

## 肺がん健診を受けられる方へ

肺がん健診には、喀痰の採取が必要です。  
お送りした緑の蓋の容器に痰を入れてください。

### 喀痰採取の方法

3日間連続で早朝に痰をとってください。

- ・朝、起きた時(食事の前)に採ってください。
- ・うがいをして鼻をかんだ後、深く息を吸い大きな咳をしてつばをまぜないように注意して、痰を直接容器に採ります。

どうしても出にくいときは冷たい空気を思いっきりすいこんだり、洗面器に熱湯を張り、その蒸気を吸いこんで大きく吸い込んでみてください。

ドック当日の前3日間で痰をとっていただき、当日お持ちください。