

# ਲਾਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ

**1** ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਟੈਸਟ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਜਾਣੋ।  
ਇੱਕ ਡਾਇਰੀ, ਕੈਲੰਡਰ ਜਾਂ ਫੋਨ ਰੀਮਾਈਂਡਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

**5** ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿਓ ਅਤੇ ਯਾਦ ਕਰਾਓ।  
ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਦਮ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

**2** ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੇਖੋ।  
ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤੇ ਵੀਡੀਓ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।  
ਤੁਸੀਂ ਵੀਡੀਓ ਇੱਥੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ:

[www.hiowsalivatest.nhs.uk/test-results/how-to-test](http://www.hiowsalivatest.nhs.uk/test-results/how-to-test)

**6** ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਮੂਨੇ ਪੈਕ ਕਰਨ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਲਾਓ।  
ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਨਮੂਨੇ ਸਿੱਧਾ ਉਸਦੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿਓ।

**3** ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਵੇਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਨਮੂਨਾ ਦੇਣ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਲਾਓ।  
ਨਾਸ਼ਤੇ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ।

**7** ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਦਿਲਾਓ।  
ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਚਿੰਤਤ ਜਾਂ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**4** ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਲੱਕਣ ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।  
ਨਮੂਨਾ ਟਿਊਬ 'ਤੇ ਗਾਈਡ ਲੇਬਲ ਦੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਲੰਬੇ ਦਾਅ ਲਗਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਪਛਾਣ ਸਕੀਏ ਕਿ ਨਮੂਨਾ ਕਿਸ ਦਾ ਹੈ।  
ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਾ ਕਰੋ।

**8** ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਲਾਰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲ ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਗੁਆਚ ਨਾ ਜਾਣ।  
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਲਾਰ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏਗੀ।

**ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਤੀਜਾ ਨਾ ਮਿਲਣ ਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ:**

- ਬਾਰਕੋਡ ਲੇਬਲ ਨਮੂਨਾ ਟਿਊਬ 'ਤੇ ਲੰਬੇ ਦਾਅ ਨਹੀਂ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਾਈਡ ਲੇਬਲ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਨਮੂਨਾ ਟਿਊਬ ਵਿੱਚ ਲਾਰ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨਹੀਂ ਸੀ (ਲਗਭਗ 2 ਮਿ.ਲੀ. ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)।
- ਨਮੂਨਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੈਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

