

दीर्घकालीन अवरोधक पल्मोनरी रोग (COPD) को व्यवस्थापनको लागि क्षेत्रहरू

हरियो क्षेत्र – (सबै स्पष्ट)

- खोकीनलाग्ने, स्वा-स्वानहुने, तपाईंलाई दिन वा रातको अवधिमा श्वास फेर्नमा कठिनाइ भइरहेको छैन
- सामान्य दैनिक क्रियाकलापहरू गर्न सक्षम हुने

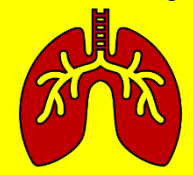
हरियो क्षेत्रको अर्थ:

- तपाईंलाई कुनै लक्षण छैन
- आदेश दिइएअनुसार आफ्नो औषधि सेवन गर्न जारी राख्ने
- आफ्ना सबै अपोइन्टमेन्टहरूमा उपस्थित हुने

पहेलो क्षेत्र = सावधानी

तपाईंलाई निम्नमध्ये कुनै पनि संकेत वा लक्षण देखिएमा;

- थूक (कफ) जुन स्थूल हुन्छ वा पहेलो, हरियो, रातो रङमा परिवर्तन हुने
- तपाईंले आफ्नो औषधी सेवन गरेपछि पनि खोकी वा हाच्छिउँ बढ्ने
- गोलीगाँठोहरू र/वा खुट्टाको सूजन बढ्ने
- शारीरिक वा दैनिक क्रियाकलाप गर्दा श्वासप्रश्वासमा कठिनाइ बढ्ने
- एक हप्तामा 3 पाउन्ड वा सो भन्दा बढी तौल घट्ने वा बढ्ने
- 100.5 F वा सो भन्दा माथि ज्वरो आउने
- तपाईंलाई सिधा पल्टिन वा राती बिस्तरामा सुत्न कठिनाइ हुने



पहेलो क्षेत्रको अर्थ:

- तपाईंलाई कुनै पनि लक्षण देखिएको छ भने, आफ्नो चिकित्सा प्रदायकलाई फोन गर्नुहोस् र उहाँहरूलाई तपाईं कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ भनी बताउनुहोस्
- आपतकालीन औषधि प्रयोग गर्नुहोस्



रातो क्षेत्र = चिकित्सा सतर्कता

- आराम गर्दा वा कुनै शारीरिक क्रियाकलाप नगर्दा श्वासप्रश्वासमा कठिनाइ हुने
- स्वा-स्वा हुने वा छाती कसिएको जस्तो महसुस हुने
- मुटुको धड्कन छिटो धड्केको जस्तो महसुस हुने
- तपाईंको ओठ वा नङहरूको रङ सेतो वा नीलोमा परिवर्तन हुने
- अत्याधिक थकान र/वा भ्रम भएको महसुस हुने
- छाती दुख्ने जुन तपाईंले श्वासप्रश्वास गर्दा वा खोकदा अझ खराब हुने

रातो क्षेत्रको अर्थ:

- तपाईंलाई आपतकालीन स्याहार आवश्यक हुन्छ!
- एम्बुलेन्सको लागि 911 मा फोन गर्नुहोस्