

Pulse Oximetry (பல்ஸ் ஆக்சிமெட்ரி)- நோயாளியின் பயன்பாட்டுக்குரிய வழிமுறைகள்

பல்ஸ் ஆக்சிமீட்டர்கள் உங்கள் இரத்தத்தில் எவ்வளவு ஆக்ஸிஜன் இருக்கின்றது என்பதைத் தீர்மானிக்க சிவப்பு மற்றும் அகச்சிவப்பு ஒளியைப் பயன்படுத்தும் மருத்துவ சாதனங்களாகும். இந்த சாதனம் உங்கள் விரலின் நுணியை கவ்விப் பிடிக்கக்கூடிய கிளிப் போல வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. பல்ஸ் ஆக்சிமீட்டர்கள் உங்கள் ஆக்ஸிஜன் அளவையும் இதயத் துடிப்பையும் அளவிடுகின்றன. அவை நல்ல குருதிச் சுற்றோட்டமுள்ள விரல்களில் ஒழுங்காகப் பொருத்தப்பட்டுப் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும்.



எவ்வாறு பயன்படுத்துவது

1. வசதியாக இருக்கும் வகையில் அமர்ந்து கொள்ளவும்.
2. உங்கள் கைகள் சுத்தமாகவும் ஓரளவு சூடாகவும் இருப்பதை உறுதி செய்து கொள்ளவும்.
3. நகப் பூச்சு, செயற்கை நகங்கள் அல்லது உங்கள் நகங்களை மறைக்கும் வேறு எந்த சாதனத்தையும் அகற்றவும்.
4. நுணியைக் கவ்விப் பிடிக்கும் கிளிப்பைப் போன்று பல்ஸ் ஆக்சிமீட்டரைத் திறக்கவும். அதை அழுத்தித் திறக்க வேண்டாம், அது உங்கள் விரலை உட்புகவிடும் அளவுக்கு எளிதாகவும் அகலமாகவும் திறக்க வேண்டும்.
5. உங்களுடைய எந்தவொரு கையின் சுட்டுவிரலையாவது அல்லது நடுவிரலையாவது அதற்குள் எளிதாக முன்னோக்கி நகர்த்தவும்.
6. உங்கள் விரலைச் செருகும்போது பல்ஸ் ஆக்சிமீட்டர் தானாகவே இயங்கத் தொடங்கும், வாசிப்பைக் காட்டும்போது அது ஒளிரக்கூடும்.
7. எண்களை உறுதிப்படுத்தக் காத்திருக்கும்போது, காட்டியில் பற்றரியின் அளவுகாட்டியைப் பரிசோதிக்கவும். பற்றரி குறைவாக இருந்தால், ஆலோசனைக்கு _____ ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும்.
8. பல்ஸ் ஆக்சிமீட்டர் உங்கள் ஆக்ஸிஜன் அளவை அளவிடும் போது உங்கள் கையை ஆசுவாசமாக அசைக்காது வைத்திருக்க முயற்சிக்கவும். உங்கள் இதயம் துடிக்கும் ஒவ்வொரு தடவையும் ஒளிரக்கூடிய சிறிய ஒளி அல்லது பட்டி அதில் இருக்கக்கூடும்.
9. சுமார் 1 நிமிடம் கழித்து உங்கள் ஆக்ஸிஜன் அளவைப் பதிவு செய்யவும். ஒளிர்காட்டியில் மேலே காட்டும் எண் உங்கள் ஆக்ஸிஜன் அளவையும், மற்ற எண் உங்கள் இதயத் துடிப்பையும் குறிக்கும்.
10. உங்கள் விரலிலிருந்து பல்ஸ் ஆக்சிமீட்டரை அகற்றவும். சாதனம் தானாகவே அணைக்கப்பட்டு மீண்டும் பயன்படுத்துவதற்குத் தயாராகி விடும்

எண்கள் தொடர்ச்சியான முறையில் காட்டப்படாவிட்டால்:

- உங்கள் விரல் ஆக்ஸிமீட்டருக்குள் சரியாகப் பொருந்தியுள்ளதா என உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்
- அதன் பின்பும் காட்டவில்லை என்றால் மற்றொரு விரலில் பொருத்திப் பார்த்து முயற்சிக்கவும்
- விரல் சூடாக இருப்பதை உறுதிசெய்து கொள்ளவும், உங்கள் முஷ்டியை இறுகப் பிடிக்காமல், உங்கள் கையை அசையாமல் வைத்திருக்கவும்.

சுத்தம் செய்தல்

ஆக்ஸிமீட்டரை ஈரப்படுத்த வேண்டாம். சிறிய ஆல்கஹால் துடைப்பான் ஒன்றினால் துடைக்கவும். டிஜிட்டல் காட்டியைச் சேதப்படுத்தும் என்பதால் ஏனைய கிருமிநாசினி/பாக்டீரியா எதிர்ப்புத் துடைப்பான்களைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

குறிப்பு:

உங்கள் ஆக்ஸிஜன் அளவைக் குறைக்கக் கூடிய பணிகள் என்ன என்பதை அறிவதற்கும் வெவ்வேறு செயற்பாடுகளை முடிக்கும்போது உங்கள் பல்ஸ் ஆக்சிமெட்ரி வாசிப்பைப் பயன்படுத்தலாம். இந்த நடவடிக்கைகளை மட்டுப்படுத்த முயற்சிக்கவும், இது குறித்து உங்கள் மருத்துவத்தாதி அல்லது மருத்துவரிடம் கலந்தாலோசிக்கவும்.