প্ৰাথমিক চিকিৎসা

অনুশীলনী

১। তোমাৰ বন্ধু জনে খেলি থাকোতে দুখ পালে তুমি কি কৰিবা ?

উত্তৰঃ কোনোবাই দুখ পালে দুখ পোৱা ঠাইখিনি পৰিষ্কাৰ পানীৰে ধুব লাগে। তাৰ পাছত এনটিচেপটিক মলম সানি ঘা টুকুৰা ধুলি বালিৰ পৰা আঁতৰাই পৰিষ্কাৰকৈ ৰাখিব লাগে।

২। প্ৰাথমিক চিকিৎসাৰ বাকচত থকা যি কোনো সামগ্ৰীৰ নাম কোৱা।

উত্তৰঃ কপাহ , বেণ্ডেজ , এনটিচেপটিক মলম।

৩। পাকঘৰত কাম কৰোতে আমি কিয় নাইলন কাপোৰৰ পৰিবৰ্তে কপাহী কাপোৰ পিন্ধিব লাগে ?

উত্তৰঃ পাকঘৰত যিহেতু জুইৰ ব্যৱহাৰ বেছি সেয়েহে তাত গৰম বেছি অনুভৱ হয়। কপাহী কাপোৰে গাৰ ঘামবোৰ শুহি লয় যিটো নাইলন কাপোৰে নলয়। তাৰো পৰি নাইলন কাপোৰ পিন্ধি থাকিলে আকস্মিক ভাৱে জুই লাগিলে নাইলনৰ কাপোৰবোৰ গাত লাগি ধৰে যিটো শৰীৰৰ বাবে অতি বিপদজনক। সেয়েহে আমি পাক ঘৰত কাম কৰিলে কপাহী কাপোৰ পিন্ধিব লাগে।

৪। নাকেদি তেজ ওলোৱা ব্যক্তিক কি ধৰেণ প্ৰাথমিক চিকিৎসা আগবঢ়াব লাগে ?

উত্তৰঃ (ক) নাকেদি তেজ ওলোৱা ব্যক্তিজনক শৰীৰতকৈ মূৰটো বেছি তললৈ হেলনীয়াকৈ কৰি ওপৰমুৱাকৈ শুৱাই দিব লাগে।

(খ) ৰোগীৰ মূৰত ঠাণ্ডা পানী ঢালি দিব লাগে।

(গ) নাকৰ ওপৰত ঠাণ্ডা পতি লগাব লাগে।

৫। ৰিতুৱে পৰি আঘাত পাওঁতে ৰুবিয়ে যদি প্ৰাথমিক চিকিৎসা নকৰিলেহেঁতেন কি হ’লহেতেন বাৰু ?

উত্তৰঃ ৰিতুৱে পৰি আঘাত পাওঁতে ৰুবিয়ে প্ৰাথমিক চিকিৎসা নকৰিলে। আঘাত গুৰুতৰ হ'লহেতেন।

১। গাত গৰম পানী পৰিলে কি কৰা উচিত ?

উত্তৰঃ গাত গৰম পানী পৰিলে সেই ঠাইখিনিত বৰফ অথবা ঠাণ্ডা পানী লগাই থাকিব লাগে।

২। প্ৰাথমিক চিকিৎসাৰ প্ৰয়োজনীয়তা কি ?

উঃ আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত প্ৰাথমিক চিকিৎসাৰ অতি প্ৰয়োজন। আমি কেতিয়াবা হঠাৎ দুখ পাব পাৰো।যেনে- কৰবাত পৰি দুখ পাব পাৰো , কেতিয়াবা হাত- ভৰি কাটিলেও আমি দুখ পাওঁ। এনেদৰে অঘটনহৈ দুখ পালে আমি কিছুমান প্ৰাথমিক চিকিৎসা কৰো। দুখ পোৱাৰ লগে লগে সেই ঠাই খিনি পৰিষ্কাৰ পানীৰে ধুই মলম লগাই দিওঁ। এইবোৰ কৰিলে দুখ পোৱা মানুহজনে সোনকালে আৰোগ্য লাভ কৰাৰ সম্ভাৱনা থাকে। এনেবোৰ কাৰণতেই প্ৰাথমিক চিকিৎসাবৰ প্ৰয়োজনীয়।

৩। বাটত হোৱা দুৰ্ঘটনাৰ কাৰণবোৰ কি কি ?

উত্তৰঃ বাট – পথত অন্যমনস্ক হৈ খোজ কাঢ়িলে ৰাস্তাত ট্ৰেফিক নিয়মবোৰ মানি নচলিলে বা ৰাস্তা পাৰ হওঁতে দুয়োফালে যান বাহন চাই নললে বাট পথত বিভিন্ন দুৰ্ঘটনা হ'ব পাৰে।

৪। তলত দিয়া দুৰ্ঘটনাবোৰ হ'লে কেনে ধৰণৰ প্ৰাথমিক চিকিৎসা গ্ৰহণ কৰিব লাগে ?

(ক) কাৰোবাৰ হাতত গৰম তেল পৰিলে –

উত্তৰঃ আকস্মিকভাৱে কাৰোবাৰ হাতত গৰম তেল পৰিলে পোৰা অংশত ঠাণ্ডা পানী ঢালি দিব লাগে। পোৰণি অনুভৱ নোহোৱালৈকে পানী ঢালি থাকিব লাগে।

(খ) কোনো লোকৰ নাকেদি তেজ ওলায় –

উত্তৰঃ কোনো লোকৰ নাকেদি তেজ ওলালে তেজ ওলোৱা ব্যক্তিজনক শৰীৰতকৈ মূৰটো বেছি তললৈ হেলনীয়া কৰি ওপৰমুৱাকৈ শুৱাই দিব লাগে। ৰোগীৰ মূৰত ঠাণ্ডা পানী ঢালিব লাগে।

(গ) কোনো লোকক মৌ – মাখি বা বৰলে বিন্ধে –

উত্তৰঃ কোনো লোকক মৌ – মাখি বা বৰলে বিন্ধিলে এটুকুৰা বৰফ বা ঠাণ্ডা পানী বিন্ধা ঠাই টুকুৰাত লগাই দিব লাগে। নেমু ৰস বা এম'নিয়া লগাই দিলেও বিষ কিছু পৰিমাণে কমি আহে।

৫। শুদ্ধ উত্তৰটো বিচাৰি তাৰ বিপৰীতে (√) চিন দিয়া।

(অ) কোনো ব্যক্তিয়ে পিন্ধি থকা কাপোৰত জুই লাগিলে আমি তৎক্ষণাত –

(ক) লোকজনক কম্বলেৰে মেৰিয়াই ধৰিব লাগে।

(খ) লোকজনক কপাহী কাপোৰেৰে মেৰিয়াই দিব লাগে।

(গ) লোকজনক মজিয়াত বগৰাই দিব লাগে।

(ঘ) লোকজনক চিকিৎসকৰ ওচৰলৈ লৈ যাব লাগে।

উত্তৰঃ (গ)লোকজনক মজিয়াত বগৰাই দিব লাগে।

(আ) খেলি থাকোতে আঘাত পালে আমি –

(ক) আঘাত পোৱাৰ কাৰণ সুধিব লাগে।

(খ) চিকিৎসকৰ লগত যোগাযোগ কৰিব লাগে।

(গ) আঘাত পোৱা জনক খং কৰিব লাগে।

(ঘ) প্ৰাথমিক চিকিৎসা দিব লাগে।

উত্তৰঃ (ঘ) প্ৰাথমিক চিকিৎসা দিব লাগে।