విషయసూచిక

1. ప్రథమ చికిత్స ఆశయాలు - ప్రయోజనాలు
2. శరీరం కార్యకలాపాలు
3. ప్రథమ చికిత్స పెట్టె
4. గాయాలు - రక్తస్రావం
5. ఎముకలు విరగడం
6. అపస్మారకం
7. విష ప్రయోగం
8. శ్వాసక్రియ - ఇబ్బందులు
9. కాలిన గాయాలు - బొబ్బలు
10. ఇతర ముఖ్యాంశాలు

అధ్యాయం - 1

ప్రథమ చికిత్స అంటే ఏమిటి?

ఏ గాయానికి కాని, లేదా జబ్బుకు గాని ఆంబులెన్స్ లేదా వైద్యుడు వచ్చేలోగా ప్రప్రథమంగా ఉపశమనం కోసం చేసే చికిత్సను ప్రథమ చికిత్స అంటారు.

ప్రథమ చికిత్స ఆదర్శాలు :

ప్రథమ చికిత్స రోగికి ఎందుకు చేస్తారు.

1. ప్రాణరక్షణ
2. పరిస్థితి విషమించకుండా నిరోధించడం
3. కోలుకొనడానికి బిసహకరించడం.

ఎవరు చెయ్యవచ్చు :

✧ ప్రథమ చికిత్సలో చక్కటి పరిజ్ఞానం ఉండాలి. (కేవలం ఆసక్తి ఆదర్శమే ఉండటం ప్రమాదం)
✧ ఇతరులకు సహకరించాలని ఆసక్తి ఉన్నవారు
✧ శీఘ్రంగా ప్రవర్తించేవాడు.
✧ ఆపద, ఒత్తిడి సమయంలో ప్రశాంతంగా, నిదానంగా ఉండగలిగేవారు.

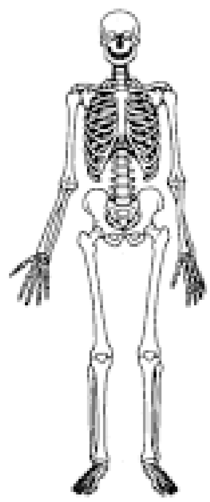
అధ్యాయం - 2

మానవ శరీరం - భాగాలు, పనులు

మానవ శరీరం ఎముకలు, కండరాలు, రక్తనాళాలు, నాడులు, అనుసంధాన కణాలు, చర్మము, అనే భాగాలతో నిర్మితమైనది. ముఖ్య కార్యకలాపాల్ను, నాడీ మండలం, జీర్ణమండలం, శ్వాసకోశాలు, విసర్జకావయవాల వ్యవస్థ, ప్రత్యుత్పత్తి వ్యవస్థ అని వేరు వేరు అవయవాల ద్వారా నిర్వహించబడతాయి.

అస్తిపంజరం

మానవ అస్తి పంజరంలో 213 ఎముకలున్నాయి.



అస్తిపంజరం చేసే పనులు

✧ శరీరానికి నిర్మాణాన్ని, ఆకారాన్ని ఇస్తుంది.
✧ చలనానికి సహకరిస్తుంది.
✧ కండరాలకు ఇతర మాంసపు కణ సముదాయానికి ఆధారంగా ఉంటుంది.
✧ మెదడు, గుండె, కాలేయం, మూత్రపిండాలు వంటి ప్రధాన శరీర భాగాలను కాపాడుతుంది.
✧ ఎముక మజ్జలో రక్తకణాలు ఉత్పత్తి అవుతాయి.

కీళ్ళు

రెండు ఎముకల కలయిక స్థానాన్ని కీలు అంటారు.

✧ కదిలకీళ్ళు, కదల్చలేని కీళ్ళు.

కండరాలు

మామూలు మానవుడు కండరాలనే మాంసం అనుకుంటాడు. మాంసపు పీచుతో కండరాలు తయారవుతాయి. ఇవి అవయవాలను కీళ్ళను కదల్చడానికి ఉపకరిస్తాయి. ఇవి రెండు రకాలు.

✧ నియంతృత్వ కండరాలు, మన ఆజ్ఞకు లోబడి కదిలే కాలు, చెయ్యి వంటి కండరాలు, అనియంతృత్వ కండరాలు

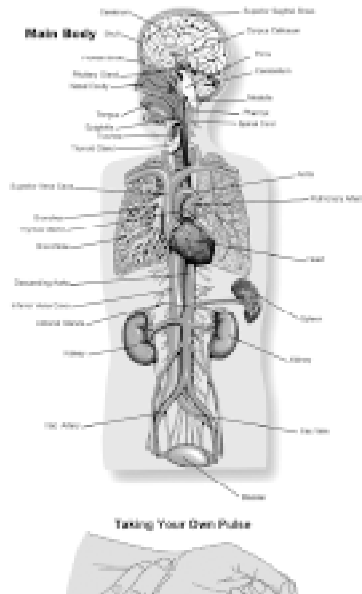
ఇవి స్వతంత్రంగా పనిచేస్తాయి. గుండె కండరాలు, జీర్ణమండలం కండరాలు, శ్వాసకోశ వ్యవస్థ కండరాలు, విసర్జక వ్యవస్థ కండరాలు ఈ వర్గానికి చెందినవి.

శ్వాసకోశ వ్యవస్థ

మానవజీవనానికి ఆక్సిజన్ వాయువు ప్రధాన అవసరం. ఆరోగ్య వంతుడైన మనిషి నిమిషానికి 16 నుండి 18 సార్లు శ్వాస పీలుస్తాడు. బయటి గాలిలోని ఆక్సిజను, శ్వాసనాళికల ద్వారా ఊపిరితిత్తులలో ప్రవేశిస్తుంది. అక్కడ నుంచి రక్త నాళాలలో చేరుతుంది. ఆ రక్తం గుండెకు చేరి గుండె నుండి శరీర అవయవాలకు ప్రసరిస్తుంది. ఇదే విధంగా శరీర అవయవాల వద్ద తయారయ్యే కార్బన్‌డయాక్సైడ్ వాయువు ఊపిరితిత్తులకు చేరి శ్వాసక్రియలో నిశ్వాసం ద్వారా బయటకు పోతుంది. శ్వాసక్రియకు అవరోధం వస్తే అవయవాలకు ఆక్సిజన్ అందక దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉంది. అటువంటి సందర్భాలలో కృత్రిమ శ్వాస కల్పించడం అవసరం.

విసర్జక వ్యవస్థ :

ఈ వ్యవస్థ ద్వారా వృధా పదార్థాలు బయటకు పోయి శరీరాన్ని శుభ్రపరుస్తాయి. మూత్ర పిండాలు, చర్మం ప్రధాన విసర్జక అవయవాలు.



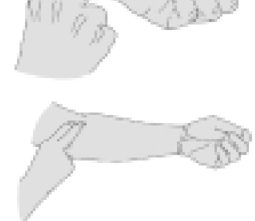
జీర్ణమండల వ్యవస్థ :

మనం తీసుకున్న ఆహారం అంతా ఆహారనాళం, పొట్ట, చిన్న ప్రేవులు, పెద్దప్రేవులు, కోలన్ ద్వారా ప్రయాణించి అనేక, జీర్ణరసాల సంయోగంతో జీర్ణమవుతుంది. ఈ ప్రక్రియలో ఆహారంలోని పోషక పదార్థాలు రక్తంలో కలిసి శరీరానికి ప్రసరిస్తాయి. వృధా పదార్థాలు, మలాశయం, మలద్వారం ద్వారా బయటకు పోతాయి.

రక్త ప్రసార వ్యవస్థ

రక్త ప్రసార వ్యవస్థ శ్వాసక్రియతో కలిసి శరీరంలోని కణం కణానికి ఆక్సిజన్‌ను పంపిస్తుంది. గుండె రక్తాన్ని అవయవాలకు పుంపు చేస్తుంది. ఆక్సిజన్ కలిసిన మంచి రక్తం దమనుల ద్వారా శరీర అవయవాలకు ప్రసరిస్తుంది. కార్బన్‌డయాక్సైడ్ కలిసిన రక్తం సిరల ద్వారా గుండెకు అక్కడ నుంచి ఊపిరితిత్తులకు చేరుతుంది. ఆరోగ్యవంతుడైన యువకుని శరీరంలో 5-7 లీటర్ల రక్తం ఉంటుంది.

Taking Your Own Pulse



నాడి

ప్రతీ గుండె స్పందనతోను రక్తం దమన వ్యవస్థలోకి ప్రసరిస్తుంది. ఈ అధిక రక్తాన్ని భరించే నిమిత్తం దమనులు వ్యాకోచిస్తాయి. ఈ వ్యాకోచం చర్మం ఉపరితలం వద్ద దమనుల ద్వారా బాగా కన్పిస్తుంది. దీనిని నాడి అంటారు.

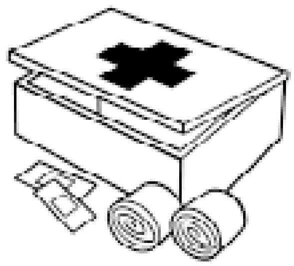
నాడి ఎలా కొలుస్తారు?

మణికట్టు క్రింద బొటనవ్రేలు దగ్గర మూడు వేళ్ళను ఉంచండి. ఈ ప్రాంతంలో రేడియల్ దమనుల ద్వారా రక్త ప్రసారపు ఒత్తిడి తెలుస్తుంది. యువకుల నాడి రేటు సాధారణంగా నిమిషానికి 72 సార్లు ఉంటుంది. ఈ నాడి ఉదయ, సాయంకాలాలలో, పని తర్వాత, వ్యాయామం వేళ హెచ్చు తగ్గులుగా ఉంటుంది. రోగి ఆరోగ్య పరిస్థితి నిర్ధారణలో ఈనాడి రేటు చాలా ముఖ్యమైనది.

నాడీ వ్యవస్థ

శరీర కార్యకలాపాపాలన్నీ నాడీ వ్యవస్థ ద్వారా నిర్వహించబడతాయి. మెదడు, వెన్నుపూస, దీనిలో ముఖ్యమైనవి. మరల వీటిలో మెదడు చాలా ముఖ్యమైనది. శ్వాసక్రియ , రక్త ప్రసారక్రియ వంటి ప్రధాన జీవకలాపాలను నిర్వహిస్తుంది. మెదడు నుండి వెన్నుపూసల ద్వారా శరీరం అంతా వ్యాపించే నాడుల సముదాయమే వెన్నుపాము. నాడులు మెదడు నుండి, వెన్నుపాము నుండి శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు వ్యాపిస్తాయి. మెదడుకు, లేదా వెన్నుపాముకు ఏ చిన్న ఇబ్బంది వచ్చినా ప్రమాదకరం, దీర్ఘకాలిక రుగ్మతలు రావచ్చు.

అధ్యాయం - 3



ప్రథమ చికిత్స - పెట్టె

ప్రథమ చికిత్స పెట్టెలో ఈ ముఖ్య వస్తువులుండాలి.

✧ వేరు వేరు సైజుల రోలర్ బేండేజీలు
✧ ముక్కోణపు బేండేజీలు
✧ కట్లు కట్టడానికి శుద్ధిచేసిన గుడ్డ ✧ దూది ✧ చిన్న కత్తెరలు
✧ యాంటి సెప్టిక్ ద్రవం (డెట్టాల్- శావలాన్) ✧ యాంటి సెప్టిక్ క్రీమ్ (సోఫ్రామైసిన్ -నియోమైసిన్)
✧ చిన్న, పెద్ద కొయ్య లేదా వెదురు పుల్లలు ✧ బాధానివారిణి మాత్రలు (పారాసిట్ మాల్-ఇబూ - ప్లో-ఫెన్)
✧ ఓ ఆర్ఎస్ ద్రవం (ఓరల్ రీహైడ్రేషన్ సొల్యూషన్) ✧ థర్మామీటరు

అవసరాన్ని బట్టి వాడే ఇతర వస్తువులు పదార్థాలు

కట్టుకట్టుట

గాయానికి రక్షణగా ఉండే చక్కటి కట్టు కట్టాలి. దీని వల్ల ....

✧ ఇన్ఫెక్షన్ రాదు.
✧ చీము, నెత్తురు వంటివి పీల్చబడతాయి.
✧ రక్తస్రావాన్ని నియంత్రిస్తుంది.
✧ మరే గాయాలు తగలవు.

క్రిములు లేని చక్కటి పదార్థంతో చమటను పీల్చే ధర్మం గల గుడ్డతో ఈ కట్టు కట్టాలి.

డ్రస్సింగుల రకాలు

✧ ఎడ్హెసివ్ డ్రస్సింగ్ (బాండేయిడ్)
✧ నాన్ ఎడ్హివ్ డ్రస్సింగ్ (గుడ్డ కట్టడం)
✧ తయారుగా ఉన్న స్టెరైల్ డ్రస్సింగు.

దూది, ఊలు, పరిచిన చిల్లులు గల గాజుగుడ్డ పొరలతో ఈ డ్రస్సింగ్ బాండేజీలు గుండ్రంగా చుట్టబడి ఉంటాయి.

డ్రస్సింగుల ప్రయోగం

గాయంపై డ్రస్సింగు చేసేముందు చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. గాయల దగ్గరగా మాట్లాడరాదు. గాయంపై దగ్గరాదు. తగినంత దూదిని ఉపయోగించి గాయాల చుట్టూ తగినంత మేర బేండేజీని గట్టిగా కట్టాలి.

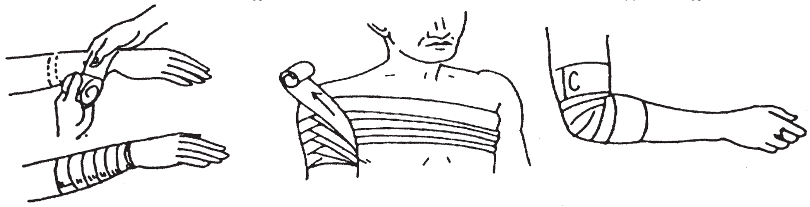
స్పాంజి

గుడ్డతోకాని, మెత్తని స్పాంజి ముక్కతో కాని, అవసరమైన చోట నీటితో కడగడాన్ని స్పాంజింగ్ అంటారు.

✧ చల్లని స్పాంజి : మంచుముక్కను గాని, చన్నీటిని గాని, చల్లటి స్పాంజితో వాడవచ్చు. ఇందువల్ల రక్తస్రావం తగ్గుతుంది., జ్వరం తగ్గుతుంది.

✧ వేడి స్పాంజి : వేడి నీటితో వేడి స్పాంజి తయారు చేయవచ్చు. దీనివల్ల నొప్పి, వాపు తగ్గుతాయి.

బాండేజీలు



ఊలు గుడ్డ, నూలు గుడ్డ, సాగే ధర్మం గల వల ప్రత్యేక కాగితంతో ఈ బాండేజి తయారు చేస్తారు.

✧ రక్త స్రావాన్ని నివారించడానికై ఈ డ్రస్సింగు ఒత్తిడిని సమంగా ఉంచుతుంది.

✧ డ్రస్సింగు ముక్కలను, ఒకస్థితిలో ఉంచడానికి ఉపకరిస్తుంది. వాపుని వంద చదరపు సెంటీమీటర్ల నూలు గుడ్డను తీసుకుని మూల నుంచి మూలకు కత్తిరించడం ద్వారా రెండు త్రిభుజాకార బేండేజీలు తయారవుతాయి.వాటిని మణికట్టు ,చేతుల వద్ద గాయాలకు బాండేజీగా వాడతారు.

రోలర్ బాండేజీలు :

గాయాన్ని మూయడానికి గాయంపై నేరుగా ఒత్తిడిని కల్పించడానికి రోలర్ బాండేజీలని వాడతారు. వేరు వేరు పొడవులలో, వెడల్పులలో ఈ బాండేజీలు సాధారణంగా ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు.

అధ్యాయం - 4

గాయాలు రక్త స్రావం

చర్మంపై పడే గాట్లను గాయాలంటారు.

గాయాల రకాలు

కోత గాయాలు : చాకులు, రేజర్లు వంటి పదునైన పరికరాల వల్ల ఏర్పడేవి కోత గాయాలు. ఇక్కడ రక్త నాళాలు తెగడం వల్ల రక్తస్రావం ఎక్కువగా జరుగుతుంది.

మోటుగాయాలు : మోటు ఆయుధాల వల్ల, పచ్చడి బండలు వంటివి తగలడం వల్ల మోటు గాయాలు తగిలి కణజాలం చితికి పోతుంది.

పెద్ద గాయాలు : యంత్రాలు పడడం వల్ల, గరుకు ప్రదేశాలు ఢీ కొనడం వల్ల, జంతువులు పంజాతో కొట్టడం వల్ల ఈ గాయాలు ఏర్పడతాయి. ఈ గాయాలు అస్తవ్యస్తంగా ఉండి తక్కువగా రక్తస్రావం జరుగుతుంది.

లోతు గాయాలు : కత్తులతో, బాకులతో పొడవడం వలన ఈ లోతు గాయాలు ఏర్పడతాయి. పైకి చిన్న రంధ్రాలు ఉన్నప్పటికి ఇవి లోతుగా ఏర్పడతాయి.

తుపాకి గుండు గాయాలు : తుపాకీ గుండు తగలడం వల్ల ఏర్పడిన గాయాలు, గుండు తగిలిన చోట గాయం చిన్నదిగా ఉండి, లోపల పెద్దదిగా ఉంటుంది.

గాయాలకు చికిత్స

✧ చేతుల్ని సబ్బు నీటితో బాగా కడుక్కోవాలి.
✧ గాయాలపై భాగాన్ని మంచినీటితో, శుభ్రంగా కడగాలి.
✧ గాయం చుట్టూ అంటుకున్న చర్మం మీది పదార్థాలను నెమ్మదిగా తుడవాలి.
✧ గాయం నుంచి బయట పదార్థాలు తీసి వేయాలి.
✧ గాయాన్ని పొడి స్టైరైల్ గాజుతో కప్పాలి. లేదా కొత్త పరిశుభ్రమైన మెత్తటి రుమాలుతో కప్పాలి. లేదా కొత్త పరిశుభ్రమైన మెత్తటి రుమాలుతో కప్పాలి.
✧ గాయానికి బాండేజీ వెయ్యాలి.

✧ గాయం కదలకుండా జాగ్రత్త పడాలి.

✧ సాధ్యమైనంత తొందరగా రోగిని ఆస్పత్రిలో చేర్చాలి.

రక్తస్రావం

శరీరం పైభాగం ఉంచి జరిగే రక్తస్రావాన్ని భాహ్యరక్తస్రావం అంటారు. శరీరం లోపల ఉదరభాగం, కపాలం, పొట్ట, ప్రాంతాల్లో జరిగేరక్తశ్రావాన్ని అంతర్ రక్తశ్రావం అంటారు. ఈ లోపలి స్రావం లేదా ఇంటర్నల్ బ్లీడింగ్ చాలా ప్రమాదకరమైనది.

రక్తస్రావ సూచనలు

✧ రోగి స్పృహ కోల్పోతాడు లేదా పడిపోతాడు. చర్మం కళాహీనమై చల్లబడిపోతుంది.

✧ నాడి బలహీనంగా, వేగంగా కొట్టుకుంటుంది.

✧ శ్వాస కష్టమవుతుంది. బలంగా గాలి పీలుస్తారు.

✧ విపరీతమైన చమట పడుతుంది.

✧ రోగికి పరీతంగా దాహం వేస్తుంది.

రక్త స్రావ నియంత్రణ

✧ గాయం కొసలను దగ్గరకు చేర్చి గట్టిగా నొక్కండి.

✧ రోగిని సుఖంగా ఉంచండి.

✧ గాయపడిన భాగాన్ని పైకెత్తండి (ఎముక విరగకపోతే 10 నుంచి 15 నిమిషాల సేపు గాయాన్ని నొక్కి పెట్టండి.)

✧ గాయం కన్నా పెద్దదైన శుభ్రమైన పాడ్‌ను గాయంపై ఉంచి రక్త స్రావం ఆగేవరకు నొక్కి పట్టుకోండి.

✧ రక్త స్రావం ఆగకపోతే బాండేజి తీసేయ్యక కొత్త దూది దానిపై ఉంచుతూ ఉండండి.

✧ బాండేజిని గట్టిగా కట్టండి కానీ బిగించవద్దు.

✧ షాక్‌కు చికిత్స చెయ్యండి.

✧ సాధ్యమైనంత త్వరగా రోగిని ఆస్పత్రికి తరలించండి.

లోపలి స్రావం

లోపలి స్రావం చాలా ప్రమాదకరమైనది. అది ఎక్కడ ఎంత జరుగుతున్నదో తెలియదు కనుక జాగ్రత్త పడాలి.

సంకేతాలు - సూచనలు

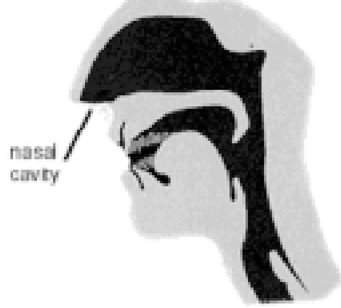
బయటి రక్త స్రావం వలెనే లోపలి స్రావానికి సూచనలు, సంకేతాలు ఉంటాయి. అయితే లోపల జరిగే రక్త స్రావ అవయవాన్ని బట్టి ఇవి వేరు వేరుగా ఉంటాయి. ఊపిరితిత్తులలో రక్త స్రావం జరిగితే దగ్గులో రక్తం పడుతుంది. రక్తం ఎఱ్ఱగా ఉంటుంది. పొట్ట లోపలి భాగం అయితే కాఫీ రంగులో ఉంటుంది. మూత్రపిండం, మూత్రావయవాలలో రక్త స్రావం అయితే మూత్రంలో రక్తం వస్తుంది. కపాలంలో గాయం అయితే ఆ స్రావం నుంచి సెరిబ్రోస్పైనల్ ఫ్లూయిడ్, చెవి, ముక్కు నోటి ద్వారా వెలువడుతుంది.

ఎప్పుడూ అంతస్రావాల గురించి జాగ్రత్త పడండి. తీవ్రమైన సంఘటనగా పరిగణించి రోగికి ఏమైనా నోటి ద్వారా ఇవ్వండి. ఎనస్థీషియా ఇవ్వవలసి రావచ్చు. అతడి అపస్మారానికి, షాకుకు తగు చికిత్సకై రోగిని హాస్పటల్‌కి తరలించాలి.

ముక్కునుంచి నెత్తురు.

✧ రోగిని తలను కొంచెం ముందుకు పక్కగా వంచి కూర్చోపెట్టండి.

✧ నోటితో గాలి పీల్చమని చెప్పండి.



✧ ముక్కుపుటాలను దగ్గరగా నొక్కి పట్టకోండి.

✧ పది నిమిషాల సేపు చల్లటి వస్తువుతో ఒత్తి పట్టుకోండి.

✧ రోగిని కొన్ని గంటల పాటు ముక్కుకు శ్రమ కల్గించవద్దని చెప్పండి.

✧ వెంటనే డాక్టర్ని కలవమని సలహా ఇవ్వండి.

అధ్యాయం - 5

ఎముకలు విరగడం

ఎముక పూర్తిగా లేదా పాక్షికంగా వంగడం, పగలు తీయడం, లేదా విరగడం ఎముక విరగడంగా పరిగణించబడుతుంది.

విరగడంలో రకాలు

సాధారణ విరుగుడు : ఎముక విరిగిన భాగాలు చర్మాన్ని చొచ్చుకుని బయటకు వచ్చి కనబడవు.

మిశ్రమ విరుగుడు : విరిగిన ఎముక గాయం ద్వారా బయటకు వచ్చి గాలికి, దుమ్ముకు గురికావడం ఇందువల్ల దుమ్ము, ధూళి క్రిములు, చేరి గాయము, ఎముకలు పాడవుతాయి. దీనినే ఒపెన్ ఫ్రాక్చర్ అంటారు.

సంక్లిష్ట విరుగుడు : ఎముక విరుగుడుతో పాటు మెదడు వంటి లోపలి ప్రధాన అవయవం, ప్రధాన రక్తనాళాలు, వెన్నుముక, ఊపిరితిత్తులు, కాలేయం, ప్లీహం, వంటి అవయవాలు దెబ్బతినడం, ఇటువంటి సంక్లిష్ట సంఘటనలలో ఎముకలు సాధారణంగా లేదా మిశ్రమంగా దెబ్బతింటాయి.

ఇతర రకాల విరుగుళ్ళు

✧ ***మిశ్రమం :*** ఈ తరహా ఎముక విరుగుడులో చర్మం కండరాలు వంటి మొత్తటి భాగాలు దెబ్బతింటాయి. వీటి ద్వారా ఎముక కన్పిస్తుంది.

✧ ***ముక్కలవడం :*** ఇటువంటి సందర్భాలలో ఎముక ముక్కలు ముక్కలవుతుంది.

✧ ***నొక్కుకు పోవడం :*** ఇటువంటి సంఘటనలలో పుర్రె ఎముకలు వంటివి లోపలకు నొక్కుకు పోతాయి.

✧ ***గ్రాన్‌స్టిక్ :*** ఇది పూర్తికాని విరుగుడు. ఇది ఎముక యొక్క పుటాకార వంపువైపు విరిగినట్లుంటుంది.

గుర్తులు - లక్షణాలు

✧ ఎముక విరిగిన చోటల్లా లేదా దాని చుట్టూ నొప్పి.
✧ విరిగిన చోట వాపు రంగు మారడం.
✧ అవయవం విరూపమవడం
✧ తిమ్మిరిగా అనిపించడం.
✧ గాయం దగ్గర కొద్దిపాటి ఒత్తిడికి నొప్పి
✧ ఆ భాగంలో చలనం పోవడం.
✧ ఎముక ఆకారం మారడం
✧ విరిగిన చోట అసహజమైన కదలిక అన్పిస్తుంది.

ప్రథమ చికిత్స ఉద్దేశ్యం

✧ మరీ దెబ్బతినకుండా నిరోధించడం
✧ ఈ షాకు నుంచి రోగికి ఊరట కల్గించడం
✧ నొప్పి తగ్గించడం
✧ సాధ్యమైనంత త్వరగా వైద్య చికిత్స

గమనించవలసిన అంశాలు

✧ పెద్ద ప్రమాదాలలో ఎముకలు విరుగుతాయి. అందుచేత మిగిలిన గాయాల గురించి కూడా చూడాలి. ఏ భాగానికి ముందు చికిత్స అవసరమో నిర్ణయించాలి. అధిక రక్తస్రావం, ఎక్కువ గాయాలు వీటిని సత్వరం నిరోధించాలి.

✧ రోగికి ఒకే అవయవం దగ్గర ఎక్కువ విరుగుడు ఉండవచ్చు.

✧ ఎక్కడికక్కడ విరుగుడు చికిత్స చేయాలి. చికిత్స కేంద్రాలకి రోగిని సత్వరం తరలించాలి.

✧ జాగ్రత్త వహించి విరిగిన భాగాలు అనవసరంగా కదలకుండా చూడండి.

✧ విరిగిన ఎముకలు బయటకు కన్పిస్తే, ఆ గాయాన్ని కడగకండి, విరిగిన ఎముక భాగాలకు యాంటి సెప్టిక్ మందులు రాయకండి.

✧ అనవసరంగా విరిగిన ఎముకలను కదపకండి.

✧ విరిగిన భాగాన్ని తగ్గించే నిమిత్తం ఎముకలను దగ్గరగా చేర్చే ప్రయత్నం చెయ్యకండి.

✧ ఎనస్తీషియా (తిమ్మిరి) ఇచ్చి సత్వర చికిత్సకు ఇబ్బంది కనుక రోగికి నోటి ద్వారా ఏమీ ఇవ్వకండి.

నిర్వహణ పద్ధతులు

✧ విరిగిన భాగానికి సపోర్టు పెట్టి కదలకుండా చెయ్యండి. ఇందువల్ల గాయం పెరగదు, నొప్పి తగ్గుతుంది.

✧ గాయాల రక్తస్రావాన్ని కట్టేటట్లు చూడండి.

✧ బాండేజీని, ఇతర పరికరాలను అమర్చి జాగ్రత్త పడండి.

✧ చెక్కముక్క, రూళ్ళకర్ర, కొత్త న్యూస్ పేపర్ చుట్టును ఆధారం చేసి వంపు నిరోధించండి.

✧ గాయపడిన అవయవ వంపుని నిరోధించండి.

★ వేరు వేరు పాశ్చర్లు - ప్రథమ చికిత్స

పుర్రె విరుగుడు :

✧ ఇవి సాధారణంగా క్రిందకు నొక్కబడిన విరుగుడు పరిధిలోకి వస్తాయి. శ్వాసక్రియ బాగానే ఉంటే కుషన్లు ఉపయోగించి రోగి తల, భుజాలు, కల్సిఉండేట్లుగా జాగ్రత్త పడండి.

✧ తలను ఒక పక్కకు తిప్పండి.

✧ నోటి ద్వారా ఏమీ ఇవ్వకండి.

✧ రక్తస్రావం ఉన్నట్లయితే డ్రస్సింగు చేసి, బాండేజీ కట్టాలి.

✧ విరిగిన బాగానికి దన్ను ఇవ్వండి.

✧ రోగిని ఆస్పత్రికి తరలించండి.

ఎముక విరగడం ; కారణాలు

✧ పెద్ద పెద్ద బరువులు ఎత్తడం.

✧ బరువు పడిన తర్వాత పాదాల మీద కాని, పిరుదుల మీద కాని ఆనుకొనడం.

✧ హఠాత్తుగా ముందకు గెంటివేయబడడం.

✧ నడ్డిపై బరువు వస్తువు పడటం.

ఏం చెయ్యాలి ?

✧ రోగిని స్థిరంగా పడుకోపెట్టండి.

✧ వెంటనే డాక్టరు వచ్చేటట్లు చూడండి.

✧ రోగిని విశ్రాంతిగా ఉంచండి.

✧ అతనిని పైకి లేవనీయకండి.

✧ రోగిని స్ట్రెచర్ పైకి జాగ్రత్తగా ఎత్తండి.

పక్క ఎముకలు విరగడం

ఛాతీవైపుగా పడిపోవడం, లేదా బరువు పడటం వల్ల ఎముకలు విరిగిపోతాయి. అందువల్ల విరిగిన ఎముక లోపలకు నెట్టబడి ఊపిరితిత్తులు దెబ్బతింటాయి. ఈ విధంగా ఇది "సంక్లిష్ట" విరగడం క్రిందకు వస్తుంది.

గుర్తులు - లక్షణాలు

✧ గాయ ప్రాంతంలో నొప్పిగా అన్పిస్తుంది. బలమైన శ్వాస, దగ్గు, నొప్పిని పెంచుతాయి.

✧ రోగిని నెమ్మదిగా శ్వాస తీసుకోమనండి. ఇందువల్ల పక్క ఎముకలు కదిలి నొప్పి పెరగదు.

✧ లోపలి భాగాల రక్తస్రావం గురించి జాగ్రత్తగా చూడాలి.

✧ ఛాతీపై ఓపెన్ గాయమైతే, గాలిలోపలకు చొచ్చుకుపోయి గాయం ఉబ్బుతుంది. ఇది ప్రమాదకరం.

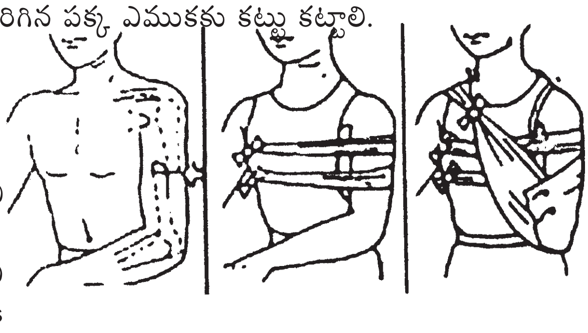
ఏం చెయ్యాలి?

✧ ఛాతీ చుట్టూ రెండు వెడల్పు బాండేజీలను కట్టాలి. మొదటి బాండేజీ గాయంపైన, రెండవ బాండేజీ నొప్పికి మధ్య భాగంలోనూ ఉండేలా కట్టాలి.

✧ రోగి సాధ్యమైనంత గాలిని పీల్చుకునేటట్లు చేసి విరిగిన పక్క ఎముకకు కట్టు కట్టాలి.

✧ గాయం తగిలిన వైపు చేతిని బలంగా పట్టుకోవాలి.

✧ రోగిని సత్వరం హాస్పిటల్‌లో చేర్చాలి.

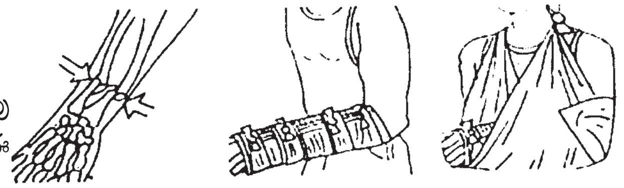


చేతి ఎముక విరగడం

మోచేతి క్రింద చేతిని గుండెకు దగ్గరగా కట్టండి. వంచి చేతిని పక్క భుజంపై ఉంచండి. ముక్కోణపు స్లింగును కట్టండి.

చెయ్యి, మోచెయ్యి, గాయాలు అయినప్పుడు రోగి నాడిని పరీక్షించండి. కట్టుకట్టాక నాడి తగ్గినట్లయితే అది యధాస్థితికి

వచ్చేవరకు బాండేజీని వదులుచెయ్యండి.



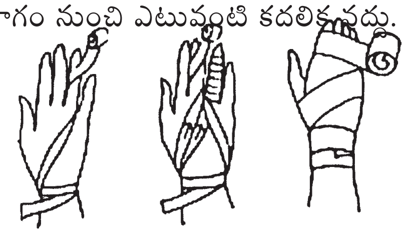
క్రింది చేయి ఎముక రేడియస్ విరగడం

ఈ ప్రమాదాన్ని కూల్స్ ఫ్రాక్చర్ అంటారు. పరోక్షపు శక్తి వల్ల పడిపోయి బయటచేతికి ఆనుకోవడం వల్ల ఈ ప్రమాదం జరుగుతుంది. దీనిని మణికట్టు విరుగుడుగా భావించరాదు. ఈ విరుగుడు వల్ల చేతికి అవకరం వచ్చి వాపు కలగవచ్చు.

ఏం చెయ్యాలి?

✧ చెక్కలతో ఆధారం కల్పించి బాండేజీ కట్టండి. ✧ మణికట్టు కీలు భాగం నుంచి ఎటువంటి కదలిక వద్దు.

✧ ముక్కోణపు బాండేజీ కట్టి కదలికను నియంత్రించండి.



చెయ్యి - వేళ్లు విరగడం

✧ నేరుగా ఇవి విరగవచ్చు. ఇందువల్ల అరచేతిలో రక్తస్రావం, నెప్పి ఎక్కువగా ఉంటాయి.

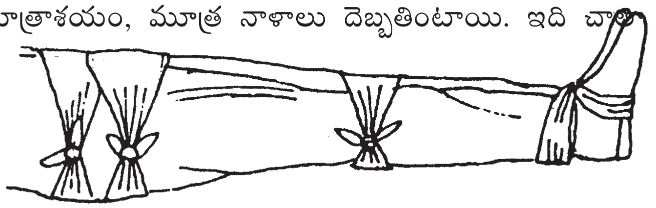
ఏం చెయ్యాలి ?

విరిగిన చెయ్యి శరీరం పక్కగా వేల్లాడనియ్యవద్దు.

✧ చేతి నుంచి గుండెకు దగ్గరగా ఉంచుకోండి. ✧ ఒక పట్టాతో కీలును కాపాడుకోండి.

తుంటి విరుగుడు

ఇది కూడా నేరుగా జరగవచ్చు. దీనివల్ల మూత్రాశయం, మూత్ర నాళాలు దెబ్బతింటాయి. ఇది చాలా ప్రమాదకర పరిణామాలను తెచ్చి పెడుతుంది.



గుర్తులు - లక్షణాలు

✧ తుంటికీళ్ళ వద్ద నొప్పి ఎక్కువ అవుతుంది. కదిలినా దగ్గినా నొప్పి ఎక్కువ అన్పిస్తుంది.

✧ రోగి నిలబడలేడు.

✧ లోపల రక్త స్రావం జరగవచ్చు. మూత్రంలో రక్తం పడవచ్చు.

ఏం చెయ్యాలి?

✧ రోగి విరిగిన వైపు కాక వేరే పక్కకి పడుకోవాలి. సాధ్యమైనంత వరకు కాళ్ళు క్రిందకు బాగా ఆన్చి నడిపై పడుకొనడం మంచిది.

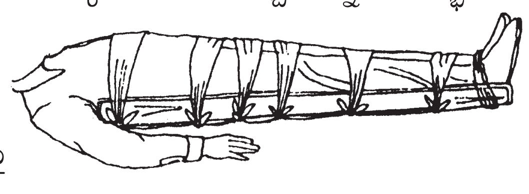
✧ మూత్రం పోసుకోకుండా నివారించండి.

✧ రోగిని ఆస్పత్రికి తరలించండి.

✧ ఆస్పత్రి దూరంగా ఉండి కచ్చా రోడ్డుపై ప్రయాణమయితే ఎముక విరిగిన వైపు కట్టు బాగా కట్టి బాండేజి తుంటికి రెండు వైపులా గట్టిగా బిగించాలి. అలాగే దానిలో సగం వెడల్పుగల బాండేజీని రెండవ కట్టు కట్టాలి. చీల మండల వద్ద ఎత్తు గా ఉంచాలి. మోకాళ్ళకు వెడల్పు బాండేజీని, చీల మండల వద్ద ఎనిమిది ఆకారంలో బాండేజీని కట్టాలి.

తొడ ఎముక విరగడం

ఈ ఎముక పొడవుగా ఎక్కడైనా విరగవచ్చు. వృద్ధులలో ఈ ఎముక పై భాగం విరుగుతుంది. అందువల్ల నొప్పి ఎక్కువగా ఉంటుంది. రోగికి షాక్ తగలవచ్చు. రక్తస్రావం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. కొన్ని సందర్భాలలో కాలు పొట్టిగా అవ్వవచ్చు.



నిర్వహణ

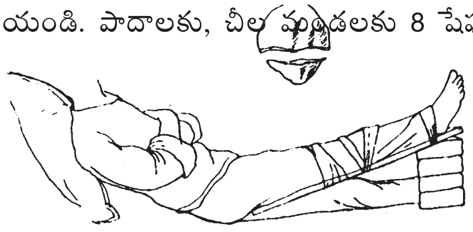
✧ షాక్‌కు చికిత్స చెయ్యండి.

✧ తొడ కదలకుండా బాండేజీ వేసి మోకాళ్ళ క్రింద నుంచి పై

వరకు కట్టు కట్టండి. చెక్క లభిస్తే బల్ల పురుపుగా కట్టండి.

✧ పాదాల వరకు బొమ్మలో చూపినట్లు కాళ్ళమధ్య స్పింటు వేయండి. పాదాలకు, చీల మండలకు 8 షేపు బాండేజిలు వెయ్యండి.

✧ తొడ మూలనుంచి కాలు వరకు మంచి పాడ్ కట్టండి.



మోకాలుచిప్ప విరగడం

సాధారణంగా మోకాలు చిప్ప నేరుగా విరగదు.

కానీ కండరాల ఒత్తిడి వలన, నడకలో ఇది విరిగే పరిస్థితి రావచ్చు.

గుర్తులు - లక్షణాలు

✧ ప్రధాన కండరం పని చెయ్యనందున నడక అసాధ్యం అవుతుంది.

✧ రక్తస్రావం, వాపు ఉంటాయి.

నిర్వహణ

తల, భుజాలు, పైకి ఉండేలా రోగిని పడుకోపెట్టాలి. విరిగిన భాగం సుఖంగా ఉండేటట్లు పైకి ఎత్తి పెట్టాలి. అందువల్ల తొడ కండరాలు రిలాక్స్ అవుతాయి.

✧ పిరుదుల కింద నుంచి చీల మండలంవరకు పేడ్ కట్టండి. చీలమండ మరికొంచెం ఎత్తుగా ఉండేటట్లు చూడండి.

✧ తొడకు పై భాగంలో చుట్టూ పెద్ద బాండేజీ కట్టండి.

✧ విరిగిన భాగంపైన మధ్యగా సన్నటి బాండేజీ కట్టండి. దానిని వెనుకవైపుకు వంపు తిప్పి కట్టండి. మోకాలి క్రిందుగా ఈ కట్టును ముడివేయాలి. రోగిని ఆస్పత్రికి తరలించండి.

కాలు విరగడం

నేరుగా తగలడం వల్ల రెండు ఎముకలు విరగవచ్చు.

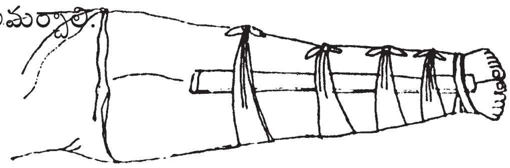
✧ తగిన పాడ్‌ను తొడనుంచి చీలమండవరకు వేసి విరగని కాలుకి కట్టాలి.
మోకాళ్ళకు చీలమండలకు మధ్య పేడ్‌ను ఉంచాలి.

✧ కాళ్ళకు మధ్య తొడ నుంచి పాదాల వరకు చక్కటి స్లింట్ అమర్చాలి.

✧ పాదాలను, చీలమండలను, ఎనిమిది బాండేజీతో కట్టాలి.

✧ తొడల పైభాగాన వెడల్పాటి బాండేజి కట్టాలి.

✧ అలాగే మోకాలికి బాండేజీ కట్టాలి.



కాళ్ళు - కీళ్ళ ఎముకలు విరగడం

నేరుగా గాయం అవడం వల్ల కానీ కాళ్ళపై నుంచి చక్రాలు వెళ్ళడం వల్ల కాని ఇవి విరుగుతాయి. నొప్పి వాపు శక్తి హీనత గుర్తించినప్పుడు ఈవిరుగుళ్ళను గుర్తించండి.

నిర్వహణ

✧ పాదరక్షలను తీసి వేయండి. ✧ గాయానికి చికిత్స చేయండి.

✧ రెండవ కాలును స్లింట్‌గా వాడండి. ✧ చీలమండనుంచి క్రింది వరకు పేడ్ గల స్లింట్ వెయ్యండి.

✧ గాయం లేకుండా జోళ్ళు వేసుకున్నట్లయితే వాటిని తియ్యకండి. ✧ రోగిని సత్వరం ఆస్పత్రికి తరలించండి.

స్ప్రెయిన్

✧ కాళ్ళలోని , కీళ్ళచుట్టూ ఉన్న మాంసభాగంలోని లిగమింట్స్ తెగిపోవడాన్ని చిరిగిపోవడాన్ని స్లింట్ అంటారు. కీళ్ళల్లో హఠాత్తుగా జరిగే ఒంపులు, ఒత్తిళ్ళ వల్ల ఇలా జరుగుతుంది. చీలమండల్లో స్ప్రెయిన్ రావడం సహజం.

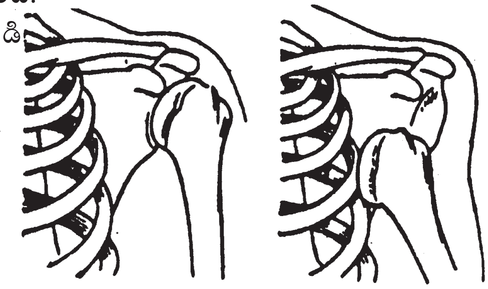
గుర్తులు - లక్షణాలు

✧ నొప్పి వాపు ఉంటాయి.

✧ నొప్పి పెరగకుండా కాలు కదల్చలేము.

నియంత్రణ

✧ రోగికి ఇబ్బంది లేకుండా ఎత్తు ప్రదేశంపై స్ప్రెయిన్ భాగాన్ని ఉంచండి.
✧ కీలు కదలనివ్వకండి.
✧ కీలుకు బాండేజీ కట్టడం వల్ల ఆధారం వచ్చి నొప్పి తగ్గుతుంది.
✧ చల్లటి నీటి బాండేజీ ఉంచండి. రోగిని ఆస్పత్రికి తరలించండి.



పట్టుసడలడం

ఒక కీలువద్ద ఒకటి లేదా ఎక్కువ ఎముకలు గాడి తప్పడాన్ని పట్టు సడలడం అంటారు. భుజాలపై బొమ్మలో చెప్పినట్లు కీలు భాగంలో ఇలా జరుగుతుంది. దీనినే గూడ జారిందంటారు.

గుర్తులు - లక్షణాలు

✧ కీలు వద్ద నొప్పి ఎక్కువగా ఉంటుంది.
✧ కీలు కదపడం చాలా కష్టం.
✧ కీలు రూపుమాపినట్లు కన్పడుతుంది. అసహజంగా తోస్తుంది.
✧ తర్వాత వాపు వస్తుంది.

ఏం చెయ్యాలి?

✧ రోగిని సుఖప్రదమైన భంగిమలో ఉంచండి.
✧ కీలును సరిచేసే ప్రయత్నం చెయ్యకండి.
✧ వృద్ధాప్యంలో వచ్చే క్రింది దవడ జారడం జరిగితే దానికి సపోర్టు ఇవ్వండి. కట్టుడు పళ్ళు తీసి వేయండి.

అధ్యాయం - 6

స్పృహకోల్పోవడం

మెదడు సాధారణంగా పని చెయ్యకపోవడం వలన మనిషి బాహ్య చర్యలకు స్పందికపోవడమే స్పృహకోల్పోవడం.

తలకు దెబ్బతగలడం, గుండెపోటు, పక్షవాతం, మూర్ఛ, షాక్, విషప్రయోగం, చక్కెర వ్యాధి వీటి వలన స్పృహ కోల్పోవడం జరుగుతూ ఉంటుంది.

దశలు

స్పృహ కోల్పోవడంలో దశలున్నాయి. శ్వాస తక్కువగా ఉండి నాడి బలహీనంగా ఉండి ప్రశ్నలకు జావాబులు చెప్పే స్థితిలో ఉండడాన్ని ఒక దశ అంటారు. క్రమంగా ఈ దశ పెరిగి రోగి స్పృహ కోల్పోయి ప్రశ్నలకు జవాబులు చెప్పలేడు. నాడి బాగా మందగిస్తుంది. ఒక్కసారి నాడి వేగం బాగా పెరిగి గజిబిజిగా ఉంటుంది. శ్వాసక్రియ మందగిస్తుంది. శరీరం నిశ్చలంగా ఉండి ముఖం కళా విహీనమవుతుంది.

చికిత్స

ఈ దశలో రోగి ఉన్న ప్రదేశంలో గాలి బాగా ప్రసరించేటట్లు చెయ్యండి. తలను బాహాటంగా ఉంచండి. ఒంటిపై బిగుతుగా ఉన్న దస్తులను వదులు చెయ్యండి. శ్వాసక్రియ పరీక్షించండి. అవసరమైతే తగు ఏర్పాటు చెయ్యండి. వెంటనే రోగిని కోలుకునే ప్రదేశంలో ఉంచండి.

✧ బలమైన గాయం తగిలిందేమో పరీక్షించండి. తీవ్ర రక్తస్రావాన్ని అరికట్టండి. ఎముకలు విరిగితే తగిన బాండేజీ చెయ్యండి.
✧ రోగి ప్రతిస్పందనలను పరీక్షించండి. శ్వాసక్రియను, నాడి వేగాన్ని పరీక్షించండి.
✧ బలమైన గాయాలు, ఏవైనా విరుగుళ్ళు ఉంటే చికిత్స చెయ్యండి.
✧ ఎందుకుస్పృహ కోల్పోయారో కనిపెట్టండి.
✧ రోగికి దుప్పటి కప్పండి.
✧ రోగి కోలుకునేటట్లు అమరికలు చేసి వెంటే ఆస్పత్రికి తరలించండి.

- ✧ ఈలోగా స్పృహలో లేనివారికి నోటిద్వారా ఏమీ ఇవ్వకండి.
- ✧ రోగిని అశ్రద్ధగా వదలకండి.

మూర్ఛ

మెదడు రసాయనాల స్రావంలో తేడాల వలన మూర్ఛ వస్తుంది. మూర్ఛ లేదా ఫిట్ లక్షణాలు ఇలా ఉంటాయి.

- ✧ వాంతులవుతాయి.
- ✧ రోగి స్పృహ కోల్పోతాడు.
- ✧ కనుగుడ్లు పైకి తేలతాయి.
- ✧ నోటి నుంచి నురగ వస్తుంది.
- ✧ నాలిక కరచుకుంటారు.
- ✧ అసంకల్పితంగా మూత్ర విసర్జన చేస్తారు.
- ✧ ఈ స్థితి పదినిమిషాలుంటుంది. రోగి ఆ సమయంలో చలనరహితంగా ఉంటాడు.
- ✧ శరీరంలో నొప్పి ఉంటుంది.
- ✧ కొందరు రోగులలో ఫిట్‌కు ముందు దృష్టి దోషాలు కనబడతాయి.

ఏం చెయ్యాలి?

- ✧ రోగిని ఒక పక్కకు తిప్పి పడుకోపెట్టండి.
- ✧ నాలిక కర్చుకోకుండా నోటిలో చేతి రుమాలు లేదా గుడ్డముక్కలు పెట్టండి.

ఏం చెయ్యకూడదు

- ✧ రోగిని ఒంటరిగా వదిలిపెట్టకండి.
- ✧ దగ్గరగా ఉండి పరిశీలిస్తూ ఉండండి.
- ✧ చేతులు, కాళ్ళు, కొట్టుకోడాన్ని నిరోధించండి. అలా చేస్తే ఎముకలు విరిగిపోవచ్చు.
- ✧ దవడలను బలవంతంగా తెరిచే ప్రయత్నం చెయ్యకండి.
- ✧ పళ్ళను పాడు చేస్తుంది. కనుక గట్టి వస్తువును దేనిని నోట్లో పెట్టకండి.
- ✧ రోగిచేత ఉల్లిపాయనుగాని, జోళ్ళనుగాని వాసన చూపే ప్రయత్నం చెయ్యకండి. ఇది పని చెయ్యదు.

అధ్యాయం - 7

విషప్రయోగం

శరీరంలోనికి చేరి ఆరోగ్యాన్ని పాడుచేసే పదార్థాన్ని విషం అంటారు.

- ✧ విషం మింగడం. ✧ విష వాయువులు పీల్చడం.
- ✧ విష రసాయనాలు ఇంజక్షను చేసుకోవడం

విషాలు మింగడం

ఆత్మ హత్య కోసం కాని, పొరపాటునగాని, శత్రువుచేత కాని విష ప్రయోగం జరగడం.

ఏం చెయ్యాలి?

- ✧ విషప్రయోగం జరిగిన మనిషి భౌతిక పరిస్థితిని అంచనా వేయాలి.
- ✧ శ్వాసక్రియను, నాడిని పరీక్షించాలి.
- ✧ స్పృహలో ఉన్నది లేదిని గుర్తించాలి. ✧ లేబుల్ చూసి ఏ విషమో గ్రహించాలి.
- ✧ ఖాళీ సీసా దొరికితే దాని పేరు రాసుకుని, దాన్ని ఆస్పత్రిలో ఇవ్వాలి.
- ✧ వాంతుల్ని , పాత్రల్ని, సేకరించి ఆస్పత్రికి ఆనమూనాలను అందించాలి.
- ✧ అంత ప్రమాదం లేకుండా రోగి స్పృహలో ఉన్నట్లయితే గొంతులో వేళ్ళు పెట్టి విషం కక్కించి, వేడి నీళ్ళలో రెండు చెంచాల ఉప్పు కలిపి తాగించాలి.
- ✧ పెదాలు, నోరు, పాలిపోవడం గాని, పసుపు లేదా తెలుపు మచ్చలు గాని కన్పిస్తే విషం ప్రమాదకరమైనదని గ్రహించాలి. అటువంటప్పుడు వాంతి చేయించే ప్రయత్నం చెయ్యకండి. అలా చేస్తే ఆ విషంలోని ఆమ్లధర్మం

గొంతును, నోటినీ, పాడు చేస్తుంది.

✧ మంట తీవ్రత తగ్గించే నిమిత్తం నీళ్ళు బాగా తాగించండి. రోగి స్పృహలో లేకపోతే వాంతి చేయించవద్దు.

✧ తలగడ పెట్టకుండా తల పక్కకు తిప్పి పెట్టి మెల్లగా పక్కకు పడుకోపెట్టండి. ఇందువల్ల వాంతి పదార్థం స్వరపేటికలోకి వెళ్ళదు. గాలి ఆడటానికి నాలిక నిరోధించదు.

✧ అవసరమైతే కృత్రిమ శ్వాస కల్పించండి.

విషం ఇంజక్షన్

పాముకాట్లు, తేలుకాట్లు కొన్ని విష కీటకాల వల్ల శరీరంలోనికి విషం ప్రవేశిస్తుంది.

ఏం చెయ్యాలి?

✧ రోగికి మానసిక ధైర్యం కల్పించండి.

✧ కరిచినది విషం పామో, మామూలు పామో గుర్తించండి.

✧ పాము లేదా తేలు కరిచిన అవయవాన్ని కదిలించకండి. అలా చేస్తే విషం త్వరగా వ్యాపిస్తుంది.

✧ గాటు గుర్తుకు పైన (గుండెవైపు) అవయవానికి గట్టిగా కట్టు కట్టండి. 2 నుంచి 10 నిమిషాలకు ఒకసారి ఈ కట్టును అర నిమిషంపాటు వదులు చేస్తుండాలి.

✧ విషాన్ని నోటితో లాగకండి.

✧ స్పృహ కోల్పోయినా, షాక్, వచ్చినా వెంటనే ఆస్పత్రికి తరలించండి.

✧ పాము కాటు విషం విరుగుడుకు యాంటి స్నేక్ వినమ్ (ఎ.యస్.వి) ఒక్కటే మంచి మందు. కనుక ఈ మందు దొరికే ఆస్పత్రికి వెంటనే తరలించండి.

అధ్యాయం - 8

ఊపిరి ఆడకపోవడం

శ్వాసించడానికి తగినంత వాయువు ఊపిరితిత్తులకు అందకపోతే యిబ్బంది ఏర్పడుతుంది. దీనినే వైద్య భాషలో 'ఎన్నిక్రియా' అంటారు.

కారణాలు

✧ వాయుమార్గానికి అవరోధం ఏర్పడటం

✧ బ్రాషియల్ ఆస్మా

✧ నీటమునిగినప్పుడు వాయునాళానికి అవరోధం.

✧ వాయు ప్రసారంలో అవరోధాలు

✧ నాలుక వెనుకకు ముడుచుకోవడం

✧ గొంతు కండరాలు వాయడం.

✧ వేలాడటం

✧ ఉరిపడటం

శ్వాస క్రియకు అవరోధ కారణాలు

✧ మూర్ఛ, ధనుర్వాతం, రేబిస్

✧ ఛాతి కండరాలకు పక్షవాతం

శ్వాస కేంద్రం దెబ్బతినడం

✧ ఎలక్ట్రిక్ షాక్ ✧ స్ట్రోక్

✧ ఛాతిపై ఎక్కువ ఒత్తిడి

ప్రధమ చికిత్స

గుర్తులు- లక్షణాలు

✧ రోగి అశాంతిగా కనిపిస్తారు.
✧ శ్వాసక్రియ రేటు పెరుగుదల
✧ శ్వాస పరిమిణం తగ్గడం
✧ మెడమీది రక్తనాళాలు ఉబ్బుతాయి
✧ ముఖం, పెదాలు, గోళ్ళు, వేళ్ళు, పాదాలు నీలంగా మారుతాయి.
✧ నాడి వేగం పెరిగి, వినిపించి వినిపించనట్లు ఉంటుంది.

యాజమాన్యం

✧ వీలైతే ఇబ్బంది కారణాన్ని తొలగించండి.
✧ ఉపశమనం కలిపించండి.
✧ శ్వాసక్రియను పరిశీలించండి.
✧ కృత్రిమ శ్వాస కల్పించండి.
✧ బట్టలు ఒదులు చేయండి.
✧ ఇందుకై గాలి ధారాళంగా ప్రవహిచేట్లు చేయండి.
✧ వాయుమార్గాన్ని శుభ్రంగా ఉంచండి.
✧ రోగిని ఆస్పత్రికి తరలించండి.

మూలగడం

నోటితో మూలగడం వలన మన శ్వాస నాళికలోని చెత్తా చెదరాం మట్టి చేరి, చివరకు ఊపిరి తిత్తులకు చేరవచ్చు. ఇందువలన గొంతులో వాయునాళికలో అవరోధం వస్తుంది.

ఊపిరితిత్తులలోకి నేరుగా ప్రసరిస్తే ముఖం ఉబ్బుతుంది. శరీరం రంగు మారుతుంది. నోరు, కళ్ళు, ఎర్రబడతాయి. ఊపిరితిత్తులలో నీరు ప్రవేశించకపోతే ముఖం పాలిపోయినట్లు ఉంటుంది. కోటిలో తక్కువ నురగ వస్తుంది. ముఖం కండరాలు వదులవుతాయి.

ఏం చేయాలి?

✧ రోగి నోటి నుంచి చెత్తా చెదారం వంటివి సత్వరం తొలగించండి.
✧ పొట్ట, ఊపిరితిత్తుల నుండి నీరు బయటికి నెట్టేటట్లు చేయండి. నాటిని ఒక పక్కకు ఉండేటట్లు చేసి బోర్లా పడుకోబెట్టి నడుంపైన నొక్కి నీటిని బయటగా వచ్చేటట్లు చేయండి.
✧ అవసరాన్ని బట్టి వేడి దుస్తులు కట్టండి.
✧ అవసరమైతే కృత్రిమశ్వాస కల్పించండి.

వాయునాళం అవరోధం

గాలిగొట్టం (వాయునాళం)లా అడు తగిలితే యిబ్బంది వస్తుంది. పిల్లలలో ఇది సాధారణం. గింజలు, గులకరాళ్ళు, బలూన్లు వంటివి ప్రమాదవశాత్తూ పిల్లల శ్వాస గొట్టంలోనే అడ్డుపడతాయి. పెద్దలలో ఆహారం తిన్నప్పుడు జీర్ణంలో ప్రసరించి ఆహారనాళానికి బదులు శ్వాసనాళంలో ప్రవేశించి అడ్డు తగులుతుంది. ప్రధమ చికిత్సచేయడం ద్వారా ఈ అడ్డు తొలగించడం ముఖ్యం.

ఏం చేయాలి?

(బొమ్మలు సరిగా చూడండి.)

✧ రోగి నిలబడి ఉంటే ప్రధమ చికిత్స చెసె వినక్తి అతనికి వెనక నిలచి చేతుల్ని గుండె చుట్టు చుట్టాలి.
✧ బొటనవ్రేలు పొట్టపై నుంచి కిందికి రుద్దాలి.
✧ అనేక సార్లు ఇలా చేస్తూ ఉండాలి.

పిల్లలైతే

✧ పిల్లవాడిని కాళ్ళతో తల క్రిందులుగా పట్టుకోవాలి. అతడి వీపుని నెమ్మదిగా పై నుంచి క్రిందకు రుద్దాలి. ఇలా మూడు, నాలుగు సార్లు చేయాలి.
✧ ఫలితం లేకపోయినట్లయితే తల క్రిందగా వుంచి పిల్లవాడిని మోకాళ్ళ మీదుగా నిలబెట్టి భుజాలపై నెమ్మదిగా చరుపులు వేయాలి.
✧ సాధ్యమైనంత త్వరగా ఆస్పత్రికి తరలించాలి.

అధ్యాయం - 9

కాలిన గాయాలు, బొబ్బలు

అగ్ని ప్రమాదాలు, కాలుతున్న బొగ్గులు, యితర వేడి వస్తువులు వలన గాయాలు ఏర్పడతాయి. బొబ్బలు ఏర్పడుతాయి. ఇంకా యితర కారణాల వలన యివి ఏర్పడవచ్చు. వేడినీరు పడటం వలన, రసాయనాలు, ఆమ్లాలు పడి బొబ్బలు, పుళ్ళు ఏర్పడతాయి.

తీవ్రత

కాలిన స్థితి, తీవ్రతను బట్టి ఆయా భాగాలు ఎంత మేర కాలిపోయాయో నష్టం జరిగిందో తెలుస్తుంది. వీటిని మూడు స్థాయిలలో లెక్కిస్తారు. అవి.

1. మొదటి స్థాయి : చర్మం ఎరుపెక్కడం
2. రెండవ స్థాయి : చర్మంపై బొబ్బలు ఏర్పడడం.
3. మూడవస్థాయి : చర్మం లోపలి కండరాలు దెబ్బతినడం ఉడికినట్లు అవడం

రెండోస్థాయిలో కాలిన గాయాల వలన నొప్పి ఉంటుంది మూడవ స్థాయి కాలిన దశలో నాడి కొనలు కాలిపోయి నెప్పి తెలీదు. ఇది ప్రమాదకరం. ఇలా మూడవస్థాయి కాలిన గాయాలకు గురి అయితే తప్పక ఆస్పత్రిలో చేర్పించి, చికిత్స చేయాలి.

బట్టలు అంటుకున్న వారికి సాయం.

✧ ప్రథమ చికిత్సగా బట్టలు అంటుకొన్ని వారి నుంచి ఆ మంటలను ఆర్పేయాలి. నీరు పోయడం మంచిది. ఇందువల్ల రోగి చల్లదనం పొందుతాడు.

✧ రగ్గును, దుప్పటిని, టెబుల్ గుడ్డను సహయ కోడతన ఎదురుగా పట్టుకొని బట్టలు కాలిన వారిని సమీపించాలి.

✧ సాధ్యమైనంత త్వరగా వారిని నేలపై పరుండపెట్టి వారికి రగ్గు, దుప్పటి వంటివి చుట్టి కప్పేయాలి. నెమ్మదిగా కొట్టి మంటల్ని ఆర్పేయాలి. రోగిని మాత్రం దొర్లించవద్దు.

తీవ్ర గాయాలు, బొబ్బల చికిత్స

✧ గాయపడ్డవారికి ఉపశమనం, ధైర్యం కలిగించండి.

✧ అవసరం లేకపోతే కాలిన ప్రదేశాన్ని ముట్టుకోకండి.

✧ రోగిని ముట్టకొనేముందు ముట్టుకున్నాక చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోండి.

✧ సాధ్యమైనంత ఎక్కువ నీటిని వాడండి. ఇందువల్ల నొప్పి తగ్గుతుంది.

✧ కాలిన గాయం ప్రాంతం నుంచి మసిబారిన బట్టముక్కల్ని శరీర భాగం నుండి తీయకండి.

✧ కాలిన చోట శుభ్రమైన మెత్తటి బ్యాండేజి వేయండి.

✧ బొబ్బల్ని చిదమకండి.

✧ కాలిన చోట్ల నూనె, ఆయింట్మెంట్లు పూయవద్దు.

✧ రోగిని హాయిగా పడుకొనేటట్లు చేయండి.

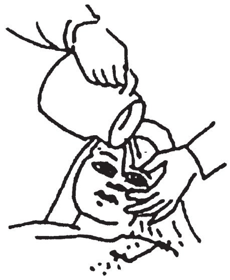
✧ రోగిని ఆస్పత్రికి తరలించండి.

అధ్యాయం - 10

ఇతర ముఖ్యాంశాలు

కంటి గాయం

కంటిలో నలుసువంటి బయట పదార్థం వలన గాయం అవవచ్చు. లేదా ఇన్‌ఫెక్షన్ రావచ్చు. ఎర్రపడవచ్చు, కంటినుండి నీరు కారుతుండవచ్చు.



ఏం చేయాలి?

✧ కంటిని నలపవద్దు.

✧ కంటిలో పెద్ద నలుసు, యితర పదార్థం ఏదైనా ఉంటే రోగిని సుఖప్రదంగా పడుకొనేటట్లు చేయండి. దానిని మెత్తని దూదితో తీసే ప్రయత్నం చేయకండి.

✧ కంటికి రసాయనముల వలన దెబ్బతగిలితే మంచి నీటితో వెంటనే బాగా శుభ్రం చేయండి.

✧ కంటి గుడ్డుకు గాయం లేదా గుడ్డు బయటకు వస్తే దానిని శుభ్రమైన డ్రస్సింగ్ చేసి ఆస్పత్రికి తీసుకువెళ్ళండి.

కుక్కకాటు

కుక్క రేబిస్ వ్యాధితో ఉన్నదైతే దాని కాటు వలన ఆ జబ్బు మనిషికి సంక్రమిస్తుంది. కుక్కను చంపివేయరాదు. గొలుసుతో కట్టేసి 10 రోజులు దానిని పరిశీలించి నిర్ధారించుకోవాలి. రేబిస్ రోగం వున్న పిల్లులు, కోతులు, కుక్కలు వలన కూడా రావచ్చు.

ఏం చేయాలి?

✧ అన్ని రకాల కుక్క కాట్లకు చికిత్స చేయాలి.

✧ గాయం దగ్గర చేరిన లాలాజలాన్ని తుడవండి.

✧ ఎక్కువ సబ్బు నీటితో గాయాన్ని బాగా కడగండి.

✧ గాయానికి పొడి, దూదిలో కట్టుకట్టండి.

✧ రోగిని ఆస్పత్రికి తీసుకు వెళ్ళి వైద్యం చేయించండి.

అతిసారం

✧ విషపూరితమైన ఆహారం వలన, జీర్ణం కాకపోవడం వలన అతిసారం రావచ్చు. ఎక్కువ నీళ్ళ విరేచనాలు వలన నీరు పోవడం, శరీరానికి అవసరమైన ఎలక్ట్రోలైట్ రసాయనాలు పోవడం వలన రోగికి నీరసం, యితర సమస్యలు వస్తాయి. మరణం దాపురించవచ్చు.

నోటి ద్వారా తగిన పౌష్టిక ద్రవాన్ని (వోవరి హైడ్రేషన్ సొల్యూషన్ యివ్వాలి. దీనినే ఒ.ఆర్.ఎస్ అంటారు. ఇవి ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులలో విడిగా వందల షాపులలో పాకెట్లుగా దొరకుతాయి. అలా దొరకక పోతే లీటరు నీటిలో 40 గ్రాములు చక్కెర, 5.5 గ్రాముల ఉప్పు కలిపి రోగిచే ఆరాఆరా త్రాగించాలి. కొబ్బరి నీరు పల్చటి మజ్జిగా (ఉప్పువేసి) గంజి, పప్పుచారు వంటివి యిస్తుండాలి. సాధ్యమైనంత త్వరగా వైద్యసహాయం ఇప్పించాలి.