

# Hướng dẫn



## Quan trọng!

- Làm theo các hướng dẫn sau đây một cách cẩn thận.
- Thu thập các mẫu phân (chất thải qua hậu môn) trong 3 ngày liên tiếp. Nếu quý vị không đi đại tiện hàng ngày, hãy hoàn thành xét nghiệm trong một tuần.
- Gửi qua đường bưu điện các mẫu trong vòng **7 ngày** kể từ ngày bắt đầu xét nghiệm.
- Liên lạc với chúng tôi để yêu cầu một xét nghiệm khác nếu quý vị cần phải bắt đầu lại.

### Không thu thập mẫu nếu quý vị:

- có thể thấy máu trong phân của quý vị – trong trường hợp này, hãy đến gặp bác sĩ hoặc y tá của quý vị.
- trong vòng 3 ngày trước hoặc sau kỳ kinh nguyệt của quý vị.
- mới thực hiện khám nội soi đại tràng hoặc dự định khám nội soi đại tràng trong một vài tháng tới.

## Chế độ ăn và Thuốc

ColonCheck **không** yêu cầu quý vị dừng ăn thịt đỏ hoặc dừng dùng thuốc của quý vị.

Tiếp tục ăn chế độ ăn bình thường của quý vị **ngoại trừ** Vitamin C vì hấp thụ số lượng lớn Vitamin C có thể làm ẩn máu trong phân.

Trong 3 ngày trước và trong thời gian quý vị làm xét nghiệm, tránh tiêu thụ lượng Vitamin C vượt quá 250 mg/ngày từ thực phẩm, đồ uống và/hoặc thuốc bổ.

Một số ví dụ về thực phẩm chứa lượng Vitamin C cao là tiêu, dâu tây, nước ép trái cây, cam, và bông cải xanh. Vitamin C có trong nhiều loại thực phẩm. Hãy gọi cho chúng tôi hoặc truy cập GetCheckedManitoba.ca để có danh sách đầy đủ hơn. Một số vitamin tổng hợp và thuốc viên chất sắt chứa Vitamin C vì vậy hãy đọc nhãn.

## A Chuẩn bị phiếu xét nghiệm



- Viết tên của quý vị và ngày trên phần 1 của phiếu.

## B Chuẩn bị bồn cầu

- Xả bồn cầu và để bồn cầu đầy nước lại. (Không sử dụng chất tẩy rửa bồn cầu trong khi quý vị đang làm xét nghiệm.)
- Nhắc bệ ngồi lên.
- Trải 1 tấm lót bồn cầu có thể xả, thả trôi trên bề mặt nước, và để tấm lót dính vào các cạnh của bồn cầu.
- Đặt bệ ngồi xuống và đi đại tiện. Phân của quý vị sẽ rơi lên trên lớp lót của bồn cầu. Đừng lo lắng nếu lượng nhỏ nước bồn cầu hoặc nước tiểu (nước giải) rơi lên trên lớp lót.



**Tùy chọn:** Sử dụng hộp đựng dùng một lần hoặc đĩa giấy sạch thay vì lớp lót bồn cầu được cung cấp.

## C Thu thập mẫu phân

- Mở nắp phía trước của phần 1 của phiếu.
- Sử dụng một trong các que để lấy mẫu nhỏ phân của quý vị.
- Phủ lên toàn bộ diện tích của ô A một lớp phân mỏng.



Xem mặt sau →

## C Thu thập các mẫu phân

4. Sử dụng cùng que, thu thập mẫu thứ hai từ phần phân **khác** của quý vị.

5. Phủ lên toàn bộ diện tích của ô B một lớp phân mỏng.



## D Hoàn thành



- Xả phân và lớp lót bồn cầu.
- Bỏ que vào trong thùng rác.
- Rửa tay.
- Đóng nắp trước của phần 1.
- Để phiếu của quý vị trong **Phong bì A** trong nhà vệ sinh cho đến lần đi đại tiện tiếp theo. Không dán phong bì.

## E Lặp lại

- Lặp lại tất cả các bước A-D trong 2 ngày tiếp theo.

## F Gửi lại mẫu phiếu xét nghiệm

1. Kiểm tra lại và **gửi qua đường bưu điện** mẫu xét nghiệm.

HÃY ĐÀM BẢO RẰNG QUÝ VỊ ĐÃ ĐIỀN:

- Mẫu Trả lời Màu vàng.
- tên của quý vị và ngày thu thập mẫu trên nắp của tất cả 3 phần của phiếu thu thập.

BÂY GIỜ QUÝ VỊ ĐÃ SẴN SÀNG ĐỂ:

- điền nhãn trên **Phong bì A**.
- bỏ phiếu đã điền vào **Phong bì A** và dán lại.
- bỏ **Phong bì A** và Mẫu Trả lời đã điền màu vàng trong phong bì đã trả trước cước phí màu nâu.
- gửi qua đường bưu điện phong bì màu nâu ngay hôm nay!

**KHÔNG MANG ĐẾN PHÒNG THÍ NGHIỆM ĐỊA PHƯƠNG HOẶC VĂN PHÒNG CỦA BÁC SĨ.**



Get Checked Manitoba.ca

1-855-95-CHECK (24325)

Các dịch vụ thông dịch được cung cấp.  
ColonCheck@cancercare.mb.ca

Veuillez nous contacter pour obtenir ces renseignements en français.

Để được trợ giúp hoặc để xem các hướng dẫn này bằng tiếng Pháp, tiếng Trung, tiếng Đức, tiếng Punjab, tiếng Tagalog hoặc.

