NURSING APTITUDE
अध्ययन सामग्री
एवं
MCQ

प्रधान संपादक
आनंद कुमार महाजन

संकलन
उपसना यादव, निशा सिंह

कम्प्यूटर ग्राफिक्स
बालकृष्ण एवं पंकज कुशवाहा

सम्पादकीय कार्यालय
12, चर्च लेन, प्रयागराज-211002
9415650134
Email : yctap12@gmail.com
website : www.yctbooks.com/www.yctfastbooks.com/www.yctbooksprime.com
© All rights reserved with Publisher
yct books official
प्रकाशन घोषणा
प्रधान सम्पादक एवं प्रकाशक आनन्द कुमार महाजन ने E:Book by APP Youth Prime BOOKS, से मुद्रित करवाकर, वाई.सी.टी. पब्लिकेशन्स प्रा. लि., 12, चर्च लेन, प्रयागराज-211002 के लिए प्रकाशित किया।
इस पुस्तक को प्रकाशित करने में सम्पादक एवं प्रकाशक द्वारा पूर्ण सावधानी बरती गई है
फिर भी किसी त्रुटि के लिए सम्पादक एवं प्रकाशक जिम्मेदार नहीं होगा।
किसी भी विवाद की स्थिति में न्यायिक क्षेत्र प्रयागराज होगा।

विषय सूची

- NURSING PROFESSION IN INDIA 3-5
- DUTIES OF A PROFESSIONAL QUALIFIED NURSE 5-6
- QUALITIES OF A PROFESSIONALLY QUALIFIED NURSE 6-6
- SCOPE OF NURSING PROFESSION 7-7
- PROFESSIONAL ETIQUETTES 7-7
- VARIOUS IMPORTANT DEPARTMENT OF HOSPITAL 8-9
- VARIOUS TYPE OF MEDICAL SPECIALIST 9-10
- DEFINITION & OVERVIEW OF COMMUNICABLE DISEASES 11-14
- DISASTER MANAGEMENT & FIRST AID 14-16
- PERSONAL & ENVIRONMENTAL HYGIENE 17-17
- IMPORTANT SYMBOL & SIGN USED IN HOSPITAL 18-23
- NURSING APTITUDE MCQ 24-160

SYLLABUS

- Nursing profession in india.
- Duties Of A Professional Qualified Nurse
- Qualities Of A Professionally Qualified Nurse
- Scope of nursing profession.
- Professional etiquettes and attires.
- Various important department of hospitals
- Various type of medical specialist such as specialist of specific medical specialty example- Gastroenterologist, Orthopedic surgeon, Oncologist, Cardiologist, Ophthalmologist, neurologist etc.
- Important symbol and signs used in hospital.
- Communicable and non-communicable disease.
- Disaster management and First Aid of Common ailments.
- Personal hygiene and environmental hygiene.

Chapter 1. NURSING PROFESSION IN INDIA

1. Introduction :

नर्सिंग का अर्थ (Meaning of Nursing) : नर्सिंग शब्द लैटिन (Latin) भाषा में न्यूट्रिशस (Nutricius) शब्द से उत्पन्न हुआ है जिसका अर्थ (meaning) है, पालन करना, पोषण करना, सुरक्षा करना, सहारा देना एवं जीवित रखना आदि।

नर्सिंग की परिभाषा (Definition of Nursing) : इंटरनेशनल कौंसिल ऑफ नर्सेस के अनुसार- ''नर्सिंग, नर्स द्वारा किया जाने वाला अनुपम कार्य है, अर्थात् व्यक्ति (स्वस्थ या अस्वस्थ) को उन क्रियाओं को संपन्न करने में सहायता करता है जो उसके स्वास्थ्य की पुनर्प्राप्ति (या शांतिपूर्ण मृत्यु) में योगदान देती है एवं जिन क्रियाओं को वह शक्ति, इच्छा अथवा ज्ञान होने पर स्वयं बगैर किसी सहायता में संपन्न करता है।''

According to International Council of Nurses (I.C.N.):- "Nursing is the unique Function of the Nurse. that is to assist the individual (sick or well) in the performance of those activities contributing to health or its recovery (or to a peaceful death) that the would perform unaided if he had the necessary strength, will or knowledge."

नर्सिंग का इतिहास (History of Nursing)

History of Nursing in India

1. 1860 में Nightingale ने नर्सेस शिक्षण स्कूल की स्थापना की थी, St. thomas अस्पताल लंदन और इंग्लैण्ड में। यह नर्सेस शिक्षण के लिए सबसे पहला संगठन कार्यक्रम था।
2. 1874 में कनाडा में पहला नर्सेस शिक्षण स्कूल की स्थापना हुई थी।

भारत में नर्सिंग पेशे का क्रमिक विकास (Evolution of nursing profession in India :

1. भारत में सर्वप्रथम 700 Bc. पूर्व प्रसिद्ध शल्य चिकित्सक सुश्रुत द्वारा, सुश्रुत संहिता की रचना की गई जिसमें चिकित्सक, नर्स दवा, रोगी चारों को चिकित्सा विज्ञान का आधार माना गया।
2. पुराने काल में चरक संहिता व बाइबल में नर्स के कार्यों का उल्लेख मिलता है।
3. चिकित्सा विज्ञान के विकास का मुख्य कार्य हिप्पोक्रेट्स द्वारा किया जाता है। इसलिए इन्हें father of medicine के नाम से जाना जाता है।
4. नर्सिंग व्यवसाय के आरम्भ में केवल पुरूष परिचार्यिका को ही अनुमति प्रदान की जाती थी। धीरे-धीरे ग्रामीण इलाकों में वृद्ध अनुभवी महिलाओं द्वारा प्रसव क्रिया सम्पन्न करवाई जाने लगी।
5. भारत में सबसे पहले 1664 में मद्रास में अंग्रेजों द्वारा मिलिटरी नर्सिंग की शुरूआत की गई।
6. 1797 में डॉ-जान अंडरवुड की देखरेख में मेटरनिटी अस्पताल की स्थापना की गई।
7- 1867 में सेन्ट स्टीफन अस्पताल दिल्ली में महिलाओं के प्रशिक्षण हेतु स्थापित किया गया।
8. 1871 में 6 महिने अवधि का मिडवाइफरी डिप्लोमा कोर्स की शुरूआत की गई।
9. 1897 में Dr. B.C. Roy द्वारा नर्सिंग में सुधारों की आवश्यकता व पुरूष और महिला दोनों नर्सों की आवश्यकता पर बल दिया गया।
10. 1908 में लखनऊ में नो यूरोपीयन नर्सों द्वारा trained nurses Association of India (TNAI) की स्थापना की गई।
11. 1918 में Lady health visitor course की शुरूआत की गई।
12. 1946 में Delhi R.A.K. College व Vallor में B.Sc. Course की शुरूआत की गई।
13. 1947 में Indian nursing council (INC) की स्थापना की गई।
14. 1959 में R.A.K. College में master course की शुरूआत की गई।
15. 1953 में Post. B.Sc. Nursing course की शुरूआत की गई।
16. 1986 में M.Phil course की शुरूआत RAK Nursing College से हुई।
17. 1991 तक Ph. D. Programme की शुरूआत M.V. Shetty memorial college mangalore से हुई।

Role of Nurses in the Healthcare Industry :

नर्स के कार्य (Function of Nurse) :

1. Care giver
2. Communicator
3. Educator
4. Counselor
5. Advocate
6. Manager
7. Researcher
8. Clinical specialists
9. Nurse practitioner
10. Nurse midwife
11. Administrator
12. Co-ordinator
13. Decision Maker
14. Rehabilitator
15. Observer
16. Protector

1. **देखभालकर्ता के रूप में (Care Giver) :** मरीज की देखभाल करना एवं सही देखभाल देना नर्स की पहली जिम्मेदारी होती है। नर्स रोगियों को समझाती है कि उन्हें स्वस्थ होने के लिए क्या करना चाहिए। नर्स रोगी की समस्याओं और उनकी जटिलताओं को समझती है। मरीज को शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक रूप से उसकी स्वास्थ्य की पुर्नप्राप्ति

कराती है। नर्स रोगी की केवल देखभाल ही नहीं करती बल्कि रोगी और उसके परिवार को प्रोत्साहन भी देती है। नर्स मरीज की देखभाल करती है कि रोगी ठीक प्रकार से साँस ले रहा है, आरामदायक स्थिति में है, उसे पर्याप्त आहार तो मिल रहा है, वह समय पर मल-मूत्र का विसर्जन तो कर रहा है।

2. **सम्प्रेषक के रूप में (Communicator) :** संप्रेक्षक या संचार नर्स-मरीज के संबंध का माध्यम होता है। संसार के द्वारा नर्स मरीज की सहायता करके उनके डर को दूर करती है, उन्हें मनोवैज्ञानिक सहारा देती है। नर्स संचार द्वारा मरीज से विचारों का आदान-प्रदान करती है एवं मरीज की आवश्यकताओं को समझती है।
3. **शिक्षक के रूप में (Educator) :** रोगी को स्वस्थ रखने के लिये एवं बीमारियों से बचाने के लिये शिक्षिका के रूप में महत्वपूर्ण भूमिका होती है। नर्स मरीज एवं उसके परिवार को स्वास्थ्य संबंधित जानकारी एवं मदद देती है। नर्स रोगी और उसके परिवार दोनों को सिखाती है कि पौष्टिक आहार पर्याप्त मात्रा में लेना चाहिये, स्वस्थ एवं साफ वातावरण में रहे, स्वयं की सफाई का ध्यान रखे, समय पर सोएं एवं आराम करे और स्वस्थ जीवन जीने की बातों का पालन करें।
4. **परामर्शदाता के रूप में (Counselor) :** नर्स परामर्शदाता के रूप में मरीज की समस्याओं का समाधान करती है। नर्स मरीज को भावावेश, मनोवैज्ञानिक एवं बौद्धिक सहारा देती है। मरीज को तनाव से दूर रखती है। नर्स उपचारार्थ परस्पर संबंधित ज्ञान के उपयोग से सही सलाह देती है।
5. **अधिवक्ता के रूप में Advocate :** नर्स अधिवक्ता के रूप में कार्य करती है। अधिवक्ता नर्स मरीज के मानवीय व कानूनी अधिकारों का संरक्षण करती है।
6. **प्रबन्धक के रूप में (Manager) :** संयोजन निर्णय लेती है और दूसरों के साथ सामंजस्य स्थापित करती है। मरीज को जो देखभाल दी है उसका मूल्यांकन करना। योजना बनाना, दिशा देना, स्टॉफ को विकसित करना, ऑपरेशन को मॉनीटर करना एवं स्टॉफ और प्रशासक दोनों की आवश्यकताओं को प्रदर्शित करती है।
7. **अनुसंधानकर्ता के रूप में (Researcher) :** नर्स खोजकर्ता समस्या की जांच कर नर्सिंग देखभाल को बढ़ाती है। यह नर्सिंग practice, शिक्षा और प्रशासक को बढ़ावा देती है।
8. **नैदानिक विशेषज्ञ के रूप में (Clinical Specialist) :** नर्स किसी विशेष शाखा में मास्टर डिग्री पूरी करती है और चिकित्सा विशेषज्ञ के रूप में कार्य करती है।
9. **अभ्यासकर्ता के रूप में (Practitioner) :** नर्स किसी विशेष शाखा में सर्टिफिकेट programme या मास्टर डिग्री पूरी करके विशेष होती है और यह विशेषज्ञ संगठन Certified होता है। इसमें नर्स को निर्धारण करने ज्ञान, सलाह देना, शिक्षा प्रदान करना और छोटी बीमारी का उपचार करना इत्यादि आता है।
10. **नर्स मिडवाइफरी के रूप में (Nurse Midwife) :** नर्स midwifery का कोर्स पूरा करके prenatal और postnatal care प्रदान करती है और women's की deliveries करवाती है।
11. **प्रशासन के रूप में (Administrator) :** नर्स एक प्रशासक के रूप में कार्य करती है। मरीज को सही उपचार एवं दवाई देना और नर्सिंग देखभाल करना तथा अस्पताल व बाई का प्रशासन करने का कार्य करती है।
12. **समायोजक के रूप में (Co-ordinator) :** नर्स दल के सभी सदस्यों के कार्य का समायोजन या सामंजस्य बनाती है और देखती है कि रोगी की देखभाल की योजना क्रियान्वित हो रही है या नहीं। नर्स उपचार के दौरान देखभाल योजनाओं को बनाती भी है और उन योजनाओं का निरीक्षण भी करती है। नर्स, मरीज को अपना केन्द्र बिन्दु मानकर दूसरे सदस्यों के कार्यों का समन्वयन करती है।
13. **निर्णयकता के रूप में (Decision Maker) :** उपचार एवं अच्छी नर्सिंग देखभाल देने के लिये नर्स में निर्णय लेने कि क्षमता होती है।
14. **पुनर्वासकर्ता के रूप में (Rehabilitator) :** नर्स, मरीज को शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ कर उसके स्वास्थ्य की पुनर्स्थापना करती है। अपंग एवं अक्षम व्यक्तियों को पूर्ण रूप एवं सक्रिय रूप से जीवन जीने के लिये प्रेरित करती है।
15. **अवलोकन के रूप में (Observer) :** नर्स एक observer का कार्य करती है। नर्स, मरीज को जो उपचार एवं नर्सिंग देखभाल की गई है उसका अवलोकन करती है एवं उपचारार्थ जो दवाईया मरीज को दी गई है उसका भी अवलोकन करती है।
16. **सुरक्षित वातावरण (Protector) :** नर्स की मदद से मरीज के आस-पास सुरक्षित वातावरण का निर्माण करना और आघातों से सुरक्षा करना, एवं मरीज का उपचार एवं निदान कर संरक्षण करना।

Advancement in Nursing Practice in India :

नर्सिंग एक महान पेशा है, नर्सिंग प्रेक्टिस में नयी रूची निम्नलिखित है-

- **पंजीकृत नर्सः** केवल पंजीकृत नर्स को ही क्लिनिकल प्रैक्टिस करने की अनुमति है। पंजीकरण का मतलब है कि किसी ने क्लिनिकल में काम करने के लिए आवश्यक आवश्यकताओं को पूरा कर लिया है।
- **नर्स रोगी अनुपातः** गुणवत्तापूर्ण देखभाल प्रदान करने के लिए, स्टाफिंग मानदंडों का पालन किया जाता है। गंभीर देखभाल इकाइयों में, 1:1 कर्मचारी, नर्स रोगी अनुपात का पालन किया जाता है।
- विशिष्ट नर्सो। ने सभी विशिष्टताओं में स्वतंत्र अभ्यास करना शुरू कर दिया है। स्टोमा केयर विशेषज्ञ स्वतंत्र स्टोमा देखभाल दे रहे हैं और ग्राहक को दिशानिर्देश भी प्रदान करते हैं।
- **नर्सिंग प्रक्रियाः** नर्सिंग देखभाल देते समय, नर्सिंग प्रक्रिया का पालन किया जाता है और NANDA निदान का उपयोग किया जाता है। प्रलेखन की गई सभी नर्सिंग गतिविधियों के लिए किया जाता है। कार्यशालाएँ/सेमिनार और सेवा में/निरंतर शिक्षा को उन्नत करने के लिए समय-समय पर कार्यक्रम आयोजित किये जाते हैं।

- **नर्सिंग स्टाफ का ज्ञान** : नर्सिंग स्टाफ को कंप्यूटर शिक्षा भी दी जाती है। जिससे उन्हें नर्सिंग डेटा को कंप्यूटर में रिकॉर्ड करने में मदद मिलती है।

Job Prospects for Nurses in India :

- Staff Nurse
- Ward Sister
- Department Supervision
- Deputy Nursing Superintendent
- Deputy Nursing Superintendent
- Nursing superintendent
- Director of Nursing
- Community health nursing
- Industrial nurse
- Teaching in nursing
- Military nurse
- Nursing service in abroad
- Principal of Nursing
- Medical health Nursing
- Nursing Services Administration position

Nursing Education in India :

Nursing की उत्पत्ति मानव सभ्यता के प्रारम्भ से ही मानी जाती हैं। हॉलाकिं उत्पत्ति के समय इसका ऐसा स्वरूप नहीं था। मानव सभ्यता के विकास के साथ-साथ इसके अभ्यास (Practice) में भी तेजी से परिवर्तन हुए हैं। प्राचीन समय में एक और जहाँ ill person को सेवा-सुश्रुषा प्रदान करने का कार्य पुजारियों, धार्मिक लोगों तथा घर के बड़े-बुजुर्गों द्वारा किया जाता था वहीं आज यह कार्य प्रशिक्षित नर्सेज (Trained nurses) द्वारा किया जाता है। आजकल रोगियों को स्वास्थ्य देखभाल (Health care) प्रदान करने से पूर्व नर्स को नार्सिंग कौन्सिल (Nursing council) से मान्यता प्राप्त नर्सिंग संस्थान से नर्सिंग की training लेनी पड़ती है और जब वह राज्य नर्सिंग परिषद् (State Nursing Council) से registration प्राप्त कर लेती है उसके बाद ही एक रजिस्टर्ड नर्स (Registered nurse) के रूप में अपनी सेवाएँ दे सकती है।

नई-नई खोजों के द्वारा व्यक्ति के ज्ञान में हुई वृद्धि के परिणामस्वरूप रोगों के treatment हेतु उपयोग में ली जाने वाली उपचार पद्धतियों में काफी परिवर्तन आये हैं। एक ओर जहाँ पहले body temperature के बढ़ जाने पर सिर पर ठण्डी पट्टी रखने, चोटग्रस्त स्थान पर से बहने वाले blood की रोकथाम हेतु उस स्थान को दबाना अथवा बाँधना, बीमारियों के उपचार हेतु देशी जड़ी-बूटियों का उपयोग करना जैसी उपचारात्मक पद्धतियों (Therapeutic modalities) का उपयोग किया जाता था, वहीं आजकल बीमारियों के उपचार हेतु आवश्यकतानुसार विभिन्न drugs तथा सर्जिकल विधियों (Surgical methods) का उपयोग किया जाने लगा है। अब नई-नई तकनीकों पर आधारित तथा आधुनिक उपकरणों से सुसज्जित अस्पताल खुल गये हैं जहाँ रोगी को आवश्यकतानुसार नैदानिक (Diagnostic) रोकथामात्मक (Preventive), उपचारात्मक (Therapeutic) तथा पुनर्वास संबंधी स्वास्थ्य सेवाएँ (Rehabilitative) प्रदान की जाती हैं।

Chapter 2. DUTIES OF A PROFESSIONAL QUALIFIED NURSE

1. **Providing direct patient care :** डायरेक्ट पेशेंट केयर का अर्थ है कि चिकित्सक या स्वास्थ्य कार्यकर्ता समक्ष रूप से मरीजों की देखभाल करते हैं तथा उन्हें स्वास्थ्य सेवाएँ जैसे रोग निदान, उपचार तथा स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करते हैं।
2. **Administering Medications :** दवाएँ चिकित्सक द्वारा रोगी के स्वास्थ्य परिवर्तन के कारण, उपचार राहत या इलाज में मदद करने के लिए निर्धारित पदार्थ है जिससमें नर्सों की अहम भूमिका होती है।

   दवाओं के वितरण में महत्वपूर्ण तथ्य :
   1. Right drug
   2. Right dose
   3. Right route
   4. Right time
   5. Right person
3. **Maintaining Accurate medical records :**
4. **Educating patient and families :** चिकित्सा के क्षेत्र में स्वास्थ्य शिक्षा एक ऐसा साधन है जिसके द्वारा हानिकारक बीमारियों की रोकथाम तथा उपचार किया जाता है स्वास्थ्य शिक्षा व्यक्ति के शारीरिक मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य और कल्याण के व्यापक और आपस में संबंधित पहलुओं पर केन्द्रित है।

   रोगी तथा रोगी के परिवार को स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करने के निम्नलिखित लाभ हैं-
   1. रोगी को हानिकारक बीमारियों से बचाना।
   2. परिवार को उचित स्वास्थ्य शिक्षा का ज्ञान
   3. समुदाय के बीमारियों से मुक्त रखना।
5. **Collaborating with healthcare professionals :**
   स्वास्थ्य सेवा पेशेवरों के साथ सहयोग करना, विभिन्न कार्यों को समझना और समझाना शामिल है तथा मेडिकल रिसर्च की चर्चा, रोगी की जानकारी को सुरक्षित रूप से साझा करना और उनके इलाज की योजना को संगठित रूप से समन्वयन करने को समाहित करता है। जिसके द्वारा रोगियों को सर्वोत्तम सेवा प्रदान किया जा सकता है।
6. **Responding to emergencies :**
   Conducting Research : मेडिकल क्षेत्र में शोध का कार्य करना एक व्यापक और महत्वपूर्ण कार्य हैं इसमें वैज्ञानिक अध्ययन, प्रयोगशाला परीक्षण, डेटा विश्लेषण और नई उपचार विकसित करने के लिए शोधकर्ताओं की खोज शामिल होती है। जिसका उद्देश्य समाधान संक्रमण रोगों के निदान होता है।

Providing emotional support : भावनात्मक सहारा देना रोगी की भावनात्मक अवस्था और समस्याओं को समझने, समर्थन प्रदान करने और उन्हें सही मार्गदर्शन करने का काम है जिसमें संवेदनशीलता, संवाद और समझदारी की भूमिका होती है जिनसे व्यक्ति का मनोबल बढ़ता है तथा वह अपनी समस्याओं का सामना करने में सक्षम होता है।

7. **Engaging in Research :** रिसर्च प्रक्रिया विभिन्न धाराओं के अध्ययन विश्लेषण तथा प्रयोग के माध्यम से नए ज्ञान की खोज करने सबसे उचित तरीका है जिसमें प्रयोग और परिणामों का विश्लेषण शामिल होता है।

8. **Maintaining Professional boundaries :** प्रोफेशनल सीमाओं का पालन करना एक महत्वपूर्ण चरण है जो व्यक्ति को अपने काम और नैतिक मूल्यों की सम्मान करने के लिए प्रशिक्षित करता है इसका मतलब है कि व्यक्ति को पेशेवर (Professional) और व्यक्तिगत जीवन के बीच सीमाएं खींचना होता है ताकि वह अपनी जिम्मेदारियों को सही तरीके से संभाल सके।

9. **Providing Palliative and end of life care :** पैलिएटिव और आखिरी जीवन की देखभाल मृत्यु के अंतिम चरणों में रोगी और उनके परिवार को आराम, राहत और साथ देने का काम है जिसमें दर्दनिवारण, रोगी की आत्मीयता का सम्मान, शारीरिक संवेदनशीलता और रोगी एवं रोगी के परिवार के संबंधों का समर्थन शामिल होता है।

10. **Promoting quality imporvement :** रोगी के स्वास्थ्य में सुधार हेतु गुणवत्ता सुधार देखभाल की जाती है गुणवत्ता सुधार को बढ़ावा देना एक ऐसी प्रक्रिया है जो किसी व्यवस्था या सेवा की गुणवत्ता में सुधार करती है। यह उन प्रक्रियाओं और तकनीकों का अध्ययन, विश्लेषण और संशोधन कार्य है जो रोगी को सबसे अच्छा परिणाम प्राप्त करने में मदद करता है।

11. **Ensuring Patient Safety :** अस्पताल में मरीजों को सुरक्षित रखने का एक अन्य हिस्सा यह सुनिश्चित करना है कि उन्हें सही इलाज मिले तथा संक्रमण न हो इसके लिए अस्पतालों में संक्रमण नियंत्रण प्रक्रियाएँ और नीतियाँ बनाई गई हैं।

Chapter 3. QUALITIES OF A PROFESSIONALLY QUALIFIED NURSE

पेशेवर नर्स के गुण निम्नलिखित हैं-

1. **प्रेम एवं स्नेह (Love and belongingness) :** पेशेवर नर्स मरीजों के प्रति दया, नम्रता, धैर्य और समझ की भावना रखतीं हैं तथा रोगियों एवं विकलांगों को सहायता प्रदान करती है।
2. **तत्परता और आत्मबलिदान (Willingness and Self Sacrifice) :** ये दोनो गुण एक दूसरे के पूरक हैं जिसमें नर्स किसी भी कठिन परिस्थिति में रोगियों की सेवा करने के लिए सदैव तत्पर रहती है।
3. **विश्वसनीयता (Reliability) :** पेशेवर नर्स अपने कर्तव्यों का निष्ठापूर्वक निर्वहन करती है तथा मरीज और उनके परिवार की देखभाल डॉक्टर और स्वास्थ्य टीम के साथ मिलकर करती हैं।
4. **साधन सम्पन्नता (Resourcefulness) :** पेशेवर नर्स गंभीर परिस्थतियों में अपनी बुद्धि और ज्ञान का उपयोग करके अपने कर्तव्य को सर्वोत्तम क्षमता से निभाती है जो भी साधन उनके पास उपलब्ध हो उसके द्वारा वह परिस्थितियों से तत्परता से निपटती हैं।
5. **साहस (Courage) :** एक पेशेवर नर्स के अन्दर साहस का गुण पाया जाता है। जिसमें वह भ्रम, विपत्ति या आपदा के समय करूणा तथा साहस के साथ अपना काम सम्भालती है और लोगों को धैर्य देने का काम करती हैं।
6. **वफादारी और ईमानदारी (Loyalty and Honesty) :** पेशेवर नर्स मरीज, डाक्टर और अपने सहयोगियों के साथ वफादारी और ईमानदारी का गुण प्रदर्शित करती हैं।
7. **सतर्कता (Observant) :** एक अच्छी नर्स हमेशा सतर्क रहती हैं। वह मरीजों और उनकी प्रगति, उनके परिवर्तनों और उपचार के प्रति प्रक्रियाओं आदि पर कड़ी और निरन्तर नजर रखती हैं और डाक्टर को समय-समय पर रिपोर्ट देती है। एक नर्स को मरीजों की जरूरतों का अनुमान लगाना चाहिए और उन्हें पूरा करना चाहिए।
8. **सीखने की इच्छा (Willingness to Learn) :** एक नर्स को चिकित्सा और उपचार में नवीनतम खोजों और विकास के सम्पर्क में रहना चाहिए और अपनी ज्ञान और कौशल को लगातार उच्च स्तर पर बनाये रखना चाहिए।
9. **सहयोगी और विचारशील (Co-Operative and Considerate) :** एक नर्स मरीजों, डाक्टरों और स्वास्थ्य टीम के अन्य सदस्यों के साथ सद्भाव में रहना सीखती हैं और जरूरत के समय उनकी मदद करने की कोशिश करती है।
10. **स्वच्छता (Cleanliness) :** एक नर्स व्यक्तिगत रूप से अपने काम में हमेशा स्वच्छ रहती है और स्वच्छता के उच्च मानकों को अपनाकर, अपना कार्य करती हैं।
11. **आध्यात्मिकता (Spirituality) :** एक नर्स को मरीज के लिये आध्यात्मिक माहौल बनाना सीखना चाहिए और मरीजों को एक आध्यात्मिक शक्ति पर विश्वास करने में मदद करने की कोशिश करनी चाहिए।

Chapter 4. SCOPE OF NURSING PROFESSION

Scope of Nursing:

एक समय था जब पेशेवर नर्सों के पास सेवा के बहुत कम विकल्प थे। क्योंकि नर्सिंग अस्पताल और बेड साइड नर्सिंग पर केन्द्रित थी। जब कि अब नर्सिंग के कैरियर में कई अवसर प्राप्त है।

1. **Staff Nurse:** स्टॉफ नर्स एक मरीज या मरीजों के समूह को सीधे रोगी देखभाल (Direct Patient Care) प्रदान करती है तथा वार्ड प्रबंधन और पर्यवेक्षण (Supervision) में सहायता करती है।
2. **Ward Sister or Nursing Supervisor:** यह किसी वार्ड या इकाई के नर्सिंग देखभाल प्रबंधन के लिए जिम्मेदार होती है। तथा वार्ड में काम करने वाले नर्सिंग और गैर नर्सिंग कर्मियों को काम सौंपने का कार्य करती है। यदि अस्पताल शिक्षण अस्पताल है तो शिक्षण सत्र प्रदान करने का भी कार्य करती है।
3. **Department Supervisor/Assistant Nursing Superintendent :** एक से अधिक वार्ड या यूनिट की नर्सिंग देखभाल और प्रबंधन के लिए नर्सिंग अधीक्षक और उप-नर्सिंग अधीक्षक जिम्मेदार होते हैं जैसे- सर्जिकल विभाग और ओपीडी
4. **Deputy Nursing Superintendent :** यह नर्सिंग अधीक्षक को योगदान प्रदान करती हैं और अस्पताल के नर्सिंग प्रशासन के सहायता प्रदान करती है।
5. **Nursing Superintendent :** अस्पताल नर्सिंग सेवाओं के सुरक्षित एवं कुशल प्रबन्धन के लिए चिकित्सा अधीक्षक के प्रति नर्सिंग अधीक्षक जिम्मेदार होता है।
6. **Director of Nursing :** नर्सिंग निदेशक शिक्षण अस्पताल के भीतर नर्सिंग सेवा और नर्सिंग शिक्षा दोनों के लिए जिम्मेदार होता है।
7. **Community Health Nurse :** सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स का मुख्य कार्य होता है प्रजनन बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम सेवायें प्रदान करना।
8. **Teaching in Nursing :** नर्सिंग में शिक्षक के कार्य एवं जिम्मेदारियाँ छात्रों के लिए सीखने के अनुभवों की योजना बनाना, पढ़ाना और पर्यवेक्षण करना है।

Chapter 5. PROFESSIONAL ETIQUETTES

नर्सों के लिए शिष्टाचार (Professional Etiquettes for Nurses) :

पेशेवर नर्स को शिष्टाचार का उचित पालन करना चाहिए। नर्स स्वास्थ्य टीम का महत्वपूर्ण सदस्य है जिसे बीमारों की देखभाल के लिए सहयोग एवं सद्भाव से काम करना चाहिए। एक नर्स के रूप में कुछ आवश्यक शिष्टाचार का पालन करना चाहिए जो निम्न है-

1. नर्स को सभी के प्रति विनम्र होना चाहिए तथा अपनी बातों में विनम्रता और सौम्यता का भाव रखना चाहिए।
2. नर्स को अपने सहकर्मियों, मरीजो आदि का उचित शब्दों में स्वागत करना चाहिए। जैसे- सूप्रभात, शुभरात्रि आदि।
3. नर्स को अपने वरीष्ठों को उचित शीर्षक से सम्बोधित करना चाहिए। जैसे- सर, मैडम, सिस्टर, मिस्टर, मिस आदि।
4. जब उच्च पद के लोग आपके कमरे में प्रवेश करें तो खड़े हो जाये।
5. Class room में प्रश्नों का उत्तर खड़े होकर देना चाहिए।
6. वरिष्ठों के लिए दरवाजा खोलें और उनके जाने के लिए एक तरफ खड़े हो जाये।
7. किसी वरिष्ठ व्यक्ति से आगे निकलने पर क्षमा मांगे।
8. जब आप रास्ते में किसी वरिष्ठ व्यक्ति के सामने से गुजरे तो एक तरफ खड़े हो जाये और इन्हें रास्ता दें।
9. जहाँ भी और जब भी आवश्यक हो जैसे Class Room, Library, Study Room में शांति बनायें रखें।
10. अपने पोषाक को साफ-सुथरा रखें।
11. ड्यूटी के दौरान कभी भी किसी भी प्रकार के आभूषण का उपयोग न करें।
12. बिना बहस किये अपने वरिष्ठों की बात मानें।
13. जब कोई आप पर उपकार कर रहा हो या आपकी गलती बताये तो धन्यवाद दें।
14. किसी भी विभाग से कोई भी सामान लेने से पहले प्रभारी सिस्टर से पूर्व अनुमति लें।
15. कोई भी प्रश्न पूछे जाने पर उत्तर देने में देरी न करें।
16. हमेशा समय के पाबन्द रहें।
17. गलत आदतों को न अपनायें।
18. किसी सभा में सबसे पहले वरिष्ठ को स्थान ग्रहण करने दें।
19. किसी से बात करते समय आखों का सम्पर्क बनाये रखे और आमने-सामने बैठे।
20. अगर आपने गलती से दूसरों को ठेस पहुचाई हो तो उनसे माफी मांगे।
21. किसी की व्यक्तिगत बातों बातों को किसी अन्य से न कहें।
22. दूसरे के कमरे में प्रवेश करने से पहले दरवाजा खटखटायें और उत्तर की प्रतीक्षा करें।
23. खाँसते या झींकते समय अपना मुह ढकें।
24. नर्स को विशेष रूप से रोगियों और उनके रिस्तेदारों से कोई उपहार नही लेना चाहिए और न ही उनको देना चाहिए।

Chapter 6. VARIOUS IMPORTANT DEPARTMENT OF HOSPITAL

1. OPD (Out Patient department) :

OPD एक चिकित्सा सेवा है जो उन मरीजों को प्रदान की जाती है जो रोगी अस्पताल में भर्ती नहीं होते हैं और अस्पताल के एक निश्चित विभाग में चिकित्सा सेवा के लिए आते हैं।

OPD के अन्तर्गत चिकित्सा विशेषज्ञ रोगी की परीक्षण करते हैं, और उपचार के लिए दवाओं की सलाह देते हैं, OPD विभाग दिन के समय में खुला रहता है औ रोगी को बुलाया जाता है।

2. IPD (In patient department)

IPD एक ऐसी चिकित्सा सेवा है जो उन मरीजों को प्रदान की जाती है जो अस्पताल में भर्ती होते हैं और वे रोग-निदान व उपचार के लिए रहते हैं। IPD के अन्तर्गत रोगी को अस्पतालों में रखा जाता है और उस मरीज के लिए स्थायी प्रमुख चिकित्सा प्रभारी निर्धारित किया जाता है और विशेषज्ञ द्वारा उपचार किया जाता है। IPD में चिकित्सा सेवाएं दिन व रात दोनों समय में उपलब्ध होती है।

3. Medical Department (चिकित्सा विभाग) :

अस्पताल या चिकित्सालय स्वास्थ्य की देखभाल करने की संस्था है, इसके अंतर्गत कई विभाग आते हैं जो भिन्न-भिन्न बीमारी का उपचार करते हैं।

Medical department Name :

1. Nephrologist
2. Neurologist
3. Psychiatrist
4. ENT specialist
5. Gastroenterologist
6. Gynecologist
7. Cancer specialist
8. Endocrinologist
9. Cardiologist
10. Ophthalmologist
11. General physician

4. Nursing Department

नर्सिंग एक ऐसा पेशा है जो नर्सों द्वारा किया जाता है। ये वे लोग हैं जिनके पास प्राथमिक नर्सरी शिक्षा सहित नर्सिंग पेशेवर डिग्री या ज्ञान है। वे एक नियामक प्राधिकरण द्वारा प्रमाणित हैं। नर्से आमतौर पर विभिन्न गतिविधियों में संलग्न होती हैं जैसे किसी मरीज को पीड़ा या स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से बचाना इत्यादि। नर्सिंग, स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली का एक अभिन्न अंग है।

कार्य :

1. स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देना।
2. बीमारी को रोकना
3. आध्यात्मिक वातावरण का निर्माण
4. दर्द/पीड़ा कम करना

डिपार्टमेंट :

- स्टाफ नर्स
- नर्स अधीक्षक
- वरिष्ठ नर्स
- नर्सिंग पर्यवेक्षक
- रोगी देखभाल समन्वयक आदि जैसे शामिल हैं।

1. Certified nursing assistant (CNA)
2. School Nurse
3. Licensed practical Nurse (LPN)
4. Home health Nurse
6. Registered Nurse manager
7. In-charge Nurse
8. Pediatric Nurse
9. Operating room (OR) Nurse
10. Dialysis Nurse
11. Radiology Nurse

(8–11: Additional Nursing Position)

5. Paramedical Department :

चिकित्सक के सहायक श्रेणी में शामिल पैरामेडिकल कार्यकर्ता नियमित निदान प्रक्रियाएँ करते हैं, जैसे- रक्त के नमूने लेना, स्वास्थ्य, मूल्यांकन करने और चिकित्सीय प्रक्रियाएँ जैसे- इंजेक्शन लगाना, घावों पर टांके लगाना।

पैरामेडिकल प्रशिक्षण आमतौर पर व्यक्तियों के स्वास्थ्य देखभाल में विशिष्ट भूमिका निभाता है।

6. Physical Medicine and Rehabilitation Department :

चिकित्सा विज्ञान की वह शाखा है जिसके अन्तर्गत शारीरिक दुर्बलता या विकलांगता वाले लोगों की कार्यात्मक क्षमता और जीवन की गुणवत्ता को बढ़ाना है इसे Physiatry के नाम से भी जाना जाता है। इसमें रीढ़ की हड्डी की चोट, मस्तिष्क की चोट स्ट्रोक, मांसपेशियों, लिगमेंट या तंत्रिका क्षति के कारण दर्द जैसी स्थितियाँ शामिल हैं। इस क्षेत्र में प्रशिक्षण पूरा करने वाले चिकित्सक को फिजियार्टिस्ट कहते हैं।

7. Operation Theatre (OT) :

ऑपरेशन थिएटर टेक्निशियन एक पेशेवर होता है कुछ अस्पतालों में O.T.T. प्रमाण-पत्र की आवश्यकता होती है, ये प्रमाण-पत्र छात्रों को सैद्धांतिक और व्यावहारिक ज्ञान प्रदान करते हैं और विशेषज्ञ चिकित्सा पेशेवरों के रूप में कार्य करने की क्षमता को बढ़ाते हैं, आपरेशन थियेटर टेक्नोलॉजी में दो वर्षीय डिप्लोमा कर सकते हैं।

छात्रों को प्रयोगशाला और अस्पतालों में डॉक्टर और विशेषज्ञों द्वारा उपयोग किये जाने वाले सर्जिकल और उपचार उपकरणों के संचालित करने के लिए प्रशिक्षित करता है। यह डिप्लोमा चिकित्सा उपकरणों के महत्व कामकाज, उपयोग और चिकित्सा प्रक्रियाओं के माध्यम से सर्जनों की सहायता करने पर केन्द्रित है-

कार्य :

- सभी सर्जिकल सामग्रियों को सुरक्षित और तैयार रखना।
- प्रत्येक प्रक्रिया से पहले और बाद में उपकरणों की एक सूची बनाना।

8. Pharmacy Department :

अस्पताल फार्मेसी स्वास्थ्य देखभाल सेवा है। जिसमें दवाओं और चिकित्सा उपकरणों को तैयार करने भण्डारण और वितरण करने की कला इस पेशा में शामिल है। यह एक विशेष क्षेत्र है जो स्वास्थ्य सुविधा में, रोगी स्वास्थ्य देखभाल से है।

अस्पतालों में दवा प्रबंधन, जिसमें दवाओं के चयन, खरीद वितरण निर्धारित होता है।

9. Radiology department (X-ray) :

रेडियोलॉजी वह विभाग है जो रोगों के निदान और उपचार के लिए चिकित्सा इमेजिंग का उपयोग करता है विभिन्न प्रकार की इमेजिंग तकनीकें हैं जैसे-

- X-ray
- Ultrasound
- CT scan (Computed Tomography)
- MRI

10. Dietary Department :

आहार विभाग रोगी देखभाल के एक अभिन्न अंग के रूप में कार्य करता है जो रोग या चिकित्सा के अनुसार रोगियों को पोषण प्रदान करना, रोगी और उनके परिवार के सदस्यों को आहार संबंधी परामर्श देना।

आहार विभाग का मिशन रोगियों को उच्च गुणवत्ता वाले भोजन प्रदान करना है अस्पताल में रोगी के लिए सम्पूर्ण आहार सेवाएं उपलब्ध हैं, आहार विभाग FSSAI द्वारा प्रमाणित हो।

11. Medical Record department :

मेडिकल रिकार्ड विभाग रोगी देखभाल का एक अभिन्न अंग है, जिसमें उन सभी रोगियों के मेडिकल रिकार्ड होते हैं जिन्होंने अस्पताल की सेवाओं का उपयोग किया है। Admission and discharge history of patient

Chapter 7. VARIOUS TYPE OF MEDICAL SPECIALIST

1. **Cardiologist :** The study of the "heart" and its function in health and disease.

   Definition of cardiology : कार्डियोलॉजी आंतरिक चिकित्सा की एक branch (शाखा) है। जिसके अंतर्गत हृदय (Heart) और रक्त वाहिकाओं का अध्ययन और उपचार किया जाता है।

Function कार्य :

- हृदय रोग या हृदय रोग से पीड़ित व्यक्ति को हृदय रोग विशेषज्ञ के पास भेजा जाता है।

2. **Dermatologist (त्वचा विज्ञान) :**

   The branch of medicine that is related to the diagnosis and treatment of skin "disorder".

   Definition परिभाषा : त्वचा विज्ञान (डर्मेटोलॉजी) मेडिसिन में अध्ययन एक branch होती है, जो त्वचा (skin), खोपड़ी (skull), बालों (Hairs) और नाखूनों (Nails) की समस्याओं से संबंधित होता है।

Function कार्य :

डर्मेटोलॉजिस्ट (Dermatologist) एक डॉक्टर होते हैं जो त्वचा, बालों और नाखूनों से संबंधित स्थितियों का इलाज (Treatment) करते हैं।

- एक डर्मेटोलॉजिस्ट 3,000 से अधिक स्थितियों की पहचान और उपचार कर सकता है- जैसे एक्जिमा, सीरायसिस और त्वचा कैंसर (skin cancer) आदि।

3. **Endocrinologist :** Endocrinology is the study of hormones and endocrine glands.

   Definition of Endocrinologist : एंडोक्रिमोलॉजिस्ट एक चिकित्सक होता है जो हार्मोन से संबंधित समस्याओं और जटिलताओं का निदान और उपचार करता है।

   Function कार्य : यह एक चिकित्सा विशेषज्ञ होता है जो मधुमेह, रजोनिवृत्ति और थायरॉइड समस्याओं जैसी अंतःस्रावी ग्रंथियों और हार्मोन की समस्याओं के कारण होने वाली स्थितियों वाले लोगों का इलाज करता है।

4. **Gastroenterologist :**

- Gastroenterology is the study of the normal function and diseases of the esophagus, stomach small intestine colon and rectum, pancreas, gallbladder bile duct and liver.

  Definition of Gastroenterologist :

- गैस्टोएंटेरोलॉजी चिकित्सा की वह शाखा है जो पाचन तंत्र पित्ताशय, यकृत, पित्त नलिकाओं और अग्नाशय पर केंद्रित होता है। इन क्षेत्रों में विशेषज्ञता रखने वाले डॉक्टर (चिकित्सक) को गैस्ट्रोइंटेरोलॉजिस्ट कहा जाता है, जिसे GI विशेषज्ञ या G.I. चिकित्सक भी कहा जाता है।

Function कार्य :

- यह पाचन तंत्र (Digestive system) या गैस्टोइंटेस्टाइनल (GI) पथ से संबंधित होता है। यह उन कार्यों और विकारों से भी संबंधित होता है यह उन कार्यों और विकारों से भी संबंधित होते हैं जो जीआई पथ को प्रभावित करता है।

5. **Hematologist :**

- Hematology is the study of blood and blood disorders.

  Definition of Hematology : हेमेटोलॉजी चिकित्सा विज्ञान की वह शाखा है जो रक्त संबंधी विकारों के कारणों, निदान उपचार और रोकथाम का अध्ययन करती है।

Function कार्य :

- रक्त एक तरल संयोजी ऊतक होता है जिसमें प्लाज्मा, रक्त कोशिकाएं और प्लेटलेट्स होते हैं जो ऑक्सीजन और पोषक तत्वों को कोशिकाओं तक पहुँचाता है और CO_2 और अन्य अपशिष्ट पदार्थों (उत्पादों) को बाहर निकालता है।

नोट :

- यह हमारे शरीर के वजन का लगभग 8% बनता है।
- एक औसत वयस्क में लगभग 5–6 लीटर रक्त होता है।

6. **Nephrologists :**

- Nephrology is the adult and pediatric study of the kidneys and its diseases.

  Definition of Nephrology :

- नेफ्रोलॉजिस्ट जिन्हें किडनी डॉक्टर (Kidney doctor) भी कहा जाता है, किडनी की देखभाल में विशेषज्ञ होते हैं।

Function कार्य :

- नेफ्रोलॉजिस्ट आमतौर पर क्रोनिक किडनी रोग (CKD) का इलाज एवं उपचार करते हैं और अंतिम चरण (last stage) के किडनी रोग वाले लोगों के लिए डायलिसिस और देखभाल का प्रबंधन करते हैं।

7. **Neurologist :**

- Neurology is the study of nerves. The science of medicine behind the functioning and treatment of disorders related to nervous system

  Definition of Neurology :

- न्यूरोलॉजी विज्ञान की एक शाखा है जो तंत्रिका तंत्र के विकारों और रोगों से संबंधित होता है। न्यूरोलॉजी शब्द दो शब्दों के मेल से बना है-
- ''न्यूरॉन-- जिसका अर्थ है तंत्रिका और ''लोगिया (logy) जिसका अर्थ है का अध्ययन।

8. **Gynecologists :**

- Gynecology is a medical discipline dedicated to female health disorders and diseases ?

  Definition of Gynecologist :

- स्त्रीरोग विशेषज्ञ एक डॉ. होता है जो महिला प्रजनन स्वास्थ्य में विशेषज्ञता रखता है। वे महिला प्रजनन पथ से संबंधित समस्याओं का निदान और उपचार करते हैं। इसमें गर्भाशय, फैलोपियन ट्यूब, अंडाशय और स्तन शामिल है।

Function कार्य :

- प्रसूति एवं स्त्री रोग चिकित्सा की एक व्यापक और विविध शाखा हो जिसमें सर्जरी, गर्भवती महिलाओं की देखभाल का प्रबंधन, स्त्री रोग संबंधी देखभाल महिलाओं के लिए प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल शामिल है।

9. **Oncologist :**

- Oncology is the study of "Cancer"

  Definition of Oncologist :

- ऑन्कोलॉजी चिकित्सा की वह शाखा है जो कैंसर के निदान उपचार और अनुसंधान पर केंद्रित है, इसमें मेडिकल ऑन्कोलॉजी रेडिएशन ऑन्कोलॉजी हेमेटोलॉजी और सर्जिकल ऑन्कोलॉजी आदि शामिल है।

Function कार्य :

- ऑन्कोलॉजी एक डॉक्टर होता है जो कैंसर का treatment करता है और कैंसर से पीड़ित व्यक्ति को चिकित्सा देखभाल प्रदान करता है।

10. **Pediatrician :**

- Pediatrics is the branck of medicine dealing with the health and medical care of infants, children and adolescents from birth up to the age of 18.

  Definition of Pediatrics :

- बाल रोग विशेषज्ञ वे चिकित्सा विशेषज्ञ हैं जो शिशुओं, बच्चों और किशोरों में रोगों की पहचान, उसका उपचार और चिकित्सकीय देखभाल प्रदान करते हैं।

Function कार्य :

- बाल रोग विशेषज्ञ बच्चों को प्रभावित करने वाले शारीरिक ओर विकासात्मक मुद्दों की रोकथाम, पता लगाते हैं और प्रबंधन करते हैं।

11. **Psychiatrist :**

- It is the study of field of medicine focused specifically on the mind aiming to study, prevent and treat mental disorders in humans.

  Definition of Psychiatrist :

- मनोचिकित्सक एक चिकित्सा, चिकित्सक है जो मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों का निदान और उपचार कर सकता है।

Function कार्य :

- यह एक मनोचिकित्सक है जो मानसिक भावनात्मक और व्यवहारिक स्थितियों का निदान और उपचार कर सकता है।

Chapter 8. DEFINITION & OVERVIEW OF COMMUNICABLE DISEASES

Definition of Communicable and Non-Communicable Diseases

ऐसी बीमारियाँ जो किसी संक्रामक कारक (Infectious agent) अथवा उसके विषैले उत्पाद (Toxic product) द्वारा उत्पन्न होती है तथा इससे ग्रसित लाक्षणिक (Clinical) अथवा अलाक्षणिक (Non-clinical) रोगी से एक सामान्य व्यक्ति में संचारित हो सकती हैं, संक्रामक बीमारियाँ (Communicable diseases) कहलाती है। इन बीमारियों के संचारण (Transmission) का तरीका प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्ष हो सकता है। डिफ्थीरिया, पोलियो, क्षय रोग, खसरा, हिपेटाइटिस, कुकर खाँसी, टिटेनस, एड्स, कुष्ठ रोग आदि संक्रामक बीमारियों के उदाहरण हैं। इसके विपरीत वे बीमारियाँ जो इससे ग्रसित व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में संचारित नहीं होती है, असंक्रामक बीमारियाँ (Non-communicable diseases) कहलाती हैं। बीमारियाँ उसी व्यक्ति तक सीमित रहती हैं तथा खाँसने, छींकने अथवा किसी अन्य व्यक्ति के साथ खाना खाने, बर्तन-कपड़े आदि साझा करने, यौन सम्पर्क बनाने आदि के द्वारा संचारित नहीं होती हैं। कैन्सर, उच्च रक्त दाब, हार्ट-अटैक, डायबिटीज, गैस्ट्रिक अल्सर आदि असंक्रामक बीमारियों के उदाहरण हैं।

Diagnosis of Communicable Diseases:

Communicable diseases के assessment के दौरान आवश्यकतानुसार निम्न में से एक या अधिक laboratory investigations किये जा सकते हैं-

1. Blood Examination i.e.
   - Complete Blood Examination
   - ESR
   - Malaria Parasite (MP) test
   - Blood Glucose level
   - Estimation of Serum Electrolytes
2. Complete Urine Examination
3. Blood Culture Examination
4. Urine Culture Examination
5. Examination of nasopharyngeal swab or throat swab
6. Stool Examination
7. Examination of vomitus
8. CSF examination for diagnosing polio, meningitis etc.
9. Widal test for - diagnosing typhoid fever
10. Lepromin test - for diagnosing leprosy
11. Histamine test- for diagnosing leprosy
12. ELISA test
13. Schick test - for diagnosing diphtheria
14. Western Blot test
15. Sputum Examination
16. Mantoux test
17. Chest X-ray
18. Ultrasonography

Transmission of Communicable Diseases

संक्रमण (Infection) : किसी pathogenic micro-organism का human body में प्रवेश करना infection कहलाता है। ये micro-organisms body में प्रवेश करने के बाद अपनी संख्या बढ़ाना प्रारम्भ कर देते हैं तथा व्यक्ति को रोगग्रस्त कर देते हैं।

किसी संक्रामक बीमारी के इसके संक्रमण के स्रोत (Source) या संग्रह स्थल (Reservoir) से संवेदनशील मेजबान (Susceptible host) तक पहुँचने की प्रक्रिया रोग संचरण (Disease transmission) कहलाती है। अधिकांश स्थितियों में मानव स्वयं ही संक्रमण का स्रोत या संग्रह स्थल होता है। हाँलाकि कुछ स्थितियों में ये संक्रमण संक्रमित जानवरों द्वारा भी मनुष्य तक संचारित किये जाते हैं। मानव के लिए संक्रमण के मुख्य स्रोत निम्न होते हैं-

(i) स्वयं मानव
(ii) जानवर
(iii) कीट
(iv) मृदा
(v) भोजन
(vi) जल

संक्रामक बीमारियों की रोकथाम के उपाय (Measures for preventing communicable disease) :

- मरीजों को शुरूआती अवस्था में निदान (Diagnosis) एवं उपचार करना।
- मरीजो को आइसोलेशन (Isolation)
- टीकाकरण (Immunization)
- मरीजों को संतुलित आहार (Balanced diet) देना।
- संक्रामक बीमारियों (Communicable Disease) की रोकथाम
- खाद्य पदार्थों एवं जल की शुद्धता को बनाये रखना।
- सैनीटरी शौचालयों के निर्माण एवं उपयोग को बढ़ावा।
- स्वास्थ्य शिक्षा (Health Education) में सम्मिलित हैं। समुदाय को विभिन्न संक्रामक बीमारियों के कारण प्रारम्भिक लक्षण, फैलने के तरीके, नियंत्रण एवं रोकथाम उपाय उपचार आदि के बारे में पर्याप्त जानकारी प्रदान करना है।

संक्रामक रोगों का निदान :

- टेस्ट के लिए नमूने
- माइक्रोस्कोप का इस्तेमाल करते हुए परीक्षण करना।
- सूक्ष्मजीवों का कल्चर करना
- रोगाणुरोधी दवाओं के लिए सूक्ष्मजीवों की संवेदनशीलता और सूक्ष्मता का टेस्ट
- टेस्ट जो सूक्ष्मजीवों के एंजीबॉडीज या एंटीजन का पता लगाते हैं।
- ऐसे टेस्ट जो सूक्ष्मजीवों में आनुवंशिक पदार्थ का पता लगाते हैं।

पृथक्करण (Isolation) :

ऐसे मरीज जिनसे अन्य लोगों में संक्रमण होने या फैलने की संभावना अधिक होती है। उन्हें अन्य लोगों से अलग रखने की प्रक्रिया पृथक्करण कहलाती है।

उपचार (Treatment) :

संचारी रोग का उपचार व्यक्ति की स्थिति और रोग के आधार पर, रोगियों को विभिन्न उपचारों की आवश्यकता होती है, वैक्सीन लगवाना, वैक्सीनेशन में रोगी का वायरस का एक संस्करण दिया जाता है।

स्वास्थ्य शिक्षा (Health Education) :

समुदाय स्तर पर रोगों के प्रसार की रोकथाम में स्वास्थ्य शिक्षा की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। इसके अंतर्गत निम्न स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान की जाती है।

1. स्कूली बच्चों को स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करना।
2. पोषण संबंधित शिक्षा प्रदान करना
3. लोगों में टीकाकरण के प्रति जागरूकता लाना
4. बच्चों को एवं उनके माता-पिता को शारीरिक स्वच्छता के बारे में जानकारी देनी चाहिए
5. शिशु तथा मातृ स्वास्थ्य एवं शिक्षा संबंधित जानकारी प्रदान करना।

Non-Communicable Diseases:

Cardiovascular Diseases : Cardiovascular system में heart तथा blood vessels सम्मिलित हैं। Heart के द्वारा पूरी body में blood pump किया जाता है जो कि blood vessels के द्वारा शरीर की प्रत्येक cells तक पहुँचता है। यह blood lungs से tissues तक oxygen लेकर जाता है तथा कार्बन डाई ऑक्साइड को tissues से वापस lungs की ओर लाता है जो airway से होती हुई बाहर वायु-मण्डल में excrete कर दी जाती है। इसी प्रकार यह blood alimentary tract से पोषक पदार्थों जैसे glucose को cells तक supply करता है तथा उत्सर्जी पदार्थों जैसे urea, uric acid आदि को excretory organs जैसे kidneys तक लेकर जाता है।

वर्तमान समय में cardio-vascular diseases morbidity एवं mortality का मुख्य कारण बन गई है।

1. Coronary Artery Disease : कोरोनरी धमनी (Coronary artery) द्वारा myocardial tissues को होने वाली blood supply के अवरूद्ध हो जाने से myocardial ischaemia की स्थिति उत्पन्न हो जाना, Coronary Artery Disease (CAD) कहलाता है। इसके कारण व्यक्ति में Angina Pectoris, Myocardial Infarction (MI), Dysrhythmias, Heart failure जैसे disorders उत्पन्न हो जाते हैं। गंभीर मामलों में रोगी की death भी हो जाती है।

Coronary Artery Disease (CAD) को Coronary Heart Disease (CHD) या Ischaemia Heart Disease (IHD) भी कहते हैं।

चिकित्सकीय प्रबन्धन (Medical Management) :

(i) Administer oxygen if required

(ii) Opiate analgesic drugs such as
- Morphine sulphate

ये दवाईयाँ Pain management के लिए दी जाती है।

(iii) Vasodilators such as
- Nitroglycerine

ये दवाईयाँ blood vessels को dilate कर blood supply को improve करती है।

(iv) Beta adrenergic blockers - जैसे
- Atenolol
- Propranolol

ये दवाईयाँ cardiac workload तथा oxygen demand को कम करती हैं।

(v) Calcium channel blockers - जैसे
- Nicardipine
- Nifedipine
- Verapamil आदि

ये दवाईयाँ cardiac workload को कम करती है तथा oxygen demand को घटाती हैं।

2. Stroke : इसे सेरिब्रोवास्कुलर एक्सीडेन्ट (Cerebro Vascular Accident) या ब्रेन अटैक (Brain Attack) के नाम से भी जाना जाता है।

Brain को होने वाली blood supply के अचानक interrupt हो जाने के कारण brain tissues का damage हो जाना और brain के normal functions को प्रभावित हो जाना stroke कहलाता है।

कारण (Causes) :

- Throbosis and embolism
- Intracranial haemorrhage
- Spasm in the cerebral arteries
- Rupture of an aneurysm
- Compression of cerebral vessels

क्लिनिकल लक्षण (Clinical features) :

- Hemiplegia and hemiparesis
- Hemiparesthesia - body के एक sideा में सुन्नता (Numbness) होना।

भोजन निगलने में परेशानी (Dysphagia)

- Ataxia
- Apraxia
- Visual disturbances
- Speech changes
- चेतना का स्तर (Level of consciousness) प्रभावित होना चाहिए।

आपातकालीन देखभाल (Emergency care) :

- रोगी का patent airway maintain करना
- रोगी का normal breathing pattern establish करना
  - इस हेतु रोगी को artificial oxygen administer की जाती है।
- Thrombolytic drugs - Thrombus को dissolve करने के लिए जैसे-
  - Alteplase
  - Reteplaseा

उच्च रक्तदाब (Hypertension) : रक्त वाहिनियों (Blood vessels) की भित्ति (Wall) पर इनमें प्रवाहित होने वाले रक्त द्वारा लगाये जाने वाला बल (Force) ही रक्तदाब (Blood pressure) कहलाता है। इसे संक्षिप्त में BP के नाम से लिखा जाता है। एक सामान्य वयस्क का BP 120/80 mm of Hg होता है। इसमें 120 mm of Hg Systolic Blood Pressure होता है जबकि 80 mm of Hg Diastolic Blood Pressure होता है।

Management :

(i) रोगी के vital signs तथा general health status का assessment करें।

(ii) रोगी की detail में history collect करें। इस दौरान रोगी की present health history, past health history, food pattern, family history, smoking या alcoholism की आदत आदि के बारे में जानकारी प्राप्त करें।

(iii) यदि रोगी द्वारा कोई medicines ली जा रही हों तो उनके बारे में जानकारी प्राप्त करें।

(iv) चिकित्सकीय परामर्शानुसार रोगी के सभी investigation करवा लें ताकि hypertension के cause को identify किया जा सके।

(v) रोगी के बीमारी के cause, clinical manifestations, treatment एवं preventive measures के बारे में knowledge level का assessment करें।

3. कैन्सर (Cancer) : कैन्सर वह असामान्य स्थिति है जिसमें body के किसी part की cells असामान्य (Abnormal) अनियंत्रित (Uncontrolled), असमन्वित (Unco-ordinated) तथा उद्देश्यहीन (purposeless) तरीके से excessive growth करने लग जाती हैं। ये cells localized भी हो सकती हैं और body के अन्य part में move भी कर सकती है।

फेफड़ों का कैन्सर (Lung Cancer) :

फेफड़ों में कई प्रकार के benign अथवा malignant ट्यूमर्स हो सकते हैं, लेकिन इन सभी में primary lung cancer सबसे सामान्य प्रकार का कैन्सर है।

फेफड़ों में पाये जाने वाले लगभग 90-95 प्रतिशत कैन्सर ब्रोंकाई (Bronchi) तथा ब्रोंकिओल्स (Bronchioles) को आवरित करने वाली कोशिकाओं से उत्पन्न होते हैं अतः फेफड़ों के कैन्सर (Lung cancer) को कई बार ब्रोंकोजेनिक कार्सिनोमा (Bronchogenic carcinoma) भी कहा जाता है।

प्रबन्धन (Management) :

1. Chemotherapy
2. Radiotherapyl

4. Chronic Obstructive Pulmonary disease : इसका पूरा नाम Chronic obstructive pulmonary disease है। इसे Chronic Obstructive Lung Disease (COLD) के नाम से भी जाना जाता है। COPD के अन्तर्गत फेफड़ों की पेरेन्काइमा (Lung parenchyma) तथा small एवं large airways में होने वाले वे संरचनात्मक एवं कार्यात्मक परिवर्तन (Anatomical and physiological changes) शामिल है जो व्यक्ति की सामान्य श्वसन प्रक्रिया को बाधित करते हैं। यह बीमारी air की respiratory tract की ओर तथा respiratory tract से बाहर की ओर होने वाली गति में बाधा उत्पन्न करती है। यह एक progressive disease है।

5. अस्थमा (Asthma) : अस्थमा एक दीर्घकालीन Inflammatory disorder है जिसमें bronchi में spasm हो जाने के कारण रोगी की सामानय श्वसन प्रक्रिया में बाधा उत्पन्न होती है। अस्थमा के दौरान निम्न स्थितियों के उत्पन्न हो जाने के कारण रोगी की सामान्य श्वसन प्रक्रिया में बाधा उत्पन्न होती है। अस्थमा के दौरान निम्न स्थितियों के उत्पन्न हो जाने के कारण अप्रभावी श्वसनीय पैटर्न (Ineffective breathing pattern) देखा जाता है-

(i) Hyper-responsiveness of bronchi and trachea
(ii) Mucosal edema
(iii) Production of excessive mucosa
(iv) Narrowing of airway

6. Diabetes : Diabetes Mellitus एक chronic metabolic disease है जिसके दौरान blood glucose level सामान्य की तुलना में बढ़ जाता है। यह disease मुख्य रूप से शरीर में अग्नाशय (Pancreas) की बीटा कोशिकाओं द्वारा Secrete होने वाले insulin hormone के hyposecretion के कारण होती है। कई बार insulin hormone के hyposecretion के कारण होती है। कई बार Insulin की मात्रा पर्याप्त होने पर भी शरीर की cells द्वारा insulin का प्रभावी रूप से उपभोग नहीं कर पाने पर भी यह disease हो सकती है।

Diabetes में insulin की deficiency होने के कारण carbohydrate, protein तथा fat का metabolism प्रभावित हो सकता है और रोगी में hyperglycemia की स्थिति उत्पन्न हो जाती है।

डायबिटीज मैलिटस के प्रकार (Types of Diabetes Mellitus) :

A. Primary Diabetes Mellitus
B. Secondary Diabetes Mellitus
C. Gestational Diabetes Mellitus

A. Primary Diabetes Mellitus :

यह निम्न दो प्रकार का हो सकता है-

1. Type-I : इसे Insulin Dependent Diabetes mellitus (IDDM) या Juvenile Diabetes भी कहते हैं। यह pancreas द्वारा Insulin का पर्याप्त मात्रा में production नहीं कर पाने के कारण होता है।

2. Type-II : इसे Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus (NIDDM) कहते हैं। इसमें pancreas द्वारा Insulin का secretion तो पर्याप्त मात्रा में होता है। लेकिन body cells उसका प्रभावी रूप से consumption नहीं कर पाती है और Blood glucose level बढ़ जाता है।

Type-I तथा Type-II Diabetes Mellitus में पाये जाने वाले differences को आगे बताया गया है।

Primary Diabetes Mellitus के exact cause unknown होते हैं।

B. Secondary Diabetes Mellitus : जब Diabetes body में मौजूद अन्य conditions से associated होता है तो इसे Secondary Diabetes Mellitus कहते हैं, इनमें शामिल है-

- Pancreatitis
- Pancreatitic neoplastic disease
- Pancreatectomy
- Cystic fibrosis
- Hypersecretion of Growth Hormone (GH), thyroid hormone, glucocorticoids etc.
- Liver diseases
- Thiazide diuretics etc.

C **Gestational Diabetes Mellitus :** एक pregnant woman जिसमें कि पूर्व में hyperglycemia की कोई history नहीं है, मै pregnancy के दौरान blood glucose level बढ़ जाना, Gestational Diabetes Mellitus कहलाता है। इसका विस्तार से अध्ययन आगे किया है।

Chapter 9. DISASTER MANAGEMENT & FIRST AID

डिजास्टर की परिभाषा (Definition of Disaster)

आपदाएँ (Disasters) प्रायः वे अनअपेक्षित घटनाएँ (Unexpected events) होती हैं जो बिना किसी चेतावनी के sudden उत्पन्न होती हैं जिससे सामान्य जनजीवन अस्त-व्यस्त हो जाता है और बड़े पैमाने पर जान-माल की हानि होती है। इस स्थिति से निपटने के लिए तथा लोगों की जान बचाने के लिए असाधारण emergency services की आवश्यकता होती है।

Disaster events निम्न दो प्रकार के होती हैं-

(A) Natural calamities
- बाढ़ (Flood)
- भूकम्प (Earthquake)
- ज्वालामुखी (Volcano)

(B) Manmade disaster
- विस्फोट होना (Explosion)
- युद्ध (War)
- आग (Fire)
- दुर्घटनाएँ (Accidents)

1. **बाढ़ (Flood) :** अत्यधिक वर्षा के कारण उत्पन्न स्थिति जो कि सामान्य जन-जीवन को प्रभावित कर देती है तथा बड़े पैमाने पर जान और माल की हानि का कारण बनती है, बाढ़ (Flood) कहलाती है।

   यह एक natural calamity होती है जो कि प्रतिवर्ष हजारों की संख्या में लोगों को काल का ग्रास बना देती है। बाढ़ के दौरान लोगों के घर उजड़ जाते हैं, फसलें बरबाद हो जाती है तथा पशु बह जाते हैं। बाढ़ के कारण विद्युत व्यवस्था, यातायात व्यवस्था, संचार व्यवस्था आदि पूरी तरह ठप हो जाती है तथा एक क्षेत्र में रहने वाले लोगों का सम्पर्क दूसरे क्षेत्र में रहने वाले लोगों से टूट जाता है। हालाँकि मौसम विभाग की सक्रियता से संभावित बाढ़ के बारे में पूर्व में ही अनुमान लगा लिया जाता है तथा लोगों को इस बारे में पूर्व में ही सचेत कर दिया जाता है।

2. **भूकम्प (Earthquake) :** भूकम्प (Earthquake) अचानक उत्पन्न होने वाली प्राकृतिक आपदा है जो कि पल भर में ही बड़े स्तर की तबाही उत्पन्न कर देती है। Earthquake के दौरान उत्पन्न होने वाली तबाही इसकी तीव्रता पर निर्भर करती है। भूकम्प की तीव्रता को रिक्टर स्केल पर मापा जाता है। प्रायः 7.0 या इससे अधिक तीव्रता वाला भूकम्प अधिक नुकसानदायक होता है।

भूकम्प के दौरान बरती जाने वाली सावधानियाँ :

(i) घर, स्कूल, कार्यस्थल में होने पर-
- कंपन शुरू होते ही झुक जायें या फर्श पर लेट जायें। घर के अंदर ही रहें।
- मजबूत या दृढ़ डेस्क, मेज या अन्य फर्नीचर के नीचे स्वयं को ढँक ले। यदि कुछ भी उपलब्ध न हो तो अंदर की दीवारों से सटकर खड़े हो जायें, तत्पश्चात् सिर एवं गर्दन की दोनों हाथों से ढंक लें। खतरे वाले बिन्दुओं जैसे खिड़कियों, लटकती वस्तुओं, दर्पणों एवं अन्य किन्ही गिर सकने वाली वस्तुओं से दूर रहें।

(ii) यदि खुले में हों (Outdoor) :
- बाहर खुले में तब तक ठहरें जब तक भूकम्प रूक न जाये।
- पेड़ों, साइन बोर्डों, इमारतों एवं बिजली के तारों एवं खंभों से दूर किसी सुरक्षित स्थान पर खड़े हो जायें।

3. **ज्वालामुखी (Volcano) :** ज्वालामुखी एक प्राकृतिक आपदा है जिसके दौरान अधिक ताप पर निकलने वाली हानिकारक गैंसे व्यक्ति के स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालती हैं।

4. **विस्फोट (Explosion) :** विस्फोट एक manmade disaster है जो कि आपराधिक प्रवृत्ति वाले लोगों द्वारा सामान्य रूप से जीवन यापन कर रहें लोगों के अमन-चैन को छीनने के लिए किया जाता है।

प्रबन्धन :

1. प्रभावित लोगों को आश्वासन दें।
2. प्रभावित लोगों को अनावश्यक रूप से इधर-उधर न हटाएँ।
3. गले, छाती तथा कमर के आस-पास के सख्त कपड़ों को ढीला करें।
4. यदि पीड़ित की हालत सामान्य व ठीक हो तो उसे बैठी स्थिति में लाने में मदद करें। सिर एवं कंधे को सहारा दें।
5. खून के बहाव (bleeding) को नियंत्रित करें तथा घाव या जलने का उपचार करें।

5. **आग (Fire) :** आग की चपेट में आने से भी बड़ी संख्या में जान एवं माल की हानि होती है। कई बार बहुत छोटी सी चिनगारी भी बड़ी आग का रूप ले लेती है। आग बहुत तेजी से फैलने वाली आपदा है तथा कई बार तो आग इतनी तेजी से

फैलती है कि यह लोगों को संभलने का मौका भी नहीं देती है।

प्रबन्धन : आग लगने पर ठंडे दिमाग से तेजी से निर्णय लें। संकटकालीन निकास द्वारा ढूंढे। किसी दरवाजे या खिड़की को खोलने से पहले छूकर देखें कि वह गर्म तो नहीं है। ऊपर की मंजिलों पर से खिड़कियों के रास्ते से नीचे न कूदे अपितु नीचे खड़े व्यक्तियों से मदद मांगे। आग को आर-पार करते समय कंबल या मोटे कपड़े से चेहरे, हाथों एवं खुले भागों को ढक लें। आग लगने के अधिकतर मामलों में हवा से हल्की कार्बन मोनोक्साइड (CO) बनती है जो ऊपर की ओर उठकर फैल जाती है, अतः फर्श पर सीधा चलने की अपेक्षा घुटनों के बल चलें। हताहत रोगी को आतंकित होने या बाहर की ओर भागने से रोके, क्योंकि ऐसा करने से हवा की गति के कारण आग भड़क सकती है।

6. **सड़क दुर्घटना (Road Accident) :** Road accident एक manmade disaster है। कई बार road accident इतना खतरनाक होता है कि यह कई लोगों को मौत की नींद सुला देता है, कई लोग विकलांग हो जाते हैं तथा कई को अन्य प्रकार की severe injury हो जाती है। व्यक्ति के जीवन में आई व्यस्तता और इसके कारण उसके द्वारा की जाने वाली जल्दबाजी road accident का मुख्य कारण है।

दुर्घटना के समय बचाव के उपाय :

1. स्थिति का quick assessment करें।
2. तुरंत ही आपातकालीन सेवाऐं बुलाने का प्रयास करें।
3. Affected person को गाड़ी से बाहर न खींचे, इससे और ज्यादा क्षति हो सकती है।
4. गाड़ी का इंजिन बंद कर दें ताकि आग लगने के खतरे को कम किया जा सके।
5. गाड़ी के निकट किसी भी व्यक्ति को smoking न करने दें।

आपदा प्रबन्धन (Disaster management) :

जैसा कि हम पढ़ चुके हैं कि आपदा एक विनाशक स्थिति है जो कि प्रभावित क्षेत्र के लोगों के जन जीवन को पूरी तरह तहस-नहस कर देती है। उपयुक्त आपदा प्रबन्धन के द्वारा इससे होने वाली जान-माल की हानि को काफी कम किया जा सकता है।

Disaster management के लिए national level, state level तथा district level पर आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण गठित किये गये हैं जो कि disaster management में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

(i) National level पर राष्ट्रीय आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण का गठन किया गया है जिसके president देश के prime minister होते हैं।

(ii) State level पर राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण का गठन किया गया है जिसके president राज्य के chief minister होते हैं।

(iii) District level पर जिला आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण का गठन किया गया है जिसके president जिले के collector होते हैं।

First Aid

प्राथमिक सहायता की परिभाषा (Definition of First Aid) :

प्राथमिक सहायता एक ऐसा अस्थायी एवं तुरंत प्रदान किया जाने वाला उपचार है जो किसी चोटग्रस्त व्यक्ति या आकस्मिक बीमारी से उत्पन्न हुई गंभीर अवस्था में व्यक्ति को चिकित्सीकीय सहायता पहुंचने से पूर्व प्रदान किया जाता है।

अथवा

किसी प्रकार की दुर्घटना होने पर डॉक्टर के पास जाने से पूर्व रोगी को जो चिकित्सीय सहायता दी जाती है उसे प्राथमिक सहायता कहते है।

प्राथमिक सहायता के उद्देश्य (Objectives of First Aid) :

1. रोगी के जीवन की रक्षा करना।
2. रोगी में उत्पन्न होने वाली गंभीर समस्या को कम करना।
3. रोगी को अस्थाई रूप से आराम देना
4. मरीज के दर्द व कष्ट को कम करना
5. रोगी को चिकित्सकीय सेवा हेतु अस्पताल या स्वास्थ्य केन्द्र पहुंचाना तथा उसकी स्थिति को नियंत्रण में रखना।

प्राथमिक सहायता के सिद्धान्त (Principles of First Aid) :

प्राथमिक सहायता के मुख्य सिद्धान्त निम्न हैं-

1. सांस की जाँच करे और ABC (Airway Breathing Circulation) के नियम का पालन करें।
2. रक्त परिसंचरण व श्वसन क्रिया को सामान्य बनाये रखना व स्थिति को नियंत्रण मे रखना।
3. अगर व्यक्ति बेहोश हो तो उसे होश में लाने की कोशिश करें।
4. जितना जल्दी हो सके घायल व्यक्ति को नजदीकी अस्पताल या स्वास्थ्य केन्द्र पहुंचाएं।
5. व्यक्ति को मनोवैज्ञानिक सहायता प्रदान करे ताकि उसे सांत्वना मिले।
6. बहते हुए रक्त को जल्द से जल्द रोकें।

प्राथमिक सहायता के सुनहरे नियम
(Golden Rules of First Aid)

1. दुर्घटना क्षेत्र पर एवं दुर्घटना से प्रभावित व्यक्ति के पास अतिशीघ्र पहुचें।
2. दुर्घटना क्षेत्र में घबराऐं नहीं बल्कि धैर्य बनाये रखें एवं बिना देर किए रोगी को दुर्घटना प्रभावित क्षेत्र से एवं खतरे वाले स्थान से दूर लेकर जाएं।
3. रोगी को कृत्रिम श्वास CPR-(Cardio Pulmonary Resuscitation) देने की प्रक्रिया तब तक करे जब तक कि रोगी की श्वास प्रक्रिया सामान्य रूप से चालू न हो जाए।
4. नजदीकी स्वास्थ्य केन्द्र तक रोगी के जाने में सहायता करें।
5. अतिशीर्घ रोगी की स्थिति का मूल्यांकन करे जैसे- चेतना का स्तर, श्वसन दर, नाड़ी दर आदि।
6. रोगी के चारों ओर भीड़ इकट्ठा न होने दे आश्वासन बनाये रखें।
7. रोगी को अस्पताल पहुँचायें तथा रोगी के रिकॉर्ड और घटना का विवरण रखें।

प्राथमिक चिकित्सा का महत्व
(Importance of First Aid) :

1. प्राथमिक उपचार का मुख्य उद्देश्य व्यक्ति की जान बचाना होता है।
2. प्राथमिक चिकित्सा के द्वारा रोगी की सहायता करना तथा स्थिति को नियंत्रण में रखना।

3. प्राथमिक सहायता द्वारा रोगी के बीमारी को अधिक गंभीर होने से रोका जा सकता है।
4. चोट के प्रभावों को कम करना।
5. स्वास्थ्य लाभ में सहायता करना और हालत गंभीर होने से रोकना

सामान्य रोग और घाव
(Minor Ailments & Injuries)

Wounds/Cuts (घाव) : शरीर की स्नायुओं का सिलसिला टूट जाने से घाव हो जाता है तथा रोग फैलाने वाले कीटाणु और अन्य बाहरी हानिकारक पदार्थ शरीर में पहुँचने लगते हैं।
शरीर पर लगी चोट (जैसे कि हिंसा, दुर्घटना या सर्जरी से) जिसमें आम तौर पर त्वचा का टूटना शामिल होता है और अंतर्निहित ऊतकों को नुकसान होता है।

Type of Wounds (घाव के प्रकार) :
घावों के प्रकार निम्न है-

(i) **कटेघाव (Incised Wounds) :** यह घाव तेज छूरी और हथियारों के लगने के कारण होते हैं और रक्त वाहक नलियों के कट जाने से इनसे रक्त बहने लगता है।
(ii) **क्षत-विक्षत घाव (Lacerated wound) :** यह घाव छोटे औजार की चोट से बनते हैं त्वचा के किनारे कटे-फटे एवं अनियमित होते हैं।
(iii) **खरोच (Abrasions) :** यह घाव ऊपरी होते हैं इसमें त्वचा की ऊपरी परत घिस जाती है।
(iv) **Puncture Wound (छिद्र घाव) :** यह घाव किसी नुकीले वस्तु से बनता है। यह त्वचा की सतह पर घाव कर देता है।
(v) **Penetration wounds (भेदित घाव) :** यह नुकीली वस्तु से अंदर के अंगो तक चोट पहुँचाता है जैसे- चाकू के घाव
(vi) **Gunhourt wounds (बंदूक की गोली का घाव) :** यह बंदूक की गोली से शरीर के आर-पार होने वाला छेद है।

2. Closed wound (बंद घाव) : इस प्रकार के घाव में त्वचा पर चोट दिखाई नहीं देती है। यह अंदरूनी चोट होती है एवं ये घाव भी खुले घाव की तरह खतरनाक हो सकते हैं।

स्वास्थ्य शिक्षा (Health Education)

1. समुदाय एवं परिवारजनों को प्राथमिक सहायता के उद्देश्यों तथा महत्व के बारे में समझाना।
2. First Aid Box की प्रत्येक वस्तु के उपयोग बताना।
3. प्राथमिक सहायता हेतु संसाधनों की गतिशीलता में जानकारी देना।
4. चोट Fracture आदि परिस्थितियों के दौरान प्राथमिक उपचार की शिक्षा प्रदान करना।
5. ड्राइवरों एवं लक्षित समूहों
6. First aid हेतु सूचना, शिक्षा, जनसंचार के सभी माध्यमों का उपयोग करना।

Management of Burn (जलने का प्रबंधन) :

- जलने की प्रक्रिया को रोकना।
- दर्द को कम करना।
- जटिलताओं से बचाव करना।
- जीवनदायी उपचार करना।
- कार्यों का पुनर्स्थापना करना।

Characteristics of Burns (जलने की विशेषताएं) :

1. क्षतिग्रस्त ऊतक की गहराई।
2. संकटग्रस्त व्यक्ति की उम्र।
3. जले हुए शरीर की सतह एवं शरीर का कुल जला हुआ भाग।
4. शरीर का जलने वाला भाग।
5. पिछली मेडिकल इतिवृत्त।

Sign & Symtoms (चिन्ह एवं लक्षण) :

1. लाल अपरिपक्व त्वचा।
2. फफोले।
3. सूजन।
4. द्रव का गिरना।
5. अत्यधिक दर्द

First Aid Care in Burn (जलने की प्राथमिक सहायता देखभाल) :

1. जले हुए व्यक्ति को सांत्वना देना।
2. कोई चिकना पदार्थ नहीं लगाये।
3. जले हुए भाग को ठंडे पानी में 10 मिनट तक रखे या ठंडे पानी में डुबाना।
4. सूजन आने पर अंगूठी, घड़ी आदि उतारना।
5. पीने के लिए गर्म चाय, कॉफी का दूध दें।
6. जले भाग को जीवाणु रहित घोल से साफ करना।
7. छालों को नहीं फोड़ना एवं जले घाव पर किसी भी प्रकार का हस्तक्षेप नहीं करना।
8. जले हुए भाग को आराम दे तथा कुछ समय के लिए उठाकर रखे।
9. जले हुए भाग पर रूई का उपयोग न करें।

Foreign Bodies :
बाहरी वस्तुएँ : घाव में यदि कोई छोटी व बाहरी वस्तु को सावधानी पूर्वक निकालना चाहिय यदि इसे धोकर साफ किया जा सके तो एक ठंडे पानी के स्वॉब से साफ करके उसे बाह्य वस्तु को निकाल दें।
उपचार : घाव के साथ बाहरी वस्तु के ऊपर बैन्डेज बांध दे। रक्तस्राव को रोकने के लिए घाव के किनारे पर दबाव रखेंगे जिससे रक्तस्राव नहीं होगा।

(i) **Contusions (गुम चोट) कूचले घाव :** इस घाव में त्वचा के नीचे के ऊतक क्षतिग्रस्त हो जाते हैं। हथियार से कुचले जाने से ऐसे घाव होते हैं। इन घावों में अंग कुचल जाता है।
(ii) **Haematomas :** इसमें रक्तवाहिकाओं में चोट लगती है एवं त्वचा के नीचे रक्त जमा हो जाता है।

Principle : रोगी को उपयुक्त आसन में रखना, बैठी हुई तथा लेटी अवस्था में रक्तस्राव कम होता है।

- रक्त बहते हुए अंग को, सिवाय हड्डी-टूटने के थोड़ा ऊपर रखये।
- घाव को जहाँ तक हो सके कम से कम वस्त्र ऊतार कर खुला करना।
- यदि घाव के ऊपर रक्त ढांके (Clots) बन चुके हो तो उन्हें न छेड़े।
- घाव में यदि कोई बाहरी वस्तु दिखाई पड़े तो सरलता से हटाये और साफ बैन्डेज से उठाई जा सके तो हटा दें।
- दबाव डाले तथा उसे बनाये रखिये।
- सीधा
- कुटिल रीति से

Chapter 10. PERSONAL & ENVIRONMENTAL HYGIENE

हाइजीन (Hygiene)

हाइजीन या आरोग्य शब्द की व्युत्पत्ति यूनानी शब्द "Hygeia" से हुई है जिसका अर्थ होता है 'स्वास्थ्य की देवी'

परिभाषा (Definition) : हाइजीन वह विज्ञान एवं कला है जो स्वास्थ्य की सुरक्षा एवं उन्नति से संबंधित है।

- **हाइजीन के मुख्य क्षेत्र :**
    1. व्यक्तिगत हाइजीन (Personal hygiene)
    2. पर्यावरणीय हाइजीन (Environmental hygiene)

1. **व्यक्तिगत हाइजीन (Personal hygiene) :** व्यक्तिगत हाइजीन, व्यक्ति विशेष की स्वच्छता एवं आरोग्य के विकास हेतु प्रयुक्त की जाती है जिसमें शरीर के सभी अवयवों त्वचा, आंख, नाक, कान, मुख, बालों पैरों आदि की स्वच्छता की देखभाल पर ध्यान दिया जाता है।

    'व्यक्तिगत स्वास्थ्य' या व्यक्तिगत आरोग्य का अर्थ स्वच्छता एवं स्वास्थ्य के उन सिद्धांतों से है जो किसी मनुष्य द्वारा व्यक्तिगत स्तर पर व्यवहार में लाये जाते हैं।

- **व्यक्तिगत स्वास्थ्य के उद्देश्य (Objectives of Personal Hygiene) :**

1. स्वयं को रोगों से बचाना।
2. स्वास्थ्य स्तर में वृद्धि करना।
3. स्वास्थ्य की पुनर्स्थापना।
4. अस्वस्थता को कम करना
5. सर्वोत्तम स्वास्थ्य (Optimum health) की प्राप्ति।

- **व्यक्तिगत स्वास्थ्य के लाभ (Advantages of Personal hygiene) :**

1. पर्यावरण स्वास्थ्य एवं संरक्षण में योगदान।
2. संक्रमणों पर नियंत्रण।
3. प्रतिरक्षा क्षमता में वृद्धि
4. मुख, दांत, त्वचा, नाक, कान, नेत्र व पैरो आदि की स्वच्छता तथा इनका संक्रमण मुक्त रहना।
5. मानसिक एवं शारीरिक रूप से व्यक्ति स्वस्थ रहता है।
6. व्यक्तिगत स्वास्थ्य स्तर में वृद्धि से राष्ट्रीय स्वास्थ्य स्तर में बढ़ोत्तरी होना।

- **व्यक्तिगत स्वास्थ्य हेतु गतिविधियां (Activities of Personal Hygiene) :**

1. शरीर के सभी अंगों की स्वच्छता का ध्यान रखना।
2. वजन पर नियंत्रण करना।
3. औषधि, एल्कोहल, धुम्रपान आदि के विषय में स्वास्थ्य नियमों का पालन करना।
4. आहार, निद्रा, व्यायाम में समन्वय तथा संतुलन रखना।
5. स्वास्थ्य आदतों का निर्माण करना।
6. समय-समय पर शारीरिक परीक्षण एवं चिकित्सकीय जांच का ध्यान रखना।
7. अस्वस्थ होने पर उपयुक्त उपचार करवाना।
8. टीकाकरण का महत्व समझना एवं टीके लगवाना।
9. रोग के पुनः आक्रमण की रोकथाम हेतु उपाय करना।
10. Mental adjustment की तकनीक सीखना।
11. सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों, पर्यावरण संरक्षण इत्यादि में सहभागिता तथा अन्य व्यक्तियों के व्यक्तिगत स्वास्थ्य की उन्नति में सहायक बनना।
12. व्यक्तिगत स्वास्थ्य से संबंधित स्वास्थ्य शिक्षा प्राप्त करना।

पर्यावरण हाइजीन (Environmental Hygiene): पर्यावरणीय हाइजीन समुदाय में स्वास्थ्य स्तर के विकास से संबंधित है जिनमें पर्यावरण के सभी पक्ष सामाजिक, भौतिक एवं जैविक शामिल है। पर्यावरण हाइजीन का समुदाय से महत्त्वपूर्ण संबंध होने के कारण इसे 'community hygiene' भी कहते हैं।

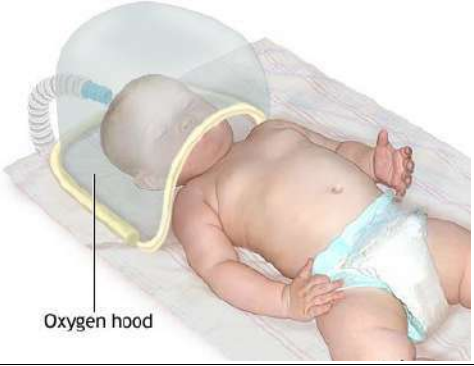
Nurses role in Maintaining good personal and environmental hygiene:

1. मरीज की स्वास्थ्य में उन्नति करना।
2. नेत्र, कान, मुख, दांत, त्वचा एवं पैरो इत्यादि की स्वच्छता तथा इनको संक्रमण से मुक्त रखना ।
3. संक्रमणों पर नियंत्रण।
4. मरीज की देखभाल कर उसकी अस्वस्थता को कम करना।
5. आहार, निद्रा, व्यायाम में समन्वय तथा संतुलन बनाये रखना।
6. शरीर के सभी अंगो की स्वच्छता का ध्यान रखना।
7. समय-समय पर शारीरिक परीक्षण एवं चिकित्सीय जाँच पर ध्यान देना।
8. मरीज के अस्वस्थ होने पर उपयुक्त उपचार करवाना।
9. सामुदायिक स्वास्थ्य होने पर उपयुक्त उपचार करवाना।
10. स्वास्थ्य रिकॉर्ड बनाना।
11. पर्यावरण स्वास्थ्य एवं संरक्षण में योगदान देना।
12. व्यक्ति की ऊर्जा का परिरक्षण तथा दैनिक कार्यों में उत्साहवर्धन करना।
13. व्यक्ति की प्रतिरक्षा क्षमता में वृद्धि करना।

Chapter 11. IMPORTANT SYMBOL & SIGN USED IN HOSPITAL

IMPORTENT INSTRUMENT AND IMAGES

Name of the Instruments	**Picture of the Instruments**	**Uses**
Otoscope / auriscope		• Allows the visualization of inner ear structures.
Doppler fetal monitor		• It is a hand-held ultrasound transducer used to detect the fetal heartbeat for prenatal care
Neonatal jaundice meter		• The transcutaneous jaundice meter is a non-invasive method for screening babies for jaundice

Oxygen hood		• It is used for babies who can breathe on their own but still need extra oxygen
Cold box		• It is used for safe transportation of vaccines
Ice pack vaccine carrier		• It is used for transportation of vaccines • Ice-packs are used to keep vaccines coop inside the vaccine
Suction machine (wall mount)		• It is used for suction in hospital settings

Incentive spirometer		• It is used to facilitate a sustained slow deep breath • Incentive spirometer is designed to mimic natural sighing by encouraging patients to take slow, deep breaths.
Mouth suction device/ nasal aspirator		• For mouth suction and nasal aspiration of babies without backflow
Mucous extractor		• It is used with a suction machine to maintain an airway by removing secretions from the mouth, throat or lungs
Pinard fetoscope		• It is a type of stethoscope used to listen the heartbeat of a fetus during pregnancy