

नेबुलाइजर उपचार

Nebulizer Treatments

Some medicines need to be given through a nebulizer treatment. Nebulizer treatments are also called breathing treatments, aerosol treatments or med nebs. A nebulizer changes liquid medicine into a fine mist that you breathe into the airways of your lungs. Sometimes it is used for people who have a hard time using inhalers.

How often you have the nebulizer treatments will depend on:

- The type of medicine you are to take
- How short of breath you are or the amount of wheezing you have

Taking a Treatment

- The treatment can be done with a mask or mouthpiece based on which works best for you.
 - If using a mouthpiece, place the mouthpiece in your mouth past your teeth. Make a seal around the mouthpiece with your lips.
 - When using a mask, place it over your mouth and nose.
- Check your pulse before your treatment and write it down.
- You will see a fine mist when the treatment is started. **Sit down, relax and take normal, regular breaths in through your mouth.**



केही औषधी नेबुलाइजर उपचारमार्फत दिनु पर्ने हुन्छ। नेबुलाइजर उपचारलाई श्वास उपचार, एरोसोल उपचार वा मेड नेब्स पनि भनिन्छ। नेबुलाइजरले तरल औषधीलाई मसिनो बाफमा परिवर्ति गर्दछ जसलाई तपाईं आफ्नो फोक्सोको श्वासमार्गमा तान्नुहुन्छ। कहिलेकाहिँ यसको प्रयोग यस्ता मानिसहरू निम्ति गरिन्छ जसलाई इनहेलरको प्रयोग गर्न कठिनाइ हुन्छ।

तपाईंलाई नेबुलाइजर कतिपटक दिनु पर्छ भन्ने कुरा निम्नमाथि निर्भर गर्छ:

- तपाईंद्वारा लिइने औषधीको प्रकार
 - तपाईंलाई सास फेर्न हुने कठिनाइ वा घ्यार्घरको आवाजको मात्रा

उपचारको तरिका

- तपाईंको लागि उपयुक्त हुनेगरी मास्क वा माउथपिसद्वारा उपचार गर्न सकिन्छ।
 - माउथपिसको प्रयोग गरिँदैछ भने माउथपिसलाई तपाईंका दाँतभन्दा भित्रपट्टि राख्नहोस् माउथपिसलाई तपाईंका ओठहरूले च्यापेर बन्द गर्नुहोस्।
 - मास्कको प्रयोग गर्दा, यसलाई आफ्नो मुख र नाक छोपेगरी लगाउनुहोस्।
- उपचार सुरु गर्नुअघि आफ्नो नाडीको गति जाँच्नुहोस् र लेखेर राख्नुहोस्।
- उपचार सुरुभएपछि तपाईंले मसिनो बाफजस्तो देख्नुहुनेछ। **बस्नुहोस्, आराम गर्नुहोस् र आफ्नो मुखमार्फत् सामान्य, नियमित सास फेर्नुहोस्।**

- When all the medicine is used up, turn off the pump. The treatment will last about 10 to 15 minutes.
- Take a couple deep breaths and cough at the end of your treatment to bring up any loose mucus. Spit the mucus into a tissue and throw the tissue into the trash. Wash your hands.

Stop the treatment if:

- You feel light headed, dizzy or shaky.
- Your pulse rate gets much faster.

Wait a few minutes and if the symptoms go away, restart the treatment. If the symptoms do not go away, or if they come back when you restart the treatment, call your doctor. You may need to change your medicine or dose.

How to Prepare Your Medicine

Follow these steps to get your medicine ready to do the nebulizer treatment:

1. Wash your hands with soap and warm water. Rinse and dry your hands.
2. Gather your medicine and the nebulizer cup.
3. Check your medicine label to be sure it is the right medicine. Also check that you have the correct dose or strength of medicine your doctor ordered.

Look at the expiration date on the label and be sure that your medicine is not out of date. If the date is past, you need to get new medicine.

- औषधी सकिएपछि, पम्पलाई बन्द गर्नुहोस्। उपचार करिब 10 देखि 15 मिनेटसम्म चल्नेछ।
- दुईपटक गहिरो सास फेर्नुहोस् र उपचारको अन्त्यमा खकार आएको छ भने निकाल्नुहोस्। खकारलाई टिश्यु पेपरमा थुक्नुहोस् र त्यो टिश्यु पेपरलाई फोहोरको ढवाङ्गमा फ्याँक्नुहोस्। आफ्ना हातहरू धुनुहोस्।

उपचार रोक्नुहोस् यदि:

- तपाईंको शिर हुत्तिएको जस्तो, रिंगटा चलेको जस्तो वा अस्थिर हुन्छ।
- तपाईंको नाडीको गति धेरै तीव्र हुन्छ।

केही क्षण प्रतीक्षा गर्नुहोस् अनि ती लक्षण हराउँछन् भने, उपचार फेरि सुरु गर्नुहोस्। यदि लक्षण हराउँदैनन् भने वा उपचार फेरि सुरु गर्दा त्यस्तै हुन्छ भने आफ्ना डक्टरलाई कल गर्नुहोस्। तपाईंले आफ्नो औषधी वा खुराक बदलिनु पर्ने हुन सक्छ।

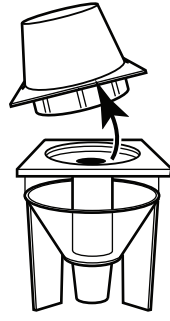
औषधी कसरी तयार गर्ने

नेबुलाइजर उपचारका लागि तपाईंको औषधी तयार गर्न निम्न पाइलाहरूको अनुगमन गर्नुहोस्:

1. आफ्ना हातहरू साबुन र मनतातो पानीले धुनुहोस्। हात पखालेर सुकाउनुहोस्।
2. तपाईंको औषधी र नेबुलाइजर कप एक ठाउँमा राख्नुहोस्।
3. तपाईंको औषधी सही हो भनी सुनिश्चित गर्न औषधीको लेबल जाँच गर्नुहोस्। औषधीको सही खुराक छ वा तपाईंका डक्टरको निर्देशनमोजिमको मात्रा छ भनी पनि जाँचनुहोस्।

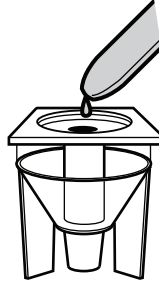
औषधीको लेबलमा प्रयोगको अन्तिम मिति हेर्नुहोस् र तपाईंको औषधीको मिति सकिइसकेको छैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। मिति सकिइसकेको छ भने तपाईंले नयाँ औषधी लिनु पर्छ।

4. Open the nebulizer cup.



4. नेबुलाइजर कप खोलुहोस्।

5. Measure your medicine and put it into the nebulizer cup. Use only the amount of medicine your doctor ordered.



5. तपाईंको औषधी नापेर नेबुलाइजर कपमा हाल्नुहोस्। तपाईंका डक्टरको निर्देशनबमोजिम औषधीको मात्राको प्रयोग गर्नुहोस्।

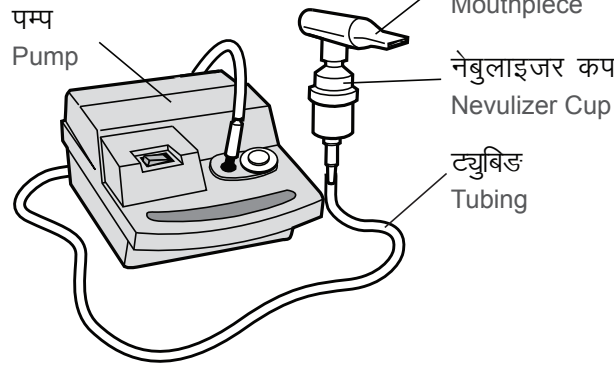
6. Close the cup.

6. कपलाई बन्द गर्नुहोस्।

7. Keep the cup upright and attach it to the tubing and the mouthpiece or mask.

8. Check that the tubing is attached to the pump and turn the nebulizer pump on.

9. Relax and breathe in the medicine. Continue until there is no more mist.



माउथपिस
Mouthpiece

नेबुलाइजर कप
Nebulizer Cup

ट्युबिङ
Tubing

7. कपलाई ठाडो राखेर त्यसलाई ट्युबिङ र माउथपिस वा मास्कमा जोड्नुहोस्।

8. ट्युबिङ पम्पसँग जोडिएको छ भनी जाँच गर्नुहोस् र नेबुलाइजर पम्प चालु गर्नुहोस्।

9. आराम गर्नुहोस् र औषधी सासमार्फत तान्नुहोस्। औषधीको बाफ निस्किरहँदासम्म जारी राख्नुहोस्।

Clean Your Equipment to Prevent Infections

Clean the outside of the nebulizer pump and tubing **each week with a disinfectant wipe or damp cloth**, or as directed by the manufacturer.

Never put the pump or tubing in water.

Clean the nebulizer cup and the mouthpiece or mask after each use and as directed to prevent infections.

संक्रमण रोकथाम निम्ति आफ्नो उपकरण सफ्फा गर्नुहोस्।

नेबुलाइजर पम्प र ट्युबिङको बाहिरी भागलाई हरेक साता निःसंक्रमण वाइप वा गिलो लुगाले वा औषधी निर्माताको निर्देशनअनुसार सफ्फा गर्नुहोस्।

पम्प वा ट्युबिङलाई कहिल्यै पानीमा नहाल्नुहोस्।

संक्रमण रोकथामका लागि निर्देशनअनुसार प्रत्येक प्रयोगपछि नेबुलाइजर कप र माउथपिस वा मास्कलाई सफ्फा गर्नुहोस्।

After each treatment

1. Disconnect the cup from the tubing and from the mouthpiece or mask. Set the tubing aside until the next treatment.
2. Open the nebulizer cup and rinse the cup parts and the mouthpiece or mask under warm running water.
3. Shake off the excess water and place parts on clean paper towels to air dry.
4. Cover the parts with another clean paper towel until your next treatment.
5. Wash your hands with soap and warm water. Rinse and dry your hands.

At the end of each day

1. Wash the cup parts, mouthpiece or mask with liquid dishwashing detergent and warm water.
2. Rinse parts well with warm running water.
3. Place parts on paper towels to air dry. Cover with a clean paper towel until your next treatment.

One time each week or as directed

1. Soak the pre-washed parts in white vinegar solution for 30 minutes. All parts should be completely covered by the solution while soaking.
 - To make the solution, **mix 1 part white vinegar and 3 parts water.** For example, mix 1 cup of white vinegar with 3 cups of water in a container.
2. Rinse the parts well with warm running water.
3. Place the parts on clean paper towels to air dry. Cover with a second clean paper towel until your next treatment.

प्रत्येक उपचारपछि

1. कपलाई ट्युबिङ र माउथपिस वा मास्कबाट अलग गर्नुहोस्। फेरि उपचार नगर्दासम्म ट्युबिङलाई अलगगै राख्नुहोस्।
2. नेबुलाइजर कपलाई खोलुनुहोस् र कपका हिस्साहरू तथा माउथपिस वा मास्कलाई कलको मनतातो पानीमुनि पखाल्नुहोस्।
3. अतिरिक्त पानी झार्नुहोस् र कपका हिस्साहरूलाई सफ्फा पेपर तौलियामाथि राखेर हावाले सुक्न दिनुहोस्।
4. तपाईंको अर्को उपचार सम्मका लागि कपका हिस्साहरूलाई अर्को सफ्फा पेपर तौलियाले ढाकेर राख्नुहोस्।
5. आफ्ना हातहरू साबुन र मनतातो पानीले धुनुहोस्। हात पखालेर सुकाउनुहोस्।

हरेक दिनको समापनमा

1. कपका हिस्साहरू, माउथपिस वा मास्कलाई भाँडा माझै तरल साबुन र मनतातो पानीले धुनुहोस्।
2. कपका हिस्साहरूलाई कलको मनतातो पानीमुनि राम्ररी पखाल्नुहोस्।
3. कपका हिस्साहरूलाई पेपर तौलियामाथि राखेर हावाले सुक्न दिनुहोस्। तपाईंको अर्को उपचार सम्मका लागि सफ्फा पेपर तौलियाले ढाकेर राख्नुहोस्।

हरेक साता एकपटक अथवा निर्देशनअनुसार

1. पहिलेनै धोइएका हिस्साहरूलाई सेतो भिनेगरको घोलमा 30 मिनेटसम्म भिजाउनुहोस्। घोलमा सबै हिस्साहरूलाई भिजाउँदा राम्ररी पूरा ढुबेको हुनु पर्दछ।
 - घोल तयार गर्नका लागि, **1 भाग भिनेगर र तीन भाग पानी मिसाउनुहोस्।** उदाहरणका लागि, एउटा भाँडामा 1 कप सेतो भिनेगरमा 3 कप भिनेगर मिसाउनुहोस्।
2. सबै हिस्साहरूलाई कलको मनतातो पानीमुनि राम्ररी पखाल्नुहोस्।
3. हिस्साहरूलाई सफ्फा पेपर तौलियामा राखेर हावाले सुक्न दिनुहोस्। तपाईंको अर्को उपचार सम्मका लागि दोस्रो सफ्फा पेपर तौलियाले ढाकेर राख्नुहोस्।

Questions

- If you have questions about your nebulizer pump or you need new equipment parts, ask your equipment provider.
- If you have any questions about your medicine or the treatment, ask your therapist, nurse or doctor.

प्रश्नहरू

- तपाईंको नेबुलाइजर पम्पबारे तपाईंका प्रश्नहरू छन् वा तपाईंलाई उपकरणका नयाँ हिस्साहरूको आवश्यकता छ भने तपाईंका उपकरण प्रदातालाई भन्नुहोस्।
- तपाईंको औषधी वा उपचारको बारेमा कुनै प्रश्न छ भने आफ्ना थेरापिस्ट, नर्स वा डक्टरलाई सोध्नहोस्।