TRUCKING INDUSTRY SAFETY

EpiPen ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ

EpiPens, ਜਾਂ ਏਪੀਨੇਫ੍ਰਾਈਨ ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰਸ, ਛੋਟੀਆਂ, ਪੋਰਟੇਬਲ ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਏਪੀਨੇਫ੍ਰਾਈਨ ਨਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਦਵਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

EpiPens, ਜਾਂ ਏਪੀਨੇਫ੍ਰਾਈਨ ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰਸ, ਛੋਟੀਆਂ, ਪੋਰਟੇਬਲ ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਏਪੀਨੇਫ੍ਰਾਈਨ ਨਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਦਵਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ EpiPens ਨੂੰ ਗਿਆਤ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਾਧਨ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

EpiPen ਵਿੱਚ ਏਪੀਨੇਫ੍ਰਾਈਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੀ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਸੌਖਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਹ ਨਾਲੀ ਵਿੱਚ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦੇ ਕੇ।
- ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਘਟਣ ਨੂੰ ਉਲਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਕੇ।
- ਢਿੱਡ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਅਤੇ ਬਲੈਡਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦੇ ਕੇ।

ਏਪੀਨੇਫ੍ਰਾਈਨ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਅਸਰ

ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਂਗ, EpiPen ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਫ਼ਿੱਕਾ ਪੈਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ, ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਕੰਬਣੀ, ਸਿਰਦਰਦ, ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ, ਬੇਚੈਨੀ, ਫ਼ਿਕਰ, ਅਤੇ ਡਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

EpiPen ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ

ਕਿਸੇ ਗਿਆਤ ਜਾਂ ਸੰਦਿਗਧ ਐਲਰਜੈੱਨ ਵੱਲ ਕਿਸੇ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੰਕੇਤ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ’ਤੇ EpiPen ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਓ। ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੰਕੇਤ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

1. EpiPen ਦੇ ਸੰਤਰੀ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਫੜੋ (ਪੱਟ ਵੱਲ ਸੰਤਰੀ ਸਿਰਾ, ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਨੀਲਾ ਸਿਰਾ)।
2. ਸਿੱਧਾ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਨੂੰ ਖਿੱਚਦੇ ਹੋਏ ਨੀਲਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੈਪ ਹਟਾਓ - ਮੋੜੇ ਜਾਂ ਘੁਮਾਏ ਬਿਨਾਂ।
3. ਸੰਤਰੀ ਸਿਰੇ ਨੂੰ ਪੱਟ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖੋ।
4. ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ ਨੂੰ ਪੱਟ ਵਿੱਚ ਓਦੋਂ ਤੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਘੁਮਾ ਕੇ ਅੰਦਰ ਧੱਕੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ “ਕਲਿੱਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ”।

5. ਤਿੰਨ ਸਕਿੰਟਾਂ ਤੱਕ ਓਸੇ ਜਗ੍ਹਾ ’ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਫੜ ਕੇ ਰੱਖੋ – ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ “1, 2, 3” ਗਿਣੋ।
6. 911 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ (ਜੇਕਰ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ)। ਏਪੀਨੇਫ੍ਰਾਈਨ ਦਾ ਅਸਰ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਦੂਜੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। EpiPen ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਨਹੀਂ ਹੈ।
7. ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਰਤੇ ਗਏ EpiPen ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ ਨੂੰ ਸੁੱਟਣ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰਿਸਪਾਂਡਰਸ ਜਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਦਿਓ।

*** ਹਿਦਾਇਤਾਂ EpiPen ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ ਦੇ ਬੈਰਲ ’ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਨਿਪਟਾਰਾ

ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ EpiPen ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰਸ ਦਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ਜੇਕਰ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ EpiPen ਨੂੰ ਸੁੱਟਣ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰਿਸਪਾਂਡਰਸ ਜਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਦਿਓ।
- ਜੇਕਰ ਮਿਆਦ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ EpiPen ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਫ਼ਾਰਮੇਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? RPM ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ!

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ EpiPens ਅਤੇ ਕੰਮ ਦੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ RPM ਕੋਲ ਕਈ ਕੋਰਸ ਹਨ ਜੋ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫਸਟ ਏਡ ਅਤੇ CPR: ਪੱਧਰ C ਅਤੇ AED
  ਇਹ ਫਸਟ ਏਡ ਅਤੇ ਕਾਰਡੀਓਪਲਮੋਨਰੀ ਰੀਸਸੀਟੇਸ਼ਨ (CPR) ਕੋਰਸ ਬਾਲਗਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਲਈ ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਅਤੇ ਦਮ ਘੁੱਟਣ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਦੁਰਘਟਨਾ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਅਤੇ ਜਾਂਚ
  ਕੰਮ ਦੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸੱਟਾਂ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੁੜ ਵਾਪਰਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਜਾਂਚ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ
  ਇਸ ਕੋਰਸ ਦਾ ਮਕਸਦ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ RPM ਕੋਰਸ ਸਿਰਫ਼ RPM ਰਜਿਸਟਰਡ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਪਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ RPM ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਮਾਨਤਾ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਮੈਨੀਟੋਬਾ ਟਰੱਕਿੰਗ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜੇ ਤੱਕ RPM ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ? ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅੱਜ ਦਾ ਦਿਨ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹੈ!

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ info@rpmsafety.ca ’ਤੇ ਈਮੇਲ ਜਾਂ 204-632-6600 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਕੇ, ਜਾਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.rpmsafety.ca ’ਤੇ ਜਾ ਕੇ RPM ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਫ਼ੋਨ: 204-632-6600 | ਈਮੇਲ: info@rpmsafety.ca | ਵੈੱਬ: www.rpmsafety.ca

ਪਤਾ: 25 Bunting Street, Winnipeg, MB R2X 2P5