သင့်သောက်သုံးရေကို နမူနာယူခြင်း

ပစ္စည်းအစုံ OA - ပေါက်ကွဲနိုင်သည့် အော်ဂဲနစ်ဓာတ်ပေါင်းမ

သတိပြုရန်- ဤပစ္စည်းများတွင် ဟိုက်ဒရိုကလိုရစ်အက်စစ် (HCl) ပါဝင်သည်။ ဟိုက်ဒရိုကလိုရစ်အက်စစ်သည် အန္တရာယ်များ၍ သတိပြု ကိုင်တွယ်ပါ။ သင့်အရေပြား ဟိုက်ဒရိုကလိုရစ်အက်စစ်နှင့် ထိမိပါက ရေအများအပြားဖြင့် ဆေးကြောပါ။ နမူနာများ စုဆောင်းရာတွင် ဘေးကင်းရေး မျက်မှန်များနှင့် အကာအကွယ်ပေး လက်အိတ်များ ဝတ်ဆင်ရန် အကြံပြုလိုသည်။

1. သင်လိုအပ်မည့်ပစ္စည်းများ

ဤပစ္စည်းစုံတွင်-

- "ရေနမူနာစုဆောင်းခြင်း အချက်အလက်ပုံစံ" (Chem 202)
- ဖန်ပုလင်းသုံးပုလင်း (ဟိုက်ဒရိုကလိုရစ်အက်စစ် ပမာဏ အနည်းငယ် ပါဝင်၍ ထိုပုလင်းများကို စောင်းခြင်း၊ မှောက်ခြင်း မဖြစ်ပါစေနှင့်)
- "TRIP BLANK" ဟု ဖန်ပုလင်းတွင် လေဘယ်ကပ်ထားပါသည်။ ဤပုလင်းကို မဖွင့်ပါနှင့်။ ဤဖန်ပုလင်းကို နမူနာများနှင့်အတူ ပြန်ပို့ရမည်။
- ရေခဲပုံး/ရေခဲအိတ်များပါသည့် စာအိတ်။ **နမူနာမယူမီ ရေခဲအိတ်များ အေးခဲနေရမည်။**

ဤပစ္စည်းစုံတွင် မပါသော်လည်း နမူနာယူရန် လိုအပ်သည့် ပစ္စည်းများ-

- လက်အိတ်နှင့် အကာအကွယ်ပေး မျက်မှန်

2. ပြင်ဆင်ရန်

- သင်ပို့မည့်ရက် နံနက်တွင် နမူနာယူရန် စီစဉ်ထားပါ။
- သင့်ရေအား နမူနာမယူမီ ရေခဲအိတ်(များ)ကို အေးခဲထားပါ။
- **သင့်ရေတွင်း သို့မဟုတ် စမ်းရေတွင်းကို မကြာသေးမီက ပိုးသတ်ခဲ့ပါက** ကလိုရင်းအနံ့ ပျောက်သွားသည်အထိ ရေဖွင့်ထားပြီး မစမ်းသပ်မီ နောက်ထပ်နှစ်ရက် စောင့်ဆိုင်းပါ။ ကလိုရင်းပါနေလျှင် သင့်နမူနာကို စမ်းသပ်၍ရမည် မဟုတ်ပါ။
- ရေသန့်ဖြင့် **သင့်လက်များကို ဆေးကြောပါ**။ သင့်ရေကို နမူနာယူသည့်ရက်တွင် ဓာတ်ဆီထည့်ခြင်း သို့မဟုတ် ပေါက်ကွဲနိုင်သည့် ဓာတုပစ္စည်းများ ကိုင်တွယ်ခြင်း **လုံးဝ**မလုပ်ပါနှင့်။ သင့်ရေနမူနာ မယူမီ လက်သန့်ဆေး **လုံးဝ**မသုံးပါနှင့်။ **ဤစစ်ဆေးမှုသည် ဓာတုပစ္စည်းများကြောင့် ပြောင်းလဲနိုင်သည်။**
- ဘေးကင်းရေး မျက်မှန်များနှင့် လက်အိတ်များ ဝတ်ဆင်ပါ။
- သင်စမ်းသပ်လိုသည့် သောက်ရေရင်းမြစ်သို့သွားပြီး သင့်ရေပိုက်ခေါင်းတွင် တပ်ထားသည့် ရေစစ်အလွှာ ရှိပါက ဖယ်လိုက်ပါ။ ရေပိုက်ခေါင်း အများစုတွင် အထွက်ပေါက်၌ ရေစစ်အလွှာတစ်ခုပါပြီး ၎င်းကို ရေပိုက်ခေါင်းအဆုံးအား ဝက်အူဖြုတ်၍ ဖယ်ရှားနိုင်သည်။
- ရေကို 4 မိနစ်၊ 5 မိနစ်ခန့်ဖွင့်ထားပြီး ရေမစင်စေရန်နှင့် လေပူပေါင်းများ မဖြစ်စေရန် ရေစီးသည့်နှုန်းကို ရေစီးကြောင်းအသေး (1/8 လက်မ) ခန့်ထားပါ။
- ရေနမူနာပုလင်း၏ အဖုံး သို့မဟုတ် နှုတ်ခမ်းအတွင်းပိုင်းကို **မထိပါနှင့်**။

3. စုဆောင်းရန်

- သင်ပို့မည့်ရက် နံနက်တွင် နမူနာယူရန် စီစဉ်ထားပါ။

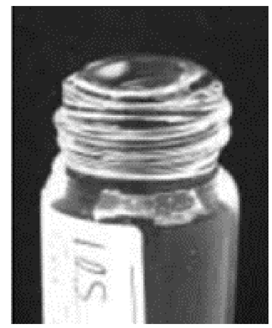
VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

သင့်သောက်သုံးရေကို နမူနာယူခြင်း

ပစ္စည်းအစုံ OA - ပေါက်ကွဲနိုင်သည့် အော်ဂဲနစ်ဓာတ်ပေါင်းမ

- အဖုံးဖွင့်ပြီး ဖန်ပုလင်းအတွင်း ဖြည်းဖြည်းချင်းဖြည့်ပါ။ ဖန်ပုလင်း အဖုံး သို့မဟုတ် ပုလင်းအတွင်းသားနှင့် အခြားပစ္စည်းများ **လုံးဝမထိမိပါစေနှင့်**။ ဖန်ပုလင်း၏ အတွင်း၌ ရေနမူနာကို ထိန်းသိမ်းပေးမည့် ပေါင်ဒါမှုန့်များ ရေနှင့်ပါသွားနိုင်၍ ထိုပုလင်းကို လျှံသည်အထိဖြည့်ခြင်း သို့မဟုတ် ရေကျင်းခြင်း **မလုပ်ပါနှင့်**။

- ဖန်ပုလင်း နှုတ်ခမ်းအပေါ်အထိ ရေအပြည့်ဖြည့်ပါ (ဓာတ်ပုံတွင် ပြထားသည်)။ ထိုသို့ပြုခြင်းက လေပူပေါင်းများ မဖြစ်စေရန် ကာကွယ်ပေးသည်။ လေပူပေါင်းများကို ဖယ်ရှားနိုင်ရန် ဖန်ပုလင်းကို ငြင်သာစွာ တောက်ပေးပါ။ **လေပူပေါင်းများရှိပါက သင့်ရေနမူနာကို စစ်ဆေးနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။**
- အဖုံးသေချာပြန်တပ်ပါ။
- အထက်ပါအတိုင်း ကျန်ဖန်ပုလင်း နှစ်လုံးဖြင့်လည်း စုဆောင်းပါ။
- ဖန်ပုလင်းများကို မှောက်ကြည့်ပြီး အဖုံးကိုတောက်၍ လေပူပေါင်းများ ရှိမရှိ စစ်ဆေးပါ။ ဖန်ပုလင်း အောက်ခြေမှကြည့်ပြီး သေချာအောင် ထပ်မံစစ်ဆေးပါ။ လေပူပေါင်းများ တွေ့ရပါက ဖန်ပုလင်းကို ပြန်ဖွင့်ပြီး ဖန်ပုလင်းနှုတ်ခမ်း အပေါ်အထိ ရေအနည်းငယ် ထပ်ထည့်ပြီးနောက် အဖုံးကို သေချာပြန်ကျပ်ပါ။



  - **ရေနမူနာကို ဓာတ်ခွဲခန်းရောက်ချိန်၌ လေပူပေါင်းများ ရှိနေပါက ထိုနမူနာကို စစ်ဆေးနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။**
  - **ဖန်ပုလင်းကို သွန်ပစ်ခြင်းနှင့် ရေလျှံသည်အထိဖြည့်ခြင်းများ မလုပ်ပါနှင့်။** ထိန်းသိမ်းပေးသည့် ပစ္စည်းများ ရေနှင့်ပါသွားပြီး သင့်နမူနာကို မှန်ကန်စွာ စစ်ဆေးနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။
- ရေနမူနာစုဆောင်းခြင်း အချက်အလက်ပုံစံတွင် သင့်ရေနမူနာ စုဆောင်းသည့် နေ့ရက်နှင့် အချိန်အပါအဝင် သင့်အမည်၊ လိပ်စာနှင့် အီးမေးလ်လိပ်စာတို့အပါအဝင် ပြည့်စုံစွာ ဖြည့်စွက်ပါ **ဤအချက်အလက်များ မပါဘဲ သင့်နမူနာကို စစ်ဆေးကိုင်တွယ်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။**
- သင့်ရေတွင် ပြုပြင်သန့်စင်ဆေး တစ်ခုခု ထည့်ထားပါက ဤဖောင်တွင် ဖော်ပြပေးပါ (ဥပမာ ရေသွက်ဆေး)။
- ရေနမူနာပါ ဖန်ပုလင်းများကို မှန်ကန်သည့်ပုံစံနှင့် တွဲနိုင်ရန် လေဘယ်ကပ်ပေးပါ (ဥပမာ- John Smith, kitchen sink)

4. ပြန်ပို့ရန်

- ရေခဲအိတ်(များ)နှင့် တင်းကျပ်စွာ ပိတ်ထားသည့် ရေနမူနာပါ ဖန်ပုလင်းများကို အတူပါသည့် ရေခဲပုံးတွင် ထည့်သွင်းပါ။
- ဖြည့်သွင်းပြီးသည့် ရေနမူနာစုဆောင်းခြင်း အချက်အလက်ပုံစံကို ထိုပုံးအတွင်းထည့်ပါ။ ပုံစံကို မစိုစေရန်ပိတ်ထားသည့် ပလတ်စတစ်အိတ်ထဲတွင် ထည့်ရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။
- သင့်ရေနမူနာကို ကျန်းမာရေးဌာန ဓာတ်ခွဲခန်းသို့ 48 နာရီအတွင်း အောက်ပါနည်းလမ်းများဖြင့် ပေးပို့ပါ-
  - 359 South Park Drive, Colchester, Vermont သို့ တိုက်ရိုက်ပို့ဆောင်ပါ (တနင်္လာနေ့ မှ သောကြာနေ့ထိ၊ နံနက် 7:45 နာရီ- ညနေ 4:30 နာရီ)
  - ပါဆယ်ပို့ဆောင်မှုမှ လာယူမည့်အချိန် **မတိုင်မီ** ဒေသန္တရ ကျန်းမာရေးရုံးသို့ လာရောက်ပို့ဆောင်ပါ- ပို့ဆောင်ရမည့် နေရာလိပ်စာများနှင့် ပါဆယ်လာယူမည့် အချိန်များကို အတူပါသည့် စာရွက်တွင် ကြည့်ပါ။ ရေနမူနာများကို တနင်္လာနေ့မှ ကြာသပတေးနေ့အထိသာ လက်ခံသွားမည်။

- FedEx သို့မဟုတ် UPS ဖြင့် 359 South Park Drive, Colchester, Vermont, 05446 သို့ တစ်ရက်ကျော် ပို့ဆောင်မှုဖြင့် ပေးပို့ပါ (တနင်္လာနေ့မှ ကြာသပတေးနေ့အထိ။ **သောကြာနေ့ သို့မဟုတ် စနေနေ့တွင် ပေးပို့ပါက သင့်နမူနာသည် ဓာတ်ခွဲခန်းသို့ စစ်ဆေးရန်အချိန်မီ ရောက်ရှိမည် မဟုတ်ပါ။**

ရေနမူနာကို လက်ခံရရှိပြီးနောက် စစ်ဆေးရေးအဖြေကို ရုံးဖွင့်ရက် 7 ရက်အတွင်း ပို့ပေးပါလိမ့်မည်။

အချက်အလက်ပိုမိုရရှိရန်နှင့် သင့်သောက်ရေကို စစ်ဆေးခြင်းအကြောင်း ဗီဒီယိုကြည့်ရန် healthvermont.gov/water သို့ ဝင်ရောက်ပါ။