# ثنګه خپل FIT بشپړ کړی (د فیکل امونو کیمیکل ازموینه)

**تاسو ته دا د ازموینې کټ درکړل شوی ترڅوچه ستاسو د نښو لامل معلومولو کې مرسته وکړي. FIT یوه ازموینه ده چې ستاسو د ډکو متیازو نمونه کې وینه ګوري. دا د وینې کوچنې نښو په لټه کې دي چې ممکن تاسو یې ونه ګوری.**

یادونه: د FIT کټ ممکن دلته ښودل شوي عکسونو سره توپیر ولري، ځکه چې دا دې پورې اړه لري چې تاسو چیرته ژوند کوی

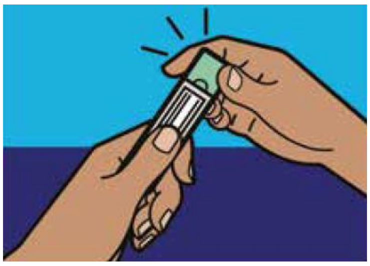
1. چمتو اوسي - مخکې له دې چې تشناب ته کښیناستی هغه څه راټول کړی چې تاسو ورته اړتیا لری.

2 . په لیبل باندی خپل نوم، د زیږیدنی نیټه او هغه نیټه ولیکی چې کوم باندی تاسو خپل د ډکو متیازو نمونه راټول کړه. تور یا نیلي قلم وکاروی. که ستاسو توضیحات لا دمخه په لیبل باندی وي، نو بیا مهرباني وکړی او وګوری چې دغه صحیح دي.

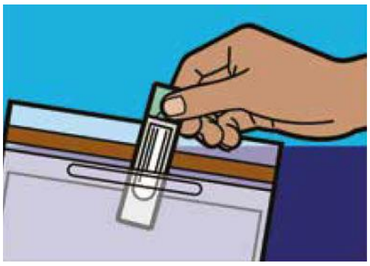
3 . خپل د ډکو متیازو نمونه راټول کړی- مونږ تاسو ته ددې پاڼې په مقابل لوري کې ځینې طریقې ښودلی دی چې دا ثنګه ترسره کړی. چېرې هوم ستاسي ډکې متیازو نمونه اوبو یا تشناب سره لمس نه شي.

.

4 . د نمونې بوتل خلاصولو لپاره کیپ تاؤ کړی. لرګي د ډکو متیازو نمونه په څنګ کې تر هغه وخته پورې سولوی تر څو چې نالی پوښل شوي نه وي. تاسو د ازموینې لپاره د متیازو یو کوچني نمونی ته اړتیا لری. مهرباني وکړی اضافي مه کوی.



5 . لرګی بیرته په بوتل کې واچوی او د بندولو لپاره کلیک کړی. د کارولو وروسته بوتل بیا مه خلاصوی. مهرباني وکړی خپل لاسونه ومینځي.



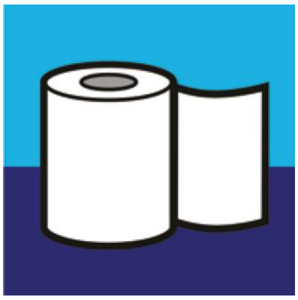
6 . ستاسو ډاکټر به تاسو ته ویلي وي چې ایا خپل بشپړ شوی کټ دوی ته راوړی یا لابراتوار ته یې په پوسته کې واستوی.

# ستاسو د ډکو  متیازو نمونه راټولولو لپاره لارښووني

دلته ځینې لارښووني دي چې ستاسو د ډکو  متیازو نمونه  راټولول یو څه اسانه کړي.  تاسی بیا وګوری چه کوم یو طریقه  تاسو لپاره  خورا اسانه ده؟  چېری هوم ستاسي ډکی  متیازو نمونه اوبو  یا تشناب سره لمس نه شي.

1.  په ټائلټ باندی یو د پلاسټک نری مخ وغوړوی (یاد ولری چې ډوب يې پریږدی)

2 . یو د انګورو کارټن



3 . په لاس کې د تشنابی یو پاک صفا انغښتی کاغذ

4 . یو پاک خالي مارجرین یا آیس کریم ټب

5 . يو پاک خالي کانتينر

6 . په لاس باندی يو پلاستيکي کڅوړه، يا دستکشې اچولي

**7 . يوځل چې تاسو خپل د ډکو متيازو نمونه راټول کړی، خپل د ازموينې کټ وکاروی او څومره ژر چې امکان ولري نمونه بيرته راوليږي.**