



प्राथमिक उपचार (First Aid)



क्रमांक	सामग्री	समय (मिनट)	स्लाइड संख्या
1	उद्देश्य		04
2	परिचय		05
3	महत्व		06
4	प्राथमिक चिकित्सा की परिस्थितियां		07 - 15
5	प्रारम्भिक जाँच व प्राथमिक उपचार हेतु आवश्यक सामग्री		16 - 23
6	विभिन्न परिस्थितियों में प्राथमिक उपचार*		24 - 104*
7	पट्टियों के प्रकार, अस्थाई स्ट्रेचर व क्रियाविधि		42 - 43
8	सीपीआर की प्रक्रिया व चलचित्र	2	44 - 45

क्रमांक	सामग्री	समय (मिनट)	स्लाइड संख्या
9	केस स्टडी - 1		26 - 29
10	केस स्टडी - 2		39 - 41
11	केस स्टडी - 3		58 - 61
12	प्राथमिक उपचार देते समय PRV कर्मियों को आने वाली समस्याएँ		105
13	क्विज़		106 - 110
14	निष्कर्ष		110
15	प्रश्नोत्तर		112
16	UP112 से संपर्क के माध्यम, धन्यवाद	3	113

उद्देश्य (घायल अथवा मरीज की सुरक्षित निकासी)

सत्र के अंत में प्रतिभागी निम्नलिखित कार्य करने में सक्षम होंगे:

- प्राथमिक चिकित्सा के महत्व का वर्णन करने में
- प्राथमिक चिकित्सा हेतु ससमय प्राथमिकता निर्धारित करते हुए इसका उपयोग करने में
- परिस्थिति का आकलन कर सही प्राथमिक उपचार प्रदान करने में
- प्राथमिक चिकित्सा के माध्यम से पीड़ित को राहत प्रदान करने में



परिचय

प्राथमिक चिकित्सा (फर्स्ट एड) किसी दुर्घटना से प्रभावित अथवा अचानक बीमार हुए व्यक्ति को दी जाने वाली प्रारम्भिक चिकित्सा है जो पीड़ित को समुचित चिकित्सा सहायता प्राप्त होने से पहले प्रदान की जाती

- प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करने के लिए किसी व्यक्ति का विशेष रूप से प्रशिक्षित होना आवश्यक नहीं है
- यदि व्यक्ति को मनुष्य के शरीर की रचना का विज्ञान और मनुष्य के शरीर की जीवन पद्धति, व्यवहारिक बुद्धि और अनुभव का ज्ञान है तो उसके द्वारा प्रदान की गई प्राथमिक चिकित्सा अधिक प्रभावी होगी
- प्राथमिक चिकित्सा का उद्देश्य पीड़ित व्यक्ति के जीवन की रक्षा तथा उसको होने वाले कष्ट को कम करना होता है; समय पर दी गई उचित प्राथमिक चिकित्सा पीड़ित व्यक्ति के जीवन की संभावना को कई गुना बढ़ा देती है

महत्व

- प्राथमिक चिकित्सा जीवन रक्षा में सहायक सिद्ध होती है
- पीड़ित के दर्द को कम करती है तथा चोट अथवा बीमारी के प्रभाव को आगे बढ़ने से रोकती है



प्राथमिक चिकित्सा की परिधि

सड़क दुर्घटना

रेल दुर्घटना

आत्महत्या का प्रयास

आवश्यकता

घरेलू /
व्यवसायिक दुर्घटनाएं

तेजाब हमला

अन्य

अग्नि दुर्घटना

7



सड़क दुर्घटना

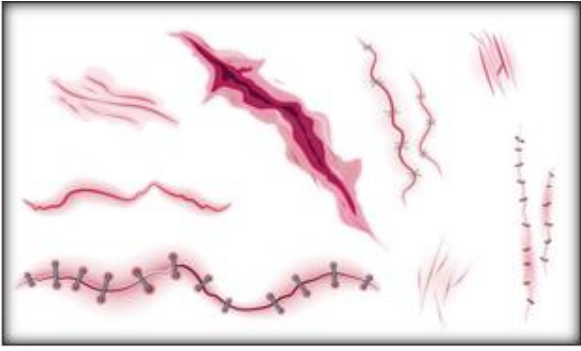
- पैदल तथा साइकिल सवार की बड़े वाहन से टक्कर
- दो वाहनों की टक्कर
- दो भारी व्यावसायिक वाहनों की टक्कर
- खराब दृश्यता के कारण दुर्घटनाएं
- वाहन खराब होना
- एकल वाहन दुर्घटनाएं
- खुले/ आवारा पशुओं के कारण
- खराब मौसम के कारण
- चालक का नशे में होना



रेल दुर्घटनाएं



घरेलू/ व्यवसायिक दुर्घटनाएँ



विद्युत दुर्घटनाएं



कटना/ फटना/
छिलना



ऊंचाई से गिरना

इमारत गिरना



जलना



अग्नि दुर्घटनाएं

अग्नि दुर्घटना

घरेलू अग्नि
दुर्घटना

व्यवसायिक अग्नि
दुर्घटना

वाहन अग्नि
दुर्घटना

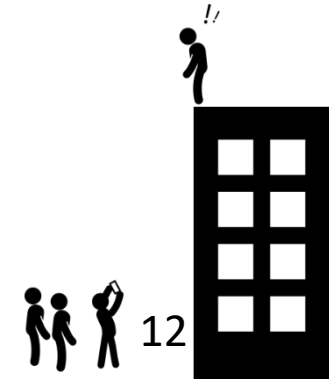
खेतों/जंगलों में
आग

अन्य अग्नि
दुर्घटनाएं



आत्महत्या का प्रयास

- फांसी लगाना
- कलाई काटना
- ऊँचाई से कूदना
- जहर/ तेज़ाब या अन्य कोई हानिकारक रसायन पीना
- रेलगाड़ी अथवा किसी अन्य वाहन के आगे कूदना
- स्वयं को गोली मारना
- पानी में कूदना
- अन्य



तेज़ाब से हमला

कारण:

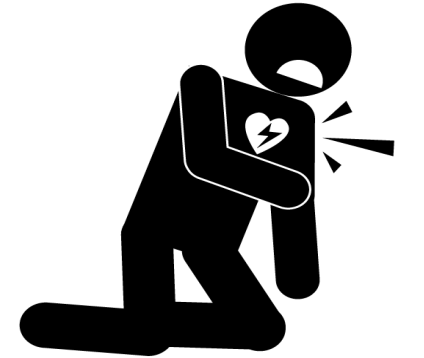
- मनोविकृति
- एक तरफ़ा प्यार
- रंजिश
- छेड़-छाड़ का विरोध



अन्य

- सर्पदंश
- बिच्छू का दंश
- मधुमक्खी अथवा ततैया का डंक
- बन्दर तथा कुत्ते का काटना

- हृदयाघात
- पानी में डूबना
- मार-पीट
- उच्च अथवा निम्न रक्तचाप



उक्त घटनाओं के परिणाम

- कटना/ फटना/
छिलना
- अंग भंग
- हड्डी की चोट या हड्डी
टूटना
- सिर में खुली या गुम
चोट
- जलना या छाले
पड़ना
- दम घटना
- आँख की चोट
- बेहोशी या गफलत
- शरीर में जहर फैलना
- एलर्जी
- खून के थक्के जमना
- चक्कर आना
- सांस रुकना
- सन बर्न
- दिल की धड़कन
रुकना
- गर्दन की चोट
- अत्यधिक रक्तस्राव
- बुखार

जखमी की जांच प्रक्रिया

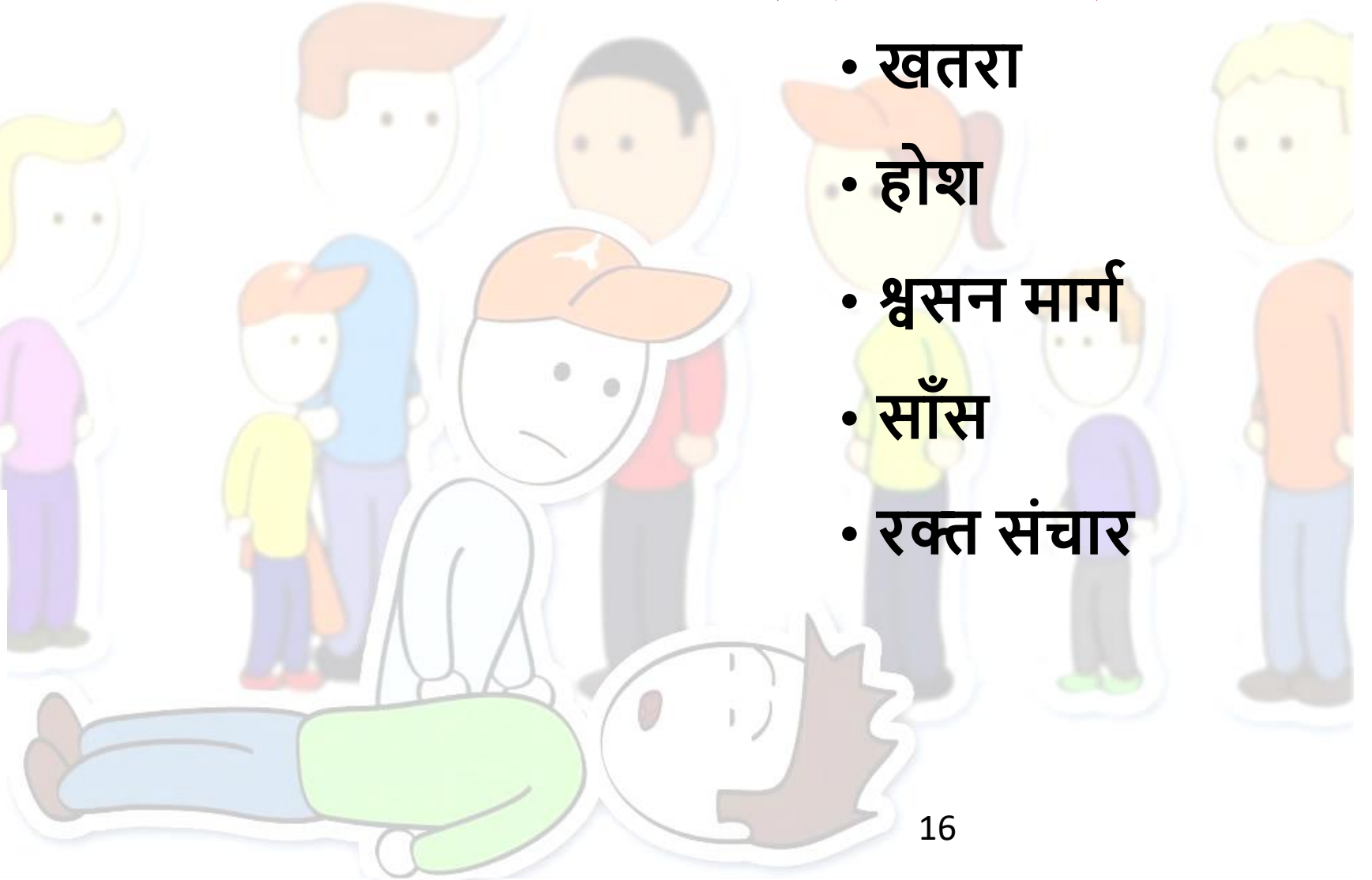
प्रक्रिया नम्बर - 1

- विकार
- खुली चोट
- दर्द
- सूजन



प्रक्रिया नम्बर- 2

- खतरा
- होश
- श्वसन मार्ग
- साँस
- रक्त संचार



श्वसन मार्ग की जाँच

- बेहोशी के बाद मुंह की मांसपेशियाँ ढीली पड़ जाती है और जीभ गले के पिछले भाग में चली जाती है
- परिणामस्वरूप श्वास नलिका अवरुद्ध हो जाती है

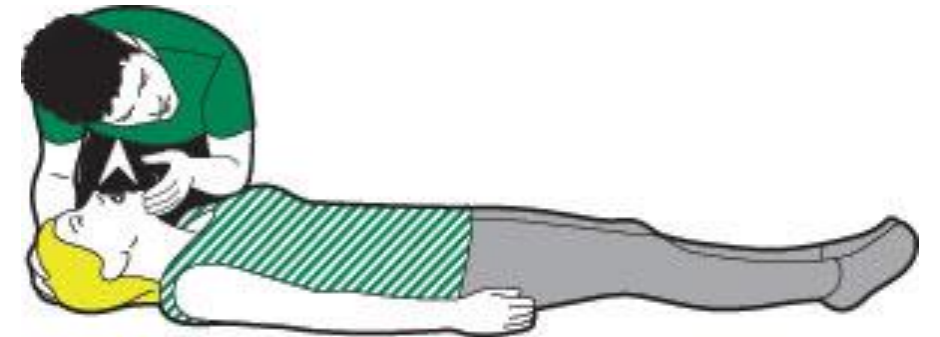
प्रक्रिया-

- उंगलियों से जीभ को अपनी जगह पर खींच के लाएं, उसके उपरान्त यह जाँच कर लें की श्वास नलिका में किसी प्रकार की रुकावट तो नहीं है
- तत्पश्चात, यदि संभव है तो पीड़ित को करवट देकर लि



साँस की जाँच

- पहले व्यक्ति को चित लिटा दें
- इसके बाद उस व्यक्ति की नाक के पास अपना गाल ले जाएं, तथा अपनी नजरें पीड़ित की छाती की ओर रखें
- अब अपने गाल पर पीड़ित की सांस महसूस करने का प्रयास करें तथा उसकी छाती के ऊपर - नीचे होने को देखने का प्रयास करें
- यदि आपको अपने गाल पर पीड़ित की सांस महसूस होती है तथा सांस के साथ उसकी छाती ऊपर-नीचे हो रही है तो उसकी सांस चल रही है



रक्तसंचार की जाँच

- पीड़ित व्यक्ति की नब्ज की जांच कलाई अथवा कैरोटिड आर्टरी से की जा सकती है
- कैरोटिड आर्टरी गर्दन के कोने में कान के नीचे होती है, आप अपनी उंगलियों को वहां रख कर जाँच कर सकते हैं
- नब्ज की जाँच करने के लिए 05-10 से० लगते हैं
- नब्ज को जांचते समय अंगूठे का प्रयोग न करें



प्राथमिक उपचार हेतु आवश्यक सामग्री

सामान्य प्राथमिक उपचार हेतु हम प्रायः आवश्यक सामग्री को एक साथ रखते हैं, जिस बॉक्स में यह सामग्री रखी जाती है उसे "First Aid Box या प्राथमिक उपचार का बॉक्स" भी कहते हैं।

संशोधित सूची के अनुसार आपके वाहन में
मौजूद फर्स्ट एड बॉक्स में निम्न सामग्री उपलब्ध होनी चाहिए:

- बीटाडीन स्टैंडर्डाइज़्ड सोल्युशन: घाव साफ़ करने तथा भरने
- सेवलॉन: घाव साफ़ करने हेतु
- सोफ्रामाइसिन क्रीम: घाव भरने हेतु
- वोलिनी जेल: जोड़ों के दर्द तथा मोच के लिए (खुली चोट पर)



प्राथमिक उपचार हेतु आवश्यक सामग्री

- बरनाॅल: जलने से हुए घाव पर लगाने हेतु
- बैडेज: घाव को ढकने या लपेटने हेतु
- काॅटन (रुई): चोट तथा घाव की सफाई एवं दवा लगाने हेतु
- कैंची: पट्टी तथा अन्य वस्तुएं काटने हेतु
- माईक्रोपोर टेप: पट्टी चिपकाने हेतु
- डिस्पिन: सिर दर्द निवारक



प्राथमिक उपचार हेतु आवश्यक सामग्री

- ओ०आर०एस०: पानी की कमी के कारण उत्पन्न कमजोरी में सहायक
- मेट्रोजिल 400 टैबलेट: दस्त में कारगर
- अस्थालीन इन्हेलर: सांस लेने में तकलीफ होने पर
- पैन्टॉप डी टैबलेट: एसिडिटी तथा गैस की तकलीफ में कारगर
- जॉफर एमडी 04_{mg} टैबलेट: उल्टी रोकने में कारगर



प्राथमिक उपचार हेतु आवश्यक सामग्री

- डायनापार टैबलेट: दर्द निवारक (खाली पेट न दें)
- लकड़ी की खपची: हड्डी टूटने की दशा में सहायक

नोट: आपको प्राथमिक उपचार देते समय यह ध्यान रखना है कि आप प्रशिक्षित डॉक्टर नहीं हैं तथा आपके द्वारा दिए गए उपचार के उद्देश्य पीड़ित की जीवन रक्षा तथा कष्ट निवारण में यथा संभव सहयोग देना है, अतः किसी भी प्रकार के इंजेक्शन आदि का प्रयोग न करें अन्यथा परिणाम विपरीत भी हो सकते हैं।

कटना/ फटना/ छिलने का प्राथमिक उपचार

- सर्वप्रथम अपने हाथों को अच्छे से धो लें, यह संक्रमण फैलने से रोकता है
- साधारण कटे अथवा छिले का रक्तस्राव स्वतः रुक जाता है, परन्तु यदि रक्तस्राव हो रहा है तो साफ़ पट्टी से सौम्य दबाव बना रक्तस्राव को रोकने का प्रयास करें तथा खून बहना रुकने तक प्रभावित हिस्से को ऊपर उठाए रखें
- खून रुकने के बाद घाव को सेवलॉन से धुलें तत्पश्चात घाव पर सोफ्रामाइसिन क्रीम लगा दें




कटना/ फटना/ छिलने का प्राथमिक उपचार

- आवश्यकता के अनुसार घाव को पट्टी बाँध कर ढक दें
- पीड़ित को सलाह दें कि टिटनेस का टीका अवश्य लगवा ले
- यदि घाव गहरा है तथा खून लगातार बह रहा है तो पीड़ित को तत्काल निकटतम उपचार केंद्र पर ले जाएं अथवा वहां पहुंचाने का प्रबंध करें



केस स्टडी

इवेंट नं०	-	P15051906329
घटना की तिथि व समय	-	15 मई 2019 (दोपहर 12:28:28)
थाना तथा जनपद	-	थाना खुटार, शाहजहांपुर
कॉल रिकॉर्डिंग		

- इस घटना का संक्षिप्त विवरण बनाएं
- इस घटना में एक PRV कर्मि के रूप में आप से क्या अपेक्षा की जाती है?
- इस घटना की सूचना मिलने पर आप क्या-क्या करेंगे?

घटना सम्बन्धी विवरण

CO

Event Number

P15051906329

Call Time Stamp

15-05-2019 12:25:09

Dispatch Time Stamp

15-05-2019 12:28:28

Incident Time

--

District

SHAHJAHANPUR

Police Station

KHUTAR

Area

SHA_AREA_RURAL

Event Type

ACCIDENT

Event Sub Type

CRASH_BT_LGT_VEH

Incident Address

HITAUTA, PS KHUTAR, SHAHJAHANPUR SHA-PUWAYAN NEAR RC

Caller Name

गुल्षद

CallerNumber

919305791320

Caller Address

.....

Remarks

ATR SUBMIT,107,#POI.....CALLER NUMBER:919305791320 ३ लोग घायल है बाइक और बाइक में टक्कर हो गयी है घटना अभी की है दोनों गाड़ियाँ मौजूद है HITAUTA, PS KHUTAR, SHAHJAHANPUR SHA-PUWAYAN NEAR ROAD PLAZA NEW ,SHA1388ACKNOWLEDGE,INFO TO 9108 MED,INFO TO ROIP,APAS ME BIKE DWARA ACCIDENT HUA HAI 02 VIYAKTI GHAYAL HUE HAI PRV NE TATKAL MOUKE PAR PAHUNCHKAR PRATHMIK UPCHAR KARTE HUE DONO GHAYLON KO ILAZ HETU CHC KHUTAR HOSPITAL ME ADMIT KIYA GAYA GHAYALO KE PARIJAN SAATH ME HAI,CALL BACK MANY TIME BUT

विचारणीय बिंदु

- क्या आप काल सुनने के बाद CO रिमार्क से सहमत हैं?
- क्या ATR सही भरी गयी है?
- क्या आप PRV की कार्यवाही से संतुष्ट हैं?
- PRV इस घटना में और क्या कर सकती थी कि पुलिस की छवि बेहतर होती?
- क्या पीड़ित पुलिस कार्यवाही से संतुष्ट होंगे?

अतिरिक्त जानकारी



UP100 @up100 · May 15

#शाहजहाँपुर-आज समय 12:30 बजे सड़क हादसे में घायल दो बाइक सवार को #PRV1388 ने 05 मिनट में मौके पर पहुंचकर घायलों का प्राथमिक उपचार कर नजदीकी अस्पताल पहुंचाया
#RoadSafety #SaveLife @Uppolice @shahjahanpurpol



प्रतिदिन औसतन 2000 मेडिकल सम्बंधी सूचनाओं पर पीआरवी द्वारा मौके पर पहुंचकर सहायता प्रदान की जाती है।

यूपी 100 UP

ये पुलिस बल हमारे साथ सदैव हमारे करीब रहेगा।

अंग भंग का प्राथमिक उपचार

- सर्वप्रथम अपने हाथों को अच्छे से धो लें, यह संक्रमण फैलने से रोकता है
- घायल व्यक्ति को लिटा दें तथा यदि संभव हो तो चोट वाले हिस्से को ऊपर उठा दें
- यदि पीड़ित व्यक्ति के सिर, गर्दन, पीठ अथवा पैर में चोट है तो उसे न हिलाएं
- यदि संभव हो तो चोट वाले स्थान पर साफ़ पट्टी की मदद से सीधा दबाव डाल कर अन्यथा आस-पास के हिस्से पर दबाव डाल कर रक्तस्राव रोकने का प्रयास करें



अंग भंग का प्राथमिक उपचार

- यदि पट्टी खून से भीग जाती है तो उसे हटाएँ नहीं, उसी के ऊपर दूसरी पट्टी रख दबाव बनाए रहें
- यदि संभव हो तो विलग हुए अंग को साफ़ पट्टी में लपेट कर एक पॉलिथीन में रखें तथा बर्फ़ अथवा ठण्डे पानी की थैली में सुरक्षित करें, इससे चिकित्सक द्वारा उस अंग को पुनः जोड़े जाने की संभावना बढ़ जाती है
- तत्काल एम्बुलेंस को सूचना दें तथा चिकित्सा सहायता पहुँचने तक घायल व्यक्ति को ढाढ़स बध्नें

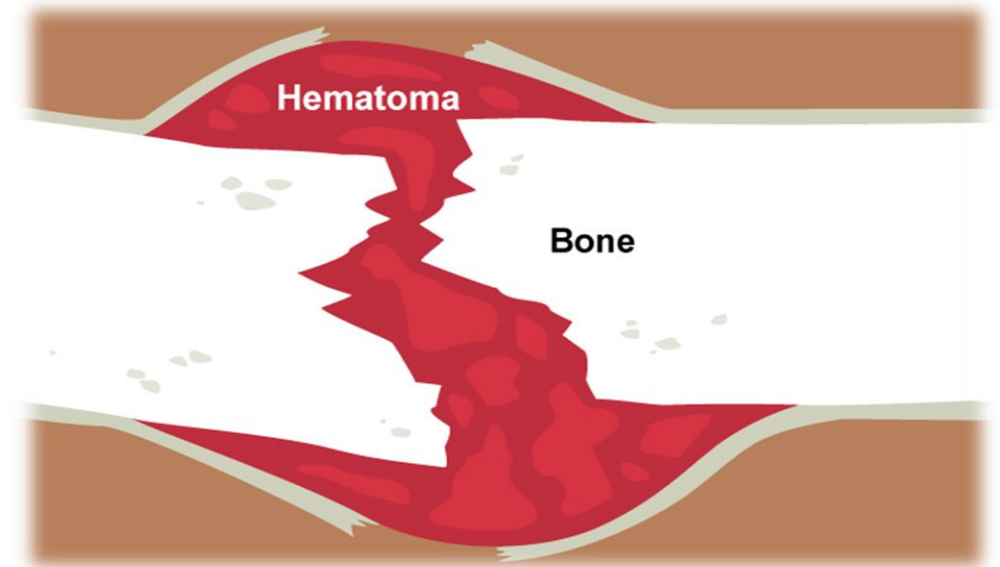


हड्डी टूटने का प्राथमिक उपचार

हड्डी टूटने के लक्षण:

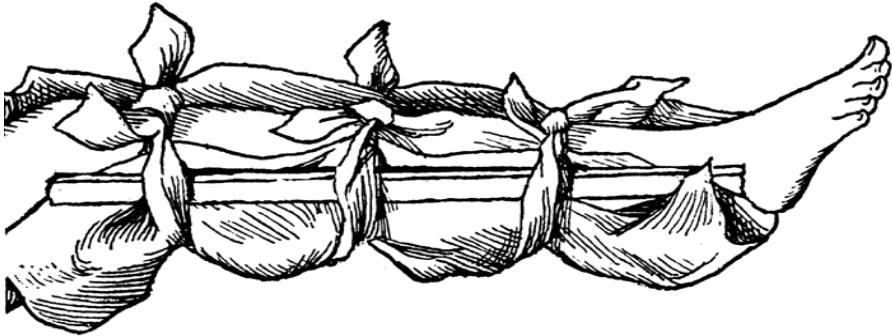
- अत्यधिक दर्द
- सूजन
- अंग का झूल/ लटक जाना
- नीला तथा काला पड़ना।
- अंग का विकृत हो जाना

उक्त लक्षणों के आधार पर केवल अनुमान लगाया जा सकता है, चोट की वास्तविक स्थिति चिकित्सक द्वारा यथोचित जांच के बाद ही पता चलती है।



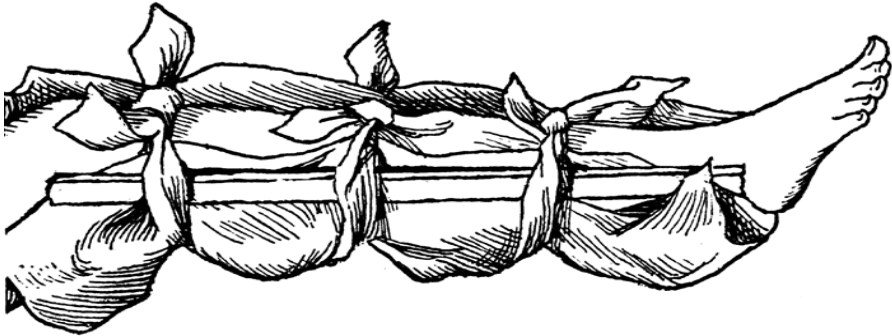
हड्डी टूटने का प्राथमिक उपचार

- सर्वप्रथम अपने हाथों को अच्छे से धो लें, यह संक्रमण फैलने से रोकता है
- यदि चोट के स्थान से रक्तस्राव हो रहा है तो उसे साफ़ पट्टी अथवा कपड़े के माध्यम से दबाव बना कर रोकने का प्रयास करें
- यदि गर्दन अथवा पीठ की हड्डी टूटी है तो पीड़ित को न हिलाएं, इससे स्थिति और गंभीर हो सकती है



हड्डी टूटने का प्राथमिक उपचार

- यदि संभव हो तो चोट के स्थान पर बर्फ या ठण्डे पानी से सिंकाई करें
- रक्तस्राव न होने अथवा रुक जाने पर परिस्थिति के अनुसार प्रभावित क्षेत्र को लकड़ी की फट्टी के माध्यम से स्थिर रहते हुए बाँध दें
- स्थिति की गंभीरता को देखते हुए, यथोचित चिकित्सा सुविधा उपलब्ध कराने की व्यवस्था करें



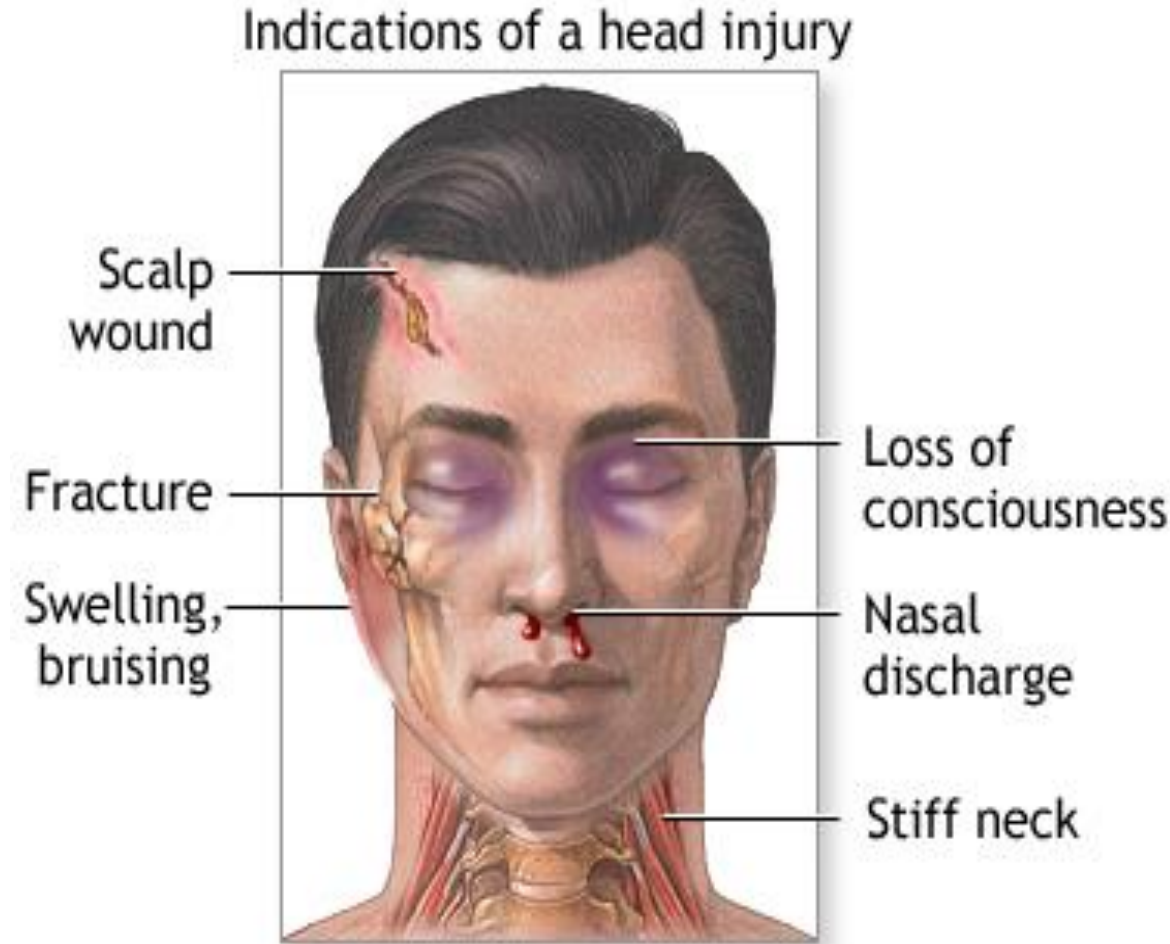
सिर की चोट का प्राथमिक उपचार

- सिर की चोट खुली अर्थात जिससे खून बह रहा है अथवा गुम यानि जिससे खून न बह रहा हो, दोनों ही प्रकार की हो सकती है
- यदि सिर पर तेज आघात हुआ है तो इस चोट का प्रभाव पीड़ित के मस्तिष्क पर भी हो सकता है
- सिर की चोट की गंभीरता उससे खून बहने के आधार पर नहीं, वरन आघात की तीव्रता तथा स्थान पर निर्भर करती है
- सिर की चोट में प्राथमिक उपचार के पश्चात् विशेषज्ञ चिकित्सा हमेशा आवश्यक होती है



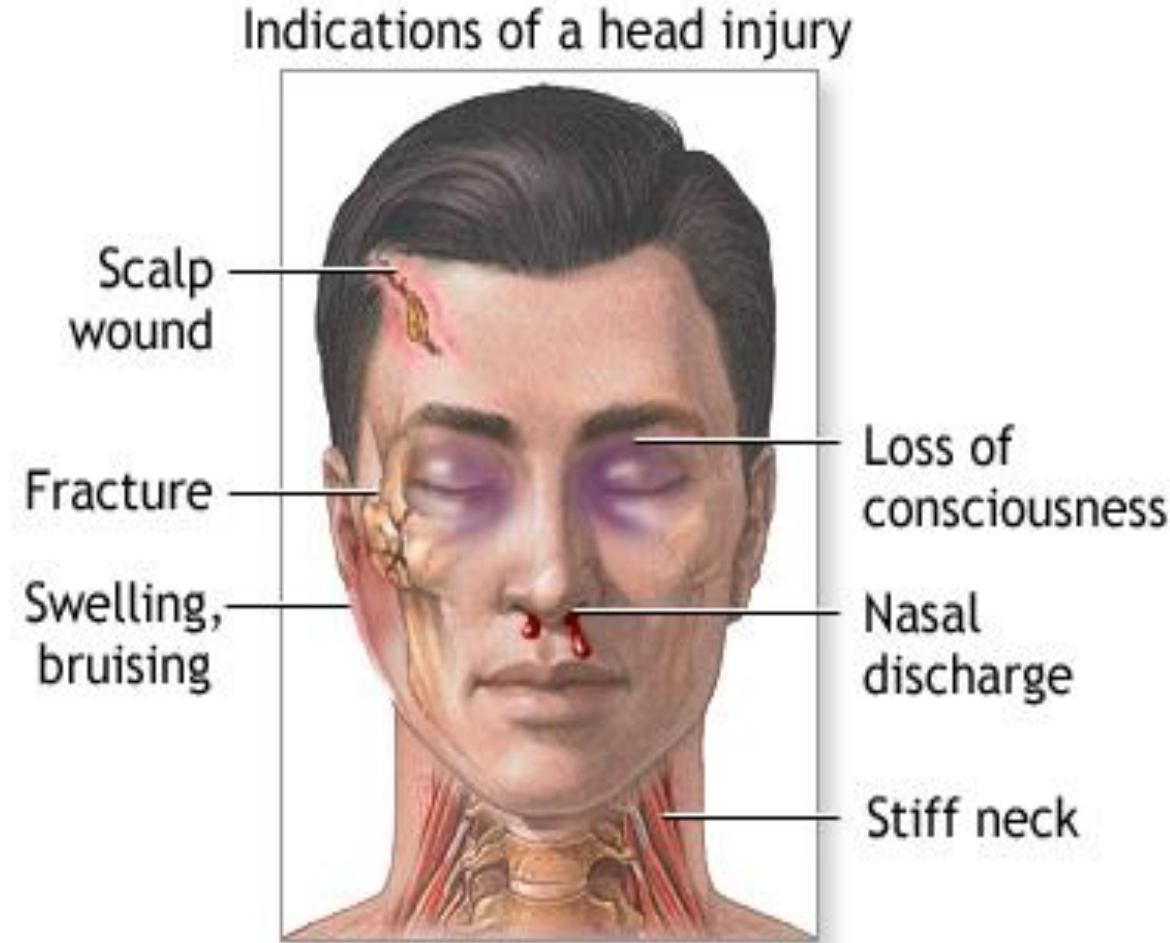
सिर की चोट का प्राथमिक उपचार

- व्यक्ति के वायुमार्ग, श्वास और परिसंचरण की जाँच करें। यदि आवश्यक हो, तो बचाव श्वास और सीपीआर शुरू करें
- यदि व्यक्ति की सांस लेने और हृदय गति सामान्य है, लेकिन व्यक्ति बेहोश है, तो मानो कि रीढ़ की हड्डी में चोट है। व्यक्ति के सिर के दोनों ओर अपने हाथों को रखकर सिर और गर्दन को स्थिर करें
- सिर को रीढ़ के अनुरूप रखें और हिलने से रोकें व चिकित्सा सहायता की



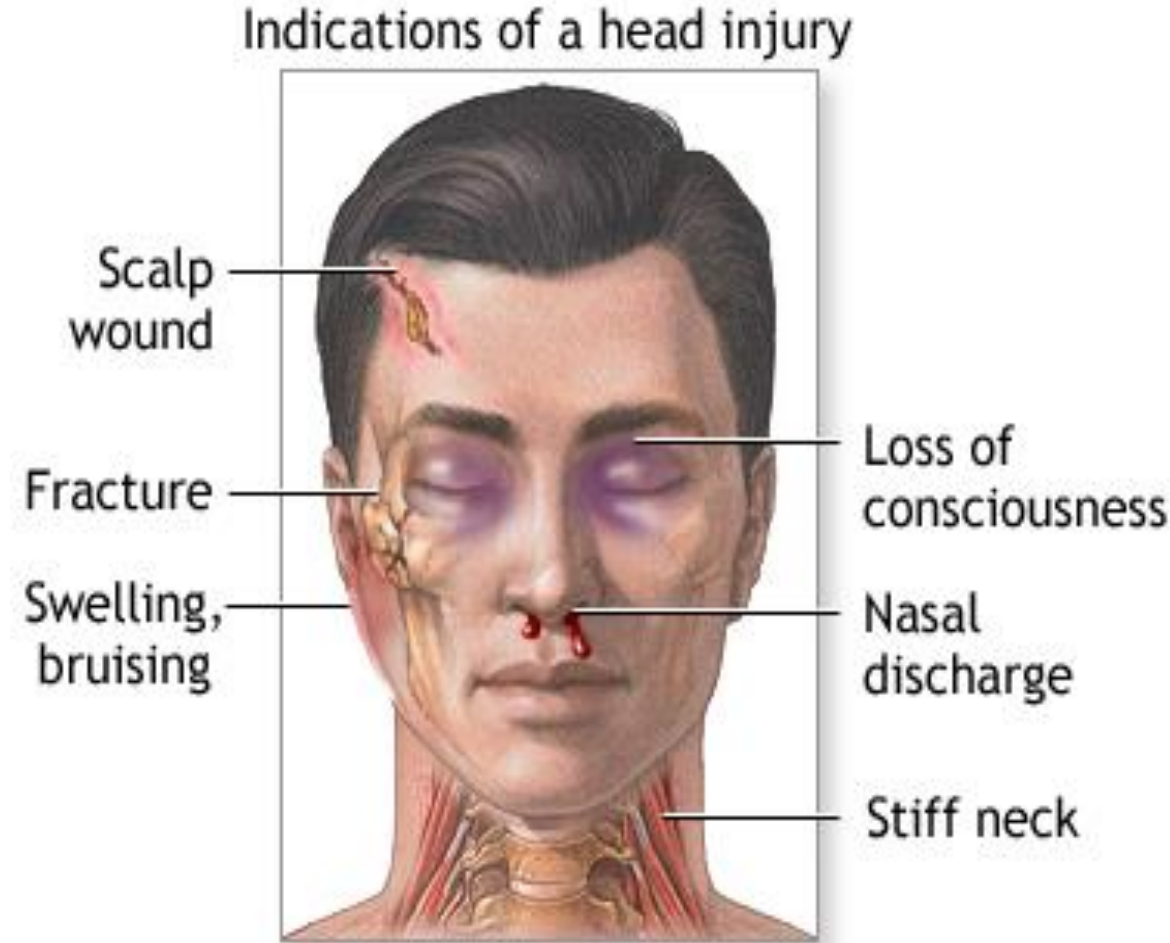
सिर की चोट का प्राथमिक उपचार

- घाव पर एक साफ कपड़े को मजबूती से दबाकर किसी भी रक्तस्राव को रोकें। यदि चोट गंभीर है, तो सावधान रहें कि व्यक्ति सिर को न हिलाए
- यदि रक्त से कपड़ा भीग जाता है, तो उसे हटाएं नहीं वरन पहले वाले कपड़े के ऊपर एक और कपड़ा रखें
- यदि आपको सिर में फ्रैक्चर का संदेह है, रक्तस्राव वाले स्थान पर सीधे दबाव न डालें और घाव में मौजूद तत्वों जैसे लकड़ी, कांच अथवा धातु के टुकड़ों का निकालने का प्रयास न करें, घाव वाले स्थान पर सौम्यता के साथ खून सोखने




सिर की चोट का प्राथमिक उपचार

- यदि घायल व्यक्ति उल्टी कर रहा है तो उसका दम घुटने से बचाने के लिए उसके शरीर को सावधानी के साथ एकसाथ करवट दिला दें। इस प्रक्रिया में उसकी गर्दन तथा रीढ़ की हड्डी का विशेष ध्यान रखें। सिर में चोट लगने के बाद बच्चे अक्सर उल्टी करते हैं। इस दशा में तत्काल चिकित्सा सहायता की आवश्यकता होती है
- यदि सिर में सूजन है तो उस पर बर्फ की सिकाई करें
- यह ध्यान देने वाली बात है कि सिर की चोट के प्रभाव कई दिनों बाद भी



केस स्टडी

इवेंट नं०	-	P14031903730
घटना की तिथि व समय	-	14 मार्च 2019 (प्रातः 11:01:44)
थाना तथा जनपद	-	थाना गोमती नगर, लखनऊ
कॉल रिकॉर्डिंग	-	

- इस घटना का संक्षिप्त विवरण बनाएं
- इस घटना में एक PRV कर्मि के रूप में आप से क्या अपेक्षा की जाती है?
- इस घटना की सूचना मिलने पर आप क्या-क्या करेंगे?

घटना सम्बन्धी विवरण

CO

Event Number

P14031903730

Call Time Stamp

14-03-2019 11:01:44

Dispatch Time Stamp

14-03-2019 11:04:57

Incident Time

--

District

LUCKNOW

Police Station

GOMTINAGAR

Area

LKW_AREA_NORTH

Event Type

SUICIDE_ATTEMPT

Event Sub Type

JUMP_RAIL_TRACK

Incident Address

MITHAILAL CHAURAHA ..PUL KE NICHE OR RAILWAY CROSSING I

Caller Name

रोहित

CallerNumber

916393069045

Caller Address

.....

Remarks

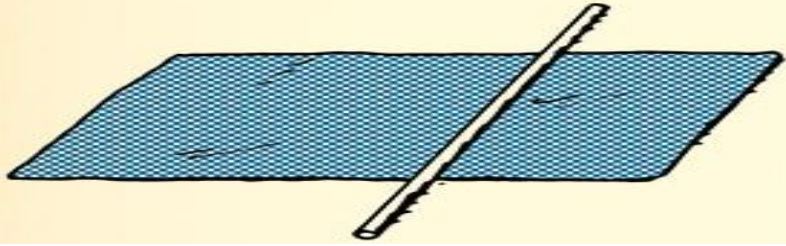
PRV4587 MOKE PAR HAI,MOKE PAR PAHUCHE . YUVAK KE SAR PR CHOT HAI .YUVAK THINK HALAT M HAI .AMBULANCE MOKE PAR NHE AAYE .PRV 2642 LOHIYA HOSPITAL LE GYE HAI.,
(UP_AMBULANCE):
MARIJ NIJI SADHAN SE GAYE,107,-D GROUP-_LKW-GOMTI NAGAR __MITHAILAL CHAURAHA ..PUL KE NICHE OR RAILWAY CROSSING KE PAS LUCKNOW .ZINE KE
UPAR.. _घटना अबसे _5-10 _____मिनट पहले की है | _/...CALLER NUMBER:916393069045 //रोहित जी ने बताया की एक आदमी को रेलवे ट्रेक पर सुसाइड करते हुए रोका गया है और वो घायल है ...एम्बुलेंस की मदद चाहिए है |

विचारणीय बिंदु

- क्या आप काल सुनने के बाद CO रिमार्क से सहमत हैं?
- क्या ATR सही भरी गयी है?
- क्या आप PRV की कार्यवाही से संतुष्ट हैं?
- PRV इस घटना में और क्या कर सकती थी कि पुलिस की छवि बेहतर होती?
- क्या पीड़ित पुलिस कार्यवाही से संतुष्ट होगा?

अस्थायी स्ट्रेचर बनाने की क्रियाविधि

1



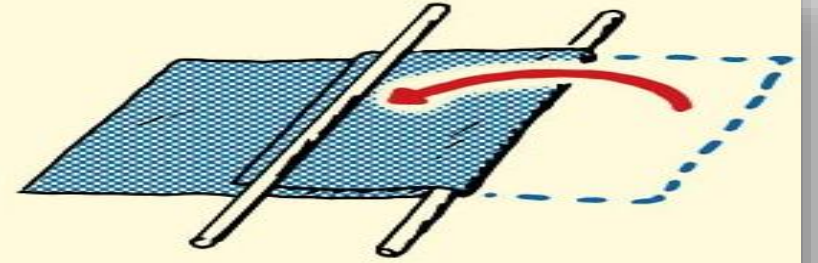
सर्वप्रथम कपड़े को बिछा दें तथा उसके $\frac{1}{3}$ हिस्से के बाद एक डण्डा या बांस उक्त चित्र के अनुसार रख दें

3

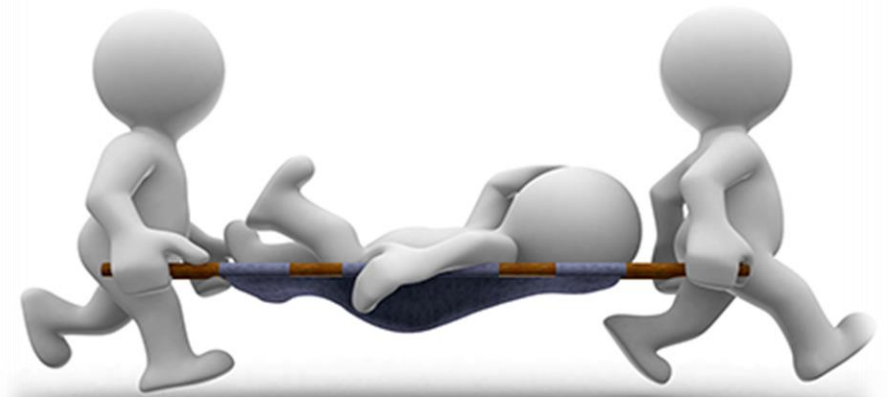


अंतिम चरण में बचे हुए कपड़े को चित्र में दर्शाए गए तरीके से मोड़ दें, अस्थायी स्ट्रेचर प्रयोग के लिए तैयार है

2



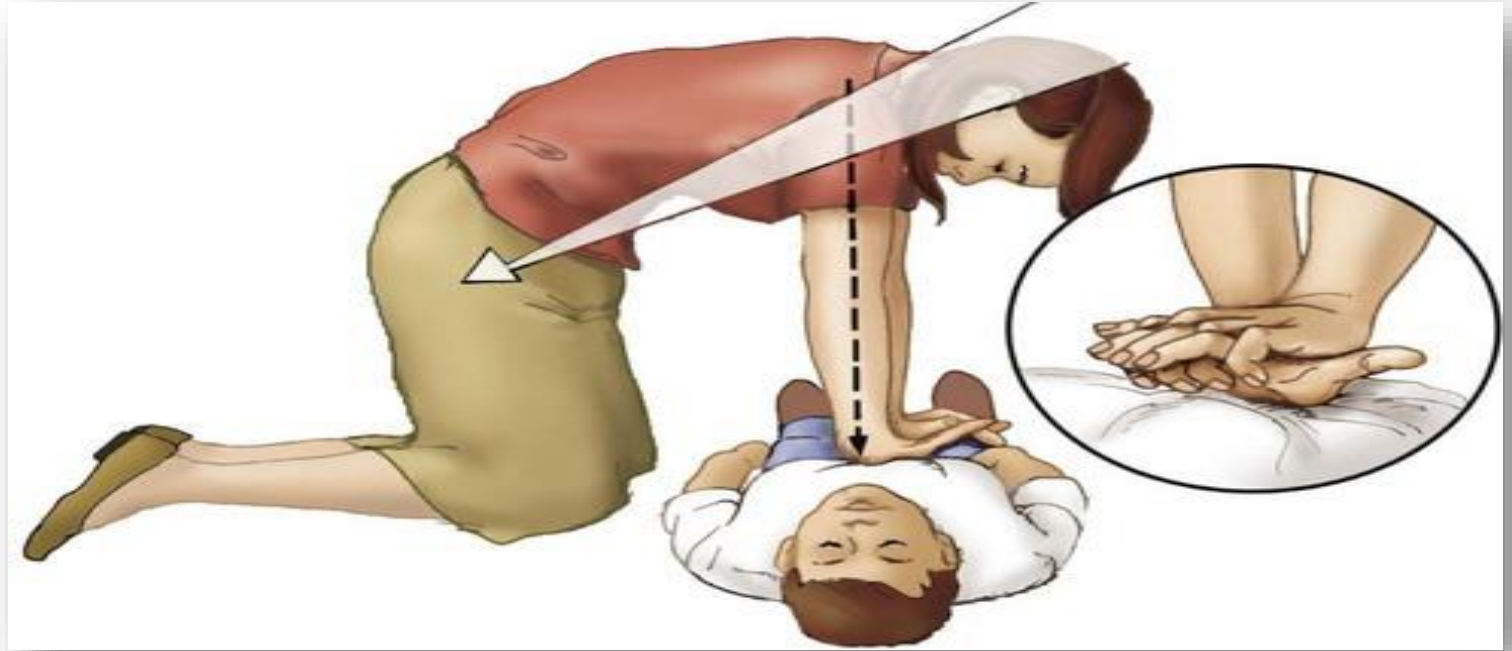
अब दिए हुए चित्र के अनुसार कपड़े को मोड़ दें तथा मुड़े हुए कपड़े पर थोड़ा अंतर छोड़ते हुए दूसरा डण्डा या बांस रख दें



सीपीआर देने की विधि

"Hands only CPR 10 (Hindi)" <https://youtu.be/Mo6XfFIbSEE>

- साधारण सीपीआर
- सीपीआर 10
- बच्चों को सीपीआर देना



सीपीआर देने की विधि CPR (CARDIO PULMONARY RESUSCITATION)

- घायल को चित लिटाना
- घायल के सीने के ऊपर के कपड़े को खोल देना
- इसके बाद घायल के पास घुटने के बल बैठ के सीने के बीच में पहले दाए हाथ को उसके ऊपर बाएं हाथ को रख कर लॉक बना कर दोनों हाथों को कोहिनी से सीधा रखते हुए दबाना शुरू करेंगे
- इस क्रिया को करने के बाद सांस को जांचें, सांस ना चले तो इस क्रिया को दोबारा करें
- अगर सांस चल जाए तो घायल को सुरक्षित आसन में कर दें
- जितनी जल्दी हो सके डॉक्टर के पास ले जाए

जलने का प्राथमिक उपचार आकस्मिक चिकित्सा की आवश्यकता है

- यदि घाव गहरे हैं
- यदि त्वचा शुष्क, चमड़े जैसे दिखती है तथा भूरे एवं काले रंग के चकत्ते हैं
- यदि घाव 3 इंच से बड़ा है या किसी प्रमुख जोड़ अथवा संवेदनशील अंग पर है

आकस्मिक चिकित्सा की आवश्यकता नहीं है

- यदि सनबर्न के सामान केवल ऊपरी लालिमा है
- केवल दर्द है
- केवल फफोले अथवा छाले हैं
- यदि घाव 3 इंच से कम हिस्से में है
- यदि घाव किसी जोड़ अथवा नाजुक अथवा संवेदनशील अंग पर नहीं है

जलने का प्राथमिक उपचार (गंभीर रूप से जलने पर)

- पीड़ित को और अधिक नुकसान से बचाएं: उसे आग तथा गर्मी से सुरक्षित दूरी पर ले जाएं, यदि उसके शरीर में आग लगी हुई है तो किसी भारी कपड़े जैसे कम्बल अथवा कोट की मदद से आग बुझाने का प्रयास करें।
- यह सुनिश्चित करें कि, पीड़ित व्यक्ति सांस ले रहा है।
- पीड़ित व्यक्ति के शरीर पर से आभूषण, बेल्ट तथा अन्य कोई भी ऐसी वस्तु जो उसकी सांस लेने की प्रक्रिया में बाधक हो सकती है, हटा दें।
- जलने के घाव को साफ़ गीले कपड़े से ढक दें।
- अधिक जले हुए व्यक्ति को पानी में न डालें, इससे हाइपोथर्मिया की संभावना हो जाती है।
- यदि संभव हो तो आग से प्रभावित हिस्से को पीड़ित के हृदय के स्तर से ऊंचा रखें।

जलने का प्राथमिक उपचार (साधारण रूप से जलने पर)

- जले हुए स्थान पर सामान्य तापमान का पानी तब तक डालें जब तक दर्द में आराम न मिल जाए।
- जले हुए स्थान पर से कसाव वाली वस्तुएं जैसे अंगूठी, बेल्ट इत्यादि हटा दें।
- यदि जलने से छाले अथवा फ़फ़ोले पड़ गए हैं तो उन्हें मत फोड़े।
- जले हुए स्थान पर बरनोल क्रीम लगा दें।
- क्रीम लगाने के पश्चात रुई का प्रयोग किए बिना पट्टी बाँध दें। यह ध्यान रखें कि पट्टी बहुत कसी नहीं होनी चाहिए। इसका उद्देश्य घाव को बाहरी रगड़ या छाले को फूटने से बचाना है।
- आवश्यकता हो तो पीड़ित को दर्दनिवारक दवा दें।

दम घुटने का प्राथमिक उपचार

लक्षण

- बोल न पाना
- सांस लेने में तकलीफ या सांस लेते समय शोर
- अचानक से थोड़ा अथवा ढेर सारा बलगम आना
- त्वचा, ओंठ तथा नाखून का नीला या सांवला हो जाना
- सामान्य त्वचा की रंगत में नीलापन या पीलापन आ जाना

कारण

- गले अथवा श्वास नली में कुछ फंस जाना
- धुँएँ में फंस जाना
- निम्न गुणवत्ता की हवा में सांस लेना
- अन्य

दम घुटने का प्राथमिक उपचार (यदि पीड़ित 9 वर्ष से ऊपर तथा होश में है)

- यदि गले में कुछ फंस गया है तो उसे उंगली से निकालने की कोशिश तभी करें जब वह वस्तु पूरी तरह से दिख रही हो तथा साथ ही उंगली की पहुँच में हो
- यदि पीड़ित की सांस रुक गयी है तो उसे आगे की ओर झुका कर उसकी पीठ पर दोनों शोल्डर ब्लेड के बीच वाले स्थान पर सीधी हथैली रखते हुए 5 बार जोर से प्रहार करें। ऐसा करते समय पीड़ित का सिर उसके सीने के स्तर से नीचे होना चाहिए
- यदि उक्त प्रयास असफल हो जाता है तो पीड़ित को पेट की ओर से धक्के (Heimlich manoeuvre) लगाएं, इसकी प्रक्रिया निम्नवत है:
 - पीड़ित के पैरों के बीच अपना पैर रखते हुए उसके पीछे खड़े हो जाएं

दम घुटने का प्राथमिक उपचार (यदि पीड़ित 9 वर्ष से ऊपर तथा होश में है)

- उसे कमर से पकड़ें तथा अपने एक हाथ से मुठ्ठी बनाकर (अंगूठा अंदर रखते हुए) उसके पेट के मध्य भाग (नाभि से थोड़ा ऊपर) रखें
- अब दूसरे हाथ से अपनी मुठ्ठी को पकड़ें (ध्यान रखें कि उसकी पसलियां आपकी पकड़ से बाहर हों) तथा अपने हाथों को झटके के साथ अंदर तथा ऊपर की ओर खींचें, यह प्रक्रिया 5 बार दोहराएं
- यदि इससे भी गले में फंसी वस्तु बाहर नहीं आती है तो पीड़ित को तुरंत चिकित्सा सहायता उपलब्ध कराने का प्रयास करें तथा इस बीच उक्त दोनों प्रक्रियाओं को बारी-बारी दोहरा कर उसकी सहायता करने का प्रयास करें
- यदि इस बीच पीड़ित बेहोश हो जाता है तो तुरंत सीपीआर की प्रक्रिया प्रारम्भ कर दें

दम घुटने का प्राथमिक उपचार (यदि पीड़ित 1 से 8 वर्ष के बीच तथा होश में है)

- यदि गले में कुछ फंस गया है तो उसे उंगली से निकालने की कोशिश तभी करें जब वह वस्तु पूरी तरह से दिख रही हो तथा साथ ही उंगली की पहुँच में हो
- बच्चे के पीछे खड़े हो जाएं और उसे आगे की तरफ झुकाएं (**अगर बच्चा छोटा है तो उसे अपनी गोद में इस प्रकार रखें**) तथा उसे पूर्व में वर्णित तरीके पीठ पर 5 बार आघात दें
- यदि गला साफ़ नहीं होता है तो बच्चे के पीछे जाकर एक हाथ से मुठ्ठी बनाएं (अंगूठा अंदर रखें) तथा मुठ्ठी को दूसरे हाथ से पकड़ कर बच्चे की छाती की निचली हड्डी पर रख कर 5 बार झटके के साथ अंदर की ओर खींचें। यह प्रक्रिया छाती के झटके कहलाती है

दम घुटने का प्राथमिक उपचार (यदि पीड़ित 1 से 8 वर्ष के बीच तथा होश में है)

- इस प्रयास के भी असफल रहने पर पूर्व में वर्णित तरीके से उसे पेट के झटके दें
- यदि यह तीनों प्रयास असफल रहते हैं तो तुरंत चिकित्सा सहायता की व्यवस्था करें तथा इस बीच उक्त तीनों प्रक्रियाएं बारी-बारी से दोहराएं
- यदि इस बीच पीड़ित बेहोश हो जाता है तो तुरंत सीपीआर देना शुरू कर दें

दम घुटने का प्राथमिक उपचार (धुएं के कारण)

- पीड़ित व्यक्ति को तुरंत धुएं तथा धूल से दूर खुली हवा में ले जाएं
- कसे हुए कपड़ों को ढीला कर दें तथा आस-पास भीड़ न लगाने दें
- यदि उक्त दोनों प्रयासों से पीड़ित की स्थिति नहीं सुधर रही है तो तत्काल चिकित्सा सुविधा की व्यवस्था करें
- यदि पीड़ित बेहोश है तो उसे खुले स्थान में रखें तथा तत्काल चिकित्सा सुविधा की व्यवस्था करें

आँख की चोट का प्राथमिक उपचार

आँख में रसायन जाने पर

- आँख को न रगड़ें
- तुरंत साफ़ और ठण्डे पानी से आँख को धुलें
- आँख पर पट्टी न बांधें
- तुरंत चिकित्सा सहायता हेतु डॉक्टर से संपर्क करें

आँख पर आघात होने पर

- आँख पर दबाव डाले बिना ठंडी सिकाई करें
- यदि आँख में किसी भी प्रकार की सूजन, नीलापन/कालापन, देखने में कठिनाई, लगातार दर्द अथवा खुजली हो रही है तो तत्काल चिकित्सा सहायता लें
- रक्तस्राव की दशा में तत्काल चिकित्सा

आँख में कुछ चला जाने पर

- आँख को न रगड़ें
- आँख को साफ़ पानी से धोएं
- ऊपरी पलक को नीचे की ओर खींचें तथा तेजी से पलकें झपकाएं
- यदि उक्त प्रक्रिया से लाभ नहीं मिलता है तो आँख को साफ़ कपड़े से ढकें तथा डॉक्टर की सहायता लें


बेहोशी अथवा गफलत का प्राथमिक उपचार

- सर्वप्रथम यह जांच करें कि व्यक्ति की सांस चल रही है या नहीं
- यदि सांस नहीं चल रही है तो तुरंत चिकित्सा सहायता की व्यवस्था करें तथा सहायता पहुँचने तक सीपीआर दें
- यदि सांस चल रही है तो कसे हुए कपड़े, बेल्ट इत्यादि को ढीला कर दें तथा पीड़ित को पीठ के बल लिटा दें
- पीड़ित के पैर लगभग 1 फुट ऊपर उठा दें
- यदि पीड़ित अगले 1 मिनट में होश में नहीं आता है तो उसे तुरंत चिकित्सा सहायता देने की व्यवस्था करें

बेहोशी अथवा गफलत का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित के श्वसन मार्ग की जांच करें कि वह अवरुद्ध तो नहीं हो रहा है अथवा सांस लेते समय कोई असामान्य आवाज़ तो नहीं आ रही है
- पीड़ित को चोट सिर, रीढ़, तथा कमर में होने की दशा में यथोचित सावधानी बरतें तथा तुरंत चिकित्सा सहायता प्रदान करने हेतु व्यवस्था करें
- रक्तस्राव को रोकने का प्रयास करें
- पीड़ित को अकेला न छोड़ें तथा उसकी नब्ज़ की जांच करें

केस स्टडी

इवेंट नं०	-	P15051901150
घटना की तिथि व समय	-	15 मई 2019 (रात 1:56:14)
थाना तथा जनपद	-	थाना इंदिरा पुरम, गाज़ियाबाद
कॉल रिकॉर्डिंग	-	

- इस घटना का संक्षिप्त विवरण बनाएं
- इस घटना में एक PRV कर्मि के रूप में आप से क्या अपेक्षा की जाती है?
- इस घटना की सूचना मिलने पर आप क्या-क्या करेंगे?

घटना सम्बन्धी विवरण

CO

Event Number

P15051901150

Call Time Stamp

15-05-2019 01:53:36

Dispatch Time Stamp

15-05-2019 01:56:14

Incident Time

--

District

GHAZIABAD

Police Station

INDRAPURAM

Area

GZB-AREA-CITY

Event Type

UNCLAIMED_INFO.

Event Sub Type

UNCLAIMED_WOMEN

Incident Address

NEAR-ADITIYA MALL..NYAY KHAND-PART 3, GHAZIABAD..GZB-CO-

Caller Name

SHASHANK

CallerNumber

7042050530

Caller Address

.....

Remarks

MOKE PAR GAYE MOKE PAR EK OLD MAN MILA JISKE PASS 3LAKH 65000 RS MILE OR KUCH BANKO KI PASS BOOK PASSPORT V ANYA KAGJAT THE UNKO LEKAR PS INDIRAPURAM PAR CHODA GAYA OR CALLER BHI SAATH ME THA THANE PAR CC RAJNEESH PANDAY KO PAISE GINVAKAR CALLER KI MOJUDGI ME SUPURD KIYA GAYA, CALLER NUMBER:7042050530 ,,,,,,,,,, NAER-ADITIYA MALL..NYAY KHAND-PART 3, GHAZIABAD..GZB-CO-THIRD...72-80 साल की एक बूढ़ी औरत है जो बहुत देर से बाहर घूम रही है ,,उनको जाना कहा है ये जानकारी नहीं है ,,GZB2156

विचारणीय बिंदु

- क्या आप काल सुनने के बाद CO रिमार्क से सहमत हैं?
- क्या ATR सही भरी गयी है?
- क्या आप PRV की कार्यवाही से संतुष्ट हैं?
- PRV इस घटना में और क्या कर सकती थी कि पुलिस की छवि बेहतर होती?
- क्या पीड़ित पुलिस कार्यवाही से संतुष्ट होगा?

अतिरिक्त जानकारी



UP100 @up100 · May 16

1- रात 01:56 बजे न्याय खण्ड-3, सड़क किनारे बेसुध हालत में बुजुर्ग के पड़े होने की सूचना।

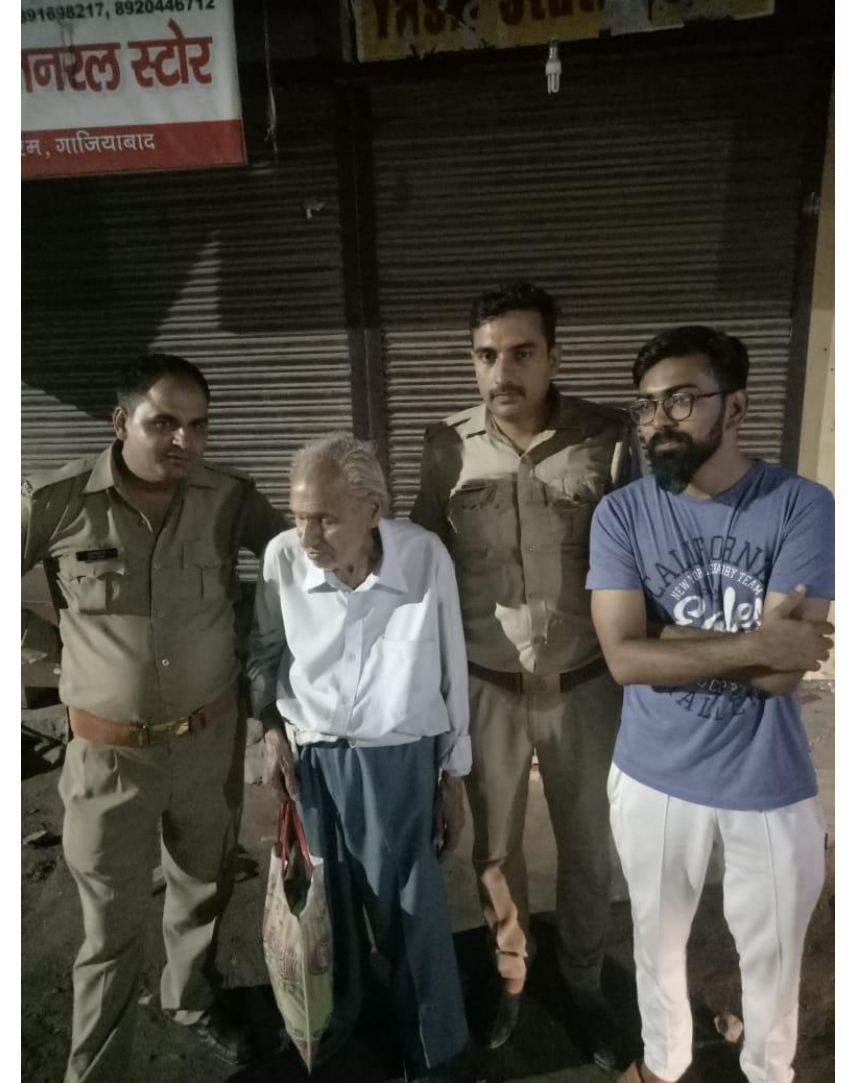
2- रात 02:10 बजे #PRV2156 ने प्राथमिक उपचार देते हुए पास मिले 3,65,000 ₹ के साथ बुजुर्ग को थाने पहुँचाया।

3- #थाना_इंदिरापुरम द्वारा बुजुर्ग को किया गया परिजनो के सुपुर्द।

#HamareBujurg



UP POLICE, ADG ZONE KANPUR, GHAZIABAD POLICE and 7 others



जहर फैलने का प्राथमिक उपचार

लक्षण:

- उनींदापन या बेहोशी
- सांस लेने में कठिनाई होना या सांस रुकना
- अनियंत्रित रूप से बेचैन या उत्तेजित होना
- दौरे पड़ना



जहर फैलने का प्राथमिक उपचार

जहर खाने अथवा पीने की स्थिति में:

- बचे हुए जहरीले पदार्थ को तत्काल पीड़ित के मुँह से निकाल दें
- यदि पीड़ित ने कोई घरेलू कीटनाशक अथवा सफाई का रसायन खाया या पिया है तो उसकी पैकिंग पर दिए गए निर्देशों का पालन करें
- पीड़ित को तत्काल चिकित्सा सहायता प्रदान करने की व्यवस्था करें



जहर फैलने का प्राथमिक उपचार

त्वचा पर जहर होने की स्थिति में:

- दस्ताने के प्रयोग से जहर से प्रभावित वस्तुओं को उ
- प्रभावित त्वचा को लगातार साफ़ पानी से धोते रहे
- तुरंत चिकित्सा सहायता प्राप्त करने की कोशिश :



जहर फैलने का प्राथमिक उपचार

आँख में जहर जाने की स्थिति में:

- आँख को लगातार साधारण तापमान अथवा हलके गर्म पानी से लगातार धोते रहे
- तत्काल चिकित्सा सहायता प्राप्त करने का प्रयास करें



जहर फैलने का प्राथमिक उपचार

सांस द्वारा जहर जाने की स्थिति में:

- जितनी जल्दी हो सके व्यक्ति को ताजी हवा में ले जाएं
- यदि व्यक्ति उल्टी कर रहा है तो उसे करवट दिला दें, इससे उसका दम नहीं घुटेगा
- यदि व्यक्ति की चेतना लुप्त हो चुकी है तथा सांस नहीं चल रही तत्काल सीपीआर देना प्रारम्भ कर दें

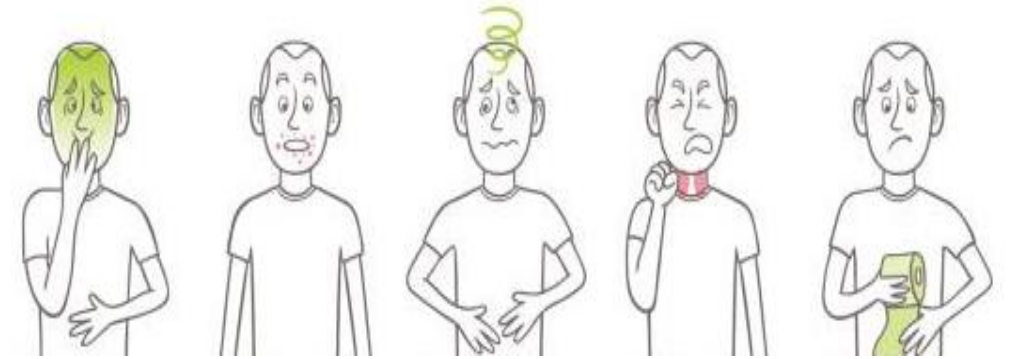
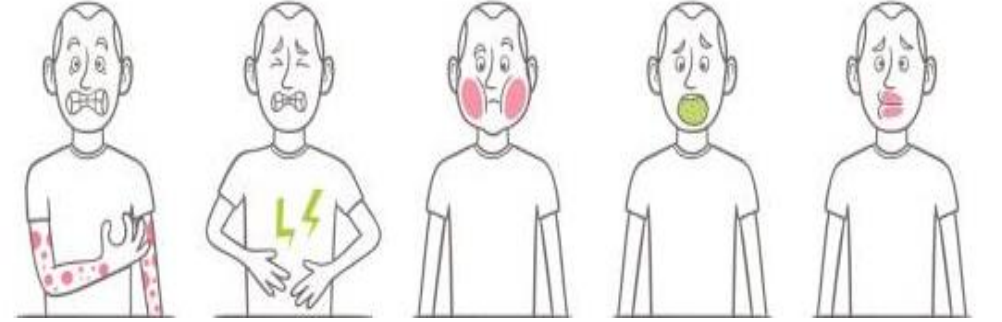


जहर के बारे में अधिक से अधिक जानकारी प्राप्त कर चिकित्सक को सुरत चिकित्सा सहायता उपलब्ध कराने का प्रयास करें। इससे सही तथा शीघ्र इलाज में सहायता मिलती है

एलर्जी का प्राथमिक उपचार

लक्षण:

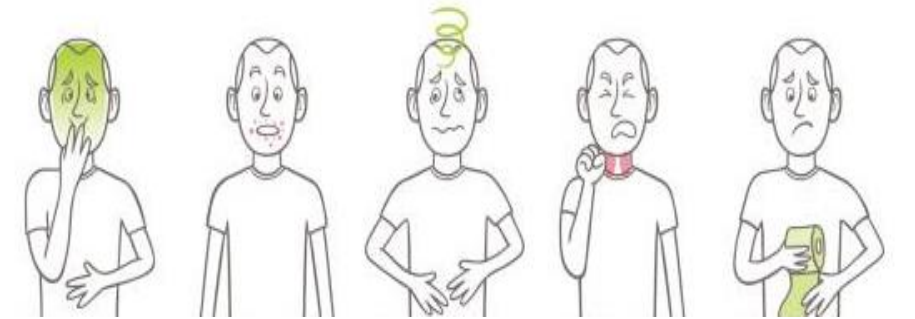
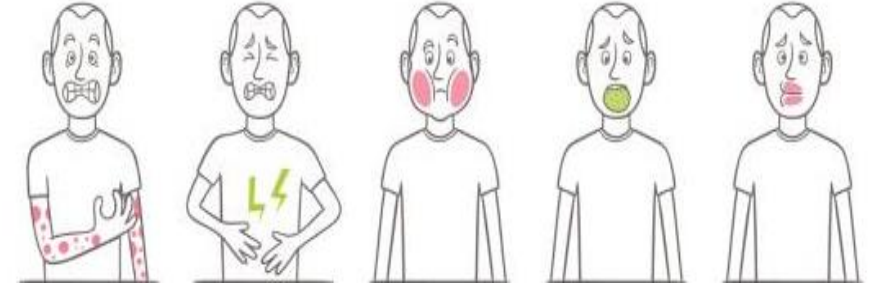
- सांस लेने में तकलीफ
- गले में जकड़न अथवा श्वसन मार्ग अवरुद्ध होने का अहसास
- कर्कश आवाज़ अथवा बोलने में परेशानी
- गले, जीभ अथवा ओठों सूजन
- उल्टी होना, मिचलाना अथवा पेट दर्द
- धड़कन अथवा नब्ज़ का तेज होना
- बेचैनी अथवा चक्कर आना
- त्वचा पर चकत्ते पड़ना
- बेहोशी



एलर्जी का प्राथमिक उपचार

उपचार:

- एलर्जी के लक्षण देखते ही पीड़ित को तत्काल किसी मेडिकल शॉप पर उपलब्ध, वांछित अहर्ता प्राप्त व्यक्ति से लक्षणों के आधार पर एंटी एलर्जिक दवा दिलवाएं।
- यदि दवा देने के पश्चात अगले 8-10 मिनट में पीड़ित को आराम नहीं मिलता है तो उसे चिकित्सा सहायता की आवश्यकता है।
- यदि एलर्जी के लक्षण गंभीर हैं तो पीड़ित को तत्काल चिकित्सा सहायता उपलब्ध कराने का प्रयास करें।



खून के थक्के जमने पर प्राथमिक उपचार

यहाँ पर थक्के जमने से आशय किसी चोट के कारण त्वचा पर नीले अथवा काले धब्बे आने से है। ऐसी दशा में निम्न प्राथमिक उपचार करें:

- प्रभावित स्थान को सेवलॉन से साफ़ करके ठण्डे पानी अथवा बर्फ से सिकाई करें
- उक्त की अनुपस्थिति में आप वोलिनी जेल का प्रयोग भी कर सकते हैं
- यदि धब्बे का आकार लगातार बढ़ता जा रहा है तो यह इस बात का संकेत करता है कि, लगातार आंतरिक रक्तस्राव हो रहा है। इस दशा में डॉक्टर से संपर्क करें



चक्कर आने का प्राथमिक उपचार

लक्षण:

- दृष्टि अथवा वाणी में बदलाव
- छाती में दर्द
- सांस लेने में तकलीफ
- अनियमित अथवा असामान्य धड़कन
- जी मिचलाना या उल्टी होना
- बेहोशी
- चीजों का एक से ज्यादा नज़र आना, आदि



चक्कर आने का प्राथमिक उपचार

उपचार:

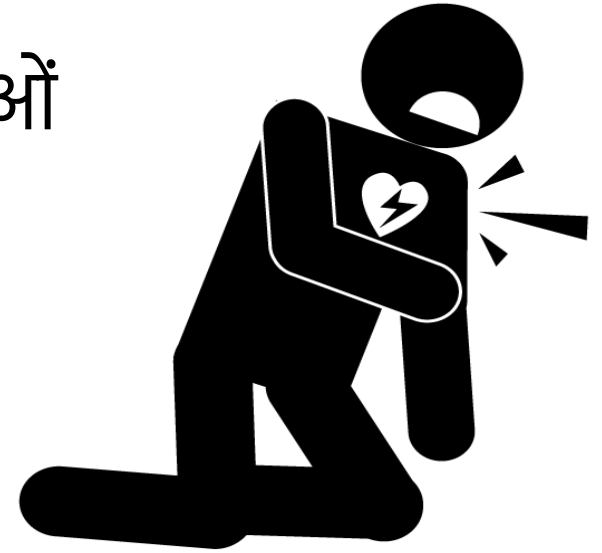
- पीड़ित व्यक्ति को स्थिर बैठा दें अथवा सीधा लिटा दें
- उसकी स्थिति में अचानक परिवर्तन न करें
- नब्ज की जांच करें
- यदि व्यक्ति को प्यास लगी है तो उसे पीने के लिए साधारण तापमान का पानी दें
- यदि 2-3 मिनट में व्यक्ति की स्थिति में सुधार नहीं आता है तो उसे चिकित्सा सहायता की आवश्यकता है
- यदि पीड़ित के साथ यह पहली बार है तो उसे डॉक्टर को अवश्य दिखाना चाहिए



हृदयाघात (Heart Attack) का प्राथमिक उपचार

लक्षण:

- छाती के मध्य में असुविधाजनक दबाव, तेज दर्द अथवा भारीपन
- छाती, कंधे, पीठ, गर्दन, जबड़े, दांतों, एक या दोनों भुजाओं से, या कभी-कभी ऊपरी पेट में फैलने वाला दर्द या बेचैनी
- सांस लेने में तकलीफ
- चक्कर आना, बेहोशी
- पसीना आना
- जी मिचलाना

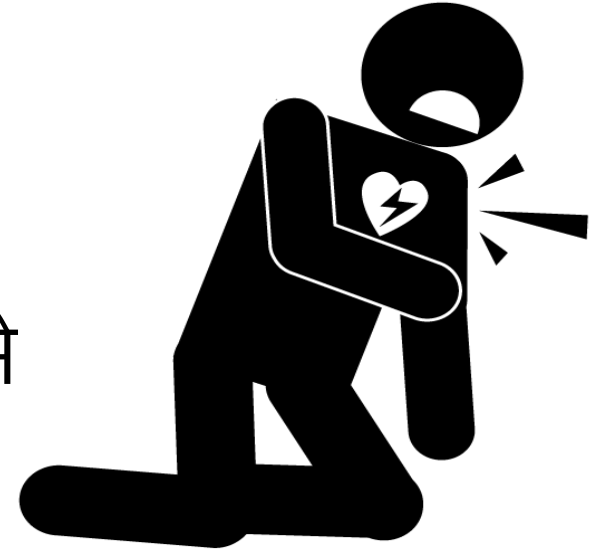


अधिक उम्र तथा मधुमेह के रोगियों में प्रायः यह लक्षण दृष्टिगत नहीं होते हैं

हृदयाघात (Heart Attack) का प्राथमिक उपचार

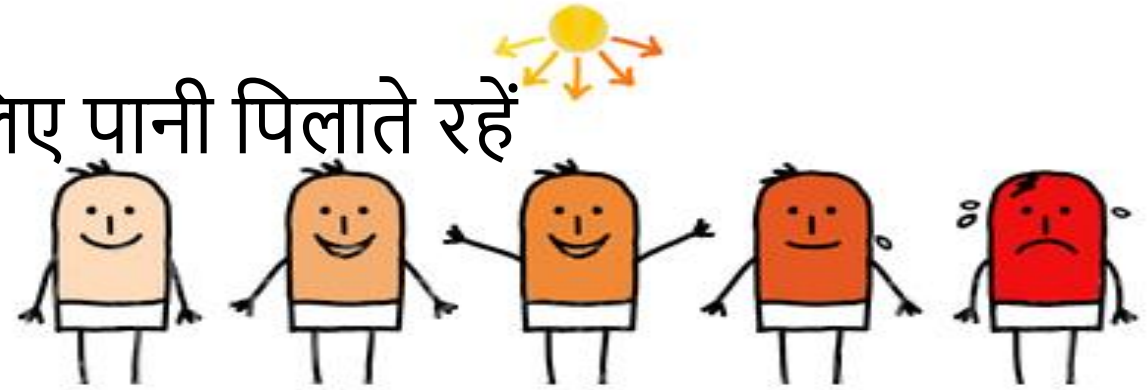
उपचार:

- हृदयाघात की दशा में प्रत्येक क्षण कीमती है।
- तुरंत आपात-कालीन चिकित्सा सहायता की व्यवस्था करें।
- यदि पीड़ित को एस्पिरिन से एलर्जी नहीं है नहीं है तो उसे तुरंत एस्पिरिन की गोली चबाने को दें।
- यदि पीड़ित बेहोश हो गया है तो तुरंत सीपीआर देना प्रारम्भ करें।



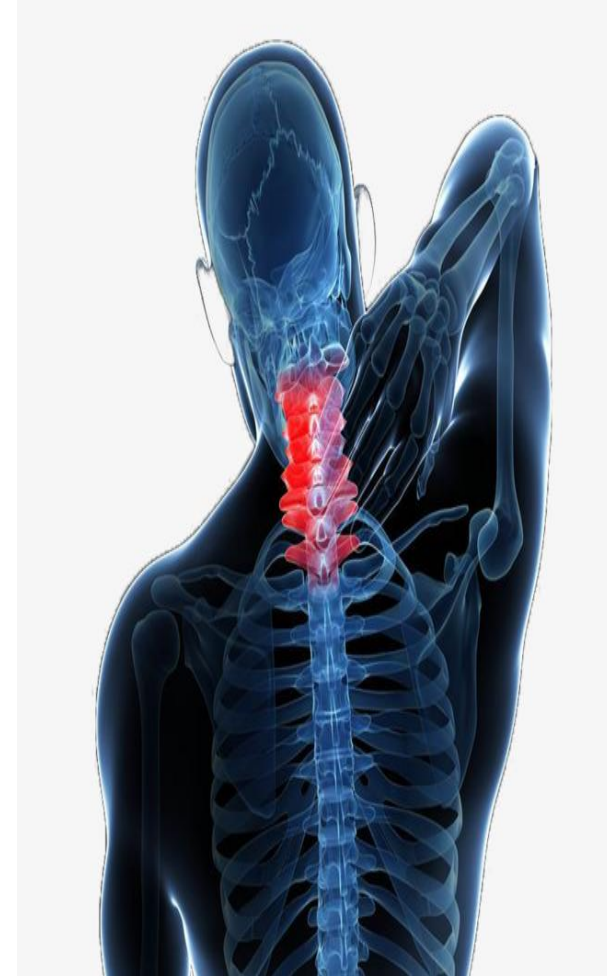
सन बर्न का प्राथमिक उपचार

- प्रभावित त्वचा पर साफ़ ठण्डे पानी से गीला तौलिया रख कर उस स्थान को ठंडक दें
- प्रभावित स्थान पर मॉइस्चराइजर या लोशन लगाएं
- यदि फफोले पड़ गए हैं तो उन्हें न फोड़े
- निर्जलीकरण (dehydration) से बचने के लिए पानी पिलाते रहें
- पीड़ित को धूप के सीधे संपर्क से दूर रखें
- आवश्यकता होने पर दर्द निवारक दवा दें
- यदि पीड़ा में आराम नहीं मिलता है तो चिकित्सक से मिलें



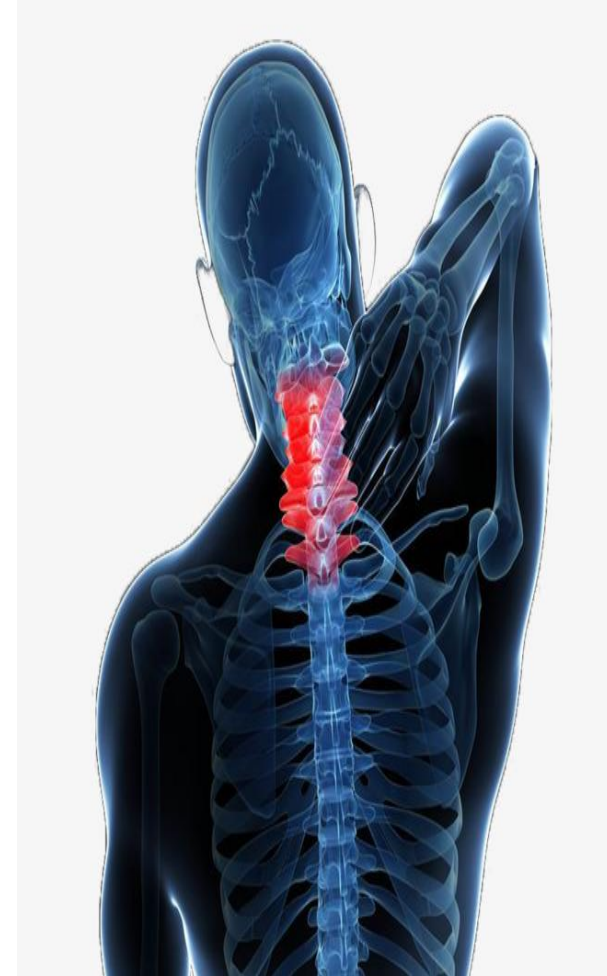
गर्दन की चोट का प्राथमिक उपचार

- गर्दन की चोट सामान्य अथवा गंभीर दोनों ही प्रकार की हो सकती है
- सामान्य चोट खिंचाव, मोच आदि हो सकती है
- सामान्य चोट की दशा में पीड़ित को आरामदेह अवस्था में लिटा दें तथा वोलिनी जेल आदि का प्रयोग कर सकते हैं
- अधिक दर्द होने पर दर्द निवारक का प्रयोग किया जा सकता है
- यदि कुछ घंटों में पीड़ित को आराम मिलना नहीं मिलता तो डॉक्टर की सहायता लें



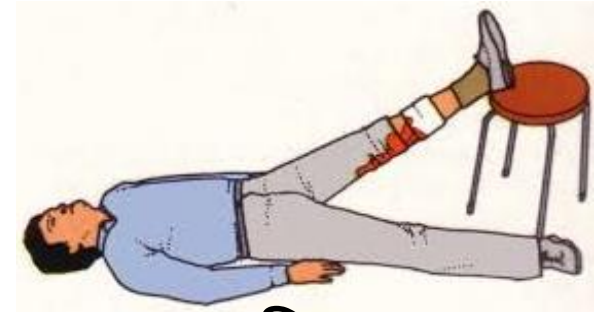
गर्दन की चोट का प्राथमिक उपचार

- गर्दन गंभीर चोट में स्पाइन पर प्रभाव डाल सकती है तथा पीड़ित बेहोश हो सकता है अथवा उसे लकवा भी मार सकता है
- गंभीर चोट की दशा में जांच करें कि पीड़ित की सांस चल रही है या नहीं तथा तत्काल आकस्मिक चिकित्सा की व्यवस्था करें
- यदि सांस रुकी है तो सीपीआर की प्रक्रिया शुरू करें
- यदि पीड़ित होश में है तथा उसकी सांस चल रही है, तो उसे ज्यादा न हिलाएं-डुलाएँ तथा उसकी गर्दन, सिर तथा पीठ को एक लाइन में कर दें



अत्यधिक रक्तस्राव का प्राथमिक उपचार

- सर्वप्रथम अपने हाथ को ठीक तरह से धो लें, यह संक्रमण फैलने से रोकता है
- तुरंत चिकित्सा सहायता उपलब्ध कराने का प्रयास करें
- चिकित्सा सहायता के पहुँचने तक घायल का रक्तस्राव रोकने हेतु साफ़ पट्टी अथवा कपड़े से दबाव बनाएं
- यदि चोट के स्थान की हड्डी टूटी होने की संभावना है तो उस स्थान पर अधिक दबाव नहीं डालें
- यदि संभव है तो चोट वाले स्थान को ऊंचा ऊंचा उठा दें
- चिकित्सा सहायता आने तक पीड़ित को ढाढ़स बंधाएं तथा नब्ज़ आदि का ध्यान रखें



बुखार का प्राथमिक उपचार

- यदि किसी वयस्क अथवा बच्चे के शरीर का तापमान सामान्य (बिना शारीरिक श्रम, धूप स्नान या गर्म पानी से स्नान के) से अधिक होता है तो यह स्थिति बुखार कहलाती है। बुखार कई कारणों से हो सकता है। यदि प्राथमिक उपचार से रोगी को आराम नहीं मिलता है अथवा बुखार बहुत तेज है तो उसे शीघ्र डॉक्टरी सहायता की आवश्यकता होती है।
- बुखार को मापने के लिए हम थर्मामीटर का प्रयोग करते हैं। यह हमें डिग्री सेल्सियल्स अथवा डिग्री फॉरेन्हाइट दोनों में अथवा उक्त में से किसी एक पैमाने पर दर्शाता है।



बुखार का प्राथमिक उपचार

- यदि थर्मामीटर निम्न या अधिक रीडिंग दिखता है तो हम उसे बुखार कहते हैं:
 - यदि गुदा अथवा कान के माध्यम से लिया गया तापमान 100.4 डिग्री फॉरेन्हाइट अथवा 38 डिग्री सेल्सियस या अधिक है।
 - यदि मुँह का तापमान 100 डिग्री फॉरेन्हाइट अथवा 37.8 डिग्री सेल्सियस या अधिक है।
 - यदि काँख (Armpit) का तापमान 99 डिग्री फॉरेन्हाइट अथवा 37.2 डिग्री सेल्सियस या अधिक है।



बुखार का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित को निर्जलीकरण (डिहाइड्रेशन) से बचाने के लिए थोड़ी-थोड़ी देर में सामान्य तापमान का जल पिलाते रहें
- पीड़ित को हल्के कपड़े पहनाएं
- यदि पीड़ित को ठण्ड लग रही है तो उसे हल्का कम्बल ओढ़ाएं तथा आराम मिलने पर हटा दें
- यदि बुखार बढ़ता जा रहा है तो माथे पर ठण्डी पट्टी की सिकाई करें तथा डॉक्टर की सहायता लें



बुखार का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित यदि बच्चा है तो बिना डॉक्टरी सलाह के कोई दवा न दें
- पीड़ित यदि वयस्क है तो उसे पैरासिटामोल की गोली दें, परन्तु यदि बुखार पुनः वापस आ रहा है तो डॉक्टरी सहायता लें



बुखार का प्राथमिक उपचार

बुखार के दौरान निम्न लक्षणों में पीड़ित को तत्काल डॉक्टरी सहायता उपलब्ध कराएं:

- यदि पीड़ित को सांस लेने में तकलीफ हो रही है
- यदि पीड़ित गर्दन में अकड़न अथवा सिर दर्द की शिकायत कर रहा है
- सीने या पेट में दर्द की शिकायत कर रहा है
- यदि बुखार के साथ दस्त अथवा बार-बार उल्टी हो रही है
- जोड़ों में दर्द तथा सूजन आने पर



बुखार का प्राथमिक उपचार

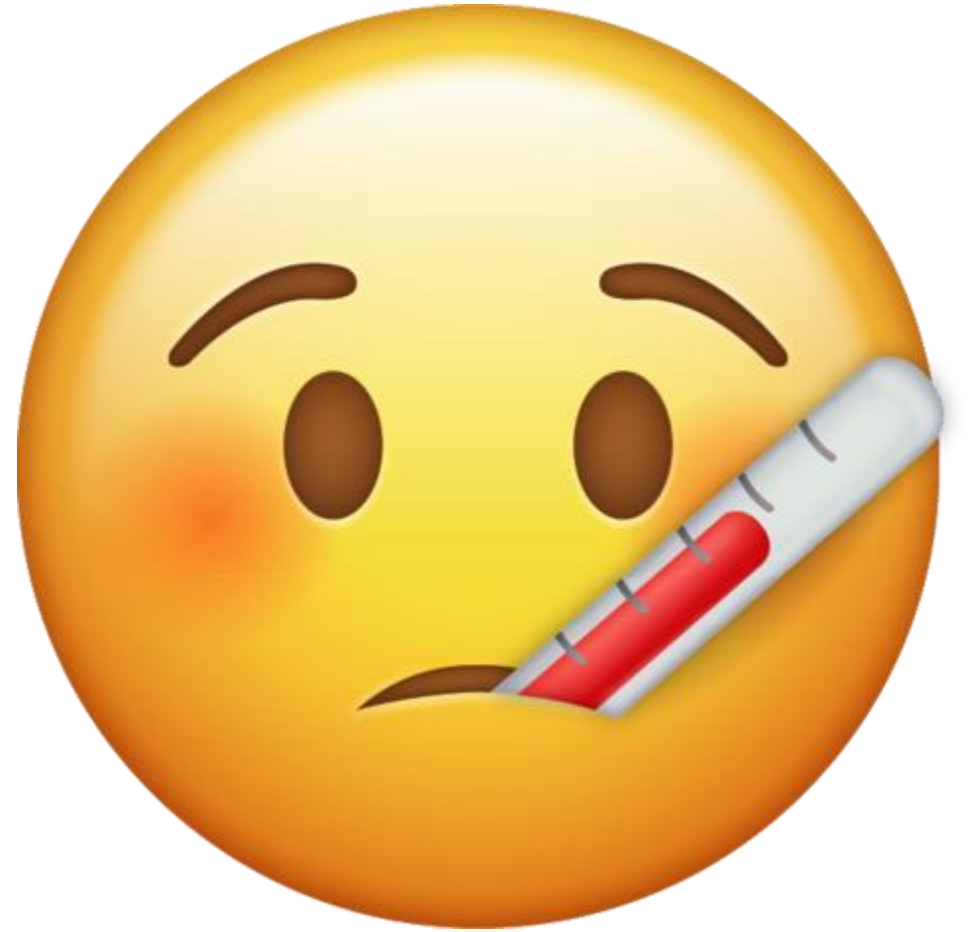
बुखार के दौरान निम्न लक्षणों में पीड़ित को तत्काल डॉक्टरी सहायता उपलब्ध कराएं:

- त्वचा में चकत्ते पड़ने पर
- पेशाब ना होने अथवा गाढ़ी होने पर
- पीठ में तेज दर्द होने पर
- तरल पदार्थ पीने में तकलीफ होने या न पी पाने की दशा में
- पेशाब के दौरान दर्द होने पर



बुखार का प्राथमिक उपचार

- पारे वाले थर्मामीटर का प्रयोग
- डिजिटल थर्मामीटर का प्रयोग



मोच/ साधारण चोट तथा खिंचाव का प्राथमिक उपचार

मोच तथा खिंचाव की दशा में हम R.I.C.E. अर्थात Rest (आराम), Ice (बर्फ), Compress (संकोचन) तथा Elevate (उठाना) प्रक्रिया की माध्यम से प्राथमिक उपचार देते हैं

- प्रभावित अंग से अगले 48-72 घंटे कोई भारी कार्य न करें, उस अंग को आराम दें, यदि चोट जोड़ पर या उसके निकट है तो थोड़ी - थोड़ी देर में जोड़ को मूव कराते रहें, इस दौरान जोड़ पर दबाव न डालें
- प्रभावित स्थान की बर्फ की थैली अथवा ठण्डे पानी से सिकाई करें, यह सूजन को बढ़ने से रोकेगा
- प्रभावित स्थान पर लगातार दबाव बनाए रखने के लिए उस स्थान को क्रेप बैंडेज से बाँध दें
- यदि संभव है तो प्रभावित अंग को पीड़ित व्यक्ति के हृदय के स्तर से ऊपर रखें

मोच/ साधारण चोट तथा खिंचाव का प्राथमिक उपचार

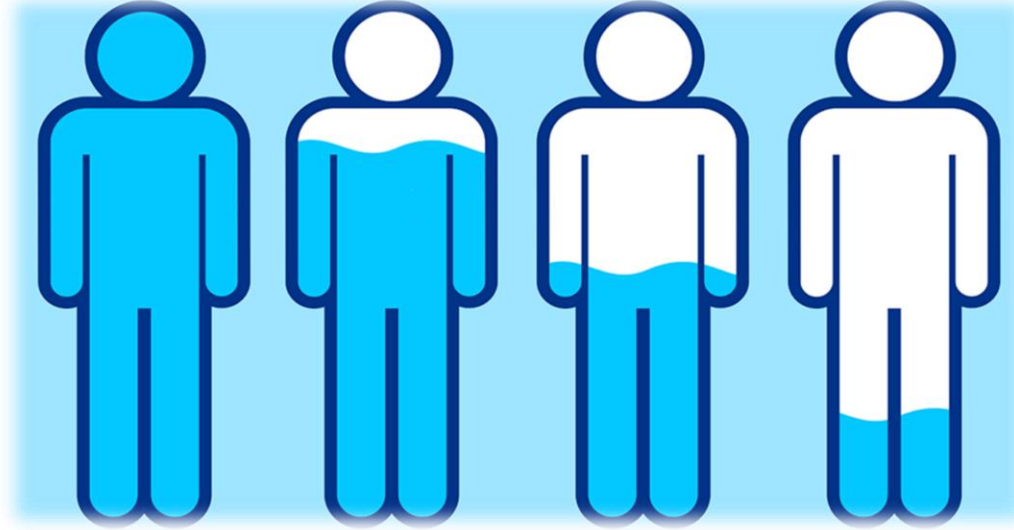
निम्न लक्षण दृष्टिगत होते ही तत्काल डॉक्टर से संपर्क करें:

- यदि आप घायल पैर पर वजन सहने में असमर्थ हैं तथा जोड़ अस्थिर या सुन्न महसूस हो रहे हैं, तथा जोड़ों का प्रयोग नहीं कर पा रहे हैं (यह लक्षण लिगामेंट फटने का है)
- यदि प्रभावित क्षेत्र में लाली आ रही है तथा वह बढ़ती जा रही है
- यदि चोट वाले जोड़ की हड्डी में दर्द हो रहा है
- यदि प्रभावित हिस्से में पहले भी इस प्रकार की चोट लग चुकी है
- यदि दर्द असहनीय है तथा प्राथमिक उपचार से लाभ नहीं मिलता



निर्जलीकरण (Dehydration) का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित को आराम से बैठाएं तथा पीने के लिए थोड़ा-थोड़ा पानी नियमित अंतराल पर दें
- पीड़ित को ORS या नमक और चीनी का घोल या नारियल पानी पीने को दें, इससे वह तीव्र रिकवरी कर पाएंगे
- यदि पीड़ित निर्जलीकरण (डिहाइड्रेशन) के कारण मांसपेशियों में खिंचाव या दर्द महसूस कर रहे हैं तो मालिश के माध्यम से आराम पहुंचाने का प्रयास करें
- यदि पीड़ित पर्याप्त मात्रा में पानी तथा ORS घोल पीने के 10-15 मिनट के भीतर बेहतर



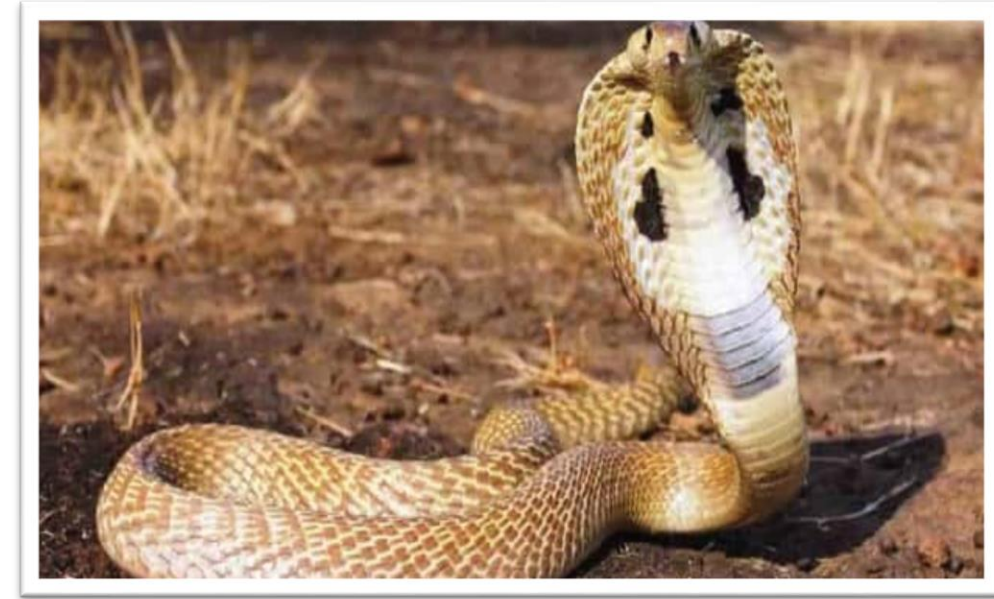
सर्पदंश का प्राथमिक उपचार

- भारत में प्रतिवर्ष 2,50,000 से भी अधिक सर्पदंश के मामले संज्ञान में आते हैं तथा लगभग 50,000 लोग इससे काल कलवित हो जाते हैं
- आंकड़े बताते हैं कि सर्पदंश में जहर की अपेक्षा सदमे से अधिक मृत्यु होती है
- कोबरा, करैत, रसेल वाईपर और सा स्केल्ड वाईपर भारत में पाए जाने वाले जहरीले सापों की प्रमुख प्रजातियां हैं



कोबरा: एक परिचय

- कोबरा भारत में पाई जाने वाली सर्वाधिक जहरीली प्रजातियों में से एक है तथा यह हमला करने से पहले अपना फन ऊंचाई तक उठा कर फुफकार कर चेतावनी देता है। इसका जहर सीधे तंत्रिका तंत्र को प्रभावित करता है
- एक वयस्क कोबरा के भरपूर दंश से पीड़ित व्यक्ति की सही इलाज के अभाव में 15 मिनट से 2 घंटे के भीतर मृत्यु हो सकती है
- भारत में कोबरा सामान्यतः 3 से 5 फिट तक के हो सकते हैं लेकिन कुछ स्थानों पर इनकी लम्बाई 12 फिट तक पाई गई है
- यह नमी तथा जल के निकट अधिक पाया जाता है तथा ज्यादातर जल्दी सुबह अथवा सूर्यास्त के समय



करैत: एक परिचय

- यह भारत में पाए जाने वाले सबसे जहरीले सर्पों में से एक है। इसका जहर तंत्रिका तंत्र को प्रभावित करता है
- यह प्रायः पानी के निकट पाया जाता है तथा देर शाम से भोर तक सक्रिय रहता है
- इसका औसत आकर 3 फुट होता है परन्तु कुछ जगहों पर 6 फुट तक का भी पाया गया है
- इनके दंश से पीड़ित 70-80% लोग मृत्यु को प्राप्त हो जाते हैं, लेकिन सही तथा समय पर उपचार मिलने से यह दर 10% तक लाइ जा सकती है
- इसका दंश लगभग दर्दरहित होता है अतः पीड़ित को इसके दंश का पता ही नहीं चलता है, तथा एक भरपूर दंश 4-5 घंटे में



रसेल वाईपर : एक परिचय

- यह भारत में पाया जाने वाला एक अत्यंत जहरीला सर्प है, इसका जहर रक्त कोशिकाओं को प्रभावित करता है जिसके कारण पीड़ित के आंतरिक अंग कार्य करना बंद कर देते हैं तथा व्यक्ति की मृत्यु हो जाती है
- इसका औसत आकार 4 फुट होता है लेकिन कुछ जगहों पर इसका आकार 5.5 फुट तक भी पाया गया है
- इसकी त्वचा पर ज़िग-ज़ैग या चैन जैसे पैटर्न पाए जाते हैं
- यह तापमान अनुकूल होने पर दिन में भी सक्रिय



सा स्केल्ड वाईपर : एक परिचय

- यह भारत में पाया जाने वाला एक अत्यंत जहरीला सर्प है। इसका जहर रक्त कोशिकाओं को प्रभावित करता है जिसके कारण पीड़ित के आंतरिक अंग कार्य करना बंद कर देते हैं तथा व्यक्ति की मृत्यु हो जाती है।
- इसका औसत आकार 4 फुट होता है लेकिन कुछ जगहों पर इसका आकार 5.5 फुट तक भी पाया गया है।
- इसकी त्वचा पर आरी के दांत जैसे पैटर्न पाए जाते हैं।



यह सामान्य आकार होने पर विष में भी

सर्पदंश के लक्षण तथा प्राथमिक उपचार

- पीड़ित व्यक्ति को सांस लेने में तकलीफ, पक्षाघात, अनैच्छिक मल-मूत्र त्याग, पलकों में भारीपन, अत्यधिक लार, उल्टी तथा रक्त स्राव आदि दृष्टिगत हो सकते हैं
- सांप को पकड़ने या मारने का प्रयास करने के स्थान पर पीड़ित को शांत करें तथा घाव के स्थान को पानी से धोएं
- सर्पदंश के स्थान को संभव हो तो पीड़ित के हृदय के स्तर से नीचे रखें
- प्रभावित अंग को फट्टियों की सहायता से स्थिर रखें एवं अधिक दबाव न बनाएं
- पीड़ित को तत्काल चिकित्सा सहायता उपलब्ध कराएं तथा घाव के स्थान पर कोई चीरा न लगाएं
- साँप के आकार तथा प्रकार की जानकारी लेने का प्रयास करें तथा प्रत्येक घटना

बिच्छू के डंक का प्राथमिक उपचार

- यदि डंक शरीर में लगा हुआ है तो चिमटी की मदद से निकालें
- डंक वाले स्थान को साबुन तथा पानी से अच्छे से धोएं
- यदि संभव है तो प्रभावित अंग को ऊपर उठा दें
- प्रभावित क्षेत्र की 10 मिनट तक ठंडी सिकाई करें तथा यह प्रक्रिया आधे-आधे घंटे पर दोहराएं
- दर्द को काम करने के लिए दर्द निवारक दवा दें तथा एलर्जी के लक्षण दिखने पर डॉक्टरी सलाह लें
- यदि पीड़ित बच्चा है तो प्राथमिक उपचार के तुरंत बाद डॉक्टर की सहायता लें
- यदि पीड़ित को सांस लेने में तकलीफ, खाने - पीने में तकलीफ, उल्टी आदि लक्षण दृष्टिगत हो रहे हैं तो तत्काल डॉक्टरी सहायता लें

कुत्ते तथा बन्दर के काटने पर प्राथमिक उपचार

- घाव को तुरंत साबुन तथा साफ़ पानी से धोएं
- इसके बाद घाव पर सोफ़गामाइसिन क्रीम लगाकर साफ़ पट्टी बाँध दें
- इसके बाद तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें तथा आवश्यक दवा व टीके ले लें
- बन्दर तथा कुत्ता दोनों के काटने पर रेबीज़ का खतरा होता है अतः प्राथमिक उपचार के बाद डॉक्टरी परामर्श आवश्यक है

कुत्ते तथा बन्दर के काटने पर प्राथमिक उपचार

निम्न दशा में तत्काल चिकित्सा सहायता आवश्यक होती है:

- यदि घाव गहरा है और आप उसकी गंभीरता नहीं जांच पा रहे हैं।
- यदि त्वचा तथा मांसपेशियों को बुरी तरह से नुकसान पहुंचा है।
- आप बढ़ती सूजन, लालिमा, दर्द या उबकाई को नोटिस करते हैं, जो संक्रमण के संकेत दे रहे हैं।

मधुमक्खी / ततैया के डंक का प्राथमिक उपचार

- डंक को तत्काल निकाल दें तथा प्रभावित हिस्से को साफ़ पानी एवं साबुन से धोएं
- प्रभावित हिस्से पर कोल्ड क्रीम लगा सकते हैं, कुछ लोग इसपर चूना अथवा टूथपेस्ट भी लगा लेते हैं, लेकिन इनका प्रभाव संदिग्ध है
- यदि संभव है तो प्रभावित हिस्से को ऊपर उठा कर रखें
- दर्द अधिक होने पर दर्द निवारक दवा भी दे सकते हैं



मधुमक्खी / ततैया के डंक का प्राथमिक उपचार

- प्रभावित हिस्से को न खुजलाएं
- यदि 2-3 घंटे में आराम नहीं मिलता है तो चिकित्सा सहायता लें
- प्रायः मधुमक्खी और ततैया का डंक प्राथमिक उपचार से ठीक हो जाता है, परन्तु यदि किसी पर इनके झुण्ड ने हमला कर दिया है अथवा पीड़ित को इनके डंक से एलर्जी है तो उसे शीघ्र चिकित्सा सहायता की आवश्यकता होती है



तेजाब से जलने पर प्राथमिक उपचार मामूली रूप से जलने पर

- पीड़ित के शरीर से तेजाब प्रभावित कपड़े सावधानी से अलग कर दें, यह ध्यान रहे कि कपड़े में पीड़ित की त्वचा न चिपकी हो
- प्रभावित हिस्से पर लगातार सामान्य तापमान का पानी डालते रहें
- जलन में आराम मिलने पर घाव के स्थान को साफ़ कपड़े से ढक दें तथा डॉक्टर से संपर्क करें

गंभीर रूप से जलने पर

- पीड़ित के शरीर से तेजाब प्रभावित कपड़े सावधानी से अलग कर दें, यह ध्यान रहे कि कपड़े में पीड़ित की त्वचा न चिपकी हो
- प्रभावित हिस्से पर लगातार सामान्य तापमान का पानी डालते रहें
- तत्काल चिकित्सा सहायता ज़रूरी होती है
- घाव के स्थान पर कुछ न लगाएं, चिकित्सकीय सहायता आने तक

तेजाब/ क्षारीय जहर पीने का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित को उल्टी कराने का प्रयास न करें, उल्टी से समस्या बढ़ सकती है
- पीड़ित को अधिक से अधिक मात्रा में पानी तथा दूध पिलाएं
- पीड़ित को तुरंत आपातकालीन चिकित्सा उपलब्ध कराएं
- यदि संभव हो तो पीड़ित द्वारा लिए गए पदार्थ की पैकिंग / शीशी साथ रख लें, इससे डॉक्टर को सही चिकित्सा देने में सहायता मिलेगी

जहर पीने का प्राथमिक उपचार

- बचे हुए जहरीले पदार्थ को तत्काल पीड़ित के मुँह से निकाल दें
- यदि पीड़ित ने कोई घरेलू कीटनाशक अथवा सफाई का रसायन खाया या पिया है तो उसकी पैकिंग पर दिए गए निर्देशों का पालन करें
- पीड़ित को तत्काल चिकित्सा सहायता प्रदान करने की व्यवस्था करें
- प्रत्येक 10-10 मिनट पर पीड़ित को नमक का पानी पिलाकर उसे उल्टी कराने का प्रयास करें
- यदि संभव हो तो पीड़ित द्वारा पिए गए पदार्थ की पैकिंग साथ रख लें, इससे डॉक्टर को सही चिकित्सा देने में सहायता मिलेगी

नींद की गोलियां खाने का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित के मुँह में यदि कुछ नींद की गोलियां बची हैं तो तुरंत निकाल दें
- पीड़ित को सोने न दें
- पीड़ित को तत्काल चिकित्सा सहायता उपलब्ध कराएं तथा नींद की गोलियों की पैकिंग साथ रख लें
- यदि पीड़ित अचेत है तथा उसकी साँसें रुक गयी हैं तो तत्काल सीपीआर की प्रक्रिया प्रारम्भ करें तथा डॉक्टरी मदद मिलने तक अथवा साँसें पुनः चालू होने तक प्रयास करते रहें

उच्च रक्तचाप का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित को तत्काल आरामदेह स्थिति में लिटा दें तथा ताज़ी हवा का प्रवाह सुनिश्चित करें
- पीड़ित के सिर पर बर्फ की थैली रखें तथा उसे शांत रहने को प्रेरित करें
- उसे पीने के लिए पानी दें तथा नमकीन वस्तु बिलकुल न दें
- यदि कुछ मिनटों में आराम नहीं मिलता है तो तत्काल डॉक्टर की सहायता लें
- सिगरेट तथा शराब का सेवन न करने दें

निम्न रक्तचाप का प्राथमिक उपचार

- पीड़ित को तत्काल आरामदेह स्थिति में लिटा दें तथा ताज़ी हवा का प्रवाह सुनिश्चित करें
- पीड़ित को नमक के पानी का थोड़ा सा घोल पिलाएं
- यदि कुछ मिनटों में आराम नहीं मिलता है तो तत्काल डॉक्टर की सहायता लें
- सिगरेट तथा शराब का सेवन न करने दें

प्राथमिक उपचार देते समय PRV कर्मियों को आने वाली समस्याएँ

- पीड़ित यदि महिला है तो उसे प्राथमिक उपचार देने हेतु किसी अन्य महिला की अनुपलब्धता
- घटनास्थल पर एकत्रित लोगों के द्वारा पीड़ित को शीघ्र हॉस्पिटल ले जाने का दबाव बनाने के कारण प्राथमिक चिकित्सा हेतु समय न मिलना
- दुर्घटना की दशा में कई बार भीड़ उत्तेजित हो जाती है जिसके कारण प्राथमिक चिकित्सा देने के स्थान पर घायल को वहां से शीघ्र हटाना (चिकित्सा हेतु) पहली प्राथमिकता हो जाती है
- प्राथमिक चिकित्सा के दौरान यदि घायल की अवस्था और अधिक गंभीर हो जाती है अथवा उसकी मृत्यु हो जाती है तो एकत्रित भीड़ के हिंसक हो जाने की आशंका रहती है

जहाँ जहाँ भी विशेष स्थानों जैसे सिविल के जैसे जहाँ जहाँ भी प्राथमिक

- निम्न में से किसका प्रयोग निर्जलीकरण की दशा को अधिक गंभीर बना सकता है?
 - लस्सी
 - छाछ
 - ORS
 - कार्बोनेटेड सॉफ्ट ड्रिंक

उत्तर: कार्बोनेटेड सॉफ्ट ड्रिंक

- अंग भंग की दशा में निम्न में से क्या नहीं करना चाहिए?
 - पीड़ित को ढाढ़स बंधाना
 - रक्तस्राव को रोकने का प्रयास करना
 - अलग हुए अंग को पुनः उसके स्थान पर वापस लगाना
 - पीड़ित को तुरंत चिकित्सकीय सहायता उपलब्ध कराने हेतु प्रयास करना

उत्तर: अलग हुए अंग को पुनः उसके स्थान पर वापस लगाना

- सर्प दंश की दशा में क्या नहीं करना चाहिए?
 - पीड़ित को ढाढ़स बंधाना
 - घाव पर चीरा लगाना
 - घाव को धोना
 - पट्टी बांधना

उत्तर: घाव पर चीरा लगाना

- सीपीआर 10 देते समय हमें प्रति मिनट छाती पर कितनी बार दबाव बनाना होता है?
 - 10-12 बार
 - 60-70 बार
 - 80 – 90 बार
 - 100 – 110 बार

उत्तर: 100 – 110 बार

- निम्न में से किस सर्प का दंश दर्द-रहित होता है?
 - कोबरा
 - करैत
 - रसेल वाईपर
 - साँ स्केल्ड वाईपर

उत्तर: करैत

प्रश्नोत्तर

निष्कर्ष

112 आपात सेवा सोशल मीडिया



धन्यवाद!