நோயாளிகளுக்கும் குடும்பங்களுக்குமான வழிகாட்டி
24 மணி நேரச் சிறுநீர்ச் சேகரிப்பு வழிமுறைகள்

நீங்கள் தெரிந்துகொள்ள வேண்டியவை:
உங்கள் மருத்துவர் பரிசோதனைக்காக 24 மணி நேரச் சிறுநீர் மாதிரி தேவைப்படுகிறது.

தொடங்குவதற்கு முன்:

- உங்களுக்கு சிறப்பு சேகரிப்புக் கலன் வழங்கப்படும்
- கலனில் சிறுநீரைப் பாதுகாக்க பாதுகாப்பு திரவம் உள்ளது
- கலனை குளிர்ந்த, உலர்ந்த இடத்தில் வையுங்கள்
- நேரடி சூரிய ஒளியிலிருந்து பாதுகாக்கவும்
- கலனை கழுவ வேண்டாம்
- பாதுகாப்பு திரவத்தை ஊற்றி விட வேண்டாம்

சேகரிக்கும் முறை:

1. முதல் நாள் காலையில் • முதல் சிறுநீரை கழிவறையில் கழிக்கவும் (சேகரிக்க வேண்டாம்) • உடனே கலனின் லேபிலில் நேரத்தைக் குறிக்கவும் (எ.கா: காலை 8 மணி)

2. அடுத்த 24 மணி நேரத்தில் • அனைத்து சிறுநீரையும் வழங்கப்பட்ட சிறுநீர் தட்டில் சேகரிக்கவும் • கவனமாக சேகரிப்புக் கலனில் ஊற்றவும்

3. இரண்டாம் நாள் • குறித்த அதே நேரத்தில் (எ.கா: காலை 8 மணி) • கடைசி சிறுநீரை சேகரிக்கவும் • சேகரிப்புக் கலனில் ஊற்றி முடிக்கவும்

4. முடிந்தவுடன் • சேகரிப்புக் கலனை வெளிநோயாளர் மருந்தகத்திற்கு உடனடியாக கொண்டு செல்லவும் Clinic ____________________________

5. நீங்கள் மலம் கழிக்க விரும்பினால், முதலில் உங்கள் சிறுநீர்ப்பையை வெற்றாக்கி சிறுநீரைச் சேகரித்துவிட்டு, பின்னர் மலம் கழிக்கவும். இதனால் சிறுநீர் மாதிரியில் மலமாசு கலப்பதைத் தவிர்க்கலாம்.

6. பதங்காப்பி நச்சுத்தன்மையுடையதாகவும், அரிப்புத் தன்மை கொண்டதாகவும் இருக்கலாம், எனவே, பதங்காப்பியைக் கொட்டவோ தூக்கி எறியவோ வேண்டாம்.

Scan the QR Code with your smart phone to access the information online or visit https://nhghealth.com.sg

Department of Renal Medicine
PECC-REN-ED-2025-2096T-v1

© Tan Tock Seng Hospital, Singapore 2025. All rights reserved. All information correct as of September 2025. No part of this document may be reproduced, copied, reverse compiled, adapted, distributed, commercially exploited, displayed or stored in a database, retrieval system or transmitted in any form without prior permission of Tan Tock Seng Hospital. All information and material found in this document are for purposes of information only and are not meant to substitute any advice provided by your own physician or other medical professionals.

Tan Tock Seng Hospital
NHG Health