आपत्काळात, तसेच नेहमीसाठीही उपयुक्त !

प्रथमोपचार प्रशिक्षण (भाग ३)

गुदमरणे, भाजणे, प्राणीदंश, विषबाधा इत्यादींवरील प्रथमोपचार

मराठी (Marathi)

संकलक

वैद्या (श्रीमती) मृणालिनी प्रदीप भोसले

(B.A.M.S.)

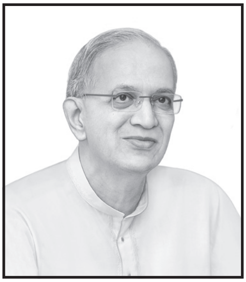
सनातन संस्था

卐 सनातनच्या ग्रंथांची भारतातील भाषांनुसार संख्या 卐

मराठी ३४५, इंग्रजी २०१, कन्नड १९९, हिंदी १९७, गुजराती ७०, तेलुगु ५४, तमिळ ४४, बंगाली ३०, मल्ल्याळम् २५, ओडिया २२, पंजाबी १३, नेपाळी ३ अन् आसामी २

फेब्रुवारी २०२५ पर्यंत ३६६ ग्रंथांच्या १३ भाषांत ९९ लाख १० सहस्र प्रती प्रसिद्ध !

सनातन संस्थेचे संस्थापक सच्चिदानंद परब्रह्म डॉ. जयंत आठवले यांचे अद्वितीय कार्य अन् वैशिष्ट्ये यांचा संक्षिप्त परिचय



१. अध्यात्मप्रसारार्थ ‘सनातन संस्थे’ची स्थापना (२२ मार्च १९९९)

२. धर्माधिष्ठित हिंदु राष्ट्राच्या (ईश्वरी राज्याच्या) स्थापनेचा उद्घोष आणि कार्यारंभ (वर्ष १९९८)

३. शीघ्र ईश्वरप्राप्तीसाठी ‘गुरुकृपायोग’ या साधनामार्गाची निर्मिती : गुरुकृपायोगानुसार साधना करून १२.३.२०२५ पर्यंत १३१ साधक संत झाले, तर १,०५२ साधकांची संतत्वाच्या दिशेने वाटचाल चालू.

४. देवता, साधना, आचारधर्मपालन, आदर्श राष्ट्ररचना, धर्मरक्षण आदी विविध विषयांवर विपुल ग्रंथ-निर्मिती (वर्ष १९९५ पासून आरंभ)

५. शारीरिक, मानसिक, तसेच वाईट शक्तींच्या त्रासांवरील उपायपद्धतींचे संशोधन

६. आचारपालनातील कृती, धार्मिक कृती आणि बुद्धीअगम्य घटना यांचे वैज्ञानिक उपकरणांद्वारे संशोधन

७. चित्रकला, संगीत, नृत्य आदींच्या सात्त्विक सादरीकरणाविषयी संशोधन

८. हिंदुत्वनिष्ठ नियतकालिक ‘सनातन प्रभात’चे संस्थापक-संपादक (२८ एप्रिल १९९८ ते १९ एप्रिल २००० पर्यंत)

९. ‘हिंदु राष्ट्रा’च्या स्थापनेसाठी संत, संप्रदाय, हिंदुत्वनिष्ठ आदींचे संघटन आणि त्यांना दिशादर्शन !

१०. भीषण आपत्काळ आधीच ओळखून त्या काळात जीवितरक्षणासाठी उपयुक्त ठरणारे मार्गदर्शन आणि ग्रंथ

११. भारतीय संस्कृतीच्या जागतिक प्रसारार्थ ‘भारत गौरव पुरस्कार’ देऊन फ्रान्सच्या संसदेत सन्मान (५ जून २०२४)

(संपूर्ण परिचयासाठी वाचा – www.Sanatan.org)

ग्रंथाच्या संकलकाचा परिचय

वैद्या (श्रीमती) मृणालिनी भोसले

आयुर्वेदतज्ञ (B.A.M.S.) असलेल्या वैद्या (श्रीमती) मृणालिनी भोसले मिरज (जिल्हा सांगली) येथे खाजगी वैद्यकीय व्यवसाय करतात. वर्ष १९९८ पासून त्या सनातन संस्थेच्या मार्गदर्शनाखाली साधना करत आहेत. सध्या त्या 'हिंदु जनजागृती समिती'च्या 'प्रथमोपचार प्रशिक्षण' उपक्रमामध्ये प्रचारक म्हणून कार्य करतात.

अपघातग्रस्तांकडे दुर्लक्ष न करता त्यांना त्वरित साहाय्य करा !

'अपघात झाल्यानंतर अपघातग्रस्तांना साहाय्य केल्यास पुढे साक्ष, पुरावा आदींसाठी पोलीस ठाण्यात हेलपाटे मारावे लागतात. हा त्रास टाळण्यासाठी बरेच जण इच्छा असूनही अपघातग्रस्तांना साहाय्य करत नाहीत. मात्र 'अपघातग्रस्तांना साहाय्य न करणे' योग्य नाही. अपघात झालेला पाहून नागरिकांनी त्वरित पोलिसांना '१००' या क्रमांकावर दूरभाष / भ्रमणभाष करून अपघातस्थळ आणि अपघाताचे गांभीर्य यांविषयी माहिती द्यावी. तसेच स्वतःकडे चारचाकी वाहन असल्यास अपघातग्रस्तांना जवळच्या रुग्णालयात भरती करावे. असे करणे शक्य नसल्यास रस्त्यावरून ये-जा करणाऱ्या वाहनधारकांकडे साहाय्य मागावे किंवा पोलिसांना रुग्णवाहिका पाठवण्यासाठी सांगावे. अशा वेळी 'स्वतःचा वेळ वाया जाईल किंवा नंतर पोलीस ठाण्यात हेलपाटे मारावे लागतील', असा विचार करू नये. 'आपण अपघातग्रस्त असतो, तर साहाय्याची अपेक्षा केली असती', हे लक्षात घेऊन, तसेच माणुसकी दाखवून अपघातग्रस्तांना साहाय्य करावे. अपघातग्रस्तांना त्वरित साहाय्य मिळवून देणे सुलभ व्हावे, यासाठी पोलीस, रुग्णवाहिका आणि अग्नीशमन दल यांचे दूरभाष क्रमांक स्वतःच्या भ्रमणभाषमध्ये नोंदवून ठेवावेत.' – **(परात्पर गुरु) डॉ. जयंत आठवले, संस्थापक, सनातन संस्था.** (२९.१२.२०१४) F (DW-PR 4PrP)

मनोगत

सर्वसाधारणपणे ‘प्रथमोपचार’ म्हणजे रुग्णाला वैद्यकीय उपचार मिळेपर्यंत त्याच्यावर केले जाणारे प्राथमिक उपचार होत ! सध्याची धकाधकीची जीवनशैली, तसेच भावी तिसरे महायुद्ध, नैसर्गिक आपत्ती, दंगली आदींचा विचार करता समाज आणि राष्ट्र यांच्याप्रतीचे कर्तव्य म्हणून ‘प्रथमोपचार प्रशिक्षण’ प्रत्येक सुजाण नागरिकाने घेणे आवश्यक झाले आहे. ही आवश्यकता जाणून ‘प्रथमोपचार प्रशिक्षण’ ही ग्रंथमालिका (३ भाग) प्रकाशित केली आहे.

या भागात गुदमरणे, भाजणे, विजेचा धक्का बसणे, शरिराच्या तापमानातील पालटामुळे होणारे विकार, विषबाधा, रस्त्यावरील अपघात आदीप्रसंगी करावयाचे प्रथमोपचार सांगितले आहेत. या भागात समाविष्ट केलेल्या ‘प्राणीदंश आणि कीटकदंश’ या प्रकरणात सर्पदंशावरील उपाययोजना सांगतांना भारत शासनाने सिद्ध केलेल्या ‘नॅशनल स्नेकबाईट मॅनेजमेंट प्रोटोकॉल’नुसार माहिती दिली आहे, तसेच श्वानदंशावरील प्रथमोपचारांचे विवेचन करतांना भारत शासनाने सिद्ध केलेल्या ‘नॅशनल गाईडलाइन्स फॉर मॅनेजमेंट ऑफ ॲनिमल बाईट्स’चा आधार घेतला आहे.

‘प्रथमोपचार प्रशिक्षण’ ही ग्रंथमालिका वाचून आणि प्रथमोपचार प्रशिक्षण घेऊन प्रत्येक सुजाण नागरिक उत्तम प्रथमोपचारक बनावा’, ही श्री गुरुचरणी प्रार्थना ! – **संकलक**

ग्रंथ वाचण्यास आरंभ करण्यापूर्वी पुढील प्रार्थना करा !

हे कुलदेवते (स्वतःच्या कुलदेवतेचे नाव घ्यावे), उपास्यदेवते (स्वतःच्या उपास्यदेवतेचे नाव घ्यावे) आणि गुरुदेवा (गुरु असल्यास), आपल्या कृपेने या ग्रंथातील विषय मला नीट समजू दे अन् त्यानुसार मला योग्य आचरणही करता येऊ दे.