

ਇਨ ਹੋਮ ਟੈਬਲੇਟ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ ?

- ☑ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ 'ਚ ਸਰਗਰਮ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਬਣੋ ।
- ☑ ਘਰ ਬੈਠਿਆਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰੋ ।
- ☑ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਆਪਣੀ ਸਹੂਲਤ ਮੁਤਾਬਿਕ ਬਣਾਓ ।
- ☑ ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਛੇਤੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ ।
- ☑ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਹੀ ਤਸਵੀਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ।
- ☑ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਅਜ਼ਾਦੀ ਨਾਲ ਜਿਓਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਨੂੰ ਹੁੰਗਾਰਾ ਦੇਣਾ ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਪਣੀ 'BreatheWELL at Home' ਟੀਮ ਨਾਲ ਇਸ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੀ:

Please enter contact information here:

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲ ਜਾਂ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵੱਲੋਂ ਫ਼ੋਨ ਕਰਵਾ ਲਓ ।

ਇੰਟੇਲ-ਜੀ ਈ ਕੇਅਰ ਇਨੋਵੇਸ਼ਨਜ਼™ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਾਲ ਵਰਤੀਆ ਗਈ ਆਇਸ਼ਨ ।

www.fraserhealth.ca

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਇਡਰ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ।

Print Shop #264180 (October 2013) Punjabi

Punjabi

ਫ਼੍ਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਟੈਲੀਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਇਕਵਿਪਮੈਂਟ

Fraser Health
Telemonitoring Equipment



'BreatheWELL at Home' Program

 **fraserhealth** Better health.
Best in health care

ਟੈਲੀਮੋਨੀਟਰ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ?

ਟੈਲੀਮੋਨੀਟਰ ਟੈਬਲੇਟ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਯੰਤਰ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਘਰ ਬੈਠਿਆਂ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ 'ਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਯੰਤਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ ?

ਟੈਲੀਮੋਨੀਟਰ ਯੰਤਰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਤਖ਼ਤੀ (ਟੈਬਲੇਟ) ਅਤੇ ਕਿੱਟ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਮੋਨੀਟਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਆਕਸੀਜਨ ਮੋਨੀਟਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਟੈਲੀਮੋਨੀਟਰ ਟੈਬਲੇਟ



ਟੈਲੀਮੋਨੀਟਰ ਟੈਬਲੇਟ ਇਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਟਚ ਸਕ੍ਰੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਤੇ ਆਮ ਇਸਤੇਮਾਲ ਲਈ ਵੱਡੇ- ਵੱਡੇ ਬੱਟਨ ਲੱਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਮੋਨੀਟਰ



ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਮੋਨੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਲੈਣ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਆਕਸੀਜਨ ਮੋਨੀਟਰ



ਆਕਸੀਜਨ ਮੋਨੀਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ 'ਚ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨਬਜ਼ ਦੀ ਗਤੀ ਨੂੰ ਮਾਪਦਾ ਹੈ।