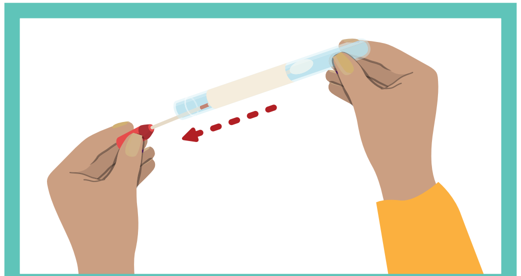
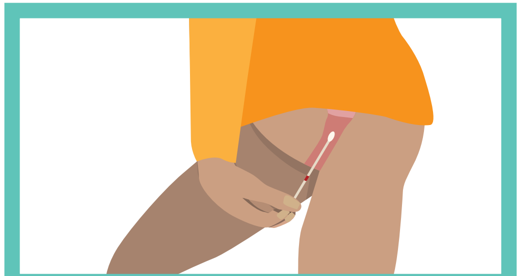
# ඔබේම ගැබ්ගෙල පරීක්ෂණ පරීක්ෂණය සිදු කරන්නේ කෙසේද?

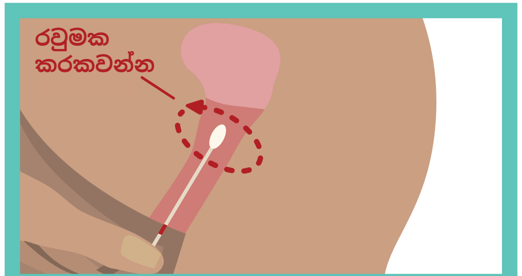
Australian Government

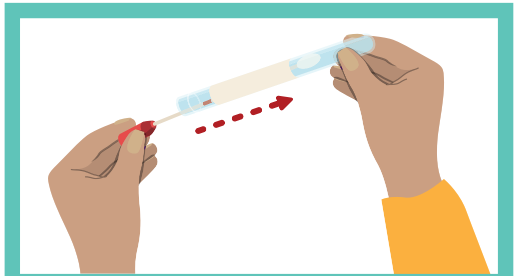
NATIONAL CERVICAL SCREENING PROGRAM
A joint Australian, State and Territory Government Program

Australian Centre for the Prevention of Cervical Cancer







## පළමු පියවර

- ඔබේ යට ඇඳුම් පහත් කරන්න
- මාත්තුවේ පියන කරකවා මාත්තුව නළයෙන් පිටතට අදින්න
- මාත්තුව පරීක්ෂා කර මෘදු තුඩට ආසන්නතම රතු සලකුණ සටහන් කරගන්න

## දෙවන පියවර

- සුවපහසු ඉරියව්වකින් සිටින්න. ඔබට සිටගෙන, වාඩි වී හෝ වැතිර සිටිය හැකිය
- කුඩා රතු සලකුණ දක්වා ඇතුල් කිරීම අරමුණු කරගනිමින්, ඔබේ යෝනි මාර්ගයට මාත්තුව ඇතුළු කරන්න (මෙය ඔබේ දබරැඟිල්ලේ දිගට සමාන වේ)

## තුන්වන පියවර

- අවම වශයෙන් තත්පර 10ක්වත් මාත්තුව මෘදු ලෙස කරකවන්න
- ඉන්පසු මාත්තුව ඉවත් කරන්න
- එය වේදනාකාරී විය යුතු නොවේ

## හතර වැනි පියවර

- මාත්තුව නැවත නළයට දමන්න
- ඔබේ සෞඛ්‍ය සේවා සපයන්නා වෙත නළය ආපසු ලබා දෙන්න

Sinhalese | සිංහල

ඔබේ සෞඛ්‍ය සේවා සපයන්නා ඔබට මාත්තුව ලබා දෙනු ඇත. ඔබට කිසියම් ප්‍රශ්නයක් ඇත්නම්, ඔබේ සෞඛ්‍ය සේවා සපයන්නාගෙන් විමසන්න.

Australian Centre for the Prevention of Cervical Cancer


ප්‍රකාශන හිමිකම් දැන්වීම © 2025 ගැබ්ගෙල පිළිකා වැළැක්වීමේ ඕස්ට්‍රේලියානු මධ්‍යස්ථානය (ACN 609 597 408)
මෙම ද්‍රව්‍ය ප්‍රකාශන හිමිකමට යටත් වන අතර ඕස්ට්‍රේලියානු ප්‍රකාශන හිමිකම් නීති මගින් ආරක්ෂා කර ඇත.
සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි. ප්‍රකාශන හිමිකරුගේ ලිඛිත අවසරයකින් තොරව මෙම ද්‍රව්‍ය පිටපත් කිරීම හෝ බෙදා හැරීමට අවසර නැත.


*අවසරය ඇතිව ප්‍රතිනිෂ්පාදනය කරන ලද රූප: පිළිකා කවුන්සිලය වික්ටෝරියා*

www.acpcc.org.au


Corp-Mkt-Pub-117 V11