

मूत्र नमुना - पुरुष (क्लीन क्याच)

Urine Sample – Male (Clean Catch)

This test is done to check for bladder or urinary tract infections. The best time to get a urine sample is when the urine has been in your bladder for at least two to three hours. We suggest that you get the sample when you first wake up in the morning.

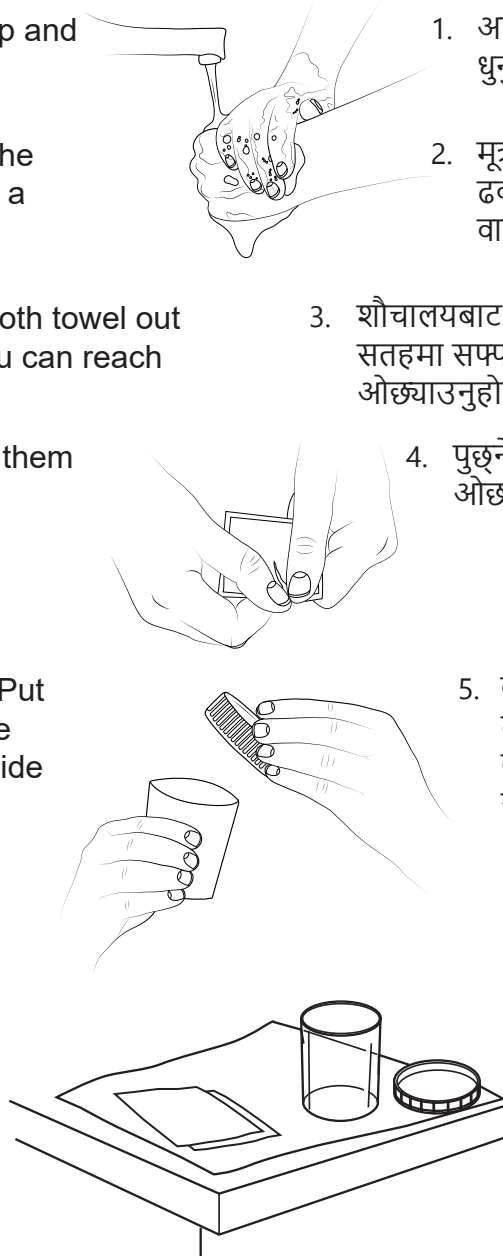
यो जाँच मूत्राशय वा मूत्र नलीमा संक्रमण जाँच गरिन्छ। तपाईंको मूत्राशयमा कम्तीमा दुईदेखि तीन घण्टा मूत्र रहेको अवस्थामा मूत्रको नमुना लिने सर्वोत्तम समय हुन्छ। तपाईं विहान उठ्ने बित्तिकै मूत्रको नमुना लिने सुझाव हामी दिन्छौं।

Follow These Steps

1. Wash your hands with soap and water. Dry your hands well.
2. Get the urine sample kit. The kit has a cup with a lid and a packet of wipes.
3. Spread a clean paper or cloth towel out on a counter or surface you can reach from the toilet.
4. Open the wipes and place them on the towel.
5. Take the lid off of the cup. Put the lid flat side down on the towel. Do not touch the inside of the cup or lid.

यी पाइलोहरूको अनुगमन गर्नुहोस्

1. आफ्ना हात साबुन र पानीले धुनुहोस्।
2. मूत्र नमुना किट लिनुहोस्। किटमा एउटा ढक्कनयुक्त कप हुन्छ र त्यसलाई पुछ्ने वाइप हुन्छन्।
3. शौचालयबाट सजिलै पुग्न सकिने काउन्टर वा सतहमा सफ्फा कागज वा लुगाको तौलिया ओछ्याउनुहोस्।
4. पुछ्ने वाइप खोल्नुहोस् र तौलियामाथि ओछ्याउनुहोस्।
5. कपको ढक्कन खोल्नुहोस्। ढक्कनलाई तौलियामा उत्तानो पारेर राख्नुहोस्। कप वा ढक्कनको भित्रपट्टि नछुनुहोस्।



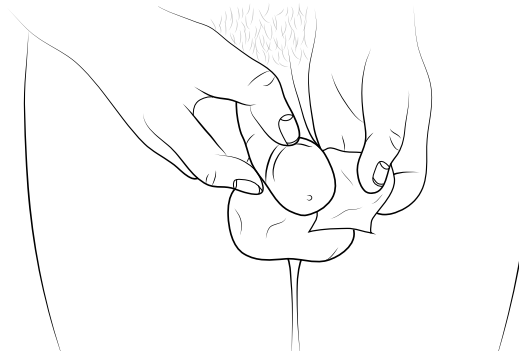
6. Wash your entire penis with **one wipe**.

7. Pull back on the fold of skin around the tip of your penis. Wash this area with the **second wipe**.

8. Throw away the wipes in the trash.

9. Start to urinate a small amount into the toilet.

10. Urinate the rest of the urine into the cup.



6. **एउटा वाइपले** आफ्नो लिङ्गलाई पूरा सफा गर्नुहोस्।

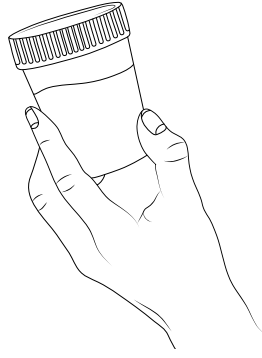
7. तपाईंको लिङ्गको टुप्पोको छालालाई पछिल्लि तरा तान्नुहोस्। **दोस्रो वाइपले** यसलाई पुछ्नुहोस्।

8. प्रयोग गरिएका वाइपलाई फोहोर प्याँक्ने ढ्वाङमा प्याँक्नुहोस्।

9. अलिकति पिसाब टायलेटमा फेरेर सुरु गर्नुहोस्।

10. बाँकी पिसाब कपमा फेरुनुहोस्।

11. Put the lid tightly on the cup. Be careful not to touch the inside of the cup or lid.



11. कपको ढक्कन राम्रोसँग बन्द गर्नुहोस्। कप वा ढक्कनको भित्री भाग नछुन सावधानी राख्नुहोस्।

12. Wash your hands with soap and water.

12. आफ्ना हात साबुन र पानीले धुनुहोस्।

13. If you are in the hospital, call the nurse to take the fresh specimen. Do not allow the sample to sit in the room.

13. यदि तपाईं अस्पतालमा हुनुहुन्छ भने, ताजा नमुना लिनका लागि नर्सलाई बोलाउनुहोस्। नमुनालाई कोठामा नराख्नुहोस्।

If you are at home, put the cup in a plastic bag and put the bag in the refrigerator to keep the sample fresh. Take the sample with you when you go to the laboratory or doctor's office, as directed.

यदि तपाईं घरमा हुनुहुन्छ भने, कपलाई प्लास्टिक ब्यागमा राख्नुहोस् र नमुना ताजा राख्न त्यो ब्यागलाई रेफ्रिजरेटरमा राख्नुहोस्। नमुनालाई निर्देशन अनुसार प्रयोगशाला वा डक्टरको कार्यालयमा जाँदा आफूसँगै लिएर जानुहोस्।

Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

परीक्षणका नतिजाहरू चिकित्सकलाई पठाइन्छ। तपाईंको चिकित्सकले तपाईंसँग नतिजाहरू साझा गर्नुहुनेछ।

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

तपाईंसित कुनै प्रश्नहरू वा चिन्ताहरू छन् भने, तपाईंको डक्टर वा नर्ससित यसबारे कुरा गर्नुहोस्।