प्राथमिक चिकित्सा

समाज एवं देश में हो रही प्रगति के साथ ही सड़कों पर यातायात एवं दुर्घटनाएं भी बढ़ रही हैं। अस्पताल के बाहर होने वाली मृत्यु में दुर्घटना में घायल व्यक्तियों का प्रतिशत सर्वाधिक है। एक सर्वेक्षण द्वारा ज्ञात हुआ है कि दुर्घटना में घायल व्यक्ति की मौत के निम्नलिखति कारण है–

- **समय पर प्राथमिक चिकित्सा न मिलना।**
- **श्वांस की नली की रूकावट होना।**
- **गलत तरीके से घायल को उठाना।**
- **सुरक्षित रूप से अस्पताल तक न पहुंचना।**

हमारे प्रदेश में घायलों को अस्पताल पहुंचाने वालों में पुलिस कर्मचारी, एम्बुलेंस एवं आटो रिक्शा चालक प्रमुख है। एक सरल किन्तु उपयोगी प्रशिक्षण के द्वारा आहत व्यक्ति को मौत से बचाया जा सकता है। प्रशिक्षण प्राप्त करके आपके द्वारा किया गया छोटा सा प्रयास किसी के जीवन को सुरक्षा प्रदान कर सकता है।

किसी दुर्घटना पीड़ित व्यक्ति को डाक्टरी सहायता मिलने से पहले उपलब्ध कराई गई तत्तकाल सहायता को **प्राथमिक चिकित्सा** कहते है।यहॉ पर किसी भी दुर्घटना की स्थिति मे घायल या प्रभावित व्यक्ति को तत्काल उपचार अथवा राहत देने का चरणबद्ध तरीका बताया गया है।

1.1 बचाव कार्य दल से अपेक्षाएं

- जीवन के लक्षण के प्रमुख चिन्हों को पहचानना।
- सांस एवं दिल की धड़कन को परखना एवं संभालना।
- घाव से रक्तस्त्राव रोकना।
- शरीर के घायल भाग को सही ढंग से सहारा देना।
- जख्मों की ड्रेसिंग करना।
- मरीज को सही एवं सुरक्षित तरीके से एम्बुलेंस में लिटाकर अस्पताल पहुंचाना।
- हमेशा तैयारी के साथ दुर्घटना की सूचना मिलते ही तुरन्त गतिशील।
- दुर्घटना स्थल पर भीड़ को नियंत्रित कर जगह को काम करने कलए तैयार करना।
- चोट का प्रारंभिक किन्तु त्वरित विश्लेषण।
- प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करना।

- घायल को सुरक्षित रूप से उठाना।
- घायल व्यक्ति की हिम्मत बनाये रखना।
- घायल को सुरक्षित रूप से अस्तपताल तक पहुंचाना।

1.2 एम्बुलेंस ड्राईवर के कार्य

- घायल व्यक्ति को लेकर चलने की सही तकनीक।
- अपने इलाके की रोड़ का ज्ञान होना।
- सबसे छोटे किन्तु सबसे सुरक्षित रास्ते का चयन।
- अपने इलाके के अस्पतालों का ज्ञान।

1.3 एम्बुलेंस में होने वाले सामान

- स्ट्रेचर।
- पूरी तरह भरा हुआ आक्सीजन सिलेन्डर, चाभी।
- आक्सीजन मॉस्क।
- हाथ एवं पांव के स्पिलिन्ट।
- सर्वाइकल कॉलर। (गर्दन में लगाने के लिये)
- प्राथमिक चिकित्सा का सामान गाज, बैंडेज, ड्रेसिंग की दवाई
- टार्च, इमरजेंसी लाईट, रस्सी, लोहे की रॉड।

1.4 घटना स्थल पर पहुँचने के उपरान्त बचाव कार्यदल का चरणबद्ध कार्य

प्रथम चरण

1.4.1 घायल व्यक्ति की जाँच पड़ताल

दुर्घटना स्थल पर पहुंचकर घायल व्यक्ति का त्वरित किन्तु सावधानी पूर्वक मुआयना बहुत जरूरी है। सबसे पहले जांचे कि घायल की चेतना की स्थिति क्या है:–

- घायल व्यक्ति को तेज आवाज से पुकारकर उसकी प्रतिक्रिया से चेतना देखें। चेतनाहीन मरीज कोई प्रतिक्रिया नहीं करेगा।

- चेतनाहीन मरीज को हल्के से हिलाकर जगाने का प्रयास करें।

- घायल व्यक्ति के पेट व सीने के ऊपर–नीचे होने को देखकर सांस चलने का अंदाजा लगाये।

- नाक के पास अपना हाथ को रखकर सांस जांचे।

5. घायल के दिल की धड़कन की जॉच नब्ज देखकर करें। साधारणतः यह कलाई पर अंगूठे की गद्दी के नीचे देखी जाती है। इस नब्ज को रेडियल पल्स करते है। गले के दोनों और भी नब्ज देखी जा सकती है। इस नब्ज को केरॉटिड पल्स कहते है। आंख के पास की फीमोरल पल्स से भी नब्ज देखी जा सकती है।

6. चैतन्य व्यक्ति में देखें कि सांस लेने में उसे अतिरिक्त प्रयास तो नहीं करना पड़ रहा है। यदि हां तो मरीज की चोटों की गंभीरता अधिक है।

1.4.2 यदि घायल व्यक्ति होश में है तो–

1. उससे उसकी तकलीफ के बारे में पूछें। नाम पत पूछें। इससे हम उसकी चेतना की स्थिति की जानकारी ले पायेंगे।

2. घायल को हाथ की अंगुलियॉ चलाने को कहें। यदि बिना परेशानी के अंगुलियां चल रही हैं तो रीढ़ की हड्डी के निचले हिस्से की जांच करे सकते हैं।

3. इसी प्रकार पैरों की अंगुलियों चलवाकर रीढ़ की हड्डी के निचले हिस्से की जांच कर सकते हैं।

4. ध्यान से शरीर के हिस्से से खून के रिसाव को देखें।

5. हाथ–पांव चलवा कर फ्रेक्चर का पता करें।

1.4.3 यदि घायल व्यक्ति के शरीर से खून बह रहा हो तो

- साफ रूई, पैड, कपड़े, तौलिया अथवा रूमाल की गद्दी बनाक घाव को हाथ से दबाकर रखें।
- घायल को लिटा दें एवं घाव वाले हिस्से को थोड़ा सा ऊपर उठाये। ऐसा करने से रक्त बहने की गति कम हो जाती है।
- घाव पर रखे गए पैड अथवा कपड़े के ऊपर अधिक दबाव की पट्टी बांध दें।
- यदि खून लगातार बह रहा हो तो घाव पर लगी पट्टी न हटायें बल्कि उसके ऊपर और रूई अथवा कपड़ा बांध दें।
- घायल को जल्दी से जल्दी चिकित्सक तक पहुंचाएं।

1.4.4 फ्रेक्चर होने पर क्या करेः—

- घायल व्यक्ति को हिलने—डुलने न दें और अन्य व्यक्तियों को भी उसे हिलाने से रोकें।
- सभी खुले हुए घावों की ड्रेसिंग कर दें।
- फ्रेक्चर वाले अंग को उचित सहारा दें जैसे उसके नीचे स्प्लिन्ट अथवा लकड़ी की खपच्ची लगायें।
- स्प्लिन्ट अथवा खपच्ची को सीधे ही टूटी हड्डी पर बांधने से अंग में दर्द होगा। घायल व्यक्ति को इस दर्द से बचाने के लिये फ्रेक्चर वाले अंग एवं स्प्लिन्ट के बीच रूई, तौलिया रूमाल आदि की गद्दी बनाकर पट्टी से बांध दें।
- टूटी हुई हड्डी के ऊपर और नीचे के जोड़ों के साथ स्प्लिन्ट/खपच्ची बांधकर टूटी हुई हड्डी को स्थिर करें।
- उचित रूप से स्प्लिन्ट किये बिना घायल व्यक्ति को हटाइयें नहीं।

1.5 घायल को उठाने का सही तकनीक

- यदि रीढ़ की हड्डी की चोट वाले मरीज को गलत तरीके से उठाया जाये तो उसे लकवा तक लग सकता है। गर्दन में चोट वाले मरीज की गर्दन को रेत के थैले अथ्वा किसी गोल भारी वस्तु के बीच रखकर स्थिर करना चाहिये। इससे आप उसकी रीढ़ की हड्डी को स्थिर रख पायेंगे।

- बेहोश व्यक्ति को उठाने के लिये दो व्यक्ति मरीज के पांव, कमर व कन्धें को सहारा देकर उठा सकते हैं।

- बेहोश व्यक्ति को चादर में लपेटकर भी उठाया जा सकता है।

- होश में किन्तु स्वयं उठने में अक्षम व्यक्ति को दो व्यक्ति उठा सकते हैं।

यहॉ पर बचावकर्मियों की संख्या तथा घायल व्यक्तियों की स्थिति को देखते हुए विभिन्न प्रकार की परिवहन विधियों का चित्रांकन किया गया है। इन विधियों का अभ्यास करना एक बचावकर्मी हेतु आवश्यक है।