હાર્ટ મોનિટર પેશન્ટ સેલ્ફ-ફિટિંગ ગાઇડ
મદદ માટે સોમ-શુક્ર સવારે 9:00-સાજે 5:00 દરમિયાન 0345 6080542 પર રિંગ કરો
કૃપા કરીને આ હેતુસર મોનિટર પહેરો:

	24-કલાક		48-કલાક		72-કલાક		7-દિવસ

આ મોનિટર સતત આપના હૃદયનું રેકોર્ડિંગ લેશે, જેથી કરીને આપના ડૉક્ટર આપને જોવા મળી રહેલા લક્ષણો પાછળના કારણ શું છે, તેનું ઝડપી અને વધુ સચોટ તબીબી નિદાન કરી શકે. આ મોનિટરને એવી રીતે બનાવવામાં આવ્યું છે કે, તે ઘરે આપમેળે સરળતાથી ફિટ થઈ જાય. તેને પહેરી રાખવાના સમયગાળા દરમિયાન આપની સામાન્ય પ્રવૃત્તિઓને ચાલું રાખો; તેનો અર્થ એ થયો કે, આપ તેને કાઢ્યાં વગર વ્યાયામ કરી શકો છો અને શૉવર પણ લઈ શકો છો (પરંતુ કૃપા કરીને તરશો કે સ્નાન કરશો નહી).

મહત્વનું: કૃપા કરીને એ જ દિવસે અથવા આગામી કાર્ય દિવસે સવારે 9:00 વાગ્યાથી સાંજે 5:00 દરમિયાન પહેરો

1 વીડિયો જુઓ અને એપ ડાઉનલોડ કરો

મોનિટરને પહેરતા પહેલાં જ્યારે પણ શક્ય હોય ત્યારે કૃપા કરીને અમારો ટૂંકો વીડિયો જુઓ: www.ecg-od.com/fitting

આ સૂચનોને ધ્યાનથી વાંચો. જો શક્ય હોય તો, ક્યૂઆર કોડ સ્કેન કરીને ડાયરી એપને ડાઉનલોડ કરો અથવા ઇસીજી-ઓડી ડાયરીને એપ/પ્લે સ્ટોરમાં શોધો.

સ્માર્ટફોન પર આપના લક્ષણોને રેકોર્ડ કરો. પૂરી પાડવામાં આવેલ પેપર ડાયરીનો વૈકલ્પિક રીતે ઉપયોગ કરો.

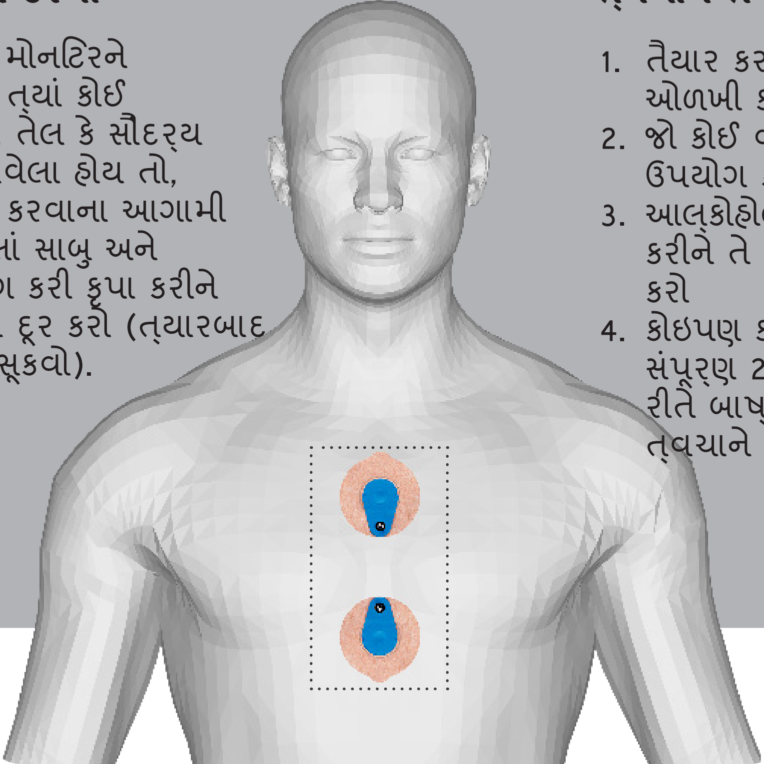
2 બૉક્સમાં રહેલ ચીજો

આપની પાસે અહીં નીચે જણાવેલ ચીજો હોય તે ચકાસો:

- હાર્ટ મોનિટર (કેબલ સહિત)
- ઇસીજી ઇલેક્ટ્રોડ્સ (ચોંટી જાય તેવા વધારાના પૅડ્સ)
- આલ્કોહોલ વાઇપ (ત્વચાને સાફ કરવા માટે)
- રેઝર (વાળ દૂર કરવા માટે)
- પેપર ડાયરી (લક્ષણોને નોંધવા માટે)
- રીટર્ન એન્વેલપ

3 ત્વચાને તૈયાર કરવી

મહત્વનું: જ્યાં મોનિટરને ફિટ કરવાનું છે, ત્યાં કોઈ મોઇશ્ચરાઇઝર, તેલ કે સૌંદર્ય ઉત્પાદનો લગાવેલા હોય તો, ત્વચાને તૈયાર કરવાના આગામી તબક્કાઓ પહેલાં સાબુ અને પાણીનો ઉપયોગ કરી કૃપા કરીને આ ઉત્પાદનોને દૂર કરો (ત્યારબાદ તેને સારી રીતે સૂકવો).



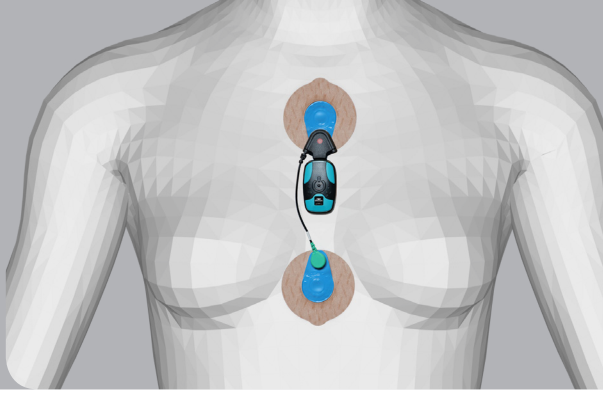
ત્વચાને તૈયાર કરવાની પ્રક્રિયા:

1. તૈયાર કરવા માટેના ભાગને ઓળખી કાઢો (ડાબી બાજુ જુઓ)
2. જો કોઈ વાળ હોય તો રેઝરનો ઉપયોગ કરી તેને દૂર કરો
3. આલ્કોહોલ વાઇપનો ઉપયોગ કરીને તે ભાગને ભારપૂર્વક સાફ કરો
4. કોઇપણ ક્લીનિંગ સોલ્યુશનને સંપૂર્ણ 2 મિનિટ સુધી કુદરતી રીતે બાષ્પીભવન થવા દઈ ત્વચાને સૂકવો

4

હાર્ટ મોનિટરને લગાવવું

- ઇલેક્ટ્રોડ્સ પરથી બેકિંગને કાળજીપૂર્વક દૂર કરો અને જમણી બાજુએ ડાયાગ્રામમાં બતાવ્યાં મુજબ તેને લગાવો.
- ત્વચાના સંપર્કમાં આવવાની ખાતરી કરવા માટે ઇલેક્ટ્રોડ્સની કિનારીઓને મુલાયમ બનાવો પરંતુ કેન્દ્રમાં દબાવવાનું ટાળો



5

મોનિટરને ચાલું કરવું

- ત્વચાના સંપર્કમાં આવતાં આ ઉપકરણ આપમેળે જ શરૂ થઈ જશે. સફળતાપૂર્વક લાગી જવા પર આપ દર 5 સેકન્ડે લીલી લાઇટ ઝબકતી (હૃદયના આઇકન પર) જોઈ શકશો. ફ્લેશ ખૂબ જ મંદ છે, આથી આપ ખૂબ પ્રકાશમાં ન હો તેની ખાતરી કરો
- જો લાઇટ ન દેખાય તો હેલ્પલાઇન 0345 6080542 (સોમ-શુક્ર સવારે 9:00થી સાંજે 5:00) પર કૉલ કરો

6

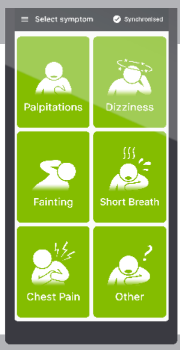
ઇલેક્ટ્રોડ્સને બદલવા

જો કોઈ ઇલેક્ટ્રોડ ઢીલાં રહેતાં હોય તો, તેની સાથે પૂરાં પાડવામાં આવેલા વધારાના ઇલેક્ટ્રોડ્સનો ઉપયોગ કરી તેને બદલી નાંખો. સાદા પૂશ સ્ટડ્સનો ઉપયોગ કરી ઇલેક્ટ્રોડ્સ કેબલ સાથે કનેક્ટ થઈ જાય છે. આપને ત્વચા પર જો કોઈ રીએક્શન આવે તો, મોનિટર અને ઇલેક્ટ્રોડ્સને દૂર કરી દો અને હેલ્પલાઇન પર કૉલ કરો.

7

આપના લક્ષણોને રેકોર્ડ કરો

જો કોઈ મહત્વના લક્ષણો અને તેના સમયને રેકોર્ડ કરવામાં આવે તો, તે આપના નિદાનમાં મદદરૂપ થઈ શકે છે. સ્માર્ટફોન એપ અથવા પ્રિન્ટેડ ડાયરીનો ઉપયોગ કરો.



8

રેકોર્ડિંગને બંધ કરવું

બસ ખાલી મોનિટર અને કેબલને કાઢી નાંખો. ધીમેથી બે ઇલેક્ટ્રોડ્સને ત્વચાથી દૂર કરો અને તેનો નિકાલ કરી દો (પરંતુ કેબલ કે ડીવાઇઝનો નહી).

9

મોનિટરને ફક્ત પોસ્ટ ઑફિસ મારફતે જ પરત કરો

પરબિડીયાને આપની સ્થાનિક પોસ્ટ ઑફિસમાં લઈ જાઓ અને તેને કાઉન્ટર પર આપી દો - ડીલિવરીનો કોઈ ખર્ચ નથી અને આ સેવા ફ્રી છે.

પરત ટ્રેક કરી શકાય તેવી સેવા મારફતે થાય છે, આથી પોસ્ટ બૉક્સનો ઉપયોગ કરશો નહી.

પૂરાં પાડવામાં આવેલા પરબિડીયામાં અહી નીચે જણાવેલ ચીજો પરત કરવામાં આવે તેની ખાતરી કરો:

1. દર્દીની પેપર ડાયરી (જો ઉપયોગમાં લેવાઈ હોય તો)
2. હોલ્ટર મોનિટર (કેબલ સહિત)