



नॉर्थ वेस्ट प्रसूति सेवायें

होम सर्विस पर पल्स ऑक्सीमेट्री

यदि आप COVID-19 के लिए सकारात्मक परीक्षण करते हैं, तो कृपया अपने स्थानीय एनएचएस 'पल्स ऑक्सीमेट्री एट होम' सेवा को संदर्भित करने के लिए अपने जीपी से संपर्क करें। यदि आपकी जीपी सर्जरी बंद है, तो कृपया 111 पर कॉल करके किसी जीपी से संपर्क करें और स्थानीय 'पल्स ऑक्सीमेट्री एट होम' सेवा में रेफर करने के लिए कहें।

पल्स ऑक्सीमेट्री एट होम 'सेवा आपको एक पल्स ऑक्सीमीटर डिवाइस, सलाह और सहायता प्रदान करेगी, जो आपके COVID-19 पॉजिटिव स्वेब परिणाम के बाद 2 सप्ताह तक आपके रक्त ऑक्सीजन के स्तर की निगरानी करने में मदद करेगी।

यह जानकारी बताती है कि अगर आप गर्भवती हैं तो कब और कहाँ डॉक्टरों से सलाह लेनी चाहिए।

यदि आपको कोरोनावायरस है और आप गर्भवती हैं, तो आप जल्दी बीमार हो सकती हैं। यह आपको या आपके बच्चे को प्रभावित कर सकता है।

यदि आप चिंतित हैं तो अपनी प्रवृत्ति पर भरोसा करें!

- यदि संदेह हो, तो चेक आउट करें!
- अपनी चिंताओं को आवाज दें
- सुनिश्चित करें कि आपकी चिंताओं को सुना जाए
- अगले दिन या अपने अगले अपॉइंटमेंट तक प्रतीक्षा न करें।

यदि आप गर्भवती हैं या आपके या आपके बच्चे के स्वास्थ्य के बारे में कोई चिंता है, या यदि आपके कोई प्रश्न हैं कि आत्म-अलगाव आपकी किसी भी नियुक्ति को कैसे प्रभावित कर सकता है, तो कृपया अपने जीपी, दाई या मातृत्व टीम से संपर्क करने में संकोच न करें।

यदि आपके ऑक्सीजन का स्तर कम हो रहा है, तो इस पत्रक में दिए गए मार्गदर्शन का पालन करें, भले ही आप अभी भी अच्छा महसूस कर रहे हों

ज्यादा जानकारी के लिये पधारें

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/people-at-higher-risk/pregnancy-andcoronavirus

यदि आप गर्भवती और अश्वेत, अश्वेत ब्रिटिश, एशियाई और एशियाई ब्रिटिश हैं, तो आपको कोविड-19 होने की संभावना अधिक हो सकती है।

मातृत्व सेवाएं और अस्पताल किसी भी समय खुला और सुरक्षित हैं। हम आपको समर्थन देने के लिए ही हैं।

For information to help you, your partner or family and friends keep safe please scan here

آپ کی معلومات کے لئے اور آپ کی اور آپ کے خاندان کی مدد اور حفاظت کے لئے یہاں سکین کریں

আপনার, আপনার সঙ্গীকে অথবা পরিবার ও বন্ধুদেরকে নিরাপদে থাকতে সাহায্য করবে এমন তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে এখানে স্ক্যান করুন

الحصول على معلومات لمساعدتك أو مساعدة شريكك أو أصدقائك في الحفاظ على سلامتهم، يُرجى المسح هنا

स्वयं, अपने जीवन-साथी अथवा परिवार एवं मित्रों को सुरक्षित रखने में सहायता करने हेतु जानकारी प्राप्त करने के लिए कृपया यहां स्कैन करें।

Para obtener información que le ayude a usted, a su pareja o a su familia y amigos a mantenerse a salvo, por favor, escanee aquí:

Si vous avez besoin d'aide, d'informations, pour vous-même, votre partenaire ou votre famille et amis, cliquez ici

የአርሰዎን፣ የሕይወት አጋርዎን፣ የቤተሰብዎንና የባልንጂሮቻዎን ደህንነት ለመጠበቅ የሚያግዝ መረጃ ለማግኘት አዚህ ይቃኙ

ንግዥ፣ ን በዓል-ቤትኪ፣ ን ቤተ-ሰብኪ ወይ ውን ንፈተውትኹ፣ ረዳአቲ ዝኾኑ ተወሳኺቲ ሓበሬታታት ምስ ትደልዩ ኣብዚ ስክን ብምግባር ተኸፋሊት ክትኹኒ ከም ትኸኸሊ ክንሕብረኪ ንፈቱ።

Macluumaadka kaa caawinaya adiga, lammaanahaaga ama qoyskaaga iyo asxaabtaadu inay ammaan ahaadaan fadlan iskaan saar halkan

برای کسب اطلاعاتی که در حفظ امنیت شما، شریک زندگی یا خانواده و دوستانتان به شما کمک کند، لطفاً اینجا را اسکن کنید

بۆ زانیاری یارمهتیدانی تۆ، هاوبه شه کهت یان خێزانه کهت و برادره کهت سه لاهمهت بن، تکایه ئێره سکان بکه



रक्त ऑक्सीजन और नाड़ी ऑक्सीमीटर

रक्त में ऑक्सीजन का स्तर (ऑक्सीजन संतृप्ति) को पल्स ऑक्सीमीटर का उपयोग करके मापा जा सकता है, एक छोटा उपकरण जिसे आप रीडिंग लेने के लिए अपनी उंगली से जोड़ते हैं। यदि आप पल्स ऑक्सीमीटर का उपयोग करते हैं और आपके रक्त में ऑक्सीजन का स्तर कम हो जाता है, तो इस पत्रक में दिए गए मार्गदर्शन का पालन करें कि सलाह कहाँ लेनी है। भले ही आप सांस न लें, आपके ऑक्सीजन का स्तर कम हो सकता है।

यह आपके ऑक्सीजन स्तर की रीडिंग को लिखने में मदद कर सकता है। नियमित रीडिंग का रिकॉर्ड रखने से किसी भी बदलाव को देखना आसान हो जाता है। यदि आपको किसी स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से बात करने की आवश्यकता हो तो भी यह मदद कर सकता है।

यदि आप गर्भवती हैं तो कब और कहाँ चिकित्सीय सलाह लें:

यह सुनिश्चित करने के लिए कि आपको और आपके बच्चे को व्यक्तिगत और सुरक्षित देखभाल मिले, तुरंत संपर्क करें

- आपका जीपी या 111 यदि आप सप्ताह से कम गर्भवती हैं
- आपकी दाईं या प्रसूति टीम यदि आप बीस सप्ताह या उससे अधिक की गर्भवती हैं

यदि आप निम्न में से किसी एक का अनुभव करते हैं

- आपको सांस लेने में तकलीफ होती है या सांस लेने में कठिनाई होती है, भले ही यह तभी हो जब आप खड़े हों या हिल रहे हों
- आपको सीने में दर्द या धड़कन है
- आपको गंभीर मांसपेशियों में दर्द या थकान है आपको कंपकंपी या कंपकंपी है
- आपको कंपकंपी है
- आपके रक्त में ऑक्सीजन का स्तर ९४% है
- आपको लगता है कि आपके साथ कुछ गड़बड़ है (कमजोरी, गंभीर थकान, भूख न लगना, सामान्य से बहुत कम पेशाब करना, अपनी देखभाल करने में असमर्थता - साधारण कार्य जैसे धोना और कपड़े पहनना या खाना बनाना)
- आप घर पर अपने लक्षणों का सामना नहीं कर सकते
- आप किसी भी समय असुरक्षित महसूस करते हैं

आपको उन्हें बताना चाहिए कि आप गर्भवती हैं और आपको कोरोनावायरस हो सकता है। वे आपके लक्षणों का आकलन करेंगे और आपको सलाह देंगे कि आगे क्या करना है।

१६-२४ सप्ताह से आपको यह महसूस करना चाहिए कि बच्चा ३२ सप्ताह तक अधिक से अधिक आगे बढ़ता है, फिर जब तक आप जन्म नहीं देती हैं, तब तक लगभग वही रहें, यदि आपके बच्चे की हलचल कम हो जाती है या आंदोलनों का पैटर्न बदल जाता है तो सीधे अपनी प्रसूति इकाई से संपर्क करें।

यदि आप घर पर पल्स ऑक्सीमीटर का उपयोग कर रहे हैं, तो सुनिश्चित करें कि इसमें सीई मार्क, यूकेसीए मार्क या सीई यूकेएनआई मार्क है। इसका मतलब है कि डिवाइस ठीक से काम करेगा और अगर सही तरीके से इस्तेमाल किया जाए तो यह सुरक्षित है।

१००	९९	९८	९७	९६	९५	९४	९३	९२	९१	९० या कम
<p>अधिकांश लोगों के लिए सामान्य रक्त ऑक्सीजन स्तर - घर पर रहें और नियमित रूप से अपने रक्त ऑक्सीजन स्तर की जांच करते रहें।</p>							<p>यदि आप ९३% या उससे कम के रक्त ऑक्सीजन के स्तर को रिकॉर्ड करना जारी रखते हैं, तो आपको तत्काल अस्पताल मूल्यांकन की आवश्यकता है। 999 पर कॉल करें और अपने नजदीकी भाग लें</p> <ul style="list-style-type: none"> • आपातकालीन विभाग (ए एंड ई) यदि आप बीस सप्ताह से कम गर्भवती हैं • यदि आप बीससप्ताह या उससे अधिक की गर्भवती हैं तो प्रसूति परीक्षण/श्रम वार्ड 			
<p>तुरंत संपर्क करें</p> <ul style="list-style-type: none"> • आपका जीपी या 111 यदि बीस सप्ताह से कम गर्भवती है • यदि आप बीससप्ताह या उससे अधिक की गर्भवती हैं तो प्रसूति परीक्षण/श्रम वार्ड 										

COVID-19 के साथ गर्भवती महिलाओं की एक अल्पसंख्यक अधिक गंभीर लक्षणों से पीड़ित होगी। आपको जल्द से जल्द अस्पताल जाना चाहिए या यदि आपको निम्न में से कोई भी अनुभव हो तो तुरंत 999 पर कॉल करें

- आपके रक्त में ऑक्सीजन का स्तर ९३% या उससे कम है (पहले अपना पठन तुरंत दोबारा लें)
- सांस फूलने के कारण आराम करने पर आप छोटे वाक्यों को पूरा नहीं कर पाते हैं
- आपकी सांसों अचानक खराब हो जाती हैं

या यदि आप गंभीर बीमारी के इन अधिक सामान्य लक्षणों को विकसित करते हैं

- खांसी खून
- पीली या धब्बेदार त्वचा के साथ ठंड और पसीने से तर महसूस करें
- संक्षिप्त या बेहोश
- एक दाने का विकास करें जो उस पर एक गिलास रोल करने पर फीका नहीं पड़ता
- उत्तेजित, भ्रमित या बहुत मदहोश हो जाना
- यूरिन पास करना बंद कर दिया है या सामान्य से बहुत कम यूरिन पास कर रहे हैं।

आपको उन्हें बताना चाहिए कि आपको कोरोनावायरस हो सकता है और यदि आप पल्स ऑक्सीमीटर का उपयोग करते हैं तो अपनी ऑक्सीजन संतृप्ति रीडिंग दें। इन लक्षणों के लिए तत्काल चिकित्सा ध्यान देने की आवश्यकता है।