



பல்ஸ் ஆக்சி மீட்டரை பயன்படுத்தும் முறை



10 நிமிடம் நிதானமாக அமர்ந்த பின் உங்கள் ஆக்ஸிஜன் (O₂) அளவை சரி பார்க்கவும்.



கருவியை பயன்படுத்துவதற்கு முன் விரல்களை கிருமிநாசினியால் நன்றாக சுத்தம் செய்யவும்.



ஆள்காட்டி விரல் அல்லது நடுவிரலில் கருவியை பொருத்தவும்.



கருவியில் தெரியும் ஆக்ஸிஜன் அளவும், நாடி துடிப்பும் சீராக தெரியும் வரை காத்திருக்கவும்.



சில வினாடிகளுக்கு பிறகு ஆக்ஸிஜன் அளவையும், நாடி துடிப்பையும் குறித்து கொள்ளவும்.



விரல்களில் மருதாணி, நகபூச்சு, ஈரம் மற்றும் குளுமை ஆக்ஸிஜன் அளவை தவறாக காட்ட கூடும்.



ஆக்ஸிஜன் அளவு 94% கீழ் இருந்தால் மற்ற கையில் உள்ள விரல்களில் பார்க்கவும்.



தொடர்ந்து 94% கீழ் இருந்தால் மருத்துவ உதவியை நாடவும்.

மேலும் மருத்துவ உதவிக்கு இலவச சேவை உதவி மையம் **104** அணுகவும்.