

## تعليمات لجمع البلغم لمرض السل

### ما سبب ضرورة إجراء اختبار البلغم؟

يريد طبيبك جمع بعض من البلغم ("النخامة") الذي تسعله من رئتيك. سيفحص المختبر ما إذا كان البلغم يحوي جراثيم مرض السل. فحص البلغم الخاص بك هو أفضل طريقة لمعرفة ما إذا كنت مصابًا بمرض السل. إذا كنت تتناول بالفعل دواءً لمرض السل، فإن فحص البلغم الخاص بك هو أفضل طريقة لمعرفة ما إذا كان الدواء يعطي نتيجة. للتأكد من أن الاختبار دقيق، عليك أن تبصق البلغم من عمق رئتيك. عادة ما يكون البلغم من رئتيك سميكاً ولزجاً. اللعاب الذي مصدره فمك مائي ومخفف. لا تقم بجمع اللعاب.

**نصيحة:** إذا لم تتمكن من إخراج البلغم عبر السعال، فحاول تنفس البخار من دش ساخن أو وعاء من الماء المغلي.

### كيفية جمع عينة البلغم

سيعطيك الطبيب أو الممرضة كوبًا بلاستيكيًا خاصًا لتجميع البلغم. اتبع هذه الخطوات بعناية:

1. الكوب نظيف للغاية. لا تفتحه حتى تصبح جاهزاً لاستخدامه.
2. بمجرد استيقاظك في الصباح (قبل تناول أو شراب أي شيء)، نظّف أسنانك بالفرشاة واشطف فمك بالماء. لا تستخدم غسول الفم.
3. إذا أمكن، اذهب إلى الخارج أو افتح نافذة قبل تجميع عينة البلغم. ذلك يساعد على حماية الآخرين من جراثيم السل عندما تسعل.
4. خذ نفساً عميقاً للغاية واحبس الهواء لمدة 5 ثوانٍ. أزر ببطء. خذ نفساً عميقاً آخر واسعل بقوة حتى يظهر بعض البلغم في فمك.
5. أبصقه في الكوب البلاستيكي.
6. استمر في القيام بذلك حتى يصل البلغم إلى خط 5 مل (أو أكثر) على الكوب البلاستيكي. هذا يساوي حوالي ملعقة صغيرة من البلغم.
7. أحكم إغلاق الغطاء على الكوب بحيث لا يتسرب.
8. اكتب على الكوب التاريخ الذي جمعت فيه البلغم.
9. ضع الكوب في الصندوق أو الحقيبة التي أعطتك إياها الممرضة.
10. سلّم الكوب إلى عيادتك أو ممرضك. يمكنك تخزين الكوب في البراد طوال الليل إذا لزم الأمر. لا تضعه في الثلاجة أو تتركه في درجة حرارة الغرفة.

Minnesota Department of Health  
Tuberculosis Prevention and Control Program  
651-201-5414  
www.health.state.mn.us/tb

للحصول على هذه المعلومات بتنسيق مختلف، اتصل بـ: 651-201-5414 (Arabic) 09/22/21