NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.℠

Helping Hand™ Health Education for Patients and Families

इनहेलर: मास्कको साथ स्पेसरहरू

Inhalers: Spacers with Mask (Nepali)

सास फेर्न सजिलो बनाउन मद्दत गर्ने धेरै औषधिहरू इनहेलरद्वारा लिइन्छ। इनहेलर सही तरिकाले प्रयोग गर्नुपर्छ वा तपाईंको बच्चालाई राम्रो महसुस गराउनका लागि औषधि फोक्सोमा पुग्ने छैन। स्पेसर एउटा उपकरण हो जसले औषधिलाई फोक्सोमा पुग्न मद्दत गर्छ। यसले इन्हेलरबाट औषधिलाई व्यक्तिले सास फेर्न सुरु नगरेसम्म राख्छ। व्यक्तिले सास फेर्दा, औषधि फोक्सोमा तानिन्छ। **सधैँ स्पेसर प्रयोग गर्नुहोस्, तपाईंको बच्चाको उमेर फरक पर्दैन।**

त्यहाँ धेरै प्रकारका स्पेसरहरू छन् जुन थोरै फरक रूपमा काम गर्न सक्छ। यस ह्यान्डआउटले यस अस्पतालमा प्रयोग गरिएको स्पेसरको प्रकारलाई समेट्छ। यदि तपाईंको स्पेसर यहाँ वर्णन गरिएको भन्दा फरक छ भने, यसलाई कसरी प्रयोग गर्ने स्वास्थ्य सेवा प्रदायक, श्वासप्रश्वास चिकित्सक वा फार्मासिस्टलाई सोध्नुहोस्। तपाईंको डाक्टरले सिफारिस गरेको स्पेसरका लागि निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्।

महत्त्वपूर्ण: तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले निर्धारित गरेको भन्दा बढी यो औषधि नलिनुहोस्। यदि तपाईंसँग कुनै प्रश्नहरू छन् भने वा यदि इन्हेलर(हरू) ले तपाईंले सोचेअनुसार मद्दत गर्दैन भने, तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

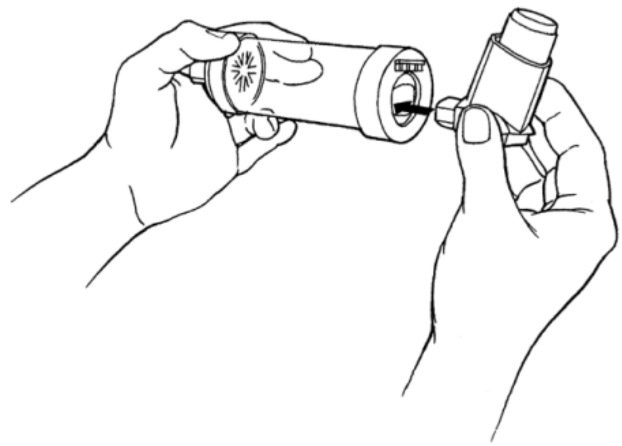
कसरी प्रयोग गर्ने

1. स्पेसर सफा छ भनेर सुनिश्चित गर्न जाँच गर्नुहोस्। यदि यो सफा छैन भने, कृपया पृष्ठ 2 मा मास्क कसरी सफा गर्ने हेर्नुहोस्।

©2012, संशोधित 2021, Nationwide Children's Hospital
जारी…

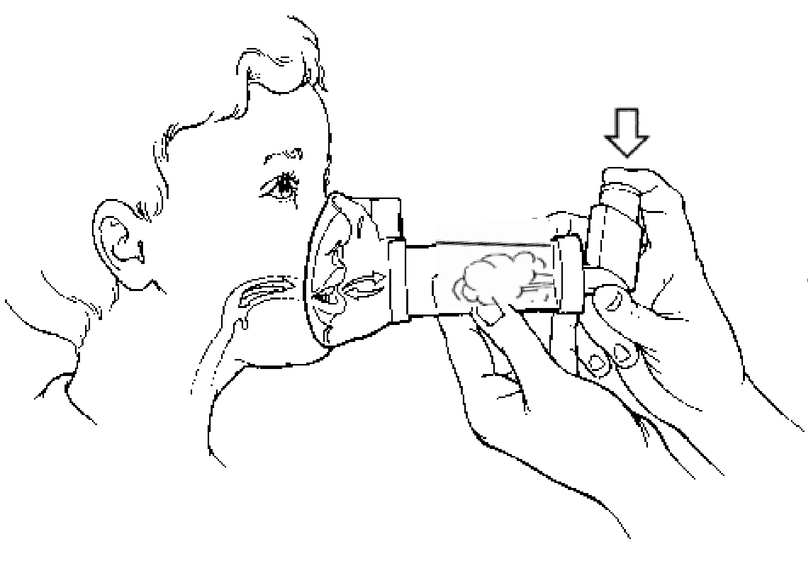
2. इनहेलरबाट क्याप हटाउनुहोस्। यदि इनहेलर पहिले कहिल्यै प्रयोग गरिएको छैन वा 2 हप्ता वा लामो समयसम्म प्रयोग गरिएको छैन भने, इनहेलरलाई छर्किनुहोस् (वा बर्बाद गर्नुहोस्) ताकि औषधि बाहिर आउँछ।

   इनहेलर छर्किन, यसलाई हल्लाउनुहोस् र त्यसपछि 4 पटक तल धकेल्नुहोस्। हावामा औषधि स्प्रे गर्नुहोस्।



तस्विर 1 स्पेसरमा इनहेलर घुसाउनुहोस्।

3. इनहेलरको माउथपिसलाई स्पेसरको अन्त्यमा रहेको रबर खोल्ने ठाउँमा राख्नुहोस् (तस्विर 1)।
4. स्पेसर र इनहेलरलाई दृढतापूर्वक समात्नुहोस्। 10 सेकेन्डका लागि छिटो हल्लाउनुहोस्।
5. मास्कलाई बिस्तारै अनुहारमा राख्नुहोस् ताकि नाक र मुख छोपियोस्। मास्क र अनुहारबिच राम्रो छाप प्राप्त गर्न निश्चित हुनुहोस्। लीकले तपाईंलाई पर्याप्त औषधि पाउनबाट जोगाउने छ। भल्भले तपाईंलाई सामान्य रूपमा सास फेर्न अनुमति दिन्छ जब मास्क दृढ रूपमा राखिएको हुन्छ।
6. औषधिको एउटा पफ छोड्नका लागि इनहेलरमा बलियो रूपमा थिच्नुहोस् (तस्विर 2)।
7. 6 देखि 8 पटक बिस्तारै सास भित्र र बाहिर।
8. यदि स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले एक भन्दा बढी पफ अर्डर गरेको छ भने, कम्तीमा 60 सेकेन्ड पर्खनुहोस् र 4 देखि 7 चरणहरू दोहोर्याउनुहोस्।



तस्विर 2 औषधिको एक खुराक जारी गर्न तल थिच्नुहोस्। .

मास्कको साथ स्पेसर सफा गर्दै

1. हप्ताामा एक पटक, इन्हेलर र मास्क राख्ने ब्याकपिसलाई छेउबाट हटाउनुहोस्। ब्याकपीस रबरको औँठी जस्तो देखिने छ।
2. स्पेसर, ब्याकपिस र मास्कलाई डिशवाशरमा माथिल्लो र्याकमा राख्नुहोस् वा सबै टुक्राहरूलाई न्यानो, साबुन पानीले भरिएको कचौरामा भिजाउनुहोस्। कुनै पनि फोहोर हटाउन डिश साबुन डिटर्जेन्ट प्रयोग गर्नुहोस्। यसलाई सफा गर्न वाशक्लोथ वा ब्रश प्रयोग नगर्नुहोस् (तस्विर 3)।
3. कुल्ला गर्न, हल्का गति प्रयोग गरी सफा, तातो पानीको कचौरामा स्पेसर, ब्याकपिस र मास्क घुमाउनुहोस्। बगिरहेको पानी प्रयोग नगर्नुहोस्। पानीको दबावले स्पेसरमा भल्भलाई बर्बाद गर्न सक्छ।
4. हल्का रूपमा अतिरिक्त पानी हटाउनुहोस् र सफा सतहमा हावा-सुक्खा छोड्नुहोस्। **यसलाई कपडाले रगडेर सुकाउनु हुँदैन।**
5. स्पेसर पूर्णतया सुख्खा छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। ब्याकपीस र मास्क संलग्न गर्नुहोस्।

तस्विर 3 हप्ताामा एक पटक हातले वा डिशवाशरको माथिल्लो र्याकमा स्पेसर, ब्याकपिस र मास्क सफा गर्नुहोस्।