



ADVANCED
RESPIRATORY CARE
NETWORK

ਸੀ.ਪੀ.ਏ.ਪੀ. ਇਲਾਜ ਦੇ ਪਰੀਖਣਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ

1. ਹਿਮਿਊਡੀਫਾਇਰ ਲਈ ਪਾਣੀ

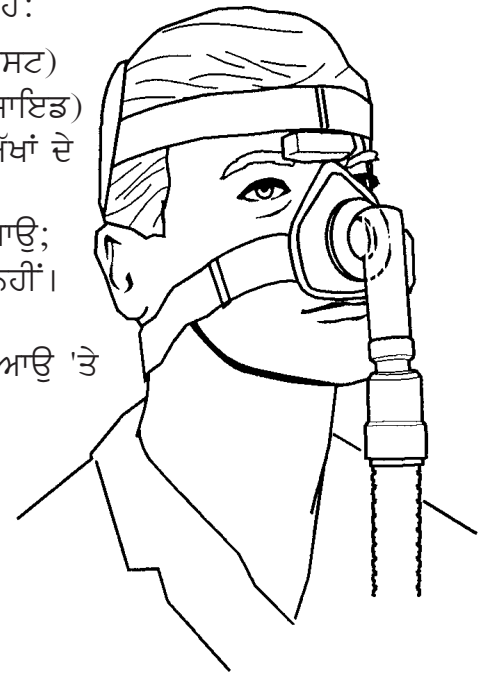
ਅਗਰ ਸੀ.ਪੀ.ਏ.ਪੀ. ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੈ ਤਾਂ ਮਸ਼ੀਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ:

- ਹਿਮਿਊਡੀਫਾਇਰ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਡਿਸਟਿਲਡ ਜਾਂ ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਹੀ ਪਾਉ, ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਗੰਦਗੀ ਦੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਜੀਵਾਣੂਆਂ (ਬੈਕਟੀਰੀਆ) ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਹਿਮਿਊਡੀਫਾਇਰ ਨੂੰ ਡਿਸਟਿਲਡ ਪਾਣੀ ਨਾਲ max ਵਾਲੀ ਲਕੀਰ ਤੱਕ ਭਰ ਦਿਉ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਸ਼ੀਨ ਦੀ ਮੋਟਰ ਦੇ ਜਲਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਹਰ ਵਾਰ ਸੀ.ਪੀ.ਏ.ਪੀ. ਨੂੰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਹਿਮਿਊਡੀਫਾਇਰ ਨੂੰ ਡਿਸਟਿਲਡ ਪਾਣੀ ਨਾਲ max ਵਾਲੀ ਲਕੀਰ ਤੱਕ ਦੁਬਾਰਾ ਭਰ ਦਿਉ।

2. ਮਾਸਕ ਫਿਟ (ਮੁੱਖੋਟੇ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਗਣਾ)

ਤੁਹਾਡੇ ਸੀ.ਪੀ.ਏ.ਪੀ. ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪੂਰੇ ਫਾਇਦੇ ਲਈ, ਮਾਸਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦੇਹ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੱਗਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਮਾਸਕ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਸਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

- ਮਾਸਕ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਲਗਣ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ (ਹੈਂਡਗੀਅਰ) ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ (ਐਡਜਸਟ) ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਮਾਸਕ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਲਗ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਨਾਰੇ (ਸਾਇਡ) ਤੋਂ ਹਵਾ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ; ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਕੋਲੋਂ ਹਵਾ ਨਾ ਨਿਕਲੇ।
- ਮਾਸਕ ਦੇ ਹੈਂਡਗੀਅਰ ਦੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਸਿੱਧਾ ਰੱਖ ਕੇ ਪਾਉ; ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਸਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਲੱਗਦਾ (ਫਿੱਟ) ਹੈ ਅਤੇ ਸੌਣ ਵੇਲੇ ਖਿਸਕਦਾ ਨਹੀਂ।
- ਮਾਸਕ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਦਬਾਅ, ਬੇਅਰਾਮੀ, ਜਾਂ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ- ਜੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਆਉ 'ਤੇ ਵੇਖੋ। (ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਮਾਸਕ ਵਿਚ ਲੇਟੈਕਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ)



3. ਹਵਾ ਦਾ ਨਿਕਾਸ

ਮਾਸਕ ਦੇ ਅੱਗਿਓਂ ਹਵਾ ਦਾ ਬਾਹਰ ਆਉਣਾ ਠੀਕ ਹੈ; ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਹ ਕਰ ਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਸਕ ਦੇ ਅੱਗੇ ਹਵਾ ਲਈ ਨਿਕਾਸ ਵਾਲੇ ਸੁਰਾਖਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕੋ ਨਾ ਅਤੇ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ।

4. ਰੈਂਪ ਬਟਨ

ਸੀ.ਪੀ.ਏ.ਪੀ. ਮਸ਼ੀਨ ਦਾ ਇੱਕ 'ਰੈਂਪ ਬਟਨ' ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਥੈਰਪਿਸਟ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੋਵੇਗਾ: ਇਸ ਬਟਨ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਹੀ ਦਬਾਉ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮਸ਼ੀਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੌਲੀ ਪਰੈਸ਼ਰ ਵਧਾਏ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੈਸ਼ਰ ਅਨੁਸਾਰ ਢਲਣ (ਐਡਜਸਟ) ਲਈ ਸਮਾਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Si tiene dudas o inquietudes hable con su especialista.