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।

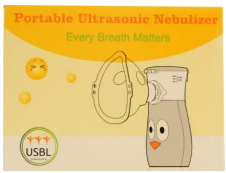
ভিডিওটি ইংরেজিতে।

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

শিশুদের মডেল

নীল, সবুজ, কমলা বা সাদা রঙের, কার্টুন মুখওয়ালা। কমলা রঙের ঠোঁটটিই চালু/বন্ধ করার বোতাম।

অংশগুলো চিনে নিন

1. ওষুধের কাপ, ওপরে উল্টে খোলা যায় এমন ঢাকনাসহ; এতে 10 ml পর্যন্ত ওষুধ ধরে
2. সামনে কুয়াশা বের হওয়ার মুখ, যেখানে মাস্ক বা মাউথপিস লাগে; ব্যবহার না করার সময় ক্যাপ দিয়ে এটি ঢাকা থাকে
3. চালু/বন্ধ বোতাম: সামনের কমলা রঙের ঠোঁট
4. সামনের বাতি: এটি চার্জ হওয়া, পরিষ্কারের মোড, আর যন্ত্রটি চলছে কি না, তা দেখায়
5. পেছনে কাপ খোলার বোতাম
6. পেছনে USB-C চার্জিং পোর্ট

চার্জ দেওয়া

01 প্লাগ লাগান
কেবলের USB-C প্রান্তটি পেছনের চার্জিং পোর্টে লাগান। USB-A প্রান্তটি দেয়ালের USB অ্যাডাপ্টারে বা কম্পিউটারে লাগান।

02 বাতি দেখুন
চার্জ হওয়ার সময় বাতি হলুদ থাকে। ব্যাটারি পুরো ভরে গেলে বাতি সবুজ হয়ে যায়।

03 আপনার ব্যাটারি সম্পর্কে জানুন
15 মিনিট চার্জ দিলে এটি দুই ঘণ্টা পর্যন্ত চলে। নেবুলাইজারটি কিছুদিন তুলে রাখলে, ব্যাটারি ভালো রাখতে অন্তত প্রতি দুই মাসে একবার চার্জ দিন।

প্রতিবার চিকিৎসা

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

02 কাপ ভরুন
ঢাকনা খুলুন এবং ডাক্তারের দেওয়া ওষুধ ঢালুন। 10 ml-এর বেশি ভরবেন না। খট করে আটকে না যাওয়া পর্যন্ত ঢাকনা চেপে বন্ধ করুন।

03 মাস্ক বা মাউথপিস লাগান
সামনের ক্যাপটি খুলুন। মাস্ক বা মাউথপিসটি কুয়াশা বের হওয়ার গোল মুখে চাপ দিয়ে লাগান। কোলের শিশু ও বাচ্চাদের জন্য এমন মাস্ক ব্যবহার করুন, যা নাক ও মুখ দুটোই ঢাকে।

04 চালু করুন ও স্পিড বেছে নিন
চালু/বন্ধ বোতাম চাপুন। বেশি, মাঝারি ও কম স্পিডের মধ্যে বদলাতে আবার চাপুন। একটানা কুয়াশা বের হওয়া আর নীল বাতি মানে এটি কাজ করছে।

05 স্বাভাবিকভাবে শ্বাস নিন
নেবুলাইজারটি সোজা করে ধরুন। মাউথপিসটি মুখে নিয়ে ঠোঁট দিয়ে চারপাশ বন্ধ করুন, অথবা মাস্কটি নাক ও মুখের ওপর ঠিকমতো বসান। ধীরে ধীরে, স্বাভাবিকভাবে শ্বাস নিন।

06 সময় দিন
5 ml ওষুধ শেষ হতে বেশি স্পিডে প্রায় 15 মিনিট, মাঝারিতে 20 মিনিট, আর কম স্পিডে 30 মিনিট লাগে। 20 মিনিট পর এটি নিজে নিজে বন্ধ হয়ে যায়। ওষুধ বাকি থাকলে, আবার চালাতে বোতাম চাপুন।

07 শেষ করুন
শব্দ বদলে গেলে, বা কাপ খালি হয়ে এটি বন্ধ হয়ে গেলে থামুন। কাপে কয়েক ফোঁটা থেকে যাওয়া স্বাভাবিক।

শিশুকে চিকিৎসা দেওয়ার সময়

পুরো সময় মাস্কটি মুখের সাথে লাগিয়ে রাখুন। মাস্ক মুখ থেকে একটু সরে গেলেও অনেকখানি ওষুধ ফুসফুসে পৌঁছানোর আগেই বেরিয়ে যায়। কাঁদতে থাকা শিশুও কম ওষুধ শ্বাসের সাথে নেয়। তাই শান্ত একটা সময়, প্রিয় কোনো অনুষ্ঠান বা একটা বই সত্যিই অনেক সাহায্য করে।

পরামর্শ

- পুরো সময় এটি সোজা রাখুন, যাতে ওষুধ কুয়াশা প্লেটের ওপর থাকে।
- শুধু ডাক্তারের দেওয়া তরল ওষুধ বা স্যালাইন ব্যবহার করুন। কখনো সাধারণ পানি, তেল, দুধ বা ঘন তরল দেবেন না।
- শিশুরা শুধু কোনো বড় মানুষের নজরে থেকে এটি ব্যবহার করবে। কখনো শিশুকে এটির সাথে একা রেখে যাবেন না।

পরিষ্কার করা, প্রতিবার চিকিৎসার পর

01 কাপ খালি করুন
কাপে থেকে যাওয়া ওষুধ ফেলে দিন।

02 দরকার হলে কাপ খুলুন
পেছনের কাপ খোলার বোতাম চাপুন এবং কাপটি সামনের দিকে ঠেলে সরিয়ে খুলে নিন। আবার লাগাতে, ক্লিক শব্দ না হওয়া পর্যন্ত ঠেলে বসান।

03 মাস্ক ও মাউথপিস পরিষ্কার করুন
এগুলো খুলে নিন। তারপর মেডিকেল অ্যালকোহল ওয়াইপ দিয়ে মুছুন, অথবা জীবাণুমুক্ত করতে ভিজিয়ে রাখুন। কুসুম গরম পানিতে ধুয়ে বাতাসে শুকাতে দিন।

04 নিজে নিজে পরিষ্কারের মোড চালান
কাপে প্রায় 6 ml পরিষ্কার পানি দিন এবং ঢাকনা বন্ধ করুন। চালু/বন্ধ বোতামটি প্রায় 5 সেকেন্ড চেপে ধরে রাখুন। পরিষ্কার হওয়ার সময় বাতি সবুজ ও লাল হয়ে জ্বলে-নেভে। এই কুয়াশা শ্বাসের সাথে নেবেন না।

05 মুছে তুলে রাখুন
বাইরের দিকটা নরম, শুকনো, পরিষ্কার তোয়ালে দিয়ে মুছুন। নেবুলাইজারটি কখনো পানিতে ধোবেন না বা পানিতে ডোবাবেন না। ক্যাপটি আবার লাগান এবং ঠান্ডা, শুকনো জায়গায় রাখুন।

দয়া করে এগুলো করবেন না

- কুয়াশা বের হওয়ার মুখের ভেতরের ছোট ধাতব কুয়াশা প্লেটটি কখনো আঙুল, ব্রাশ বা কোনো শক্ত জিনিস দিয়ে ছোঁবেন না।
- খালি কাপে এটি কখনো চালাবেন না।
- এটি কখনো গরম কোনো কিছুর ওপর রাখবেন না।

কিছু কাজ না করলে

খুব কম কুয়াশা, বা একেবারেই কুয়াশা নেই

- ওষুধ দিন; হয়তো কাপে যথেষ্ট ওষুধ নেই।
- নেবুলাইজারটি সোজা করে ধরুন।
- খুব ঘন ওষুধ থেকে হয়তো কুয়াশা তৈরি হবে না। আপনার ফার্মাসিস্টকে জিজ্ঞেস করুন।
- ঠান্ডা ঘরে, 3 থেকে 6 ml গরম পানি দিয়ে শেষ না হওয়া পর্যন্ত চালান (এটি শ্বাসের সাথে নেবেন না)। তারপর আবার চেষ্টা করুন।

যন্ত্রের বিবরণ

ওজন	প্রায় 100 গ্রাম (3.5 আউন্স)
মাপ	118 মিমি লম্বা, 39.5 মিমি চওড়া (প্রায় 4.6 × 1.6 ইঞ্চি)
ওষুধের কাপ	10 ml পর্যন্ত
কুয়াশা তৈরির হার	প্রতি মিনিটে প্রায় 0.2 ml
কণার আকার	5 মাইক্রন বা তার চেয়ে ছোট
শব্দ	50 dB বা তার কম

কুয়াশা দুর্বল

- ব্যাটারি চার্জ দিন।
- বাতাসের বুদবুদ সরাতে কাপে আলতো টোকা দিন বা আস্তে ঝাঁকান। তারপর আবার চালু করুন।
- কুয়াশা প্লেট পরিষ্কার করুন: 3 থেকে 6 ml পানিতে 2 বা 3 ফোঁটা ভিনেগার দিয়ে শেষ না হওয়া পর্যন্ত চালান (এটি শ্বাসের সাথে নেবেন না)। তারপর কাপ পরিষ্কার করুন।
- এর কোনোটিতেই কাজ না হলে, হয়তো কুয়াশা প্লেটটি ক্ষয়ে গেছে। আমাদের ফোন করুন।

কাপে ওষুধ আছে, কিন্তু কুয়াশা বের হচ্ছে না

- ওষুধ ঢালার সময় বাতাসের বুদবুদ কুয়াশা প্লেট আটকে দিতে পারে। কাপে আলতো টোকা দিন বা আস্তে ঝাঁকান, তারপর আবার চালু করুন।

শেষে একটু ওষুধ থেকে যায়

- এটা স্বাভাবিক। শব্দ বদলে গেলে বা এটি নিজে নিজে বন্ধ হয়ে গেলে থামুন।

ব্যাটারি	ভেতরে লাগানো 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?

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?

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

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।

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