



राष्ट्रीय माध्यमिक शिक्षा अभियान

प्रश्न बैंक

सत्र - 2021-22

(व्यावसायिक शिक्षा)

विषय- स्वस्थ देखभाल (Health Care)

कक्षा - 11 वीं

(वार्षिक परीक्षा की तैयारी के लिए अध्ययन सामग्री)

यूनिट 1

अस्पताल प्रबंधन प्रणाली

प्रश्न 1 बहु विकल्प प्रश्न-

a) अस्पताल आधारित अनुसंधान गतिविधियां के क्षेत्र में चिकित्सा प्रौद्योगिकी और सेवाओं को बढ़ाती है।

क) स्वास्थ्य और रोगों के भौतिक और मानसिक-सामाजिक पहलू

ख) क्लिनिकल दवा

ग) अस्पताल की कार्यप्रणाली और प्रशासन

घ) उपरोक्त सभी

उत्तर = घ) उपरोक्त सभी

b) संचारी रोगों का नियंत्रण कार्य है।

क) पुनर्स्थापना

ख) निवारक

ग) प्रशिक्षण

घ) निर्माण

उत्तर = ख) निवारक

c) सेवाएं दुर्घटनाओं, प्राकृतिक आपदाओं और महामारियों से निपटने में शामिल हैं।

क) आपातकाल

ख) अनुसंधान

ग) प्रशिक्षण

घ) गैर-नैदानिक

उत्तर = क) आपातकाल

d) उपकरण रखरखाव और आपूर्ति की जांच की जाती है।

क) जनरल ड्यूटी सहायक नियम

ख) नीति-आधारित प्रक्रियाएं

ग) रोगी के निर्णय

घ) उपरोक्त से कोई नहीं

उत्तर = घ) उपरोक्त से कोई नहीं

e) पारस्परिक कौशल को बढ़ाता है।

क) सकारात्मक संचार

ख) नकारात्मक पारस्परिक कौशल

ग) अस्पष्ट भाषण

घ) उपरोक्त सभी

उत्तर = क) सकारात्मक संचार

प्रश्न 2 सही जोड़ियां बनाएं-

1) डाक्टर	-	Large Hadron Collider
2) WHO	-	हिमेट्रोलाजी प्रयोगशाला
3) रक्त परीक्षण	-	अस्पताल
4) PHC	-	Out Patient Department
5) LHC	-	World health organization
6) एंबुलेंस	-	IN Patient Department
7) अस्पताल	-	General Duty Assistant
8) GDA	-	रोगी
9) OPD	-	Primary health care
10) IPD	-	आपातकाल सेवा

उत्तर:-

1) डाक्टर	-	अस्पताल
2) WHO	-	World health organization
3) रक्त परीक्षण	-	हिमेट्रोलाजी प्रयोगशाला
4) PHC	-	primary health care
5) LHC	-	Large Hadron Collider
6) एंबुलेंस	-	आपातकाल सेवा
7) अस्पताल	-	रोगी
8) GDA	-	General Duty Assistant
9) OPD	-	Out Patient Department
10) IPD	-	IN patient Department

प्रश्न 3. रिक्त स्थान भरें :-

a) स्वस्थ देखभाल सेवाओं को प्रोत्साहनऔर पुनर्वास योगी होना चाहिए ।

उत्तर:- निवारक, उपचारात्मक

b) भारत में स्वस्थ देखभाल सेवाएँ एकमुद्दा है।

उत्तर:- अवस्था

c) एक अति विशिष्ट चिकित्सकस्तर के अंतर्गत आता है।

उत्तर:- वृत्तीय देखभाल

d) एक अस्पताल के पुनर्स्थापनात्मक कार्यों में नैदानिकऔर आपातकालीन सेवाएँ शामिल हैं।

उत्तर:- उपचारात्मक पुनर्वास योग्य

e) सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र की बेड की संख्याहै।

उत्तर:- 30 से 50

f) रक्त परीक्षणमें किया जाता है।

उत्तर:- हेमेटोलॉजी प्रयोगशाला

g)रोगियों की व्यक्तिगत देखभाल करने के लिए डॉक्टरों, नर्सों और अन्य सहायक कर्मचारियों को सहायता प्रदान करता है।

उत्तर:- जनरल इयूटी सहायक

h) उपकरण रखरखाव और आपूर्ति को जांचप्रक्रियाएँ हैं।

उत्तर:- नीति आधारित

i)पारस्परिक कौशल को बढ़ाता है।

उत्तर:- सकारात्मक संचार

j) जीडीए कीमें उपरोक्त सभी शामिल हैं।

उत्तर:- भूमिकाओं और जिम्मेदारियों

k) मनु नामक एक जीडीए एक पुरानी बीमारी से पीड़ित मरीज को ले जा रहा था मनु ने रोगी की चिंता को समझा और उनके प्रश्नों का संतोषजनक उत्तर दिया। आदर्श जीडीए के रूप में मनु की कौन सी..... क्षमता परिलक्षित होती है?

उत्तर:- सहानुभूति

l) एक जीडीए को एक रोगी के लाभ के लिएमें एक साथ काम करने में समक्ष होना चाहिए।

उत्तर:- टीम

m) पेशेवर, कानून या नैतिक मुद्दों का पालन औरद्वारा नियंत्रित किया जाता है।

उत्तर:- स्वास्थ्य सूचना रोगी गोपनीयता अधिनियम

n)के संरक्षण के लिए की जाने वाली प्रथाओं का एक समूह है।

उत्तर:- स्वच्छता स्वास्थ्य

प्रश्न 4. सत्या असत्य लिखिए ।

a) ग्राहको के लिए विस्तारित सेवाओ मे रोगी और कर्मचारी जानकारी के लिए गोपनीयता शामिल है।

उत्तर:- सत्य

b) व्यक्तिगत तैयारी (पर्सनल)को निवारक भी कहा जाता है।

उत्तर:- असत्य

c) व्यक्तिगत तैयारी एक ऐसी प्रक्रिया है जो किसी को साफ और आकर्षण बनाती है।

उत्तर:- सत्य

d) मूल तैयारी एक व्यक्तित्व को कम करता है।

उत्तर:- सत्य

e) आपातकाल सेवाएँ दुर्घटनाओं, प्राकृतिक आपदाओ और महामारियों से निपटने मे शामिल नहीं है।

उत्तर:- असत्य

प्रश्न 5 अतिलघु उत्तरीय प्रश्न-

1) स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली क्या है ?

उत्तर :- स्वास्थ्य देखभाल :- बिमारियों की रोकथाम और उपचार करना ही स्वस्थ्य देखभाल कहलाती है। जिसका प्रयोग एक जनरल ड्यूटी सहायक के द्वारा किया जाता है।

2) स्वास्थ्य देखभाल वितरण प्रणाली क्या है ?

उत्तर - प्राथमिक देखभाल प्रदाता डॉक्टर नर्स या चिकित्सक सहायक हो सकती है । यह व्यक्तियों परिवार और समुदाय के साथ संपर्क का पहला स्तर है ,यहा प्राथमिक स्वस्थ्य देखभाल प्रदान कि जाती है । इस स्तर पर लोगों की अधिकांश स्वास्थ्य समस्याओं का समाधान किया जाता है।

3) अस्पताल क्या है ?

उत्तर - (WHO) विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार एक अस्पताल सामाजिक और स्वास्थ्य चिकित्सा संगठन का एक अभिन्न अंग है। जिसका कार्य जनसंख्या को निवारक और उपचारात्मक पूर्ण स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करना है।

4) कोई भी तीन गुण जो एक जीडीए में होने चाहिए लिखो-

उत्तर - कोई भी तीन गुण जो एक डीजीडए में होने चाहिए निम्नलिखित हैं ।

- i. जीडीए या एक रोगी स्वास्थ्य देखभाल सहायक (पीसीए) स्वास्थ्य देखभाल सेटिंग की एक श्रृंखला में काम करता है। और सेक्टर के सभी क्षेत्रों में योगदान देता है।
- ii. जीडीए एक अस्पताल में नर्स की देखरेख में काम करता है।
- iii. जीडीए को अपने पेशे के आधार पर आचार संहिता का पालन करना चाहिए ।

5) भारत में सबसे ज्यादा इस्तेमाल होने वाला हेल्थ केयर मॉडल कौन सा है?

उत्तर - भारत में सबसे ज्यादा इस्तेमाल होने वाला हेल्थ केयर मॉडल निजी क्षेत्र है। कुछ निजी क्षेत्र नाम निम्न है।

- i. निजी अस्पताल ,पालीक्लिनिक्स नर्सिंग होम और डिस्पेंसरी
- ii. सामान्य चिकित्सक और क्लीनिक।

6) व्यक्तिगत तैयारी क्या है?

उत्तर - पर्सनली ग्रामिंग जिसे टीटि वेटिंग और प्रीसिंग भी कहते हैं में शरीर का सफाई और नाखूनों और बालों को ट्रिम करना एक व्यक्ति और स्वच्छता को बेहतर के लिए शामिल है।

प्रश्न 6 लघु उत्तरीय प्रश्न-

1) एक अस्पताल प्रणाली के कार्यों का वर्णन कीजिए कीजिए।

उत्तर एक अस्पताल प्रणाली के कार्यों का वर्णन निम्नलिखित हैं ।

- i. **पुनस्थापनात्मक कार्य:-** अस्पताल के विभिन्न पुनस्थापनात्मक कार्यों में निम्नलिखित शामिल हैं।
 - नैदानिक गतिविधि
 - उपचारात्मक
 - पुनर्वास
 - आपातकालीन सेवाये
- ii. **निवारक कार्य:-** अस्पताल विभिन्न निवारक कार्य भी करते हैं। जिनमें निम्नलिखित हैं ।
 - संचारी रोगों का नियंत्रण
 - लंबी बीमारी की रोकथाम
 - व्यावसायिक स्वास्थ्य सेवाएँ
 - निवारक स्वास्थ्य जाँच

2) भारत में अपनाए गए दो स्वास्थ्य देखभाल वितरण सूची बनाएँ।

उत्तर - भारत में अपनाए गए दो स्वास्थ्य देखभाल वितरण माडल निम्नलिखित हैं ।

- i. प्राथमिक देखभाल स्तर :- प्राथमिक देखभाल प्रदाता डाक्टर नर्स या चिकित्सा सहायक हो सकते हैं। यह व्यक्तियों, परिचार और समुदाय के साथ संपर्क का पहला है। यहाँ प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदान की जाती है

- ii. माध्यमक देखभाल स्तर:-इस स्तर पर अधिक जटिल समस्याओं से निपटा जाता है। भारत में इस तरह की देखभाल आम तौर पर जिला अस्पतालों और समुदायिक स्वास्थ्य देखभाल केन्द्र द्वारा प्रदान की जाती है।

3) हमारे देश में जनसंख्या को स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने की प्राथमिक जिम्मेदारी किसकी है?

उत्तर - प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों (PHC)और उनकी उपकेंद्र द्वारा बहुउद्देशीय स्वास्थ्य कार्य - कर्ताओ, ग्राम स्वास्थ्य मार्गदर्शक और प्रशिक्षित स्वास्थ्य देखभाल श्रमिकों द्वारा प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदान की जाती है।

A. प्राथमिक देखभाल स्तर :- प्राथमिक देखभाल प्रदाता डाक्टर नर्स या चिकित्सा सहायक हो सकते हैं। यह व्यक्तियों, परिचार और समुदाय के साथ संपर्क का पहला है। यहाँ प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदान की जाती है।

B. माध्यमक देखभाल स्तर:-इस स्तर पर अधिक जटिल समस्याओं से निपटा जाता है। भारत में इस तरह की देखभाल आम तौर पर जिला अस्पतालों और समुदायिक स्वास्थ्य देखभाल केन्द्र द्वारा प्रदान की जाती है।

4) टीम वर्क बढ़ाने में जीडीए कैसे योगदान दे सकता है ?

उत्तर - एक जीडीए एक अस्पताल में नर्सों की देखरेख में रोगियों को नर्सिंग देखभाल प्रदान करता है। वह एक अस्पताल में अन्य स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओ की तुलना में रोगियों के साथ अधिक समय बिता सकता/सकती है। जीडीए को अनुभव जन्य होना चाहिए और उनके पास अच्छा संचार और नर्सिंग कौशल होना चाहिए।

प्रश्न 7 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न-

1) जीडीए के किसी भी दो मुख्य संगठनात्मक कर्तव्य को लिखें।

उत्तर - जीडीपीए के किसी भी दो मुख्य संगठनात्मक कर्तव्य निम्नलिखित हैं।

- i. अच्छे पारिवारिक संबंधों को बनाए रखने के लिए संवाद करें ।
 - एक कर्मचारी के सकारात्मक पेशेवर गुण उसके/उसके मौखिक और गैर-मौखिक संचार में परिलक्षित होते हैं।
 - एक सहायक और समय पर तरीकों से रोगियों और कर्मचारियों के बारे में जानकारी प्रदान की जाती है ।
- ii. सेवा आंतरिक और बाहरी ग्राहकों के लिए विस्तारित
 - रोगी और कर्मचारी जानकारी के लिए गोपनीय बनाए रखनी चाहिए।
 - ग्राहकों की जरूरतों को पूरा करने के लिए उपयुक्त संसाधनों का लगातार उपयोग किया जाता है

2) जीडीए के कर्तव्य का पालन करते हुए उन प्रथाओ के बारे में बताएं जिनमें उसे बचना चाहिए।

उत्तर - जीडीए द्वारा बचने के लिए एक अभ्यास-

- i. प्रशिक्षक द्वारा कहे बिना रोगियों और और अन्य स्वास्थ्य पेशेवरों को सलाह देना।
- ii. रोगियों से सीधे या परोक्ष रूप में भुगतान स्वीकार करना।

- iii. जिस व्यक्ति से आप संबंधित हैं उसके साथ रहने का अनुरोध करना।
- iv. रोटेशन असाइनमेंट किए जाने के बाद परिवर्तन और वापसी के लिए अनुरोध करना।

3) हाथ की स्वच्छता क्या है ?

उत्तर - हमारे हाथ में मौजूद ज्यादातर जीवाणु हानिरहित होते हैं। लेकिन कुछ के कारण सर्दी, फ्लू, त्वचा में संक्रमित होता है। हाथ धोना भूल जाने से इन कीटाणुओं का प्रसार अन्य लोगों में हो जाता है। इसके अलावा ये हमारी आंखे मुह या खुले हुए हिस्सों को संक्रमित सेट कर देते हैं इसलिए हाथों की स्वच्छता बनाए रखना चाहिए। **हाथ धोने** (या **हैंडवाशिंग**), जिसे **हाथ की सफाई** के रूप में भी जाना जाता है, वायरस/बैक्टीरिया/कीटाणुओं/सूक्ष्मजीवों, गंदगी, ग्रीस, या अन्य हानिकारक और अवांछित पदार्थों को हटाने के लिए साबुन (या समतुल्य सामग्री) और पानी से हाथ साफ करने का कार्य है। हाथों को धुले हुए हाथों को सुखाना इस प्रक्रिया का हिस्सा है क्योंकि गीले और नम हाथ अधिक आसानी से पुनः बन जाते हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन निम्नलिखित के पहले/बाद में कम से कम 20 सेकंड के लिए हाथ धोने की सलाह देता

हैं:

- किसी भी बीमार व्यक्ति की देखभाल करने से पहले और बाद में
- भोजन तैयार करने से पहले और बाद में
- खाने से पहले
- शौचालय का उपयोग करने के बाद (पेशाब, शौच, मासिक धर्म स्वच्छता के लिए)
- किसी ऐसे व्यक्ति की मदद करने के बाद जिसने सिर्फ शौचालय का इस्तेमाल किया
- किसी की नाक बहने, या खांसने या छींकने के बाद
- किसी जानवर, पशु चारा या जानवरों के कचरे को छूने के बाद
- कचरा छूने के बाद

हालाँकि, यदि साबुन और पानी उपलब्ध नहीं है, तो हैंड सेनिटाइज़र जो कि पानी में कम से कम 60% अल्कोहल है (विशेष रूप से, इथेनॉल या आइसोप्रोपिल अल्कोहल/आइसोप्रोपेनॉल (रबिंग अल्कोहल) का उपयोग तब तक किया जा सकता है, जब तक कि हाथ नेत्रहीन रूप से अत्यधिक गंदा या चिकना न हों। जब हाथ धोने और उपयोग करने वाले हैंड सेनिटाइज़र दोनों उपलब्ध नहीं होते हैं, तो हाथों को राख और साफ पानी से साफ किया जा सकता है, हालाँकि वायरल या बैक्टीरियल संक्रमण के प्रसार को कम करने के लिए लाभ और हानि अनिश्चित हैं।

यूनिट 2

बाह्य रोगी देखभाल के लिए जनरल ड्यूटी सहायक की भूमिका

प्रश्न 1 बहु वैकल्पिक प्रश्न

1) एक क्लीनिक के रिसेप्शन काउंटर पर कुछ रोगियों को आबंटित समय के बारे में "कुछ भ्रम हैं। एक रिसेप्शनिस्ट के किन कौशलों और क्षमताओं से लोगों के भ्रम को कम करने में मदद मिलेगी?

(क) संचार कौशल

(ख) विनम्रता

(ग) संगठनात्मकता

(घ) उपरोक्त सभी

उत्तर :- उपरोक्त सभी

2) रिसेप्शनिस्ट के कार्य संबंधित काउंटर्स की पहचान करें ।

(क) पंजीकरण काउंटर

(ख) प्रतीक्षा क्षेत्र

(ग) रिकॉर्ड स्म

(घ) उपरोक्त सभी

उत्तर :- उपरोक्त सभी

प्रश्न 2 सही जोड़ी बनाइये-

1) संचार कौशल	-	रिपोर्ट
2) हृदय	-	72 beat
3) सिस्टोलिक	-	12-16
4) सामान्य रक्तचाप	-	120/80 MMHG
5) तापमान	-	महत्वपूर्ण संकेत
6) श्वसन दर	-	विनम्रता
7) रिकार्ड	-	डिस्टोलीक

उत्तर:-

1) संचार कौशल	-	विनम्रता
2) हृदय	-	72 beat
3) सिस्टोलिक	-	डिस्टोलीक
4) सामान्य रक्तचाप	-	120/80 MMHG
5) तापमान	-	98.6 F

6) श्वसन दर	-	12-16
7) वाइटल साइन	-	महत्वपूर्ण संकेत
8) रिकार्ड	-	रिपोर्ट

प्रश्न 3 रिक्त स्थान भरे-

1)रोगियों आगंतुको डॉक्टरों और कर्मचारियों के सदस्यों के लिए संपर्क का पहला बिंदु हैं।

उत्तर:- मेडिकल रिसेप्सनिस्ट

2) कोई भी दो गुण जो एक रिसेप्शनिस्ट में होने चाहिए वेहैं।

उत्तर:- विनम्रता और संचार कौशल

3) शरीर का सामान्य तापमानहैं।

उत्तर:- 37.0 डिग्रीसेल्सियस (98.6 डिग्री F)

4) नाड़ी और रक्त चापकार्य से संबंधित हैं।

उत्तर:- हृदय

5) श्वसन दरएक व्यक्ति प्रति मिनट लेता है।

उत्तर:- धड़कन की संख्या

6) रक्तचाप को मापने के दौरान दर्ज किए गए दो नंबरहैं।

उत्तर:- सिस्टी और डायस्टीतिक

7)के परिधि को आंखों के ऊपर से आक्सीविटल प्रोट्यूबरेस तक के व्यास पर मान उसके मापा जाता है।

उत्तर:- खोपड़ी

8)के अगले हिस्से की जांच करते समय रोगी को आड़ी आवर्ती लेटी हुए स्थिति में रखा जाता है।

उत्तर:- सीने

9) खड़े होने की स्थिति मेंकी जांच आसामान्य बक्रता के लिए की जाती हैं।

उत्तर:- रीढ़

प्रश्न 4 सत्य असत्य लिखिए-

1) सीने का परीक्षण करते समय आड़ी स्थिति में रखना चाहिए -

उत्तर :- सत्य

2) श्वसन एक मिनिट मे 12-16 वार नहीं होता है -

उत्तर:- असत्य

3) सामान्य नाड़ी की दर होती है 60 - 80 के बीच मे होती है -

उत्तर :- सत्य

4) विनम्रता का गुण रिसेप्सनिष्ट मे नहीं होना चाहिए -

उत्तर :- असत्य

प्रश्न 5 अति लघु उत्तरीय प्रश्न -

1) मानव शरीर श्वसन की प्रक्रिया क्या है ?

उत्तर - श्वसन दर सासों की संख्या को इंगित करती है जब कोई व्यक्ति प्रति मिनट सांस लेता है। जब वह आराम करता है। स्वशन दर की अलग-अलग स्थितियों में भिन्न हो सकती है। जैसे बुखार, बीमार और अन्य चिकित्सा स्थितिया श्वान दर की जाँच करते समय यह भी ध्यान रखन महत्वपूर्ण है कि व्यक्ति को शास लेने में कोई कठिनाई है या नहीं। एक वयस्क के लिए सामान्य श्वसन दर 12.16 साँस प्रति मिनट तक होती है।

2) सीने के परीक्षण के लिए किस तकनीक का उपयोग किया जाता है ?

उत्तर - एक रोगी को आड़ी आवर्ती स्थिति में रखकर सीने के अगले हिस्से की जांच की जाती है। सीने की जांच करने के विभिन्न तरीके हैं। तरल या रुकावट वाले हिस्सों की उपस्थिति का निर्धारण करने के लिए पक्क्यूशन विधि का उपयोग किया जाता है। एक चिकित्सक सीने में सांस लेने की आवाज़ सुनने के लिए स्टेथोस्कोप का भी उपयोग करता है। रोगी को सीने के पीछे की ओर जांच करने के लिए बैठने की स्थिति में रखा जाता है। हृदय और फेफड़ों की जांच पक्क्यूशन और सुनने की क्रिया द्वारा की जाती है।

3) तापमान लेने के लिए कौन कौन सी तैयारी करनी चाहिए?

उत्तर - तापमान लेने के लिए निम्न तैयारी करनी चाहिए :-

- i. अपने हाथों को साफ करें या धोएं।
- ii. माप लेने के लिए उपयुक्त उपकरण का चयन करें।
- iii. एक रोगी को अपना परिचय दें और उसके लिए प्रक्रिया का वर्णन करें। उसकी शंकाओं को स्पष्ट करें, यदि कोई हो।

iv. ग्लास थर्मामीटर में पारे का स्तर 96 डिग्री फेरनहाइट से नीचे तक कम करें या इलेक्ट्रॉनिक थर्मामीटर के पावर बटन पर स्विच करें।

4) गर्दन की जांच किस प्रकार की जाती है ?

उत्तर - गर्दन को लिम्फ नोड्स की जांच के लिए उभारा जाता है। थायरॉयड ग्रंथियों का आकलन करने के लिए, रोगी को लार को निगलने के लिए कहा जाता है।

5) खोपड़ी को कैसे मापते हैं?

उत्तर - खोपड़ी की परिधि को मापना (Measuring skull circumference) खोपड़ी को आंखों के ऊपर से ओक्सीपिटल प्रोट्यूबेंस तक मापा जाता है, जहां व्यास अधिकतम है।

प्रश्न 6 लघु उत्तरीय प्रश्न-

1) एक रिसेप्शनिस्ट की योग्यता लिखिए ।

उत्तर - मेडिकल रिसेप्शनिस्ट के पास जो ज्ञान, कौशल, क्षमताएं और गुण हैं उनमें निम्नलिखित शामिल होने चाहिए।

- i. एक अस्पताल के विभागों और वर्गों का ज्ञान।
- ii. ग्राहक का अभिवादन करना।
- iii. बैठकों की व्यवस्था करना।
- iv. फोन कॉल का उत्तर देना और अग्रेषित करना
- v. डाक के पत्रों आदि को छाँटना और वितरित करना
- vi. एक संगठित और कुशल तरीके से जानकारी की रिकॉर्डिंग।
- vii. संचार कौशल
- viii. विनम्रता और दक्षता
- ix. दयालुता

2) कानों की जांच की क्या प्रक्रिया है ?

उत्तर - रोगी के लेटने या बैठने की स्थिति में कान को ईएनटी विशेषज्ञ की ओर रखा जा सकता है। कान की जाँच के लिए उपयोग किए जाने वाले उपकरण एक हेड मिरर, विभिन्न आकारों के कान के स्पेक्युलम, कॉटन-टिप वाले एप्लिकेटर और ऑटो-स्कोप होते हैं। 'ट्यूनिंग फॉर्क' परीक्षण सुनने की जांच के लिए मूल परीक्षण है। एक व्यक्ति को सावधानीपूर्वक जांच करने की आवश्यकता होती है और तदनुसार सलाह दी जा सकती है। एक बच्चे को उसके माता-पिता या अभिभावक की गोद में बैठाया जाता है और उसके पैर उसके माता-पिता या अभिभावक के घुटनों और पीठ के पीछे हाथों के बीच रखे जाते हैं। बच्चे का सिर माता-पिता या अभिभावक के सीने के न विपरीत होता है। शिशुओं को जांच की मेज पर लेटाया जा सकता है।

3) रक्तचाप की माप के लिए तैयारी कैसे करते हैं ?

उत्तर - रक्तचाप की माप के लिए तैयारी निम्न प्रकार से करते हैं :-

- इससे पहले कि आप रक्तचाप लेना शुरू करें, मरीज को बिना बात किए 3-5 मिनट आराम करने के लिए कहें।
- रोगी को एक आरामदायक कुर्सी पर बैठा दें, पीठ को सहारा दें और पैरों और टखनों को बिना क्रॉस किए बिठाएं।
- रोगी के हाथ को कोहनी पर मोड़ा जाना चाहिए और हृदय के साथ इसका स्तर बढ़ाने के लिए एक मेज पर रखा जाना चाहिए।
- एंटीक्यूबिटल फोसा के ऊपर हाथ के ऊपरी हिस्से के चारों ओर कफ लपेटें। कफ को कसकर लपेटा जाना चाहिए, जिससे एक अंगुली उसके नीचे जा सके।
- सुनिश्चित करें कि कफ के नीचे का किनारा कोहनी में क्रीज से कम से कम एक इंच ऊपर है।

प्रश्न 7 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न :-

1) मानव शरीर के महत्वपूर्ण संकेत क्या हैं ?

उत्तर - मानव शरीर के चार महत्वपूर्ण संकेत हैं ।

- तापमान** - मानव शरीर का तापमान सामान्य परिस्थितियों में , जिसे नाथर्मिया या युधर्मिया कहा जाता है । यह शरीर की स्थिति पर निर्भर करती है। जिस पर माप लिया जाता है। शरीर का तापमान 37 डिग्री सेल्सियस (98.6 डिग्री फ़िरनहाइट) हैं। जबकि मौखिक (जीभ के नीचे) माप 36.8 डिग्री सेल्सियस + 0.4 डिग्री सेल्सियस है। ये संख्या औसत सामान्य तापमान का प्रतिनिधित्व करती है जो व्यक्ति से व्यक्ति से भिन्न होती है।
- नाड़ी** - नाड़ी की दर हृदय की दर या हृदय की धड़कन प्रति मिनट कितनी बार धड़क रही है इसका संकेत देती है। हृदय से रक्त के प्रवाह के साथ धमनियों का विस्तार और सिकुड़ा होता है। पल्स बीट न केवल हृदय की धड़कन बल्कि हृदय डी ताल और नाड़ी की तागत को भी इंगित करता है। एक स्वस्थ व्यस्क के लिए औसत नाड़ी 60 से 80 बीट प्रति मिनट तक होती है। व्यायाम, बीमारी चोट और भावनाओं के साथ नाड़ी की दर को भी उतार-चढ़ाव हो सकता है।
- श्वसन दर** सांसों की संख्या को इंगित करती है जब कोई व्यक्ति प्रति मिनट सांस लेता है। जब वह आराम करता है। तब श्वसन दर की अलग-अलग स्थितियों में भिन्न हो सकती है। जैसे बुखार बीमार और अन्य चिकित्सा स्थितियाँ श्वसन दर की जाँच करते समय यह भी ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि व्यक्ति को सांस होने में कोई कठिनाई है या नहीं। एक वयस्क के लिए सामान्य श्वसन दर 12-16 साँस प्रति मिनट तक होती है।
- रक्तचाप** - रक्तचाप या ब्लड प्रेशर धमनी की दीवारों के माध्यम से हृदय द्वारा पंप किए जाने वाले रक्त के प्रवाह को मापना होता है। हर बार जब हृदय धड़कता है तो यह हृदय के सिकुड़ने के रूप में रक्तचाप का उच्चतम परिणाम मिलता है। रक्तचाप को मापने के दौरान 2 नंबर दर्ज किए जाते हैं। सिस्टोलिक प्रेशर घमनी

के अंदर का दबाव जब हृदय सिकुड़ता है और शरीर के माध्यम से रक्त पंप करता है और डिस्टोलिक प्रेशर हृदय के आराम करने पर धमनियों का रक्तचाप रिकॉर्ड होता है। स्फिगमोगेनो मीटर का उपयोग करके रक्तचाप को मापा जाता है। फिरोमिने तीन प्रकार के होते हैं। - पारा, एनेराइड एवं डिजिटल । वयस्क व्यक्ति का रक्तचाप 140 मिमी एच जी होता है।

2) तापमान और नाडी को मापने की प्रक्रिया के बारे में बताएं।

उत्तर - तापमान

A. तापमान लेने की तैयारी -

- अपने हाथों को साफ करे या धोए ।
- माप लेने के लिए उपयुक्त उपकरण का चयन करें ।
- ग्लास थर्मामीटर में पारे का स्तर 96 डिग्री फारेनहाइट से नीचे तक कम करे या इलेक्ट्रॉनिक थर्मामीटर के पावर बटन पर स्विच करें।

B. मौखिक तापमान लेना

- रोगी के मुँह के अंदर धर्मामीटर की नोक रखे ।
- इसे वहाँ 3-5 मिनट के लिए रखें । 3. धर्मामीटर को बाहर निकाले और रीडिंग को सटीक रूप से पढ़ने के लिए इसे साफ करने के लिए टिशु पेपर से साफ करें।

C. नाडी

- पहली और दूसरी अंगुलियों का आयोग करके धमनियों पर दृढ़ता से दबाएं जब तक आप नाडी महसूस नहीं करते।
- 60 सैकेण्ड [या 15 सेकेण्ड के लिए और फिर प्रति मिनट बीट्स की गणना करने के लिए चार से गुणा करे] पल्स की गणना करे ।
- गिनती करते समय, समय की बजाय नाडी की धड़कनों पर ध्यान केंद्रित करे।

3) सीने के परीक्षण के लिए किस तकनीक का उपयोग किया जाता है।

उत्तर - एक रोगी को आड़ी आवर्ती स्थिति में रखकर सीने के अगले हिस्से की जांच की जाती है। सीने की जांच करने के लिए विभिन्न तरीके हैं। तरल या रुकावट वाले हिस्सों की उपस्थिति का निर्धारण करने के लिए पक्युशन विधि का उपयोग किया जाता है। एक चिकित्सक सीने में सांल लेने की आवाज सुनने के लिए स्टेथोस्कोप का भी उपयोग करता है।

यूनिट 3

अंतरंग रोगी देखभाल के लिए जनरल ड्यूटी सहायक की भूमिका

प्रश्न 1 सही विकल्प चुनिये ।

i. कार्डियक अरेस्ट के दौरान मेडिकल इमरजेंसी ट्रांसपोर्टेशन के लिए कलर कोड है।

- A) लाल B) काला
C) सफेद C) नीला

उत्तर :- लाल ।

ii. एक मरीज के आसपास के वातावरण को करने की आवश्यकता है ।

- A) आराम और दोस्ताना B) स्ट्रिक
C) सोरगुल D) उपरोक्त सभी

उत्तर:- आराम और दोस्तान

iii. विस्तर बनाने का उद्देश्य है। ।

- A) स्वच्छता B) साफ
C) आराम D) उपरोक्त सभी ।

उत्तर :- उपरोक्त सभी

iv. जिन रोगियों को एम्बुलेंस द्वारा अस्पताल लाया जाता है, उन्हेंपर वार्ड में ले जाते है

- A) पैदल B) स्टेचर
C) A ओर B D) कोई नहीं ।

उत्तर :- स्टेचर

प्रश्न 2 सही जोड़ी बनाए-

- | | | | |
|------|-------------------|---|-------------------|
| i. | आपातकाल | - | महिला आटेंडर |
| ii. | बिस्तर तैयार करना | - | मुर्चर |
| iii. | महिला रोगी | - | एम्बुलेंस |
| iv. | जनरल वर्ड | - | आराम स्वच्छता |
| v. | म्रत शरीर | - | गहन चिकित्सा कक्ष |

उत्तर -

- | | | | |
|------|-------------------|---|---------------|
| i. | आपातकाल | - | एम्बुलेंस |
| ii. | बिस्तर तैयार करना | - | आराम स्वच्छता |
| iii. | महिला रोगी | - | महिला आटेंडर |

iv.	जनरल वर्ड	-	गहन चिकित्सा कक्ष
v.	मृत शरीर	-	मुर्चरी

प्रश्न 3 खाली स्थान भरो-

- i. एक रोगी की दैनिक देखभाल गतिविधियों में एक सहायक की आवश्यकता होती है जिसमें.....शामिल होता है।

उत्तर- स्नान और शवर, आंत और मूत्राशय प्रबंधन, ड्रेसिंग

- ii. दवाइयाँ लेते समय एक रोगी का पर्यवेक्षण करना रोकता है.....

उत्तर- खुराक पर, दवाई लेने में भूलने की बीमारी

- iii. विस्तर बनाने का.....उद्देश्य है।

उत्तर - एक रोगी,

- iv. शवतक मोर्चरी में रह सकता है।

उत्तर:- 48 घंटे

- v.की समाप्ति होने पर मृत्यु की पुष्टि की जा सकती है।

उत्तर:- शरीर के सभी कार्य

प्रश्न 4 सत्य असत्य लिखिए-

- i. मृत शरीर को मृत शरीर के मर्जरी में 2 घंटे से अधिक नहीं रख सकते।

उत्तर:- असत्य

- ii. जनरल वार्ड में वार्ड में सीरियल मरीजों को भर्ती किया जाता है

उत्तर:- असत्य

- iii. रोगियों को समय पर भोजन देना चाहिए ।

उत्तर:- सत्य

- iv. वार्ड में बिना अनुमति के नहीं किसी को प्रवेश नहीं देना चाहिए

उत्तर:- सत्य

प्रश्न 5 एक शब्द में उत्तर लिखो -

i. लिनन के पूरी तरह के परिवर्तन के लिए आवश्यक सामान हैं।

उत्तर - गद्दा कवर और दो चादरें, ड्रा शीट और पिलो कवर, काउंटरपैन ।

ii. मामले में, एक नमूना प्रकृति में संक्रामक है, फिर क्या सावधानी बरतनी चाहिए ?

उत्तर - लेवल पर लिखा है कि 'खतरे का संक्रमण' नमूना पैकेज से चिपका होना चाहिए यह निर्देश नमूने के पैकेज से चिपका होना चाहिए कि नहीं खोला जाना चाहिए ।

iii. मानसिक रूप से बीमार रोगी को देखभाल प्रदान करते समय, रोगी की आध्यात्मिक आवश्यकताओं का समर्थन करने के लिए कौन लाभकारी होगा ?

उत्तर - सहायता, करुणा और प्रेम प्रदान करें ।

iv. मृत्यु के बाद, मृतक के रिश्तेदारों को अधिकारियों से प्रमाण पत्र लेने के लिए कहे।

उत्तर - मृत्यु प्रमाण पत्र

v. जिन रोगियों को एम्बुलेंस द्वारा अस्पताल लाया जाता है, उन्हें किस वार्ड में ले जाते हैं

उत्तर - इमरजेंसी वार्ड

प्रश्न 6 अतिलघु उत्तरीय प्रश्न-

i. एक अस्पताल में रोगी को दाखिल करने में एक जनरल इयूटी सहायक की जिम्मेदारियों का वर्णन करें।

उत्तर - जी डी ए रोगी देखभाल के क्षेत्र में काम करने वाले व्यावसायिकों को सहायक प्रदान करता है जीडीए फ्रंट ऑफिस के प्रबंधन, आपातकालीन सेवाओं को संभालने, स्वच्छता बनाए रखने में मदद रखने और विभिन्न अन्य इयूटरी को पूरा करता है, जो एक अस्पताल के बेहतर कामकाज में योगदान देना देता है।

रोगियों के प्रवेश - एक रोगी के प्रवेश का अर्थ है रोग के अवलोकन, जाँच और उपचार के लिए अस्पताल में रहने की व्यवस्था करना । जो कि जीडीए पूरी जिम्मेदारी के निभाता हैं।

ii. विस्तर बनाने का उद्देश्य क्या हैं?

उत्तर - विस्तर बनाने के उद्देश्य निम्न हैं ।

a) एक सुरक्षित विस्तर से पीड़ित रोगियों में कई जटिलताओं से रोका जा सकेगा, जैसे बेडसोर्स, पैर, गिर जाना, आदि ।

b) अच्छा शरीर तन्त्र शरीर के ताल मेल को बनाए रखता है और थकान को रोकता है।

c) विस्तर बनाने के व्यवस्थित तरीके समय, ऊर्जा और सामग्री की बचत करते हैं।

iii. बिस्तर के विभिन्न प्रकार क्या है ?

उत्तर - बिस्तर के निम्न प्रकार हैं- ओपन बेड ,क्लोजड बेड, एडमिशन वेड, ओक्यूपाइड वेड,कार्डियक बेड , फ्रैक्चर बेड, एम्प्रेशन बिस्तर ,कंबल विस्तर हैं ।

iv. लेबलिंग के महत्व पर एक छोटा नोट लिखें।

उत्तर - एक नमूना कंटेनर और अनुरोध कॉर्न में नमूना स्रोत और रोगी की पूरी जानकारी की प्रकृति का वर्णन करना चाहिए । इससे जब नमूना फार्म अलग अलग हो जाते हैं । प्रयोगशाला के कर्मचारियों को स्रोत जल्दी से जल्दी पहचानने की सुविधा मिलती है ।

प्रश्न 7 लघु उत्तरीय प्रश्न-

i. मृत शरीर की देखभाल के लिए आवश्यक पदों को सूचीबद्ध करें-

उत्तर - शव की देखभाल के लिए आवश्यक पद नि.लि. हैं.

a) बिस्तर में स्नान और बालों की देखभाल के लिए मद

b) एक साफ बिस्तर की चादर

c) चिकने वाला टेप और कैची

d) माउथ गैंग या जीभ डिजेसर्स

e) पैरीनियल पैड या डायपर

f) रोगी के कपड़े

g) काटन पैड और पट्टी

h) बड़े शरीर का आकार डबल स्तरित पॉलिथिन बैग

i) व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण ।

ii. मृत शरीर की देखभाल के लिए बुनियादी कदमों का उल्लेख कीजिए।

उत्तर - मृत शरीर की देखभाल के लिए दुनियाबी कदम निम्न हैं-

a) यह पता करें कि मृत्यु घोषित हैं और ड्यूटी डॉक्टर द्वारा प्रमाणित हैं ।

b) मृतक की आँखें तुरन्त बंद कर दें । शरीर को सामान्य स्थिति में रखे

- c) बेड लिपट से मृत्यु के चार घंटेबाद शव को मोर्चरी में भेजा जाना चाहिए ।
- d) शव से सभी गहने हटा दे आभूषणों की सूची दें और उन्हें उनके परिवार या रिश्तेदारों को सौंप दें
- e) तीन पहचान लेबल पहले बाई कलाई पर छाती पर और मरे हुए शरीर पर विवरण के साथ जैसे आयु और रोगी का पता मरीज का रिकॉर्ड नंबर - नाम, लिंग वार्ड नंबर बेड नम्बर उसका / उसकी मृत्यु का कारण मृत्यु का दिनांक व समय

iii. किसी रोगी को उसकी देखभाल करते समय कौन सी बुनियादी देखभाल प्रदान की जानी चाहिए?

उत्तर - किसी रोगी को उसकी देखभाल करते समय नि.लि. बुनियादी देखभाल प्रदान की जानी चाहिए-

- पेयजल:- रोगी की देखभाल करने वालों को यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि रोगी पर्याप्त पानी पीते हैं। रोगी को प्योरिफाइड या उबला हुआ पानी देना चाहिए
- दवा लेना:- शुरुआत में, रोगियों को अपनी दवाओं का ट्रैक रखना मुसकिल हो सकता है । दवाओं हेतु छोटे लेबिल वाले बक्से का उपयोग करने से मदद मिल सकती है ।
- रोगियों में दवा लेना भूल जाना एक आम समस्या है। इसलिए देखभाल करने वालों को दवा लेने के लिए रोगियों को याद दिलाना और मदद करना चाहिए।

iv. विस्तर बनाने में एक जनरल ड्युटी सहायक की जिम्मेदारी व वर्णन करें।

उत्तर - विस्तर बनाने में एक जनरल ड्युटी सहायक निम्न जिम्मेदारियाँ होती है -

- रोगी की गति और स्थिति के बारे में किसी विशेष आवश्यकता के लिए डॉक्टर के पर्चे या रोगी के चार्ट की जाच करें।
- आकलन करें कि क्या रोगी अपनी देखभाल की गतिविधियों कर सकता है या नहीं ।
- जांचें कि क्या रोगी की सफाई के लिए पर्याप्त फर्नीचर और लिनन है ।
- रोगी के आराम के लिए आवश्यक स्वच्छ लिनन और । अन्य बिस्तर लेखों की संख्या, जैसे कंबल, बाकी आदि। लिनन बदलें।

प्रश्न 8 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न

i. किसी रोगी की दैनिक पाँच गतिविधियों को सूचीबद्ध करें।

उत्तर - किसी रोगी की दैनिक पाँच गतिविधियाँ :-

- दाँतों की देखभाल = एक रोगी को अपने दाँतों को अच्छी तरह से साफ करना चाहिए।
- तैयारी = रोगियों को अच्छी तरह से सेविंग , कधी , नाखून , आदि चीजें करना चाहिए ।
- ड्रेसिंग = कपड़ों के आरामदायक और पहनने में आसान होना चाहिए तथा स्वच्छ होना चाहिए।
- टॉयलेट करना = असंयक्ष कई कारणों से होता है, जैसे किसी रोगी की समय पर वाशरूम तक पहुंचने में असमर्थता उसके स्थान को भूल जाना आदि । साइन बोर्ड का उपयोग बाथरूम के रास्ते को इंगित करना, रात में रोशनी करें और मेल कपड़े जो रोगी बाथरूम तक पाहुचने के लिए उपयोग कर सकता है ।
- भोजन करना = रोगियों को खाना पौष्टिक, विटामिन्स युक्त खाना चाहिए। यदि रोगी हाथ से खाना नहीं रखा पाता है तो उन्हें चम्मच का उपयोग करना पड़ता है । भोजन ऐसा होना चाहिए जिसे सरलता से खाना वचवाया जा सके।

ii. एक रोगी को परिवहन हेतु कौन से उपकरण की आवश्यकता होती हैं?

उत्तर - एक रोगी को परिवहन हेतु निम्न उपकरण की आवश्यकता होती है

- नहाना - रोगी को साबुन लगाकर उपकरण आवश्य अच्छी तरह से नहाना चाहिए । तथा रोगी को ज्यादा ठंडे और गर्म पानी बहाना चाहिए ।
- दाँतों की देखभाल - रोगी को दाँतों की अच्छी तरह से ब्रश से सफाई करनी चाहिए ।
- तैयारी - एक रोगी को साफ-सुथरे कपड़े पहनने चाहिए, कपड़ों को आरामदायक और पहनने में आसान होने चाहिए ।
- टॉयलेट करना- शौचालय का उपयोग करने के बाद उचित पोंछना और हाथ धोना सुनिश्चित करने के लिए रोगी को देखे ।
- भोजन करना - रोगी भोजन पर आसपास गन्दगी नहीं होनी चाहिए।

यूनिट 4

प्राथमिक चिकित्सा

प्रश्न 1 सही विकल्प चुने-

A. प्राथमिक चिकित्सा कक्ष में क्या सुबिधाये होती है ।

- ए) मेज
बी) स्टेचर
सी) व्हील चेयर
डी) उपरोक्त सभी

ANS (डी)

B. प्राथमिक चिकित्सा किट के उपकरण -

- ए) चिकित्सा टेप
बी) रुई
सी) सेफ्टी पीन्स
डी) उपरोक्त सभी

ANS

C. रक्त बना होता है ।

- ए) प्लाज्मा
बी) सेल्स
सी) A ओर B
डी) इनमे से कोई नहीं

ANS (सी)

प्रश्न 2 सही जोड़ी बनाए-

- | | | |
|----------------|---|---------------------|
| A. बायो लॉजिकल | - | रेडियो धर्मी पदार्थ |
| B. केमिकल | - | आग लगना |
| C. रेडिएसन | - | बैक्टीरिया वाइरस |
| D. फिज़िकल | - | ऐसिड |
| E. दुरघटना | - | हाथ टूटना |

उत्तर-

- | | | |
|----------------|---|---------------------|
| A. बायो लॉजिकल | - | बैक्टीरिया वाइरस |
| B. केमिकल | - | ऐसिड |
| C. रेडिएसन | - | रेडियो धर्मी पदार्थ |
| D. फिज़िकल | - | हाथ टूटना |
| E. दुरघटना | - | आग लगना |

प्रश्न 3 रिक्त स्थान भरें-

A. पहली बार में दिए गए चिकित्सा संबंधी हवान कोकहा जाता है।

उत्तर : प्राथमिक चिकित्सा

B. रक्तसे बना एक चिपचिपा द्रव है।

उत्तर : प्लाज्मा और सेल

C. सांस लेने की प्रक्रियाऔर सांस छोड़ना है और बाहर निकालना साँस छोड़ना है।

उत्तर: सांस लेना

D.एक वाहन है जिसे विशेष रूप से गंभीर रूप से बीमार या घायल लोगों को चिकित्सा सुविधा में पहुंचाने के लिए बनाया गया है।

उत्तर: एम्बुलेंस

E.वह व्यक्ति है जो एक आपातकालीन दृश्य की जिम्मेदारी लेता है और प्राथमिक चिकित्सा करता है।

उत्तर : एक फर्स्ट एडर

F. ओआरएस का अर्थहै।

उत्तर : ओरल रिहाइड्रेशन साल्ट्स

G.किट की सामग्री मुख्य रूप से प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करने के लिए है।

उत्तर : प्राथमिक चिकित्सा

प्रश्न 4 सत्य असत्य लिखिए ।

A. बुखार से पीड़ित व्यक्ति (96.8 डिग्री फेरनहाइट 100.8 डिग्री फेरनहाइट) को निम्न बुखार से पीड़ित माना जाता है।

उत्तर : सत्य

B. ब्रोन्को डायलेटस का उपयोग सेकंड येडर हमले के मामले में किया जाता है।

उत्तर : असत्य

C. बुखार सूक्ष्मजीव है जिन्हें खाद्य संदूषण का सबसे सामान्य कारण कहा जाता है।

उत्तर : सत्य

D. ओरल रिहाइड्रेशन साल्ट को गुनगुने पानी के साथ देना चाहिए ।

उत्तर : सत्य

प्रश्न 5 अतिलघु उत्तरीय प्रश्न-

A. प्राथमिक चिकित्सा का उद्देश्य क्या है?

उत्तर - प्राथमिक चिकित्सा देने का प्राथमिक उद्देश्य किसी योग्य चिकित्सा विशेषज्ञ द्वारा मरने से पहले किसी व्यक्ति के जीवन, को बनाए रखना, दर्द के कारण होने वाली उसकी परेशानी को कम करना और उसकी स्थिति को बिगड़ने से रोकना

B. स्वास्थ्य आपातकाल क्या हैं? विभिन्न आपातकालीन स्थितियों का वर्णन करें।

उत्तर - स्वास्थ्य आपातकाल की एक ऐसी स्थिति है। जिसमें किसी बीमारी या दुर्घटना के कारण किसी व्यक्ति स्वास्थ्य के लिए खतरा या जोखिम होता है और एक जीवन को बचाने के लिए तत्काल मदद की आवश्यकता होती है। चिकित्सा सहायता आने से पहले आपात स्थिति में व्यक्ति को तत्काल ध्यान और प्राथमिक चिकित्सा प्रदान की जानी चाहिए। जिन विभिन्न स्थितियों में तत्काल चिकित्सा देखभाल की आवश्यकता होती है। वे ही इलेक्ट्रिक शॉक, साँस लेने में कठनाई जलन खून का बहाव चोट फ्रैक्चर हार्ट अटैक आदि ।

C. प्राथमिक सहायता द्वारा दी जाने वाली सुविधाओं का वर्णन करें।

उत्तर - इस जगह पर जहाँ प्राथमिक चिकित्सा सेवाएं प्रदान करने के लिए उपकरण और सामग्री को व्यवस्थित रूप से रखा जाता है। एक प्राथमिक चिकित्सा कक्ष में निम्न - लिखित होना चाहिए !

- प्राथमिक चिकित्सा के प्रतीक के साथ नेम प्लेट
- पर्याप्त प्रकाश और बेटिलेशन की सुविधा
- शौचालय जो अलग - अलग विकल्यांग व्यक्तियों के लिए अनुकूल होना चाहिए
- स्ट्रेचर या व्हील चेयर पर किसी व्यक्ति की आसान आवा जाही के लिए सुविधाएं

D. प्राथमिक चिकित्सा कक्ष में अन्य में सुविधाओं लिखिए ?

उत्तर -

- मेज और कुर्सिया
- टेलीफोन
- एक निर्देशक जिसमें आपातकालीन टेलीफोन नंबर होते हैं।
- प्राथमिक चिकित्सा किट
- परीक्षा लैम्प
- कंबल और तकिए के साथ चिकित्सा परीक्षा सोपे
- एक पोर्टेबल स्क्रीन इत्यादि

प्रश्न 6 लघु उत्तरीय प्रश्न :-

A. प्राथमिक चिकित्सा किट का वर्णन करें और इसी सामग्री को सूचीबद्ध करें ?

उत्तर - एक प्राथमिक चिकित्सा किट में खून का बहाव हड्डी टूटने और जलने के मामले में प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करने के लिए आइटम शामिल हैं। एक प्राथमिक चिकित्सा किट से उद्योग या संगठन विशिष्ट भी बनाया जा सकता है। एक बुनियादी प्राथमिक चिकित्सा किट में निम्नलिखित शामिल होना चाहिए ।

- सभी आकारों के बैंड एडस
- घाबों की सफाई के लिए 4" से 4" तक गौज पेड
- घाबों कट और घिसाव के लिए 4 से 4 या तक ड्रेसिंग पट्टियाँ
- 2 ड्रेसिंग रोल या क्रेप बैंडेज को कवर करने और चोटों पर पट्टियाँ बाँधना

- चिकित्सा टेप
- काटन वाल
- सेफ्टी पिन
- घाबों की सफाई के लिए अल्कोहल पेड या आइसोप्रोपिल अल्कोहल
- चिमटी कैंची, टार्च, नेल कटर, जेन चालू, स्टेराइल दस्ताने इत्यादि

B. आम बीमारियों के लिए दबाए क्या है? कुछ दवाओं को सूचीबद्ध करे।

उत्तर - ऐसी कई आम बीमारियाँ हैं जिनसे लोग पीड़ित ही सकते हैं ये बीमारी आम तौर पर प्रकृति में गंभीर नहीं होती है और इसे घरेलू उपचारों पा ओवर द - काउंटर दवायों द्वारा ठीक किया जाता है। कुछ बीमारिया प्रकृति में गंभीर है और पेशेवर चिकित्सा ध्यान देने की आवश्यकता है। यहां तक की समान सर्दी भी गंभीर हो सकती है यदि सही तरीके से और समय पर इलाज न किया जाए तो यह अन्य संक्रामक रोगों जैसे कि इन्क्लूजा और निमोनिया के लिए आगे बढ़ सकता है। यदि कुछ दिनों तक बीमारी बनी रहती हैं, तो रोगी को तुरंत डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए । आम बीमारियों के लिए निर्धारित कुछ दवाएं नीचे दी गई तात्तिका में दी गई हैं

बिमारियां

दवा

सिर दर्द	सेरिडन एस्पिरिन सीने मे दर्द के लिए भी इस्तेमाल किया जाता है
पेट में जलन या जम्लता	पाचक गोली या सिरप
नाक बंद	नाक और सीने पर रगड़ने के लिएवाम
खांसी और सर्दी	खासी और सर्दी के लिए गोली या सिरप
बुखार या फ्लू	पेरासिहामोल / समान्य दर्द निवारक के रूप में भी इस्तेमाल किया जाता है।
कब्ज	इसबगोल की मूसी (गर्मा दूध या पानी के साथ
मोच और तनाव	फ्लेक्सन या कॉम्बिफ्लेम टैबलेट एक एंटी इफ्लेमेट्री दर्द निवारक के रूप मे इस्तेमाल किया
डिहाइड्रेशन	ओरल रिहाइड्रेशन साल्ट ORS

C. ओआरएस क्या है? 1 लीटर ओआरएस घोल बनाने की विधि का वर्णन करे।

उत्तर - **ORS** की फुल फॉर्म ओरल रिहाइड्रेशन साल्ट्स है, जो कि डायरिया संबंधी समस्या को दूर करने का सबसे किफायती इलाज है। इसमें साल्ट (इलेक्ट्रोलाइट) और चीनी होती है। इन दोनों का मिश्रण शरीर में गट (पेट) से इलेक्ट्रोलाइट और पानी के अवशोषण को तेज करता है।

बनाने की विधि :-

- ओआरएस का घोल बनाने के लिए आप सबसे पहले अपने दोनों हाथों को साबुन से धो लें।
- सबसे पहले आप एक लीटर पानी को अच्छी तरह से उबाल लें और फिर उसे ठंडा कर लें।
- अब इसमें पहले नमक और शक्कर को डालकर अच्छी तरह मिलाएं, जब तक शक्कर पूरी तरह से न घुल जाएँ।

- इसके बाद पानी में नींबू का रस और सोडा को अच्छी तरह से मिला लें।
- अब आपका होममेड ओआरएस (ORS) घोल तैयार है।
- उल्टी या दस्त होने पर आप इसे थोड़ा थोड़ा करके पूरे दिन पियें।

प्रश्न 7 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न -

A. प्राथमिक चिकित्सक (फर्स्ट एडर) कौन है? प्राथमिक चिकित्सक की भूमिका का वर्णन करे।

उत्तर - प्रारंभिक जीवन रक्षक प्रक्रिया सिर झुकाव सास के रास्ते अवरोध और ठीक होने की स्थिति में दी जाने वाली प्राथमिक चिकित्सा है। अब हम कल्पना करते हैं कि कोई व्यक्ति किसी दुर्घटना में घायल हो गया है। सेवाओं की प्राथमिकता यह है कि प्राथमिक चिकित्सक को इस तरह स्थिति में इन चरणों का पालन की जरूरत है-

- खून के बहाव की जांच करे घाव क्षेत्र पर सीधा दबाव डाल कर खून का बहाव रोके
- सिर गर्दन और रीढ़ की चोट के लिए जाँच करे पर भी संदेह है तो आगे की चोट को रोकने के लिए पीडित को स्थिर करना । पीडित को स्थानांतरिक करने से अवसर रीठ की चोटो का प्रभाव बढ़ जायगा 3-3 जावाब देही निर्धारित करे यदि पीडित बेहोश है तो धीरे से हिलाकर और उसके साथ बात करने होस में रखने का प्रयास करें। तरल पदार्थ न दें, पीडित निगल नहीं सकता है और यहां तक कि उसका गला घुट भी सकता है। उसकी सीने की हरकतों के लिए जाँच करे और सांस लेने की आवाजे सुने अपने कान को पीडित की नाक और मुँह के पास रखें और अपने गाल पर साँस लेने के लिए महसूस करे यदि पीडित सांस नहीं ले रहा है तो मुँह से मुँह की पुनर्जीवन देता है। यदि आप ऐसा करने के लिए प्रशिक्षित नहीं है तो जल्द चिकित सहायता ले ।

B. शरीर का तापमान लेने के चरणों का वर्णन करें।

उत्तर - शरीर का तापमान लेना:- बुखार के मामले में, डिजिटल थर्मामीटर का उपयोग करने से शरीर के तापमान को मापा जाता है। आइए अब हम हम शरीर को तापमान को लेना सीखे -

- तैयार करें - डिजिटल थर्मामीटर की नोक को साफ पानी से धोए और एक साफ कपडे से पोछ लें। सतह को साफ करने के बाद टिशू पेपर से पोंछ लें। इससे सतह पर कटारे को हटा दिया जाए ।
- स्विच ऑन करे - यह सुनिश्चित करने के लिए कि यह काम कर रहा है, डिजिटल थर्मामीटर पर स्थित पावर बटन की जाँच करें। एमसीडी स्क्रीन की '0' अवश्य पढ़ना चाहिए | यदि स्क्रीन खाली रहती है तो बैटरी बदलें। बैटरी को बदलने के लिए मैनुअल में दिए गए निर्देशों को पढ़ें। प्रारंभिक रीडिंग सही होने पर थर्मामीटर का उपयोग करें।
- स्थिति - रोगी के मुँह में मध्य पर उसकी नोक इतने से पहले थर्मामीटर की उसकी नोक पर रखें और इसे पकड़ने के लिए रोगी को उसके होठों को बंद करने के लिए कहें।
- तापमान ले - उपकरण के तापमान को पढ़ते के लिए वटन दवाएं। इसमें कुछ मिनट लग सकते हैं। व्यक्ति के मुँह से मीटर निकाल और तापमान पडे ।

- स्टोर - जब आप थर्मामीटर का उपयोग करना समाप्त कर लेते हैं तो इसे बंद कर दे और टिप को पानी से साफ करे और इसे टिशू पेपर या कपड़े से पोंछ लें धर्मामीटर को अपने सुरक्षात्कार केश में रखे और बच्चों की पहुंच से एक सुरक्षित जगह पर रखे ।

यूनिट-5

सुरक्षा स्वास्थ्य और सुरक्षित वातावरण बनाए रखना

प्रश्न 1 सही विकल्प चुनिये ।

i. चलते समय रोगी को कैसे जूते पहनने चाहिये ।

A) ऊची एडी

B) कम एडी

C) स्लीपर

D) उपरोक्त सभी

उत्तर कम एडी

ii. आग लगने पर बंद करना चाहिये ।

A) रूम

B) अस्पताल

C) मैन स्विच

D) उपरोक्त कोई नहीं

उत्तर मैन स्विच

iii. अस्पतालों में कोन-कोन सिस्टम होना चाहिये ।

A) फ़ायर सेफ़्टी

B) सुरक्षा किट

C) पानी सिस्टम

D) उपरोक्त सभी

उत्तर उपरोक्त सभी

iv. अस्पतालों में आग लगने कोन सी सेवा चालू कर देनी चाहिए।

A) आपातकाल सेवा

B) निकासी प्रक्रिया

C) A or B

C) इनमें से कोई नहीं

उत्तर A or B

प्रश्न 2 सही जोड़ी बनाए-

i. दुर्घटना	-	ओरल रिहाइड्रेशन साल्ट
ii. ORS	-	16.20 BRWOLTH/MIN
iii. 98.6 C	-	फ़र्स्ट ऐड
iv. श्वसन गति	-	सिर दर्द
v. सेरेडोन	-	तापमान

उत्तर-

vi.	दुर्घटना	-	फर्स्ट ऐड
vii.	ORS	-	ओरल रिहाइड्रेशन साल्ट
viii.	98.6 C	-	तापमान
ix.	श्वसन गति	-	16.20 BRWOLTH/MIN
x.	सेरेडोन	-	सिर दर्द

प्रश्न 3- खाली स्थान भरे-

- i. आम तौर पर अस्पतालों में होने वाली प्रमुख आपात स्थिति आग सुरक्षा समस्याओं औरके कारण होती है ।

उत्तर बिजली के झटके

- ii. फायर अलार्म के उपयोग औरका पता लगाने के लिए एक सामान्य ड्यूटी सहायक को आग की रोकथाम में प्रशिक्षण किया जाना चाहिए ।

उत्तर आपातकालीन निकास

- iii. यदि ऑक्सीजन नांव चालू है तो.....निषिद्ध है ।

उत्तर धूमपान

- iv. अस्पतालों में आग लगने पर का उपयोग करना चाहिए ।

उत्तर अलार्म

- v. आग के आसपास सभीबंद कर देने चाहिए ।

उत्तर बिजली उपकरण

प्रश्न 4- सत्य असत्य लिखिए -

- i. यदि उपकरण ओवरहीट करता है तो झटका पैदा नहीं करता है।

उत्तर असत्य

- ii. एक अस्पताल देखभाल सुविधा संक्रमण को नियंत्रित करने के लिए अपनी नीतियों का पालन कर सकती है।

उत्तर सत्य

- iii. बुजुर्ग या मानसिक रूप से बीमार मरीजों को अलग वार्ड_में रखना चाहिए ।

उत्तर सत्य

iv. आग लगने पर बिजली उपकरण बंद कर देना चाहिए।

उत्तर सत्य

v. ऑक्सीजन दहन कमीशन का समर्थन नहीं करता है ।

उत्तर असत्य

प्रश्न 04 अतिलघु उत्तरीय प्रश्न-

i. कार्यस्थल पर खतरों को कैसे रोका जा सकता है?

उत्तर - सुनिश्चित करें कि आपका स्वयं का स्वास्थ्य और स्वच्छता दूसरों के लिए जोखिम पैदा नहीं करता है, दुर्घटना, चोट या नुकसान के मामले में उचित कार्यवाही करें।

ii. सुरक्षित वातावरण को बढ़ावा कैसे दे सकती हैं ?

उत्तर - कार्यस्थल की जांच करें और देखें कि आपके द्वारा उपयोग किए जाने वाले सभी उपकरण सुरक्षित हैं और जोखिम को नियंत्रित करने के लिए अपने संगठन की स्वास्थ्य और सुरक्षा नीतियों को पूरा करती हैं।

प्रश्न 05 लघुउत्तरीय प्रश्न-

i. अस्पतालों में अपनाई जाने वाली विद्युत सुरक्षा उपयो की सूची बनाए?

उत्तर - उपाय

- विद्युत उपकरण का उपयोग केवल डच्छित उद्देश्य के लिए करे
- टेलीविजन सेट और अन्य सभी बिजली के उपकरणों और उपकरणों को वाथटब और वॉशबेसिन से दूर करे।
- उपयोग से पहले सभी छोटे उपकरणों की जाच करे ताकी यह सुनिश्चित हो सके कि उनका रखरखात अच्छे से हो सके
- बॉल सॉकेट से प्लग को पकड़कर प्लग निकाले
- एक विद्युत आउटलेट बिंदु पर ओवरलोड न डाले, विद्युत आउटलेट ओवरहीट करता है तो झटका पैदा करता है

ii. रोगियों को गर्म तरल पदार्थों के कारण होने वाली जलन से कैसे बचाये ?

उत्तर - एक टेबल पर कॉफी, चाय, और अन्य गर्म तरल पदार्थ रखना जहाँ रोगी आसानी से और सुरक्षित रूप से पहुँच सके गर्म पानी की थैलियों या हीटिंग पैड का उपयोग करते समय निर्धारित मानदंडों का ध्यानपूर्वक पालन करना क्योंकि कई स्वास्थ्य देखभाल सुविधाएं रोगियों के गंभीर खतरे के कारण उनके उपयोग की अनुमति नहीं देती हैं

प्रश्न 7 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न:-

i. अस्पतालों में अग्नि सुरक्षा उपायों का पालन करने का वर्णन करें ।

उत्तर - अस्पताल में आग से सुरक्षा के उपाय - अस्पताल में आग से सुरक्षा के उपाय महत्पूर्ण हैं और इसका हर समय पालन किया जाना चाहिए।

a) आग प्रतिरोध सामग्री के उपयोग और नियमों के अनुपालन के बावजूद आग दुर्घटनाएं अभी भी होती हैं

- स्वास्थ्य देखभाल संगठनों को नियमित रूप से अग्नि की रोकथाम का अभ्यास करना चाहिए।
- आग की रोकथाम
- स्थान और आग अलार्मु का उपयोग
- आग बुझाने का स्थान और उपयोग
- आपात कालाना निकास का स्थान
- निकासी की प्रक्रिया

b) आग लगने पर इन चरणों का पालन करें।

- फायर अलार्म प्रक्रिया को सक्रिय करें ।
- आग के आसपास के क्षेत्र में ऑक्सीजन नाब रोशनी और अन्य सभी बिजली के उपकरणों को बंद करें ।
- उन रोगियों को निकालें जो खतरे में हैं ।
- अस्पताल में स्विच बोर्ड को सूचित करने वाले साइन बोर्ड आग बुझाने वाले उपकरणों के ग्लो साइन बोर्ड के साथ समुख से दिखाई देने चाहिए।

ii. पर्यावरण सुरक्षा उपायों का वर्णन करें जिन्हें रोगी की देखभाल के लिए अपनाने की आवश्यकता है ।

उत्तर - रोगी की देखभाल के लिए पर्यावरण सुरक्षा के उपाय निम्नानुसार हैं-

- चोट के जोखिम वाले रोगियों की पहचान करें । जोखिम वाले लोगों में विशेष रूप से शामिल हो सकते हैं।
 - ❖ बुजुर्ग या मानसिक रूप से बीमार मरीज ।
 - ❖ विगडा हुआ दृष्टि या सुनवाई के साथ रोगियों बिगड़ी गतिशीलता के साथ रोगियों (व्हीलचेयर, वाकर और आंशिक पक्षाघात)
 - ❖ गिरने की घटना के साथ रोगी
 - ❖ मादक द्रव्यों का सेवन करने वाले रोगी।
- चोटों से जोखिम वाले रोगी
- चलते समय रोगी को कम एड़ी के जूते पहने की सलाह देना
- विस्तर को नीचे की स्थिति में रखना।
- जब फर्श गीला और फिसलन हो तो रोगियों और आगंतुकों को चेतावनी देना।
- घर की घरवाली के समय साइनबोर्ड लगाना चाहिये रोगियों को गर्म बदल पदार्थों के कारण होने वाली जलन से बचाए, संक्रमण के प्रसार को रोकें ।