيِّنَةِ بِشَكْلِ صَحِيحٍ.

## ما تحتاجه

- وعاء العيّنة الذي نقدمه لك  
(لا تفتحه حتى تكون على استعداد لاستخدامه)



## لجمْع عَيِّنَةِ

1. اكتب اسمك الكامل وتاريخ ميلادك على وعاء العيّنة.
2. اغسل يديك بالماء والصابون.
3. مضمض فمك بالماء.
4. تنفّس نفّسَيْن أو 3 أنفاس عميقة.
5. حاول ان تسعل بحيث تدفع المخاط من أعماق صدرك.
6. عندما تسعل و يخرج بعض المخاط،  
أ. افتح وعاء العيّنة.  
ب. ابصق المخاط في الوعاء بعناية. احرص على عدم وقوع أي  
مخاط على السطح الخارجي لوعاء الجمع
7. اغلق الغطاء.
8. كرر الخطوات من 4 إلى 7 كل 10 إلى 15 دقيقة على مدى الساعة  
التالية.
9. تأكد أن الغطاء مغلق بإحكام.
10. اكتب الوقت الذي بدأت فيه بجمع العيّنات على وعاء العيّنة.
11. أعد وعاء العيّنة إلى المختبر في أقرب وقت ممكن.