

तपाईंको पिउने पानीको परीक्षण गर्नुभएकोमा धन्यवाद। www.healthvermont.gov/water मा आफ्नो पिउने पानी परीक्षण गर्नेबारे भिडियो हेर्नुहोस् र थप थाहा पाउनुहोस्।



1. तयार पार्नुहोस्

- समय अगाडि नै फ्रिजरमा फ्रिजर प्याक(हरू) राख्नुहोस्।
- तपाईंले आफ्नो नमुना छोड्ने दिन बिहान सङ्कलन गर्ने योजना बनाउनुहोस्।
- तपाईंले परीक्षण गर्न चाहनुभएको पिउने पानीको स्रोतमा जानुहोस्।
- पानीको नमूना राख्ने बोटलको क्यापभित्र वा मुखमा नछुनुहोस्।
- तपाईंका पाइपहरूमा भएको पानी निकाल्नका लागि चिसो पानीलाई **उच्च प्रवाहमा 3 देखि 5 मिनेटसम्म** खोल्नुहोस्।
- **आफ्नो पानीको नमूना सङ्कलन गर्नका लागि पानीलाई मध्यम प्रवाहमा फर्काउनुहोस्।**

2. सङ्कलन गर्नुहोस्

- नमुनाको बोटललाई घाँटीसम्म भर्नुहोस् र बिकोलाई कडा रूपमा स्क्रु गर्नुहोस् ताकि यसबाट पानी नचुहियोस्।
- तपाईंले आफ्नो **पानीको नमूना लिनुभएको मिति र समय**सहित पानीको नमुना सङ्कलन सूचना फाराम पूरा गर्नुहोस्।
- यदि तपाईंले आफ्नो पानीमा कुनै पनि **पानी उपचारको** प्रयोग गर्नुहुन्छ भने, यसलाई फाराममा वर्णन गर्नुहोस् (उदाहरणका लागि: पानी नरम बनाउने पदार्थ)।

- नमुनाको बोटलमा लेबल लगाउनुहोस् ताकि यसलाई यसको सही फारामसँग मिलाउन सकियोस् (उदाहरणका लागि: जोन स्मिथ, किचन सिंक)।

3. फिर्ता गर्नुहोस्

- **फ्रिजर प्याक(हरू)** र जोडले बन्द गरिएको पानीको नमुना बोटललाई प्लास्टिकको झोला वा उपलब्ध गराइएको इन्सुलेसन स्लिभमा राख्नुहोस्।
- प्लास्टिकको झोला वा इन्सुलेसन स्लिभलाई निम्नसहित बाकसमा राख्नुहोस्:
 - पूरा गरेको **पानीको नमूना सङ्कलन जानकारी फाराम**। हामी फाराम नभित्रोस भन्नका लागि यसलाई सिल गरिएको प्लास्टिकको झोलामा राख्न सुझाव दिन्छौं।
- तपाईंको नमुना **48 घण्टाभित्र** परीक्षण गर्नका लागि स्वास्थ्य विभागको प्रयोगशालामा पुऱ्याउनका लागि:
 - **यसलाई प्रयोगशालामा ल्याउनुहोस्:** 359 South Park Drive, Colchester, Vermont (सोमवारदेखि शुक्रवारसम्म, बिहान 7:45 बजेदेखि दिउँसो 4:30 बजेसम्म)
 - **यसलाई जिल्ला कार्यालयमा छोड्नुहोस्:** ठेगाना र छोडेको समयको साथमा प्रविष्टि हेर्नुहोस्। नमुनाहरू **सोमवारदेखि बिहीवारसम्म** मात्र स्वीकार गरिन्छ र धेरैजसो छोड्ने समय मध्याह्नको वरिपरि हुन्छ। तपाईंको पानीको नमुना ड्रप-अफ गर्ने दिनमै सङ्कलन गर्नुपर्छ।
 - **USPS द्वारा रातभरमा:** PO Box 1125, Burlington, VT 05402-1125. **शुक्रवार वा शनिवारको दिन** पत्राचारबाट नपठाउनुहोस्।

बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू

म परीक्षणका लागि स्वीकार्य नमूना पठाउन कसरी सुनिश्चित गर्न सक्छु?

हामीले कहिलेकाहीँ “योग्य” हुन आवश्यक पर्ने नमूनाहरू प्राप्त गर्छौं जसको अर्थ नमूनाले परीक्षणका सबै आवश्यकता पूरा गरेन भन्ने हो। यहाँ स्वीकार्य खानेपानीको नमूना पेश गर्नका लागि तपाईंले गर्न सक्ने केही कुराहरू छन्:

- प्रयोगशालामार्फत उपलब्ध गराइएका पानीको नमूना बोतलमा आफ्नो नमूना पेश गर्नुहोस्।
- क्लोरिनको कडा गन्ध भएको नमूना नपठाउनुहोस् – धेरै क्लोरिनले गर्दा केही परीक्षणहरूमा बाधा पुऱ्याउन सक्छ।
- **पानीको नमूना सङ्कलन जानकारी फाराम पूर्ण रूपमा भरेको सुनिश्चित गर्नुहोस्।**
- तपाईंले पानीको नमूना बोतल भर्नुभएको **48 घण्टाभित्र नमूना प्रयोगशालामा पुग्छ** भन्ने कुरामा निश्चित हुनुहोस्।
- आफ्नो पानीको नमूनाको तापक्रम 42 डिग्री फरेनहाइट (6° सेल्सियस) भन्दा कम राख्नका लागि **फ्रिजर प्याक र कुलर प्रयोग गर्नुहोस्** – चिसो राख्नुहोस् तर फ्रिजमा नराख्नुहोस् – यसलाई प्रयोगशालामा नपुऱ्याउंदासम्म।

म मेरा परीक्षणका नतिजाहरूका बारेमा कहिले अपेक्षा गर्न सक्छु?

परीक्षणका नतिजाहरू पानीको नमूना प्राप्त भएको लगभग 7 कार्य दिनमा पत्राचार गरिने छ।

मैले मेरो खानेपानीमा भएका दूषित पदार्थहरूले स्वास्थ्यमा पार्ने असरहरूका बारेमा थप जानकारी कहाँ प्राप्त गर्न सक्छु?

थप जानकारी र तपाईंको खानेपानी परीक्षण गर्ने तरिकाका बारेमा भिडियो हेर्नका लागि, healthvermont.gov/water मा जानुहोस्।