



Midstream/Clean Catch Urine Collection Instructions

Thov ua raws li cov lus qhia no. Cov qauv sau tsis raug yuav tsis muab cov ntaub ntawv tsim nyog rau koj tus kws kho mob.

Txiv neej

1. Ntxuav koj ob txhais tes thiab qhib lub thawv ntim khoom. Tsis txhob kov sab hauv lub thawv txhua lub sijhawm
thaum lub sijhawm sau cov txheej txheem no.
2. Qhib tag nrho peb lub phuam da dej tab sis khaws cia rau hauv lub ntim.
3. Yog tias tsis ua kevcai txiav, tuav lub foreskin thiab tuav rov qab thaum tso zis.
4. Muab thawj daim phuam so tawm ntawm lub pob thiab siv nws los ntxuav qhov chaw mos uas pib ntawm qhov qhib urethral thiab
ua haujlwm deb ntawm nws.
5. Siv daim phuam thib ob, txuas ntxiv ntxuav qhov noov hauv ib ncig, pib qhov twg koj tawm nrog
yav tas los phuam.
6. Rov ua kauj ruam 5 siv lub phuam thib peb.
7. Muab cov zis me me tso rau hauv chav dej.
8. Thaum koj tso zis mus ntxiv, muab cov zis tso rau hauv ib nrab ntawm cov zis.
9. Tso zis tso rau hauv chav dej kom tiav.
10. Kaw lub thawv kom nruj.
11. Ntxuav koj ob txhais tes.
12. Muab cov qauv xa rov qab rau tus neeg ua haujlwm Aspirus.

Poj niam

1. Ntxuav koj ob txhais tes thiab qhib lub thawv ntim khoom. Tsis txhob kov sab hauv lub thawv txhua lub sijhawm
thaum lub sijhawm sau cov txheej txheem no.
2. Qhib tag nrho peb lub phuam da dej tab sis khaws cia rau hauv lub ntim.
3. Zaum ntawm chav dej.
4. Siv koj txhais tes tsis tseem ceeb, cais cov quav ntawm daim tawv nqaij nyob ib ncig ntawm lub qhov tso zis thiab tuav cov quav ntawm daim tawv
nqaij kom txog thaum koj tso zis tas rau hauv lub khob.
5. Nqa thawj daim phuam so ntawm lub pob thiab siv nws los ntxuav lub labia quav ntawm koj sab uas tsis yog tus thawj.
Txhua zaus so ntawm pem hauv ntej mus rau sab nraub qaum.
6. Siv daim phuam thib ob, ntxuav lub plab khoob ntawm koj sab, pem hauv ntej mus rau sab nraub qaum.
7. Tshem lub phuam thib peb thiab ntxuav qhov nruab nrab, ncaj qha rau ntawm qhov qhib tso zis.
8. Muab cov zis me me tso rau hauv chav dej.
9. Thaum koj tso zis ntxiv, nqa lub khob ntim rau hauv nruab nrab ntawm cov zis thiab sau cov qauv.
ntim nrog txog ib nrab ntawm cov zis.
10. Tso zis tso rau hauv chav dej kom tiav.
11. Kaw lub thawv kom nruj.
12. Ntxuav koj ob txhais tes.
13. Xa cov qauv xa rov qab rau tus neeg ua haujlwm Aspirus.