ব্যবহারের নিয়ম

আপনার পোর্টেবল আল্‌ট্রাসনিক নেবুলাইজার, ধাপে ধাপে।

পকেটে রাখার মতো ছোট, রিচার্জ করা যায় এমন একটি নেবুলাইজার। এটি তরল ওষুধকে সূক্ষ্ম কুয়াশায় পরিণত করে। আপনি মাস্ক বা মাউথপিস দিয়ে শ্বাসের সাথে এই কুয়াশা ভেতরে নেন। এটি শিশুদের মডেল ও বড়দের মডেলে পাওয়া যায়, আর দুটো একটু আলাদাভাবে কাজ করে। তাই নিচে আপনার মডেলটি বেছে নিন।

কোনো প্রশ্ন আছে? সোমবার থেকে শুক্রবার, New York-এর সময় অনুযায়ী সকাল 9টা থেকে বিকেল 5টা আমাদের **(718) 351-3045** নম্বরে ফোন করুন।

এখনই শ্বাস নিতে কষ্ট হচ্ছে? 911 নম্বরে ফোন করুন। শ্বাস নিতে খুব কষ্ট হলে, আপনি বা আপনার শিশু পুরো বাক্য বলতে না পারলে, বা ঠোঁট বা নখ নীল বা ধূসর দেখালে 911 নম্বরে ফোন করুন। চিকিৎসা শেষ হওয়ার জন্য অপেক্ষা করবেন না।

আগে দেখে নিন

এটি লাগানো ও চালানো দেখুন।

ভিডিওতে পোর্টেবল নেবুলাইজার শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত দেখানো হয়েছে। প্রতিটি ধাপ নিচেও লেখা আছে। আপনি এর একটি কপি ফোনে রাখতে বা প্রিন্ট করতে পারেন।

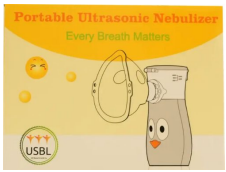
ভিডিওটি ইংরেজিতে।

ভিডিও: https://www.youtube.com/watch?v=QypMcxyrtig

বাক্সে কী কী আছে

সবকিছু আছে কি না, দেখে নিন।

- ☑ **নেবুলাইজার, এর ওষুধের কাপ এবং কুয়াশা বের হওয়ার মুখ ঢাকার একটি ক্যাপসহ**
- ☑ **বড়দের মাস্ক (বড়)**
- ☑ **শিশুদের মাস্ক (ছোট)**
- ☑ **মাউথপিস**
- ☑ **USB চার্জিং কেবল (USB-A থেকে USB-C)**
- ☑ **নির্দেশনা পুস্তিকা**



শিশুদের মডেলের বাক্স।

বড়দের মডেলের বাক্স।

শিশুদের বাক্সের পাশ: বড়দের মাস্ক, শিশুদের মাস্ক ও মাউথপিস।

ধাপে ধাপে

বড়দের মডেল

কমলা রঙের, একটি গোল সাদা পাওয়ার বোতাম আর তার ওপরে একটি ছোট বাতি আছে।

অংশগুলো চিনে নিন

1. ওষুধের কাপ, উল্টে খোলা যায় এমন ঢাকনাসহ; এতে প্রায় 10 ml ওষুধ ধরে
2. সামনে কুয়াশা বের হওয়ার মুখ, যেখানে মাস্ক বা মাউথপিস লাগে; ব্যবহার না করার সময় ক্যাপ দিয়ে এটি ঢাকা থাকে
3. গোল পাওয়ার বোতাম
4. বোতামের ওপরের বাতি: এটি স্পিড, চার্জ হওয়া আর ব্যাটারি কম থাকা দেখায়
5. পেছনে PUSH লেখা কাপ খোলার বোতাম
6. পেছনে USB-C চার্জিং পোর্ট, রাবারের একটি ছোট ছিপির পেছনে

চার্জ দেওয়া

01 প্লাগ লাগান
পেছনের রাবারের ছিপিটি খুলুন এবং কেবলের USB-C প্রান্তটি লাগান। USB-A প্রান্তটি দেয়ালের USB অ্যাডাপ্টারে বা কম্পিউটারে লাগান।

02 বাতি দেখুন
চার্জ হওয়ার সময় বাতি হলুদ থাকে। পুরো চার্জ হলে বাতি একটানা সবুজ জ্বলে।

03 পুরো চার্জ হলে প্লাগ খুলুন
কেবলটি খুলে নিন এবং রাবারের ছিপিটি বন্ধ করুন। চার্জ হওয়ার সময় নেবুলাইজার চলবে না।

04 আপনার ব্যাটারি সম্পর্কে জানুন
15 মিনিট চার্জ দিলে এটি দুই ঘণ্টা পর্যন্ত চলে। হলুদ বাতি জ্বলে-নিভলে বুঝবেন ব্যাটারি কম। কিছুদিন তুলে রাখলে, অন্তত প্রতি তিন মাসে একবার চার্জ দিন।

প্রতিবার চিকিৎসা

01 প্রস্তুত হোন
হাত ধুয়ে নিন। কাপ, মাস্ক ও মাউথপিস পরিষ্কার ও শুকনো আছে কি না, দেখে নিন।

02 কাপ খুলুন
পেছনের PUSH বোতামটি চেপে ধরে রাখুন এবং কাপটি সামনের দিকে সরিয়ে যন্ত্র থেকে খুলে নিন।

03 ওষুধ দিন
কাপের ঢাকনা খুলুন এবং ডাক্তারের দেওয়া ওষুধ ঢালুন: অন্তত 1 ml, আর কাপের দাগের বেশি নয়। ঢাকনা শক্ত করে বন্ধ করুন।

04 কাপ আবার লাগান
ক্লিক শব্দ না হওয়া পর্যন্ত কাপটি সরিয়ে আবার বসান। কাপ ও যন্ত্রের মাঝের ছোট ধাতব কন্টাক্টগুলো পরিষ্কার ও শুকনো থাকতে হবে, নইলে এটি হয়তো চালু হবে না।

05 মাস্ক বা মাউথপিস লাগান
সামনের ক্যাপটি খুলুন। মাস্ক বা মাউথপিসটি কুয়াশা বের হওয়ার গোল মুখে চাপ দিয়ে লাগান।

06 চালু করুন ও স্পিড বেছে নিন
পাওয়ার বোতামটি চেপে ধরে রাখুন; প্রায় 2 সেকেন্ডের মধ্যে কুয়াশা বের হতে শুরু করে। প্রতিবার বোতামে ছোট করে একবার চাপ দিলে স্পিড বদলায়: সবুজ মানে কম, নীল মানে মাঝারি, হলুদ মানে বেশি।

07 স্বাভাবিকভাবে শ্বাস নিন
এটি স্থির করে ধরুন, শরীর ঢিলেঢালা রাখুন এবং স্বাভাবিকভাবে শ্বাস নিন। মাস্কের বাতাস চলাচলের ছিদ্রগুলো ঢেকে দেবেন না।

08 শেষ করুন
শেষের দিকে, সামনের অংশটা একটু নিজের দিকে কাত করুন, যাতে শেষ ফোঁটাগুলোও কুয়াশা প্লেটে পৌঁছায়। কাপ খালি হলে বা 20 মিনিট পর এটি বন্ধ হয়ে যায়। নিজে বন্ধ করতে পাওয়ার বোতামটি 1 সেকেন্ড চেপে ধরে রাখুন।

পরামর্শ

- এটি চালাতে ওষুধ বা স্যালাইন লাগে। কাপে সাধারণ পানি, কলের পানি বা ডিস্টিলড পানি থাকলে এটি নিজে নিজে বন্ধ হয়ে যায়।
- ফেনা জমে কুয়াশা বন্ধ হয়ে গেলে, এটি বন্ধ করুন, আস্তে ঝাঁকান এবং আবার শুরু করুন।
- চিকিৎসার সময় গুনগুন শব্দ হতে পারে; সাধারণত আস্তে ঝাঁকালে শব্দ থেমে যায়। কাপ ভরা থাকলে জোরে ঝাঁকাবেন না।
- ওষুধ শেষ হয়ে গেছে কিন্তু এটি চলতেই থাকলে, সঙ্গে সঙ্গে বন্ধ করুন।

পরিষ্কার করা, প্রতিবার চিকিৎসার পর

01 দ্রুত ধুয়ে নিন

কাপ খালি করুন। প্রায় 2 ml ডিস্টিলড পানি দিন, ঢাকনা বন্ধ করুন, 10 সেকেন্ড ঝাঁকান এবং পানি ফেলে দিন।

02 নিজে নিজে পরিষ্কারের মোড চালান

কাপে পরিষ্কার পানি ভরুন। যন্ত্র বন্ধ থাকা অবস্থায় পাওয়ার বোতামটি প্রায় 5 সেকেন্ড চেপে ধরে রাখুন। পরিষ্কার হওয়ার সময় বাতি পালা করে সবুজ, নীল ও হলুদ হয়। প্রায় 5 মিনিট পর এটি নিজে নিজে থেমে যায়। আগে থামাতে চাইলে বোতামটি 1 সেকেন্ড চেপে ধরে রাখুন।

03 কাপ ও মাস্ক ধুয়ে নিন

এগুলো খুলে কুসুম গরম চলমান পানির নিচে এক মিনিট ধুয়ে নিন। তারপর কুসুম গরম পানিতে একটু থালাবাসন ধোয়ার সাবান (প্রতি লিটারে প্রায় 1 ml) দিয়ে ধুয়ে নিন। সব জায়গায় এবং মাস্কের বাতাস চলাচলের ছিদ্রে নরম ব্রাশ বুলিয়ে দিন। তারপর আরও এক মিনিট পানিতে ধুয়ে নিন।

04 যন্ত্র ও কন্টাক্ট মুছুন

যন্ত্রের গা ভেজা কাপড় দিয়ে মুছে নিন, তারপর শুকিয়ে নিন। যন্ত্র ও কাপের ধাতব কন্টাক্টগুলো ডিস্টিলড পানিতে ভেজানো কটন বাড (তুলার কাঠি) দিয়ে পরিষ্কার করুন।

05 শুকিয়ে তুলে রাখুন

সবকিছু অন্তত 12 ঘণ্টা বাতাসে শুকাতে দিন, অথবা পরিষ্কার গজ কাপড় দিয়ে শুকিয়ে নিন। ক্যাপটি আবার লাগান। পরিষ্কার, শুকনো অবস্থায় এবং সরাসরি রোদ থেকে দূরে রাখুন।

06 মাঝে মাঝে জীবাণুমুক্ত করুন

পরিষ্কার কাপ ও মাস্ক 70% রাবিং অ্যালকোহলে অন্তত 5 মিনিট ভিজিয়ে রাখুন। তারপর ডিস্টিলড পানিতে এক মিনিট ধুয়ে নিন, মাস্কের বাতাস চলাচলের ছিদ্র দিয়েও পানি বইয়ে দিন। পুরোপুরি শুকাতে দিন।

দয়া করে এগুলো করবেন না

- মূল যন্ত্রটি কখনো পানিতে বা কোনো জীবাণুনাশকে ডোবাবেন না। শুধু মুছে নিন।
- অংশগুলো কখনো সেদ্ধ করবেন না, মাইক্রোওয়েভে শুকাবেন না, বা ডিশওয়াশারে দেবেন না।
- বেনজিন বা পেইন্ট থিনারের মতো কড়া রাসায়নিক দিয়ে এটি কখনো পরিষ্কার করবেন না।
- খালি কাপে এটি কখনো চালাবেন না।

কিছু কাজ না করলে

এটি চালু হয় না

- চার্জ দিন, তারপর আবার চেষ্টা করুন।
- চার্জিং কেবলটি শক্ত করে লাগানো আছে কি না, দেখুন।

চালু হয়, কিন্তু কুয়াশা বের হয় না

- হলুদ বাতি জ্বলে-নিভলে ব্যাটারি কম। চার্জ দিন।
- যন্ত্র ও কাপের ধাতব কন্টাক্টগুলো পরিষ্কার করুন, তারপর আবার চেষ্টা করুন।

যন্ত্রের বিবরণ

ওজন	প্রায় 98 গ্রাম (3.5 আউন্স)
মাপ	প্রায় 50 × 51 × 115 মিমি (2 × 2 × 4.5 ইঞ্চি)
ওষুধের কাপ	প্রায় 10 ml
কুয়াশা তৈরির হার	প্রতি মিনিটে অন্তত 0.2 ml
কণার আকার	প্রায় 3 মাইক্রন (MMAD)
শব্দ	50 dB বা তার কম

- কাপটি ক্লিক শব্দ করে ঠিক জায়গায় বসেছে কি না, নিশ্চিত হোন।
- নিজে নিজে পরিষ্কারের মোড চালান। তারপরও কুয়াশা বের না হলে কাপটি বদলাতে হবে। আমাদের ফোন করুন।

সবুজ বাতির আলো 10 সেকেন্ড ধরে কমে-বাড়ে, তারপর এটি বন্ধ হয়ে যায়

- ওষুধ দিন; হয়তো কাপ খালি।
- ওষুধ বা স্যালাইন ব্যবহার করুন, সাধারণ বা ডিস্টিলড পানি নয়।
- কাপটি ক্লিক শব্দ করে ঠিক জায়গায় বসেছে এবং কন্টাক্টগুলো পরিষ্কার আছে কি না, নিশ্চিত হোন।
- সামনের অংশটা নিজের দিকে কাত করুন, যাতে তরল কুয়াশা প্লেট ছোঁয়।

চিকিৎসার মাঝখানে এটি বন্ধ হয়ে যায়

- হয়তো কাপ খালি হয়ে গেছে। ওষুধ দিন।
- সামনের অংশটা নিজের দিকে কাত করুন, যাতে তরল কুয়াশা প্লেট ছোঁয়।
- 20 মিনিট পরেও এটি বন্ধ হয়ে যায়। আবার শুরু করতে বোতামটি চেপে ধরে রাখুন।

ওষুধ চুইয়ে পড়ে

- দাগের ওপরে থাকা ওষুধ ফেলে দিন, তারপর আবার শুরু করুন।
- চিকিৎসার সময় এটি স্থির করে ধরে রাখুন।
- কাপে ফাটল থাকলে বা এর সিল ক্ষয়ে গেলে, কাপটি বদলাতে হবে। আমাদের ফোন করুন।

ব্যাটারি	ভেতরে লাগানো 3.7 V, 600 mAh লিথিয়াম ব্যাটারি; 15 মিনিট চার্জে 2 ঘণ্টা পর্যন্ত ব্যবহার
চার্জিং	USB-A থেকে USB-C কেবল, 5 V / 1 A
নিজে নিজে বন্ধ হওয়া	20 মিনিট
ব্যবহারের তাপমাত্রা	5 °C থেকে 40 °C (41 °F থেকে 104 °F)

প্রশ্ন

যা জেনে রাখা ভালো।

নিজে নিজে পরিষ্কারের মোড কীভাবে ব্যবহার করব?

কাপে পরিষ্কার পানি দিন (শিশুদের মডেলে প্রায় 6 ml) এবং ঢাকনা বন্ধ করুন। বাতি জ্বলে উঠে রং বদলাতে শুরু না করা পর্যন্ত পাওয়ার বোতামটি প্রায় 5 সেকেন্ড চেপে ধরে রাখুন। এরপর নেবুলাইজারটি অল্প অল্প সময় ধরে চলে: কুয়াশা প্লেটে লেগে থাকা ওষুধ ঝাঁকিয়ে ছাড়াতে এটি বারবার নিজে নিজে চালু আর বন্ধ হয়। থামাতে আবার বোতাম চাপুন; বড়দের মডেল প্রায় 5 মিনিট পর নিজে নিজেও থেমে যায়। এই কুয়াশা শ্বাসের সাথে নেবেন না, আর শেষ হলে পানি ফেলে দিন।

আমার কাছে কোন মডেলটি আছে?

শিশুদের মডেল নীল, সবুজ, কমলা বা সাদা রঙের, এতে কার্টুন মুখ আছে, আর এর কমলা ঠোঁটটিই বোতাম। বড়দের মডেল কমলা রঙের, এতে একটি গোল সাদা পাওয়ার বোতাম আছে।

কোন মাস্ক ব্যবহার করব?

ছোট মাস্কটি শিশুদের জন্য, আর বড়টি বড়দের জন্য। মাস্ক দিয়ে নাক ও মুখ দুটোই ঢাকতে হবে। যে বড়রা মুখ দিয়ে শ্বাস নিতে পছন্দ করেন, তাঁরা মাস্কের বদলে মাউথপিস ব্যবহার করতে পারেন।

চিকিৎসার জন্য কি এতে সাধারণ পানি দেওয়া যায়?

নিরাপত্তা সবার আগে

- শুধু ডাক্তারের দেওয়া ওষুধ আর ডোজ ব্যবহার করুন। ডাক্তারকে জিজ্ঞেস না করে ডোজ বদলাবেন না, কতবার ব্যবহার করবেন সেটাও বদলাবেন না।
- পুরো চিকিৎসার সময় শিশুর সাথে থাকুন। নেবুলাইজার ব্যবহার না করার সময় ছোট অংশ ও তারগুলো শিশুদের থেকে দূরে রাখুন।
- প্রত্যেকের নিজের মাস্ক বা মাউথপিস থাকা উচিত। এগুলো অন্য কারও সাথে ভাগ করে ব্যবহার করবেন না।
- প্রতিবার চিকিৎসার পর কাপে থেকে যাওয়া ওষুধ ফেলে দিন। পরের বারের জন্য রেখে দেবেন না।
- চিকিৎসার পর শ্বাস নেওয়া সহজ না হলে, বা আরও কঠিন হলে, আপনার ডাক্তারকে ফোন করুন। জরুরি অবস্থায় 911 নম্বরে ফোন করুন।
- দাহ্য (সহজে আগুন ধরে এমন) গ্যাস বা অ্যানেস্থেসিয়ার গ্যাসের কাছে এটি ব্যবহার করবেন না।

না। শুধু ডাক্তারের দেওয়া ওষুধ বা স্যালাইন ব্যবহার করুন। কাপে সাধারণ বা ডিস্টিলড পানি থাকলে বড়দের মডেল নিজে নিজে বন্ধ হয়ে যায়। পরিষ্কার পানি শুধু পরিষ্কারের মোডের জন্য, আর সেই কুয়াশা শ্বাসের সাথে নেওয়া উচিত নয়।

এটি নিজে নিজে বন্ধ হয়ে গেল কেন?

দুটো মডেলই 20 মিনিট পর থেমে যায়, আর কাপ শুকিয়ে গেলেও থেমে যায়। বড়দের মডেলে, হলুদ বাতি জ্বলে-নিভলে বুঝবেন ব্যাটারি কম। সবুজ বাতির আলো কমে-বাড়লে বুঝবেন তরল কুয়াশা প্লেটে পৌঁছাচ্ছে না।

কাপে একটু ওষুধ থেকে যাওয়া কি স্বাভাবিক?

হ্যাঁ। সবসময় অল্প একটু থেকে যায়। প্রতিবার চিকিৎসার পর এটি ফেলে দিন, জমিয়ে রাখবেন না।

চার্জ হওয়ার সময় কি এটি ব্যবহার করা যায়?

না। আগে চার্জ দিন, তারপর চিকিৎসা দিন। চার্জের জন্য প্লাগে লাগানো থাকলে বড়দের মডেল চলে না।

অংশগুলো কখন বদলাতে হবে?

মাস্ক ফেটে গেলে, শক্ত হয়ে গেলে, বা মুখে ঠিকমতো না বসলে বদলে ফেলুন। পরিষ্কার করার পরও কুয়াশা বের না হলে কাপ বদলান। নতুন মাস্ক ও মাউথপিসের জন্য আমাদের ফোন করুন।

- এটি জীবন রক্ষাকারী (লাইফ সাপোর্ট) যন্ত্র নয়। যিনি অজ্ঞান, বা নিজে নিজে শ্বাস নিতে পারছেন না, তাঁর জন্য এটি নয়।

আপনার নেবুলাইজার সম্পর্কে

পোর্টেবল আল্‌ট্রাসনিক নেবুলাইজার

বহনযোগ্য ও হালকা

ব্যাগে বা পকেটে রাখার মতো ছোট। তাই চিকিৎসা সবসময় আপনার হাতের কাছে থাকে।

তিনটি স্পিড সেটিং

অল্প কিছু পোর্টেবল নেবুলাইজারেই এই সুবিধা থাকে। তিনটি স্পিড থাকায় রোগী ও ওষুধ অনুযায়ী চিকিৎসা ঠিক করে নেওয়া যায়।

নিজে নিজে পরিষ্কার

এতে পরিষ্কারের একটি মোড আগে থেকেই আছে, যা ব্যবহারের পর যন্ত্রটি পরিষ্কার করে দেয়। ফলে পরের চিকিৎসার জন্য এটি তৈরি থাকে।

খুব কম শব্দ

এত কম শব্দ হয় যে স্কুলে, কাজের জায়গায় বা ঘুমন্ত শিশুর পাশেও এটি ব্যবহার করা যায়।

দীর্ঘস্থায়ী লিথিয়াম ব্যাটারি

15 মিনিট চার্জ দিলে টানা দুই ঘণ্টা পর্যন্ত ব্যবহার করা যায়। এটা প্রায় ফোনে একটু চার্জ দেওয়ার মতো।

এক বোতামেই চলে

শিশু ও বড়, সবার জন্য চালানো সহজ। দেশজুড়ে বিভিন্ন ক্লিনিক আগে থেকেই এর ওপর ভরসা করে।

US Brace & Limb Co. (USBL)-এর তৈরি।

আমরা সাহায্য করতে আছি

এখনো প্রশ্ন আছে? আমাদের ফোন করুন।

আপনি সোমবার থেকে শুক্রবার, New York-এর সময় অনুযায়ী সকাল 9টা থেকে বিকেল 5টা আমাদের ফোন করতে পারেন। বদলানোর জন্য অংশও পাওয়া যায়: দুই মাপের মাস্ক, মাউথপিস, টিউব, এবং আমাদের দেওয়া নেবুলাইজারের ফিল্টার। আপনার নাম আর যে জিনিসটি দরকার তা জানাতে আমাদের ফোন করুন। আমরা আপনার বিমা কভারেজ দেখে জিনিসটি পাঠিয়ে দেব।

আমাদের সময়ের বাইরে, ওষুধ নিয়ে প্রশ্ন থাকলে আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে ফোন করুন। শ্বাস নিতে কষ্ট হলে 911 নম্বরে ফোন করুন।

এই নির্দেশিকা অনলাইনে: wellness-supplies.com/how-to-use/ultrasonic/bn