प्राथमिक उपचार पुस्तिका

परिस्थिति–उपचार

MediHelp Healthcare Pvt. Ltd.
D-6, 6052/1,Vasant Kunj, New Delhi-110070
Phone- 011- 4605 2020, E-mail: medihelpindia@gmail.com

विषय–वस्तु

	पृष्ठ सं.
प्राथमिक उपचार	3
कृत्रिम श्वास	3
रक्त स्राव रोकना	4
हड्डी टूटना	4
दाह	4
आघात	5
जख्म	5
आँख की चोट	5
पेट में जख्म	5
रीढ़ की हड्डी टूटना	6
लू लगना	6
कान से खून बहना	6
कान में बाहरी वस्तु	7
नाक से खून बहना	7
नाक में बाहरी वस्तु	7
विषाक्तता	7

प्राथमिक उपचार

किसी प्रशिक्षित विशेषज्ञ के पहुँचने से पहले दुर्घटना का शिकार होने या अचानक बीमार पड़ने वाले व्यक्ति को तत्काल दिए जाने वाले उपचार को प्राथमिक उपचार कहते हैं। प्राथमिक उपचार का उद्देश्य, उपलब्ध साधनों से रोगी का प्राण रक्षा, स्वास्थ्य लाभ में मदद करना, बिगड़ती स्थिति रोकना और बाद में होने वाली जटिलताओं को कम से कम करना है।

कृत्रिम श्वसन

- मुँह से श्वास देना– आपातकालीन स्थिति में यह उचित और प्रभावी तकनीक है।
- सिर को थोड़ा पीछे की ओर रखें और जबड़ा खोल दें।
- हवा बाहर निकलने से रोकने के लिए अँगूठे और तर्जनी अंगुली से रोगी की नाक बंद कर दें।
- गहरी साँस लें, अपना पूरा मुँह खोलें और रोगी के मुँह पर रख कर कस दें।
- जल्दी से पूरा श्वास रोगी के मुँह में निकाल दें।
- रोगी से अपना मुँह हटाएँ और उसे शांति से साँस बाहर निकालने दें।
- इस क्रिया को एक मिनट में 12 से 15 बार, चिकित्सा सहायता उपलब्ध होने तक दोहराएँ।
- चिकित्सा सहायता की तुरंत व्यवस्था करें।

चेतावनी: (1) सी.पी.आर. के दौरान सायनाइड, हाइड्रोजन सल्फाइड, क्षयकारी और ऑर्गेनो फॉस्फेट जैसे जीव विष मौजूद होने पर मुँह से कृत्रिम श्वास न दें। चेहरे पर मास्क या थैला/वॉल्व/मास्क उपकरण लगाकर ही रोगी को श्वास दें। (2) यदि श्वास देने वाले व्यक्ति या रोगी को एक–दूसरे से एच.आई.वी., हैपेटाइटिस–बी, क्षयरोग, शिगेलोसेसिस, मस्तिष्कावरणशोथ, हरपिस, सिम्लेक्स वायरस और साल्मोनेला (विषाक्तता) का संक्रमण होने की संभावना हो तो कृत्रिम

श्वास न दें। ऐसे मामले में मध्यस्थ हवामार्ग उपकरण का उपयोग करें जो श्वसन और रोकथाम दोनों में काम कर सके और हर समय तुरंत उपलब्ध हो सके।

रक्त स्राव रोकना

- अंगूठे या अंगुली से सीधा दबाव डालें।
- घाव पर गॉज पैड रख कर पट्टी बाँधें।
- शरीर के कुछ दबाव बिंदुओं पर अप्रत्यक्ष दबाव डालें।
- रक्त बँध पट्टी का उपयोग करें।
- घायल व्यक्ति को अस्पताल ले जाएँ।

हड्डी टूटना

हड्डी टूटने के लक्षण: दर्द, दबाने से दर्द, सूजन, शक्ति ह्रास, अंगविकृति।

- यदि अन्य कारणों से रोगी की जान को कोई खतरा न हो तो रोगी को हिलाएँ–डुलाएँ नहीं।
- रक्त स्राव और श्वास संबंधी कठिनाइयों का उपचार करें। किसी उपयुक्त खपच्ची से अस्थि भंग को स्थिर कर दें।
- स्थिर करने में एक जोड़ टूटी हड्डी के नीचे और एक जोड़ उसके ऊपर होना चाहिए।
- रोगी को अस्पताल ले जाएँ।

दाह

- प्रभावित भाग पर बहता ठंडा पानी डालें।
- जले हुए भाग पर कोई मलहम या तेल या कोई अन्य चीज न लगाएँ।
- जली हुई त्वचा को हटाने या फफोलों को फोड़ने का प्रयास न करें।
- घाव को रोगाणुरहित कपड़े से ढक दें।
- यदि आवश्यकता हो तो कृत्रिम श्वास दें।
- आघात (शॉक) से बचाएँ।
- चिकित्सीय सहायता की तुरंत व्यवस्था करें।

आघात (शॉक)

- रोगी को पीठ के बल लिटा दें।
- पांव की ओर से बिस्तर को ऊंचा करें।
- यदि रक्त स्राव हो तो उसे रोकें।
- जख्मी भाग को सहारा देकर दर्द में कमी लाएँ।
- रोगी को आरामदायक स्थिति में रखें।
- रोगी को पसीना न आने दें।
- यदि रोगी सचेत हो तो थोड़ी–थोड़ी मात्रा में तरल पदार्थ पिलाएँ।
- रोगी को आश्वासित करते रहें।
- चिकित्सीय सहायता की तत्काल व्यवस्था करें।

जख्म

- यदि रक्त स्राव हो तो उसे रोकें।
- जख्म को न छुएं।
- रोगाणुरहित कपड़े से घाव को ढ़क दें।
- चिकित्सीय सहायता की तुरंत व्यवस्था करें।

आंख की चोट

- आंख में कोई बाहरी कण निकालने का प्रयास नहीं करना चाहिए।
- आंखें न मलें।
- तेल या मलहम का प्रयोग न करें।
- रोगाणुरहित पैड और ढीली पट्टी बांधें।
- रोगी को अस्पताल में भेजें।

पेट के जख्म

- रोगी को अस्पताल भेजने में देर न करें।
- रोगी को पीठ के बल लिटाएँ।
- खाने–पीने के लिए कुछ न दें।
- गरमाहट बनाए रखें।

- यदि जख्म से आँतें बाहर निकल रही हों तो छूने या पुनःव्यवस्थित करने का प्रयास न करें।
- घाव पर रोगाणुरहित पट्टी और बंधन बाँधें।
- अस्पताल ले जाने के लिए वाहन तुरंत उपलब्ध कराएँ।

रीढ़ की हड्डी टूटना

- रीढ़ की हड्डी टूटने के कारण किसी अंग या अंगों का पक्षाघात हो सकता है। अतः ऐसे रोगी के मामले में अत्यधिक सावधानी बरतनी चाहिए।
- उपलब्ध बोर्ड का उपयोग करके मजबूत फ्रेम वाहक के रूप में प्रयोग किया जा सकता है।
- यह मजबूत फ्रेम वाहन के स्टेचर पर रखा जाता है।
- तत्काल अस्पताल में भर्ती कराने की आवश्यकता होती है।

लू लगना

- रोगी को लिटा दें।
- उसके अन्तरीय वस्त्रों को छोड़कर, अन्य वस्त्र उतार दें।
- रोगी को पंखे के नीचे लेटा रहने दें।
- उसके शरीर पर बार–बार ठंडापनी डालें।
- सिर को ठंडे पानी से धोएं और तौलिए से सुखा दें।
- शरीर का तापमान तब तक देखें और जब यह तापमान 38 डिग्री सेल्सियस तक आ जाए तो पानी डालना बंद कर दें।
- एक गिलास पानी में एक चुटकी खाने का नमक डालकर भरपूर ठंडा पानी पिलाएं।

कान से खून बहना

- रोगी को इस प्रकार लिटाएं कि उसका सिर थोड़ा उठा रहे।
- सिर को प्रभावित कान की ओर झुकाएं और कान पर सूखी और ढीली पट्टी बांधें।
- कान में कोई प्लग न लगाएं।

- कान के सामने दबाव डालें।
- चिकित्सीय सहायता के लिए तुरंत भेजें।

कान में कोई बाहरी वस्तु होना

- ठोस वस्तु – निकालने, कुरेदने या सलाई डालने का प्रयास न करें।
- कीट – कान में पानी की कुछ बूंद डालें और सिर को घुमाएं ताकि प्रभावित कान ऊपर की ओर रहे।
- सिर को उसी अवस्था में 5 मिनट रहने दें और फिर सिर को नीचे की ओर कर दें ताकि पानी बाहर निकल जाए।
- तुरंत चिकित्सीय सहायता की व्यवस्था करें।

नाक से खून बहना

- रोगी को कुर्सी पर इस प्रकार बिठाएं कि उसका सिर झुका रहे।
- अंगुलियों और अंगूठे से रोगी की नाक दबाएं।
- बर्फ या ठंडी पट्‌टी रखें।
- रोगी के नथुने बन्द न करें।
- नथुनों में पानी या कोई दवाई न डालें।
- चिकित्सीय सहायता के लिए तुरंत भेजें।

नाक में कोई बाहरी वस्तु होना

- ठोस वस्तु निकालने का प्रयास न करें।
- रोगी को मुंह से सांस लेने के लिए कहें।
- रोगी को अस्पताल भेजें।

विषाक्तता

- विष की प्रकृति का पता लगाएं।
- रोगी को पीने लिए निम्नलिखित घोल बनाकर दें:
  चारकोल पाउडर–2 बड़े चम्मच, कॉफी पाउडर–2 बड़े चम्मच, चॉक पाउडर–1 बड़ा चम्मच
  इसे एक गिलास गर्म पानी में अच्छी तरह मिलाएं।
- रोगी को तुरंत अस्पताल भेजें।

MediHelp
Focus on Wellness!

MediHelp is closely watching the changing needs of front line caregivers. We respond quickly by presenting new life-saving technologies that are more effective, cost-effecient and innovative.

DISASTER PREPAREDNESS ITEMS

Home First-Aid Kit

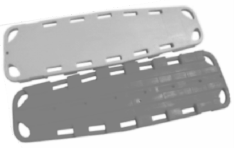
Office First-Aid Kit

Factory First-Aid Kit

School/Vehicle First-Aid Kit

Stretcher Two Fold

Stretcher Four Fold



Spine Board

We also provides advance Medical First Responder Kits, Search and Rescue Kits and Extrication Equipment for professional organizations that are involved in Disaster Management. These kits help in urban rescue situations like collapsed structures, floods, fire etc. These are specialized kits that are customized based on client needs.

MediHelp : 011 4605 2020, 09871 555 932 Email : medihelpindia@gmail.com