

हिन्दू जनजागृति समिति समर्थित ग्रन्थ !  
आगामी विश्वयुद्धकालमें तथा सामान्यतः भी उपयुक्त !

प्राथमिक उपचार प्रशिक्षण - खण्ड २

## रक्तस्राव, घाव, अस्थिभंग, आदि का प्राथमिक उपचार

卐

भूमिका

卐

‘प्राथमिक उपचार’का साधारण अर्थ है, रोगीको चिकित्सकीय उपचार मिलनेतक उसपर किए जानेवाले उपचार । आजकी भागदौडभरी जीवनशैली तथा भावी तृतीय विश्वयुद्ध, प्राकृतिक आपदाएं, दंगे आदि का विचार करनेपर, समाज और राष्ट्र के प्रति कर्तव्यके रूपमें ‘प्राथमिक उपचार प्रशिक्षण’ लेना, प्रत्येक कर्तव्यनिष्ठ नागरिकके लिए आवश्यक है । छोटे-मोटे घावसे रक्त बहनेपर सामान्यतया कोई नहीं घबराता ; किन्तु जब गम्भीर चोट लगती है, उस समय ‘क्या करना चाहिए और क्या नहीं करना चाहिए’, यह अनेक लोग समझ नहीं पाते । घावसे अधिक रक्त बहना, अस्थिभंग, स्नायुमें चोट लगना, जोड़ोंकी हड्डियोंका अपने स्थानसे खिसक जाना, स्नायुओंमें गोला आना आदि समस्याओंमें किए जानेवाले प्राथमिक उपचार इस ग्रन्थमें दिए हैं । इसके अतिरिक्त पट्टी बांधना (ड्रेसिंग, बैण्डेज) तथा झोली (स्लिंग), इन अध्यायोंसे इनसे सम्बन्धित कार्य करनेकी उचित पद्धति समझना सरल होगा ।

श्री गुरुचरणोंमें प्रार्थना है कि ‘प्राथमिक उपचार प्रशिक्षण (३ ख’ ग्रन्थमाला पढकर और प्राथमिक उपचार प्रशिक्षण लेकर प्रत्येक कर्तव्यनिष्ठ नागरिक उत्तम प्राथमिक उपचारक बने !’ - संकलनकर्ता

卐

卐

आसन, मुद्रा एवं प्राणायाम हेतु पढें सनातनका ग्रन्थ  
आध्यात्मिक उन्नति हेतु हठयोग (भाग १ एवं २)

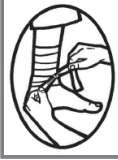


## अध्याय १

# रक्तस्राव और घाव

### अनुक्रमणिका

१. रक्तस्राव	९	
१ अ. रक्तस्राव अर्थात क्या ?	९	
१ आ. रक्तवाहिनियोंसे होनेवाले रक्तस्रावकी कुछ विशेषताएं	९	
१ इ. बाह्य रक्तस्राव और उसका सामान्य प्राथमिक उपचार	१०	
१ ई. आन्तरिक रक्तस्राव और उसका प्राथमिक उपचार	१०	
१ उ. कुछ अवयवोंसे होनेवाले रक्तस्रावका प्राथमिक उपचार	१३	
* नाक * मुख * कान	१३	
२. घाव	१६	
२ अ. घाव क्या है ?	१६	
२ आ. घावपर किए जानेवाले सामान्य प्राथमिक उपचार	१६	
२ इ. शरीरमें गडी वस्तुका दूसरा सिरा बाहर दिखनेपर किए जानेवाले प्राथमिक उपचार	२५	
२ ई. कुछ अवयवोंपर हुए घाव तथा लगी चोटोंपर किए जानेवाले प्राथमिक उपचार	२८	
२ ई १. सिरका घाव	२ ई २. आंखका घाव	२८
२ ई ३. छातीके घाव तथा चोट		३१
२ ई ४. पेटके घाव तथा चोट		३४
२ ई ५. हथेलीके घाव		३६
२ उ. कुछ विशेष घाव और चोटें तथा उनका प्राथमिक उपचार		३८



## अध्याय २ अस्थिभंग

### अनुक्रमणिका

[कुछ वैशिष्ट्यपूर्ण सूत्र (मुद्दे) ‘\*’ चिन्हसे दर्शाए हैं ।]

१. अस्थिभंग क्या है ?	४३
२. खोपडीका अस्थिभंग	४८
३. मुखमण्डलका (चेहरेका) अस्थिभंग	४९
४. हंसली टूटना (कॉलर बोन फ्रॅक्चर)	५३
५. पसलियोंका अस्थिभंग (फ्रॅक्चर रिब्स)	५४
६. मज्जारज्जुपर लगी चोट	५४
* ‘लॉग-रोल (Log-Roll)’ पद्धति	५५
* अचेत रोगीको सुरक्षित आरामदायक स्थितिमें रखनेकी पद्धति	५८
७. भुजाका अस्थिभंग	६३
* भुजा-अस्थि कंधेके पास टूटना * भुजा-अस्थि मध्यभागमें टूटना	६३
८. हाथका कोहनीसे नीचेके भागका और उंगलियोंका अस्थिभंग	६७
९. कटिभागका (कमरका) अस्थिभंग (फ्रैक्चर ऑफ दि पेल्विस)	६८
१०. जंघाका अस्थिभंग (फ्रॅक्चर ऑफ फीमर)	७१
११. घुटनेकी कटोरीका अस्थिभंग	७५
१२. घुटनेसे टखनेतक के भागमें अस्थिभंग होना	७६
१३. टखनेका अस्थिभंग	७९
१४. पांवका अस्थिभंग	७९



## अध्याय ३

# स्नायु और अस्थिबंधनोंकी चोटें, जोड खिसकना और पिण्डलियोंके स्नायुओंमें गोला आना

### अनुक्रमणिका

१. स्नायु और अस्थिबंधनों की सामान्य चोट	८२
२. टखनेके जोडमें मोच आना	८४
३. जोड खिसकना (जाँईट डिसलोकेशन)	८५
३ अ. सर्वसामान्य लक्षण	८५
३ आ. सर्वसामान्य प्राथमिक उपचार	८५
३ इ. कंधा खिसकना (शोल्डर डिसलोकेशन)	८५
४. पिण्डलीके स्नायुओंमें गोला आना (काफ मसल क्रॅम्प)	८६

### Read Sanatan's Texts in the 'Parenting' series

#### Remedies on problems faced by children (3 Parts)

This text provides information in detail on the kind of disorders such as behavioural problems, eating disorders, sleep disorders, abnormal behaviour and sexual disorders. This text deals with problems teenagers and their parents have with each



other. The common problems of adolescence and dangers of smoking, alcohol and drugs are also explained in this text.

