

# たん（痰）の正しいとり方とお願い

## 1. 「たん」を出すには早朝が一番です！！

☆朝食や歯みがきの前に「たん」を出してください。

☆口の中をきれいにするために2～3回口をゆすいでください。

## 2. 「つば」では検査ができません。

良い「たん」を出すためには！

☆2～3回大きく深呼吸をしてください。

☆2～3回咳（せき）ばらいをしてください。

☆のどにからまる「たん」を出すようにしてください。

## 3. 「たん」は次のようにとってください。

① 容器のフタを開けます。

② 容器の中のシールをきれいに全部はがして捨てます。

(シールが少しでも残っているとフタが閉まらず、液がもれることがあります)

③ 容器の中に「たん」を出します。

3日間の「たん」の総量が、赤い線より多くならないようにしてください。

④ 「たん」をとり終わったら、フタをしっかりと閉めてください。

⑤ フタを下にしてすぐに30回位強く振って「たん」と液をよく混ぜてください。

⑥ 2日目、3日目も同様のこと(①～⑤)を行なってください。冷蔵庫で保管して下さい。



## 4. 以上の要領で3日間繰り返し、3日分の「たん」をとってください。

中1日あいて「たん」をとっても結構です。

☆検診日に採たん容器を提出の方は、検診日前一週間以内の3日間でたんを採ってください。

裏面に取り扱い上の注意事項とお願いが書いてあります。必ずお読みください。

↓ 裏面へ

# 採たん容器の使い方（図）



## お願い

1. 採たん容器に、必ずお名前と採たん月日を、記入してください。
2. 「喀痰細胞診申込書」に必要事項を記入し、たんを入れた採たん容器と一緒に区市町村又は東京都がん検診センターに提出してください。

## 取り扱い上の注意事項

取り扱いには次の事に十分注意してください。

- 中の液体は、体には無害な物質ですが、絶対に飲まないでください。
- 可燃性の物質が含まれていますので、火気に注意し、日光の当たらない涼しい場所に保管してください。
- 小さなお子さんの手の届かない所に保管してください。

