

MAELEKEZO YA KIPIMO CHA NYUMBANI CHA iHealth

February 9, 2022 10:57 AM SWAHILI

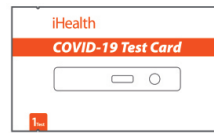
Mambo muhimu kufahamu kabla ya kuanza

- Soma maelekezo yote kwa makini kabla ya kuanza.
- Kuna maelekezo yanayokuja na kifurushi chako cha kupima. Tazama maelekezo hayo kwa maelezo zaidi.
- Ikiwa unahitaji usaidizi, mpigie simu Mhudumu wako wa Afya ya Jamii.
- Kinapotumiwa kwa usahihi kipimo hiki hakifai kuumiza.
- Kipimo chako kinaweza kutumika mara moja pekee. Usitumie kipimo zaidi ya mara moja.
- Usiguse ncha ya mrija au sehemu ya mbele ya kadi.
- Nawa mikono vizuri **kabla** na **baada ya** kipimo.



1. Tayarisha vifaa

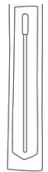
- Fungua kifurushi na uondoe
 - » Kadi ya kipimo kwenye mfuko wake
 - » Tybu iliyojaa kioevu (bafa ya kuchukua sampuli)
 - » Mrija kwenye mfuko wake
- Acha vitu vyote kwenye mifuko yao hadi utakapovihitaji.
- Ukiwa tayari, chukua kadi ya kipimo kutoka kwenye mfuko. Weka kwenye meza au sehemu iliyotandazwa mbele yako.



Kadi moja ya kipimo cha COVID-19 kwenye poch



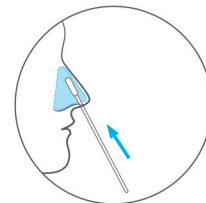
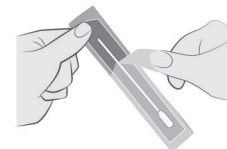
Tybu moja



Mrija mmoja

2. Chukua sampuli

- Chukua mrija kutoka kwenye mfuko wake. **Kuwa mwangalifu usiguse ncha.** Usitupe mfuko.
- Tia mrija kwenye tundu moja la pua. Usiingize ndani sana, ingiza tu 1/2 inchi (sentimita 1.5) hadi 3/4 inchi (sentimita 2).
- Sukuma mrija uguse sehemu ya ndani ya pua lako. Zungusha mrija polepole puani.
 - » Zungusha polepole mara **5 au zaidi**.
 - » Inapaswa kuchukua angalau **Sekunde 15**.
 - » Hakikisha unasukuma mrija unagusa pande zote za pua.
- Tumia mrija huohuo kurudia hatua hizi zote kwenye tundu la pili la pua.



hadi 3/4 ya inchi



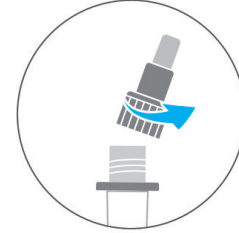
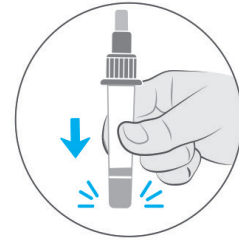
Zungusha polepole mara 5



Zungusha polepole mara 5

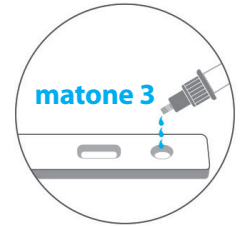
3. Chunguza sampuli

- Shikilia tyubu wima. Gongwa sehemu ya chini tyubu kwenye meza mara 2 hadi 3.
- Pindua kifuniko kikubwa cha rangi ya machungwa ili kufungua chupa. Kuwa mwangalifu usimwage kioevu chochote nje.
- Ingiza ncha ya mrija na sampuli yako kwenye tyubu **hadi iguse sehemu ya chini ya tyubu.**
- Zungusha mrija kwenye kioevu katika tyubu angalau **mara 15.**
- Finya pande za tyubu kwenye mrija unapotoa mrija kutoka kwenye tyubu. Hii inapaswa kusababisha kioevu kiasi kutoka katika mrija. Unaweza kurejesha mrija kwenye kifurushi chake kisha utupe.
- Rudisha kifuniko cha rangi ya chungwa kwenye chupa.



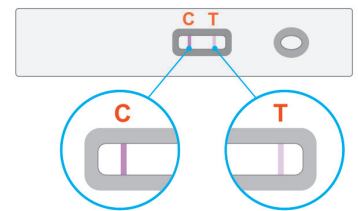
4. Ongeza sampuli na usubiri

- Zungusha kifuniko kidogo cheupe kilicho kwenye tyubu hadi kifunguke.
- Pindua tyubu na utie **matone 3** ya sampuli kwenye **tundu dogo** kwenye kadi yako ya kipimo.
- Rudisha kifuniko cheupe kwenye tyubu. Weka tyubu chini kisha utupe mrija.
- Subiri kadi ikae kwa dakika 15. Usiiguse wala kuisogeza.



5. Soma matokeo

- Baada ya kusubiri kwa dakika 15, unaweza kusoma matokeo yako ya kipimo. Sharti usome matokeo yako **kati ya dakika 15 na dakika 30** baada ya kuongeza matone kwenye kadi. Usisome matokeo yako **baada ya** dakika 30 kupita.
- Matokeo ya kipimo chako yanaonyesha **UMEAMBUKIZWA** ukiona mistari miwili, mmoja chini ya "C" na mwingine chini ya "T."
 - » **Angalia kwa umakinifu sana!** Mstari ulio chini ya "T" unaweza kuwa **hauonekani kwa urahisi**. Mstari **wowote** chini ya "T" unamaanisha kwamba umeambukizwa.
 - » Tazama maagizo yanayokuja na kipimo chako iwapo ungependa kuona picha haswa za kipimo cha kuonyesha umeambukizwa.
- **HUJAAMBUKIZWA** iwapo utaona mstari mmoja pekee (utakuwa chini ya "C").
- Kipimo **kina kasoro** ukiona moja kati ya yafuatayo:
 - » Usiopoona mstari wowote
 - » Mstari mmoja tu chini ya "T"
- Ikiwa kipimo chako kina kasoro, fanya kipimo kingine au mpigie simu Mhudumu wako wa Afya ya Jamii.



Hatua zinazofuata

- Soma maelekezo ya "Unachohitaji kufanya ukipata uumeambukizwa au hujaambukizwa."
- Tupa kifurushi chako cha kipimo.
- Nawa mikono yako.

Maagizo haya ni rahisi. Tafadhali soma tena maagizo yaliyokuja na kisanduku chako cha kipimo ili upate maelekezo kamili. Ikiwa una maswali tafadhali wasiliana na mtaalamu wa matibabu.