

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ

24 ਘੰਟੇ ਦਾ ਹੋਲਟਰ ਮਨੀਟਰ ਟੈਸਟਿੰਗ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੇ 24 ਘੰਟੇ ਦੇ ਇੱਕ ਹੋਲਟਰ ਮਨੀਟਰ ਟੈਸਟ ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਸਹੀ ਨਤੀਜਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਰਿਕਾਰਡਰ ਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹਿਨਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। LifeLabs ਦੇ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਡੈਸਕ ਨਾਲ **1-855-412-4495** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਤਿਆਰੀ:

1. ਆਪਣੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਠੀਕ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ਾਵਰ ਕਰੋ ਜਾਂ ਨਹਾਓ। ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਲੋਸ਼ਨ ਜਾਂ ਟੈਲਕਮ ਨਾ ਲਗਾਓ।
2. ਆਰਾਮਦਾਇਕ 2-ਪੀਸ ਵਾਲੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਨੋ
 - ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬ੍ਰਾ ਪਹਿਨਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਬ੍ਰਾ ਪਹਿਨੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਸਟ ਦੀ ਪੂਰੀ ਮਿਆਦ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਨੂੰ ਪਾਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।
 - ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਵਾਲ ਹਨ, ਉਹ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰਨ ਕਿ ਸੈਂਸਰ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੇਵ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
3. ਆਪਣੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ LifeLabs ਦੀ ਰੇਕ੍ਰੂਜ਼ਿਸ਼ਨ (ਪਰਚੀ) ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆਓ।
4. ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰੀਸਕ੍ਰੀਬਡ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਲਿਆਓ।
5. ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸਮੇਕਰ ਲੱਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਜਾਂ ਪੇਸਮੇਕਰ ਕਾਰਡ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਲਿਆਓ।
6. ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਇੱਕ ਟਾਈਮ ਪੀਸ (ਘੜੀ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ) ਲਿਆਓ।

ਵਿਧੀ:

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਹੁੱਕ-ਅਪ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ 30 ਤੋਂ 45 ਮਿੰਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿਓ। ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਨਾਲ ਡਿਸਪੋਜੇਬਲ ਸਕਿਨ ਸੈਂਸਰ ਲਗਾਏ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਤਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਮਨੀਟਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣਗੇ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਰਿਕਾਰਡ ਹੁੰਦੀ ਰਹੇਗੀ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹੁੱਕਅਪ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ, ਡਿਸਕਨੈਕਟ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਅੱਧੇ ਘੰਟੇ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਹੋਲਟਰ ਮਨੀਟਰ ਪਹਿਨਣਾ:

1. ਇੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਡਾਇਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਵਾਪਸ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
2. ਜਿੱਥੇ ਸੈਂਸਰ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਮਰੀਜ਼ ਖੁਜਲੀ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਚਮੜੀ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
3. ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸੂਚੀ ਤੋਂ ਅਲਾਵਾ, ਆਪਣੀਆਂ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ:
ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:
 - ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਣਾ, ਨਹਾਉਣਾ, ਤੈਰਨਾ ਜਾਂ ਮਨੀਟਰ ਨੂੰ ਗਿੱਲਾ ਕਰਨਾ
 - ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਬਲੈਂਕਿਟ ਜਾਂ ਆਰਕ ਵੇਲਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
 - ਵਾਟਰਬੈਡ 'ਤੇ ਸੋਣਾ, ਜਾਂ ਚੁੰਬਕ ਵਾਲੇ ਸਿਰਹਾਣੇ ਜਾਂ ਗੱਦੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
 - ਰਿਕਾਰਡਰ, ਸੈਂਸਰ, ਟੇਪ ਜਾਂ ਕੇਬਲ ਨੂੰ ਛੇੜਨਾ (ਐਡਜਸਟ ਕਰਨਾ)

ਨੋਟ: ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੀਟਰ ਨੂੰ ਉਸੀ LifeLabs ਮਰੀਜ਼ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਉਸਦੇ ਐਕਟਿਵ ਹੋਣ ਤੋਂ 23 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵਾਪਸ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੇਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਲੇਟ ਫੀਸ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲੇਟ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਲੇਟ ਫੀਸ ਲਾਗੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।