ਸੂਈ/ਸਰਿੰਜ ਨੂੰ ਸੁੱਟਣਾ

ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸੂਈਆਂ ਅਤੇ ਸਰਿੰਜਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁੱਟਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਜਾਂ ਡਰੱਗਸਟੋਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸੂਈਆਂ ਸੁੱਟਣ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ। ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਇਹ ਸਰਵਿਸ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰਿੰਜਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁੱਟਣ ਬਾਰੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਫਾਰਮੇਸੀ ਟੈਕਨੀਸ਼ੀਅਨ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਵਰਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸੂਈਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟਣ ਲਈ ਕਲਿਨਿਕ ਵਿਚ ਨਾ ਲੈ ਕੇ ਆਉ।

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਨਿੱਜੀ ਚਾਰਟ

ਹਰ ਡੋਜ਼ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ______ ਯੂਨਿਟਸ

ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਗਾੜ੍ਹਾਪਣ: ______ ਯੂਨਿਟਸ/ਐੱਮ ਐੱਲ

(ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਹੈਪੇਰਿਨ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੇਖੋ)

ਸਰਿੰਜ ’ਤੇ ਇਹ ______ ਯੂਨਿਟਸ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।

ਹੈਪੇਰਿਨ ਹਰ 12 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਲੈਣੀ ਹੈ

______ ਵਜੇ ਸਵੇ ______ ਵਜੇ ਸ਼ਾਮ

(ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੈਪੇਰਿਨ ਹਰ ਰੋਜ਼, ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਲਵੋ)

ਮੁੱਢਲੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਲਿਖਣ ਵਾਲੇ: ਐਂਬੂਲੇਟਰੀ ਕਲਿਨਿਕ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਮਨਜ਼ ਹੌਸਪੀਟਲ

ਰੂਪਾਂਤਰ ਅਤੇ ਸੋਧਿਆ:
ਵਿਮਨਜ਼ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੇਟਰੀ ਕਲੀਨਿਕ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਮਨਜ਼ ਹੌਸਪੀਟਲ

ਚਿੱਤਰ ਤਿਆਰ ਕਰਤਾ: ਬਾਇਓਮੈਡੀਕਲ ਕਮਿਉਨੀਕੇਸ਼ਨਜ਼ – ਯੂ ਬੀ ਸੀ

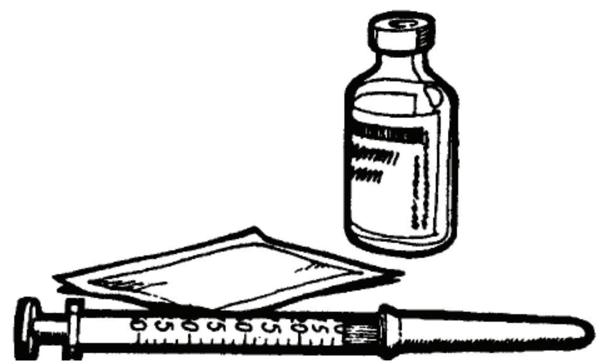
ਸੋਧਿਆ: ਜੂਨ 2006

© 2006 BC Women's Hospital & Health Centre

BCWH#598
[Punjabi]

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ

HEPARIN INJECTION



4500 ਓਕ ਸਟਰੀਟ, ਵੈਨਕੂਵਰ,
ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ
V6H 3N1
ਟੈਲੀਫੋਨ:(604) 875-2160
ਫੈਕਸ: (604) 875-2871

ਵਿਸ਼ਾ ਵਸਤੂ

ਹੈਪੇਰਿਨ: ਦਵਾਈ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ...1

ਹੈਪੇਰਿਨ ਤਿਆਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਲਾਉਣੀ ਹੈ............................2

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਵਾਰੀ......................4

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ 5

ਸੂਈ/ਸਰਿੰਜ ਨੂੰ ਸੁੱਟਣਾ 6

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦਾ ਨਿੱਜੀ ਚਾਰਟ 6

ਨੋਟ:

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

____

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

1. ਅਲਕੋਹਲ ਦੇ ਤੂੰਬੇ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਸਾਫ ਕਰੋ[

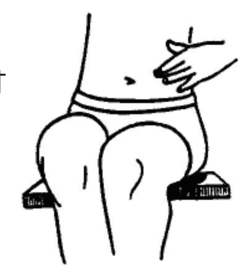
2. ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਉਸ ਥਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਚੂੰਢੀ ਭਰੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣਾ ਹੈ। ਹੈਪੇਰਿਨ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਭਰੀ ਹੋਈ ਸਰਿੰਜ ਲਈ: ਸਰਿੰਜ ਨੂੰ ਉਲਟਾਉ ਤਾਂ ਜੋ ਹਵਾ ਇਸ ਘੋਲ ਨਾਲੋਂ ਉੱਪਰ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਕਦਮ 3 'ਤੇ ਜਾਉ।

3. ਜਿਹੜੀ ਥਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਚੁਣੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਸਿੱਧੀ ਸੂਈ ਧੱਕੋ।

4. ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉ।

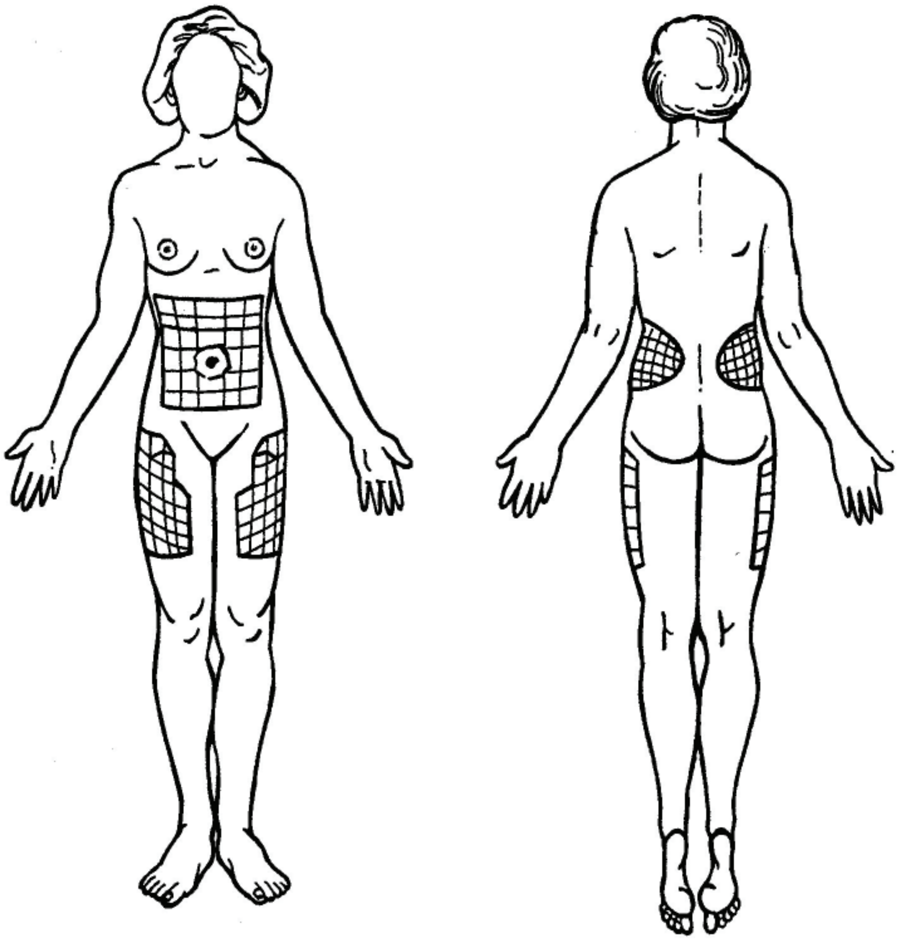
5. ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ ਸੂਈ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ।

6. ਟੀਕਾ ਲੱਗੀ ਥਾਂ ਨੂੰ 30 ਸੈਕਿੰਡਾਂ ਲਈ ਪੋਲਾ ਜਿਹਾ ਦਬਾਈ ਰੱਖੋ।



7. ਸੂਈ ਅਤੇ ਸਰਿੰਜ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੁੱਟ ਦਿਉ।

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਵਾਰੀ



ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਢਿੱਡ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਬਿਹਤਰ ਥਾਂ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਥਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਰਸ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਹੈਪੇਰਿਨ:
ਦਵਾਈ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਹੈਪੇਰਿਨ ਇਕ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗੱਤਲੇ ਬਣਨ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਦੋ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਡਾਕਟਰ ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:

1. ਜਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ (ਡੀਪ ਵੇਇਨ ਥਰੋਮਬੋਸਿਸ) ਵਿਚ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗੱਤਣੇ ਹੋਣ ਦਾ ਪਤਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਧਰੰਗ (ਸਟਰੋਕ) ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਦਾ ਵਾਲਵ ਬਦਲੀ ਹੋਇਆ ਹੈ।

2. ਜਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਐਂਟੀਬਾਡੀ (ਲਹੂ ਦੇ ਦੂਜੇ ਅੰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅੰਸ਼) ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗੱਤਲੇ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗਰਭ ਡਿੱਗਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਲੂਪਸ ਐਂਟੀ-ਕੌਗੂਲੇਂਟ ਜਾਂ ਐਂਟੀਕਾਰਡੀਓਲੀਪਿਨ ਐਂਟੀਬਾਡੀ)।

ਹੈਪੇਰਿਨ, ਜੇਰ ਲੰਘ ਕੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ। ਇਹ ਸਿਰਫ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ’ਤੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗੱਤਲੇ ਬਣਨ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਦੇ ਅਸਰਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗੱਤਲੇ ਬਣਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੀ ਹੌਲੀ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਟੈੱਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਹੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਟੈੱਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਗੱਤਲੇ ਬਣਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪਲੇਟਲਿਟ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਮਾਪੇਗਾ (ਉਹ ਸੈੱਲ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਗੱਤਲੇ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ)।

ਮਾੜੇ ਅਸਰ

ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈਪੇਰਿਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ੂਨ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੈਪੇਰਿਨ ਨਾਲ ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਹੈ, ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਨੀਲ ਪੈਣੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨੀਲ ਪਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸੇ ਥਾਂ ’ਤੇ ਮੁੜ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨੀਲ ਹਟ ਜਾਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨੀਲ ਪਏ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਖ਼ੂਨ ਨਿਕਲੇ, ਲਾਲ ਜਾਂ "ਚਾਹ ਰੰਗਾ" ਪਿਸ਼ਾਬ ਆਵੇ ਜਾਂ ਬੁੱਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਹੂ ਨਿਕਲੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੱਡੀ ਟੁੱਟਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਲਈ, ਗਰਭ ਦੌਰਾਨ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਅਤੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਹੈਪੇਰਿਨ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ’ਤੇ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।

ਵਿਰਲੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ, ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪੇਰਿਨ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਧੱਫੜ ਪੈਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ’ਤੇ ਖਾਜ ਆਵੇ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਵੇ ਤਾਂ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਹੈਪੇਰਿਨ ਤਿਆਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਲਾਉਣੀ ਹੈ

ਜੇ *ਹੈਪੇਰਿਨ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਭਰੀ ਹੋਈ ਸਰਿੰਜ* ਵਰਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ: ਸਫਾ 4 'ਤੇ ਜਾਉ।

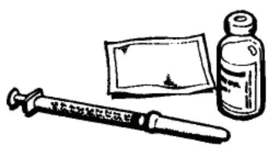
ਚੀਜ਼ਾਂ:

1. ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਆਰਡਰ।
2. ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਘੋਲ।
3. ਅਲਕੋਹਲ ਦਾ ਤੂੰਬਾ।
4. ਇਨਸੂਲਿਨ ਸਰਿੰਜ ਨਾਲ ਸੂਈ (1 ਸੀ ਸੀ ਜਾਂ 1/2 ਸੀ ਸੀ)।

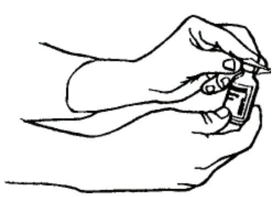
ਤੁਸੀਂ ਇਨਸੂਲਿਨ ਸਰਿੰਜ (insulin syringe) ਰਾਹੀਂ ਹੈਪੇਰਿਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਇਨਸੂਲਿਨ ਸਰਿੰਜ 'ਤੇ ਲਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੇ ਨੰਬਰ ਲਿਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦਾ ਅਖੀਰਲਾ ਸਫਾ ਦੇਖੋ)।

ਤਰੀਕਾ

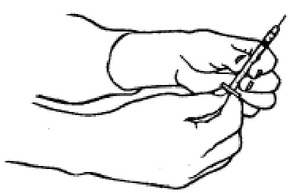
1. ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
2. ਕਿਸੇ ਸਾਫ ਥਾਂ 'ਤੇ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਰੱਖੋ।
   (ਮੇਜ਼, ਕਿਚਨ ਜਾਂ ਬਾਥਰੂਮ ਵਿਚ ਕਾਊਂਟਰਟੌਪ)।



3. ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੇ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਅਲਕੋਹਲ ਦੇ ਤੂੰਬੇ ਨਾਲ ਸਾਫ ਕਰੋ।

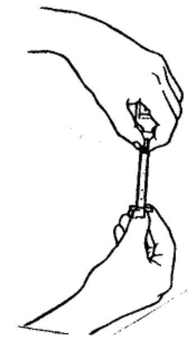


4. ਸਰਿੰਜ ਦੇ ਪਲੰਜਰ ਨੂੰ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਪਿੱਛੇ ਖਿੱਚੋ। ਇਸ ਨਾਲ "ਹਵਾ ਦੀ ਡੋਜ਼" ਸਰਿੰਜ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

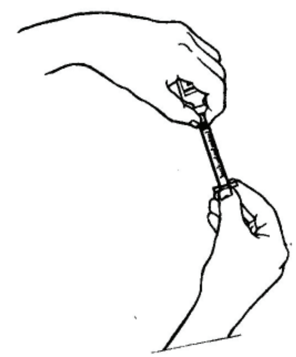


5. ਸਰਿੰਜ ਵਿੱਚੋਂ ਇਹ ਹਵਾ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿਚ ਭਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੈਪੇਰਿਨ ਨੂੰ ਕੱਢਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

6. ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਨੂੰ ਪੁੱਠਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪਲੰਜਰ ਨੂੰ ਇਕ ਦੋ ਵਾਰੀ ਉੱਪਰ ਥੱਲੇ ਕਰੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰਿੰਜ ਵਿਚਲੇ ਹਵਾ ਦੇ ਛੋਟੇ ਬੁਲਬੁਲੇ ਸਾਫ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।



7. ਪਲੰਜਰ ਨੂੰ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦੀ ਡੋਜ਼ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਪਿੱਛੇ ਖਿੱਚੋ। ਸੂਈ ਅਤੇ ਸਰਿੰਜ ਨੂੰ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ।



8. ਅਗਲੇ ਸਫੇ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੀ ਵਾਰੀ ਦੇ ਚਾਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਚੁਣੋ। ਹਰ ਵਾਰੀ ਥਾਂ ਬਦਲੋ।

9. ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈਪੇਰਿਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉ।