



২৪ ঘণ্টার হার্ট মনটর নজি লাগানো এর নির্দেশনা

সহায়তার জন্য সোম-শুক্র সকাল ৯:০০টা - বকাল ৫:০০টা পর্যন্ত ০৩৪৫ ৬০৮০৫৪২ নম্বরে কল করুন

অনুগ্রহ করে নিম্নলিখিত সময়ের জন্য মনটরটি পরুন:

24-ঘন্টা	48-ঘন্টা	72-ঘন্টা	7-দিন
----------	----------	----------	-------

এই মনটরটি আপনার হৃৎস্পন্দনে পরিবর্তন রেকর্ডিং হবে, যাতে আপনার উপসর্গগুলির কারণ সম্পর্কে আপনার ডাক্তার একটি দ্রুততর ও আরো নির্ভরযোগ্য ক্লিনিক্যাল রোগ নির্ণয় করতে পারেন। মনটরটির ডিজাইন এরকমভাবে করা হয়েছে, যা বাড়তি সহজে নজি লাগিয়ে নেওয়া যায়। এটি পরে থাকার সময়কালে অনুগ্রহ করে, আপনার নিয়মিত কাজকর্মগুলি চালিয়ে যান; যার মানে হল আপনি এটি না খুলেই ব্যায়াম করতে পারেন ও শাওয়ার নজি পারেন (অনুগ্রহ করে, এটি পরে সাঁতার কাটবেন না বা স্নান করবেন না)।

গুরুত্বপূর্ণ: অনুগ্রহ করে, ওই দিনই লাগিয়ে নিন বা পরের কাজের দিনে সকাল ৯:০০টা - বকাল ৫:০০টা পর্যন্ত লাগান

1

## ভিডিওটি দেখুন ও অ্যাপটি ডাউনলোড করুন

মনটরটি লাগানোর আগে, যখনই সম্ভব হবে, অনুগ্রহ করে, আমাদের ছোট ভিডিওটি দেখে নিন: [www.ecg-od.com/fitting](http://www.ecg-od.com/fitting) এই নির্দেশনাগুলি সতর্কভাবে পড়ে নিন। সম্ভব হলে, কডিআর (QR) কোডটি স্ক্যান করে ডায়েরী অ্যাপটি ডাউনলোড করুন বা ইসজি-ওডি (ECG-OD) ডায়েরীর জন্য অ্যাপ/প্লে স্টোরের সার্চ করুন।

আপনার স্মার্টফোনে আপনার উপসর্গগুলি রেকর্ড করুন। বকল্প হিসেবে, প্রদানকৃত কাগজে ডায়েরীটি ব্যবহার করুন।



2

## বাক্সে থাকা জিনিসগুলি

এতে নীচের এই জিনিসগুলি রয়েছে কি না যাচাই করে নিন:

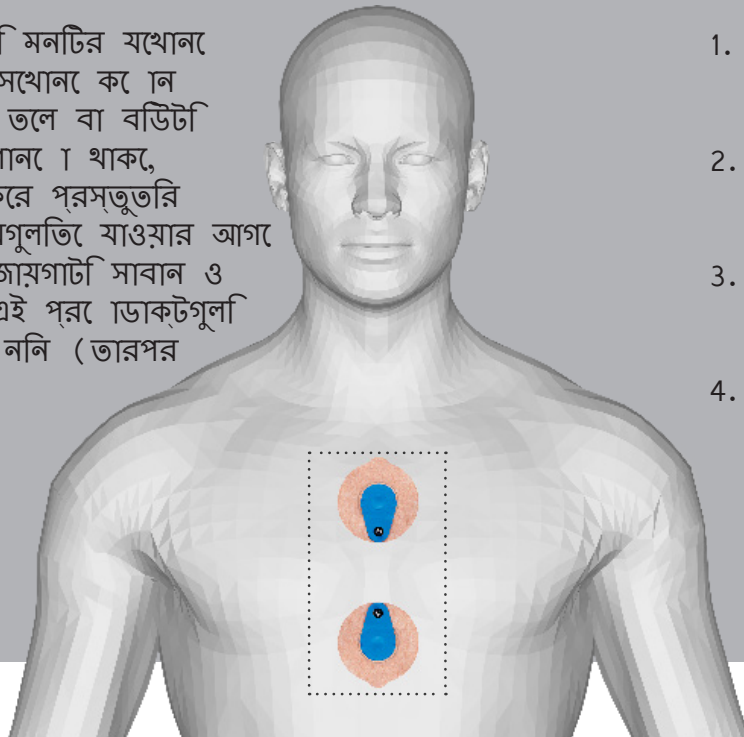
- হার্ট মনটর (কব্লে সহ)
- ইসজি (ECG) ইলেকট্রোডস (অতিরিক্ত স্টিকি প্যাডগুলি সহ)
- অ্যালকোহল ওয়াইপ (ত্বক ময়েস রাখার জন্য)
- রেজের (২৪ ঘণ্টা অপসারণের জন্য)
- কাগজে ডায়েরী (উপসর্গগুলি রেকর্ড করার জন্য)
- ফরোজ প্যাঠানে রাখা খাম



3

## ত্বকের প্রস্তুতি

গুরুত্বপূর্ণ: যদি মনটর যখনই লাগানো হবে, সঠিকভাবে কল ময়শ্চারাইজার, তলে বা বডিটি পরে ডাকট লাগানো থাকে, সর্বাধিক ত্বকের প্রস্তুতির পরবর্তী পরামর্শগুলিতে যাওয়ার আগে অনুগ্রহ করে, জায়গাটি সাবান ও জল দিয়ে ধুয়ে এই পরে ডাকটগুলি অপসারণ করে নিন (তারপর শুকিয়ে নিন)।



## ত্বকের প্রস্তুতি প্রক্রিয়া:

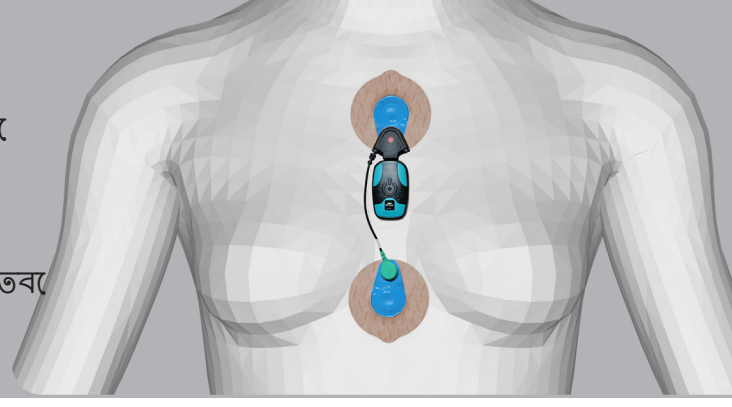
1. যোজ্য জায়গাগুলি প্রস্তুত করা হবে তা চিহ্নিত করুন (বামে দেখুন)
2. কল ময়েস থাকলে, রেজের ব্যবহার করে তা তুলে নিন।
3. অ্যালকোহল ওয়াইপ দিয়ে জায়গাটি পরিষ্কার করুন।
4. 2 মিনিট অপেক্ষা করে, কল পরিষ্কারকারী দ্রবণকে স্বাভাবিকভাবে বাষ্পীভূত হতে দিয়ে ত্বককে শুকিয়ে নিন।



4

## হার্ট মনটির সংযুক্ত করা

- সতরকভাবে ইলেক্ট্রোড ডিগগুলি ব্যাকিং খুলে ননি এবং ডান দিকেরে ছবি অনুযায়ী প্রয়োগ করুন
- ত্বককে সংস্পর্শ নশিচতি করতে, ইলেক্ট্রোড ডিগগুলি প্রানতগুলিকে মস্ন করুন, তববে কনেদ্রস্থলে চাপ দেওয়া এড়িয়ে চলুন।



5

## মনটিরটা চালু করা

- ত্বককে সংস্পর্শে এলই যন্তরটা আপনা-আপনি চালু হয়ে যাবে। যদি তা সফল হয়, আপনি প্রতি 5 সেকেন্ড পর পর একটি সবুজ আলো জ্বলতে দেখবেন (হার্ট চহিনরে উপর)। যদি আলো টি হালকা আসে, সকে্ষতেরে নশিচতি করুন যবে, আপনি উজ্জ্বল জায়গাতে নই।
- যদি আলো টি দেখো না যায়, হলেপলাইন নম্বর 0345 6080542-এ ফোান করুন (সে 1ম-শুকর সকাল 9:00টা থেকে বকাল 5:00টা পর্যন্ত থে লা থাকে)



6

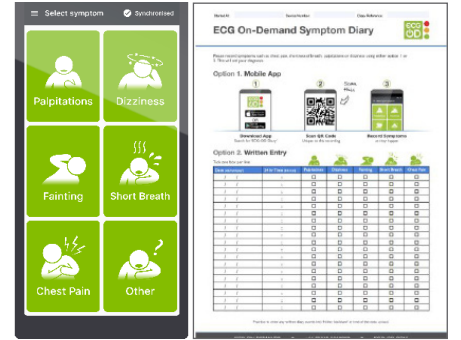
## ইলেক্ট্রোড ডিগগুলিকে প্রতস্থিাপতি করা

যদি একটি ইলেক্ট্রোড ডিগ আলাগা হয়ে যায়, অতিরিক্ত যগেুলি দেওয়া রয়েছে তা দিয়ে সটেকি প্রতস্থিাপতি করুন। ইলেক্ট্রোড ডিগগুলি সহজ চপে দেওয়ার স্টাড ব্যবহার করে কবেলকে সংযুক্ত করে। আপনার ত্বককে যদি কৈান প্রতকিল প্রতকিরিয়া হয়, মনটির ও ইলেক্ট্রোড ডিগগুলি খুলে ননি এবং হলেপলাইনে ফোান করুন।

7

## আপনার উপসর্গগুলি রেকর্ড করুন

যদি কৈান উল্লেখযোগ্য উপসর্গ দেখা যায় এবং সগেুলরি সময়গুলি রেকর্ড করা থাকে, তাহলে তা আপনার রোগনির্ণয়ে সহায়তা করবে। এর জন্য স্মারটফোনে অ্যাপ বা প্রনিট করা ডায়েরী ব্যবহার করুন।



8

## রেকর্ডিং সমাপ্ত করা

শুধু মনটির ও কবেলটি খুলে ননি। ত্বক থেকে আসতে আসতে দুটি ইলেক্ট্রোড ডিগ খুলে ননি এবং তা সঠিকভাবে ফলে দনি (তবে কবেল বা যন্তরটি ফলে দবেনে না)।

9

## শুধুমাত্র পোষ্ট অফিসের মাধ্যমে মনটির ফরিয়ে দেওয়া

খামটি নিয়ে আপনার স্থানীয় পোষ্ট অফিসে যান এবং কাউন্টারে তা জমা দনি - এর জন্য কৈান ডলেভিয়ারি খরচ নই এবং এই পরষিবোটি বনামূল্যে। একটি ট্রয়াককৃত পরষিবোর মাধ্যমে এটি ফরেত দেওয়া হয়, তাই একটি পোষ্ট বকস ব্যবহার করবেন না। অনুগ্রহ করে, নশিচতি করুন যবে, প্রদানকৃত খামে নীচেরে জনিসিগুলি ফরেত দেওয়া হয়েছে:

1. রোগীর কাগজেরে ডায়েরী (যদি ব্যবহৃত হয়)
2. হলেপলাইন মনটির (কবেল সহ)

