

ফ্রিস্টাইল অপটিয়াম নিও গ্লুকোমিটার ব্যবহার করে স্বয়ং রক্তের গ্লুকোজ মাএা মাপুন



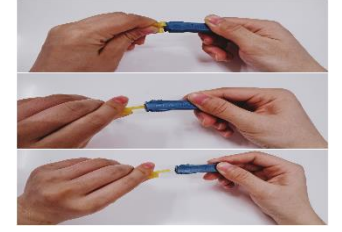
১ নং করণীয়:
হাত ধুয়ে শুকিয়ে
নিন।



২ নং করণীয়:
যে স্ট্রিপের দ্বারা রক্ত পরীক্ষা করবেন
তার মেয়াদ যাচাই করে নিন।
মেয়াদোত্তীর্ণ পরীক্ষার স্ট্রিপ ব্যবহার
করবেন না।



৩ নং করণীয়:
যে স্ট্রিপটি রক্ত পরীক্ষার জন্য ব্যবহার করছেন
সেটি গ্লুকোমিটারের মধ্যে ঢুকিয়ে রক্তের ফোঁটা
চিহ্নের জন্য অপেক্ষা করুন।



৪ নং করণীয়:
এসএফ ল্যানসেটের (রক্তক্ষরণের সূঁচটির)
প্রতিরক্ষামূলক আবরণটি (ক্যাপটি) এসএফ
ল্যানসেট থেকে ৯০ডিগ্রি ঘুরিয়ে সরান।



৮ নং করণীয়:
রক্ত পরীক্ষার
ফলাফল পাঁচ
সেকেন্ড পরে
প্রকট হবে।



৭ নং করণীয়:
রক্তের ফোঁটাটি পরীক্ষার
স্ট্রিপের শেষপ্রান্তের সাদা
অংশটিতে রাখুন।



৬ নং করণীয়:
আঙুলের ডগায় সূঁচ ফোঁটানোর পরে আঙুলটিকে
আলগা ভাবে ছেড়ে দিন। এর পরে, যতক্ষণ পর্যন্ত
আঙুলের ডগায় এক ফোঁটা রক্ত না দেখা যায়, ততক্ষণ
পর্যন্ত আঙুলটিকে আস্তে আস্তে ঘষতে থাকুন।



৫ নং করণীয়:
এসএফ ল্যানসেটের (রক্তক্ষরণের সূঁচটির)
শেষের ভাগটি আপনার আঙুলের ডগার
উপর রাখুন এবং সেটিকে আঙুলের
সামনে ধরে আস্তে করে চাপ দিন।



৯ নং করণীয়:
আঙুলের ডগা থেকে রক্তপাত বন্ধ
করার জন্য আঙুলটি টিসু কাগজ
দিয়ে টিপে ধরে রাখুন।



১০ নং করণীয়:
ব্যবহৃত এস এফ ল্যানসেটটি
ক্যাপ সহ একটি শক্ত পাত্রে
ফেলে দিন।



১১ নং করণীয়:
আপনার রক্ত পরীক্ষার ফলাফল
গ্লুকোজ লগ বুকে রেকর্ড করে
রাখুন।



১২ নং করণীয়:
গ্লুকোমিটারের হোম স্ক্রিন প্রদর্শন করার জন্য
▶ টিপুন, এর পরে ⏪ এবং ◀ or ▶ টিপে
আপনার সমস্ত রক্ত পরীক্ষার ফলাফল স্ক্রোল
করুন।