

पेसमेकर

Pacemaker

A pacemaker is a small device that helps control your heart rate by:

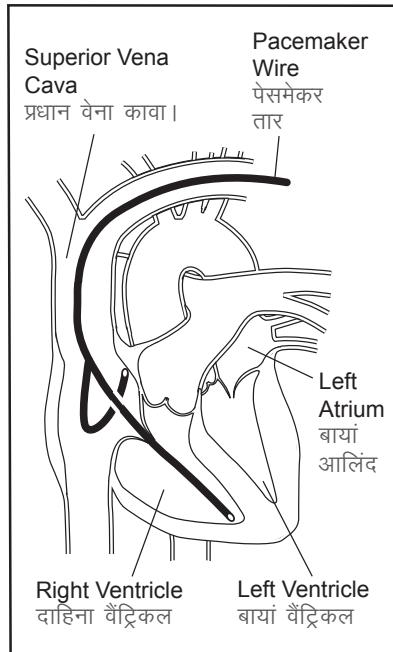
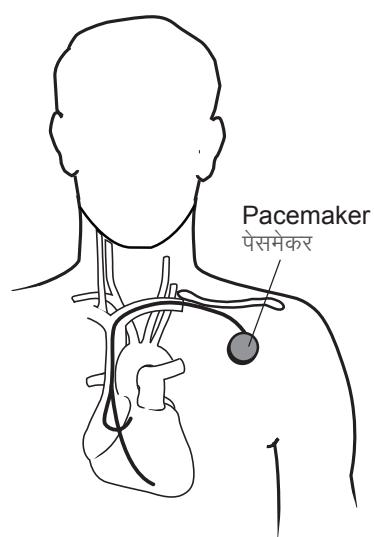
- Speeding up the heart rate when it is too slow
- Slowing down the heart rate when it is too fast
- Helping the rhythm of the heart beat regularly – this is if you have a pacemaker combined with a defibrillator, also called an ICD

A pacemaker is placed in the chest during surgery. Wires called leads are put into the heart muscle. The device with the battery is placed under your skin, below your shoulder. When it is time for you to go home after surgery, an adult family member or friend needs to take you home. It is not safe for you to drive or leave alone. Have an adult stay with you at home for the first day after your surgery. Arrive on time for your appointment. The surgery will take 1 to 2 hours.

पेसमेकर एक छोटा डिवाइस है जो आपके हृदय की गति को नियंत्रित करने में मदद करता है:

- हृदय गति बहुत धीमा होने पर उसे तेज करना
- हृदय गति बहुत तेज होने पर उसे धीमा करना
- दिल की धड़कन की लय की नियमित रूप से मदद करना - यह तब होता है जब आपमें डिफिब्रिलेटर के साथ संयुक्त पेसमेकर लगा हो, जिसे ICD भी कहा जाता है

पेसमेकर को सर्जरी के दौरान छाती के अंदर लगाया जाता है। लीड्स कहे जाने वाले तारों को हृदय की मांसपेशियों में डाल दिया जाता है। बैटरी युक्त डिवाइस आपकी त्वचा के नीचे, आपके कंधे के नीचे लगाया जाता है। जब सर्जरी के बाद आपके घर जाने का समय होता है, तो आपको घर ले जाने के लिए परिवार के किसी वयस्क सदस्य या दोस्त की जरूरत होती है। आपके लिए अकेले ड्राइव करना या अकेले जाना सुरक्षित नहीं है। अपनी सर्जरी के बाद पहले दिन घर पर किसी वयस्क को अपने साथ रखें। अपनी तय मुलाकात के लिए के लिए समय पर पहुँचें। सर्जरी में 1 से 2 घंटे का समय लगेगा।



To Prepare

- Talk to your doctor if you take blood thinners or have diabetes. You may need to adjust or change your medicines for some time before the surgery.
- You may need to shower the evening before and the morning of your surgery with a special soap called CHG (4% chlorhexidine gluconate). It is sold in most pharmacies under the brand name of Hibiclens. Wash from your neck to your waist with this soap the night before your surgery and then again the morning of your surgery. Use 4 ounces ($\frac{1}{2}$ cup or 118 ml) of CHG soap each time you shower.
- Do not eat or drink anything, including water, after midnight before your surgery.
- Ask your doctor if you should take your medicines the morning of your surgery. If so, take with sips of water only.
- Do not smoke or use any tobacco products for at least 24 hours before your surgery.

During Surgery

- You will wear a hospital gown.
- An IV (intravenous) is put in a vein in your arm. Medicines to make you sleepy are given through the IV.
- Your neck or chest is cleaned. Men may have their chest hair clipped.
- The skin is numbed.
- The wire leads are put into a vein and guided into your heart using an X-ray.
- The wire leads are placed in your heart muscle.
- The other end of each wire is connected to the pacemaker.

तैयारी करने के लिए

- यदि आप रक्त को पतला करने वाली दवाएँ लेते हैं या आपको डायबिटीज़ हैं तो अपने डॉक्टर से बात करें। सर्जरी से पहले आपको कुछ समय के लिए अपनी दवाओं को समायोजित करने या बदलने की आवश्यकता हो सकती है।
- आपको अपनी सर्जरी से पहले और सुबह CHG (4% क्लोरहेक्सिडाइनग्लूकोनेट) नामक एक विशेष साबुन से स्नान करने की आवश्यकता हो सकती है। यह हिबिलेंस के ब्रांड नाम के अंतर्गत अधिकतर फार्मेसियों में बेचा जाता है। अपनी सर्जरी से पहले रात को इस साबुन से अपनी गर्दन से अपनी कमर तक धोएँ और उसके बाद अपनी सर्जरी की सुबह में फिर धोएँ। प्रत्येक बार स्नान करते समय CHG साबुन के 4 औंस ($\frac{1}{2}$ कप या 118 मिली) का प्रयोग करें।
- अपनी सर्जरी से पहले आधी रात के बाद न तो कुछ खाएँ और न ही पीएँ, इसमें पानी भी शामिल है।
- अपने डॉक्टर से पूछें कि क्या आपको अपनी सर्जरी की सुबह अपनी दवाएँ लेनी चाहिए। यदि हाँ, तो उन्हें केवल पानी की घूंटों के साथ ही लें।
- अपनी सर्जरी से कम से कम 24 घंटे पहले धूम्रपान न करें या किसी तंबाकू उत्पाद का प्रयोग न करें।

सर्जरी के दौरान

- आप अस्पताल का गाउन पहनेंगी।
- आपके हाथ की एक नस में एक IV (अंतःशिरा) डाली जाती है। आपको नींद लाने के लिए दवाइयाँ अंतःशिरा (IV) के माध्यम से दी जाती हैं।
- आपकी गर्दन या छाती को साफ किया जाता है। पुरुषों के सीने के बाल काटे जा सकते हैं।
- लचा सुन्न की जाती है।
- वायर लीड्स को नस में डाल दिया जाता है उसे और एक्स-रे का उपयोग करके आपके दिल में निर्देशित किया जाता है।
- वायर लीड्स आपके हृदय की मांसपेशी में डाली जाती हैं।
- प्रत्येक तार का दूसरा छोर पेसमेकर से जुड़ा होता है।

- The pacemaker is placed in a small space under your skin.
- The incisions are closed with stitches under the skin that will dissolve. You may have narrow pieces of tape across the incisions called steristrips. These hold the skin layer together during healing. These will loosen and fall off in about 10 days. If the tape is not used, special glue may be used to close the incisions.

After Surgery In the Hospital

- An ice pack may be put on the sites.
- Your blood pressure, heart rate and incisions will be checked often. Your dressing will stay in place for 48 hours after your surgery.
- The head of your bed is raised. Do not lift your arm over your head on the same side where your pacemaker is placed.
- If you have discomfort, ask your nurse for pain medicine.
- You will have a chest x-ray to check your lungs and the pacemaker.
- Antibiotics are given in your IV to prevent infection.
- A nurse will explain how your pacemaker works, answer any questions and explain pacemaker checks.
- Ask your doctor when you can drive or go back to work.

- पेसमेकर को आपकी त्वचा के नीचे एक छोटी सी जगह में लगाया जाता है।
- चीरों को त्वचा के नीचे टाँकि लगा कर बंद कर दिया जाता है जो गल जाएँगे। आपके चीरों के आसपास छोटे-छोटे टेप लगाए जा सकते हैं जिन्हें स्ट्रिप्स कहा जाता है। उपचार के दौरान ये को एक साथ त्वचा की परत पकड़ते हैं। ये लगभग 10 दिनों में ढीले होकर गिर जाएँगे। यदि टेप का उपयोग नहीं किया जाता है, तो चीरों को बंद करने के लिए विशेष ग्लू (गोंद) का उपयोग किया जा सकता है।

अस्पताल में सर्जरी के बाद

- साइट्स पर आइस पैक डाला जा सकता है।
- आपके रक्तचाप, हृदय गति और चीरों की बहुधा जाँच की जाएगी। आपकी ड्रेसिंग आपकी सर्जरी के बाद 48 घंटे तक उसी जगह में रहेगी।
- आपके बिस्टर का सिर उठाया गया है। अपनी बाँह को उस तरफ अपने सिर से ऊपर न उठाएँ जहाँ आपका पेसमेकर लगाया गया है।
- यदि आपको असुविधा होती है, तो दर्द की दवा के लिए अपनी नर्स से पूछें।
- आपके फेफड़ों और पेसमेकर की जाँच के लिए आपकी छाती का एक्स-रे होगा।
- संक्रमण को रोकने के लिए आपकी अंतःशिरा (IV) में एंटीबायोटिक्स दिए जाते हैं।
- एक नर्स बताएगी कि आपका पेसमेकर कैसे काम करता है, आपके किसी भी प्रश्न का उत्तर देगी और पेसमेकर सम्बंधी जाँचों के बारे में समझाएगी।
- अपने डॉक्टर से पूछें कि आप कब ड्राइव कर सकते हैं या काम पर वापस लौट सकते हैं।

Your Care At Home

You will not be able to feel your pacemaker working. You will be able to see and feel the outline of the pacemaker through your skin.

Incision care

- Wash your hands well before and after touching your dressing or the incision.
- Remove the outer dressing 48 hours after your surgery. Do not remove the narrow pieces of tape across the incision. These tapes will loosen and come off on their own in 5 to 10 days.
- Do not rub the pacemaker site.
- Do not use lotion or powder on the incisions.

Bathing

- Do not take a tub bath or shower for the first 5 days after surgery. The incisions must stay clean and dry. You may take a sponge bath, but do not get the incisions wet.
- You may shower or bathe on the 6th day but let the water gently run over the incision. Do not let the shower water directly hit the incision, and do not soak the incision under water in the bath. Gently pat the incisions dry with a clean towel.
- Avoid soaking the incision under water in a bath tub, hot tub or swimming pool until the site is healed, often about 14 days after surgery.

Activity Limits

- Your doctor may tell you to limit certain activities for 7 to 14 days to allow your pacemaker site to heal.
- Use your arms but do not lift the arm on the side of the pacemaker above shoulder level. You can raise your arm to wash or comb your hair but avoid raising your elbow above your shoulder on your pacemaker side.

घर पर आपकी देखभाल

आप अपने पेसमेकर के काम करने को महसूस नहीं कर पाएँगे। आप अपनी त्वचा के माध्यम से पेसमेकर की रूपरेखा को देखने और महसूस करने में सक्षम होंगे।

चीरे की देखभाल

- अपनी ड्रेसिंग या अपने चीरे को छूने से पहले और बाद में अपने हाथों को अच्छी तरह धोएँ।
- अपनी सर्जरी के 48 घंटे बाद बाहरी ड्रेसिंग को हटाएँ। चीरे के आस-पास लगे टेप के छोटे टुकड़ों को न हटाएँ। ये टेप ढीले हो जाएँगे और 5 से 10 दिनों में अपने आप निकल जाएँगे।
- पेसमेकर वाले क्षेत्र को रगड़े नहीं।
- चीरों पर लोशन या पाउडर का प्रयोग न करें।

स्नान करना

- सर्जरी के बाद पहले 5 दिनों तक टब स्नान न करें या शावर न लें। चीरों को साफ और सूखा रहना चाहिए। आप स्पंज स्नान कर सकते हैं, लेकिन चीरों को गीला न करें।
- आप 6ठें दिन शॉवर ले सकते हैं या स्नान कर सकते हैं लेकिन चीरे पर पानी को धीरे से बहने दें। शॉवर के पानी को चीरे पर सीधे न गिरने दें और नहाने के दौरान चीरे को पानी में न भिगोएँ। चीरों को साफ तौलिए से धीरे-धीरे धपथपा कर सूखा लें।
- बाथ टब, हॉट टब या स्विमिंग पूल में पानी से चीरे को भिगोने से तब तक बचें, जब तक कि चीरे का घाव भर न हो जाए, प्रायः सर्जरी के लगभग 14 दिन बाद तक।

गतिविधि सम्बंधी प्रतिबंध

- आपका डॉक्टर आपको अपने पेसमेकर क्षेत्र को घाव भरने का अवसर देने के लिए 7 से 14 दिनों के लिए कुछ गतिविधियों को सीमित करने के लिए कह सकता है।
- अपनी बाँहों का प्रयोग करें लेकिन पेसमेकर की तरफ की बाँह को कंधे के स्तर से ऊपर न उठाएँ। आप अपने बालों को धोने या कंधी करने के लिए अपनी बाँह को उठा सकते हैं, लेकिन अपने पेसमेकर की तरफ अपनी कोहनी को अपने कंधे से ऊपर उठाने से बचें।

- Do not to push, pull or lift anything heavier than 10 pounds or 4 kilograms. A gallon of milk weighs about 8 pounds.
- Avoid vigorous exercise, contact sports and activities such as vacuuming, shoveling or washing windows.

Schedule an appointment with your doctor for follow-up care.

- 10 पाउंड या 4 किलोग्राम से अधिक भारी चीज को न तो धक्का दें, न ही खींचें या उठाएँ। एक गैलन दूध का वजन लगभग 8 पाउंड होता है।
 - कठिन व्यायाम अन्य व्यक्तियों के शारीरिक सम्पर्क में आनेवाले खेल और वैक्यूमिंग, फावड़े या खिड़कियों को धोने जैसी गतिविधियों से बचें।
- फ़ॉलो-अप (अनुवर्ती) देखभाल के लिए अपने डॉक्टर के साथ मुलाकात की तिथि निर्धारित करें।

Other Information

- Tell all your health care providers, including your dentist, that you have a pacemaker.
- Carry the ID card your doctor gave you. This card has information about your pacemaker.
- Stay away from large magnets and tools that may generate strong electrical fields, such as car ignition systems and electric arc welders because they may interfere with your pacemaker.
- Keep items that contain magnets at least 6 inches away from your pacemaker. This includes cell phones, MP3 players, magnetic therapy products, stereo speakers and hand held massagers.
 - Do not place cell phones or MP3 players in shirt pockets over the pacemaker.
 - Use cell phones on the opposite ear of where your pacemaker is placed. If you strap an MP3 player to your arm, use the arm opposite the pacemaker.
- It is safe to use household appliances like microwave ovens, computers, toasters, hair dryers and heating pads.
- You can safely pass through security at airports. Be sure to have your pacemaker ID card with you.

अन्य सूचना

- अपने दंत चिकित्सक सहित अपने सभी स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं को बताएँ कि आपको पेसमेकर लगा हुआ है।
- आपके डॉक्टर ने आपको जो आईडी कार्ड दिया था उसे अपने साथ रखें। इस कार्ड में आपके पेसमेकर के बारे में जानकारी है।
- ऐसे बड़े चुंबक और उपकरणों से दूर रहें जो शक्तिशाली विद्त क्षेत्र उत्पन्न कर सकते हैं, जैसे कि कार इंशिलेशन सिस्टम और इलेक्ट्रिक आर्क वेल्डर क्योंकि वे आपके पेसमेकर में व्यवधान उत्पन्न कर सकते हैं।
- चुंबकीय वस्तुओं को अपने पेसमेकर से कम से कम 6 इंच दूर रखें। इनमें सेल फ़ोन, MP3 प्लेयर्स, मैग्नेटिक थिरैपी उत्पाद, स्टीरियो स्पीकर्स और हस्तधारित मसाजर्स शामिल हैं।
 - पेसमेकर के ऊपर रहने वाली शर्ट की जेब में सेलफ़ोन या MP3 प्लेयर्स को न रखें।
 - आपके पेसमेकर को जहाँ लगाया गया है, सेल फोनों का उसके विपरीत वाले कान पर प्रयोग करें। यदि आप अपने हाथ में किसी एमपी 3 प्लेयर को बाँधते हैं, तो पेसमेकर की विपरीत दिशा वाली बाँह का प्रयोग करें।
- माइक्रोवेव ओवन्स, कंप्यूटर्स, टोस्टर्स, हेयर ड्रायर्स और हीटिंग पैड्स जैसे घरेलू उपकरणों का उपयोग करना सुरक्षित है।
- आप हवाई अड्डों पर सुरक्षा के माध्यम से सुरक्षित रूप से गुजर सकते हैं। अपने साथ अपना पेसमेकर आईडी कार्ड अवश्य रखें।

Call your doctor right away if you have:

- A temperature over 100.5 degrees F or 38 degrees C
- Redness, swelling or drainage around your incisions
- Tenderness around your pacemaker that gets worse
- An incision that opens up
- Swelling or color change to the skin of your arm or hand on the pacemaker side
- Thumping or jumping feeling in your chest or abdomen

Call 911 right away if:

- You feel faint or are too dizzy to stand.
- You have chest pain.
- You have trouble breathing.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

अपने डॉक्टर को तत्काल फोन करें यदि आपको:

- 100.5 डिग्री फॉरेनहाइट या 38 डिग्री सेल्सियस से अधिक तापमान
- आपके चीरों के आस-पास लालिमा, सूजन या तरल पदार्थ का निकलना
- अपके पेसमेकर के आसपास के क्षेत्र का दुखना जो बदतर होता जाता है
- खुल गया चीरा
- पेसमेकर की ओर वाले आपकी भुजा या बाँह की त्वचा में सूजन या उसका रंग बदलना
- अपने सीने या पेट में धमक या उछाल

911 पर तुरंत कॉल करें, यदि:

- आप बेहोशी या सिर में इतना चक्कर महसूस करते हैं कि खड़े नहीं हो पाते।
- आपको सीने में दर्द होता है।
- आपको साँस लेने में तकलीफ होती है।

यदि आपके कोई प्रश्न या चिंताएं हों तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।