ಹಿಂದೂ ಜನಜಾಗೃತಿ ಸಮಿತಿ ಪುರಸ್ಕೃತ ಗ್ರಂಥ

ಮಹಾಯುದ್ಧಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಹಾಗೆಯೇ ದಿನನಿತ್ಯಕ್ಕೂ ಉಪಯುಕ್ತ !

ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತರಬೇತಿ (ಭಾಗ ೧)

ರೋಗಿಯ ತಪಾಸಣೆ, ಗಂಭೀರ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ರೋಗಿಯ ಜೀವರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಮರ್ಮಾಘಾತದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ವಿಷಯಸೂಚಿ

卐 ಗ್ರಂಥದ ಸಂಕಲನಕಾರರ ಪರಿಚಯ ೫

卐 ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪರಿಭಾಷೆಯಲ್ಲಿನ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ ! ೬

卐 ಮನೋಗತ ೮

卐 ಅಧ್ಯಾಯಗಳು

೧. ಕಾಲದ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಕಲಿಯಿರಿ ! ೧೦

೨. ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ತಾತ್ತ್ವಿಕ ವಿವೇಚನೆ ೧೫

೩. ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ಸೂಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿನ ವಸ್ತುಗಳು ೨೦

೪. ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಿಗಾಗಿ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಸೂಚನೆಗಳು ೨೪

೫. ರೋಗಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ರೋಗನಿರ್ಣಯ ಮತ್ತು ರೋಗಿಯ ಅವಯವಗಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ತಪಾಸಣೆ ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ? ೩೩

೬. ಗಂಭೀರ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ರೋಗಿಯ ಪ್ರಾಣರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಮಾಡುವ ಕೃತಿ ೪೪

೭. ರಕ್ತಪರಿಚಲನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಗಳು : ಮರ್ಮಾಘಾತ, ಮೂರ್ಛೆ ೬೯

೮. ನರವ್ಯೂಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ರೋಗಗಳು ೮೫

೯. ಸನಾತನ ಸಂಸ್ಥೆಯ 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತರಬೇತಿ'ಯ ಸ್ವಯಂಸೇವಾ ಕಾರ್ಯ ೧೦೩

೧೦. 'ಹಿಂದೂ ಜನಜಾಗೃತಿ ಸಮಿತಿ'ಯ ಉಚಿತ 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತರಬೇತಿ ವರ್ಗ'ಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಿರಿ ! ೧೦೫

ಗ್ರಂಥದ ಮನೋಗತ

ಇಂದಿನ ಒತ್ತಡಭರಿತ ಜೀವನಶೈಲಿಯಿಂದಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ವಿಪರೀತ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹೃದ್ರೋಗಗಳಂತಹ ಕೆಲವು ಗಂಭೀರ ರೋಗಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ, ಆಧುನಿಕ ಯಂತ್ರಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ದುರ್ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಾಗಿರುವ ಹೆಚ್ಚಳ ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಮುಂಬರುವ ಮೂರನೇ ಮಹಾಯುದ್ಧ, ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಿಪತ್ತುಗಳು, ದಂಗೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡಿ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರಕ್ಕಾಗಿ ಕರ್ತವ್ಯವೆಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಪ್ರಜ್ಞಾವಂತ ನಾಗರಿಕನೂ 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತರಬೇತಿ' ಪಡೆಯುವುದು ಆವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿ ಪ್ರಜ್ಞೆ ತಪ್ಪುವುದು, ಆಕಸ್ಮಿಕವಾಗಿ ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗುವುದು ಇಂತಹ ಅನೇಕ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಹಾಯ ಸಿಗುವ ತನಕದ ಕಾಲಾವಧಿಯು ಅತ್ಯಂತ ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ನಿಮಿಷಗಳ ಈ ಕಾಲಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಯೋಗ್ಯ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದಾಗಿ ರೋಗಿಯು ಸಾವಿನ ದ್ವಾರದಿಂದ ಹಿಂದಿರುಗಬಹುದು. ಈ ಎಲ್ಲ ಅಗತ್ಯಗಳನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿ ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಈ ಮಾಲಿಕೆಯನ್ನು ೩ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಜಿಸಲಾಗಿದೆ. 'ಈ ಖಂಡವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಇತರ ಎರಡು ಖಂಡಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ವಿಷಯಗಳಿವೆ ?' ಎಂದು ವಾಚಕರಿಗೆ ಕಲ್ಪನೆ ಬರಬೇಕೆಂದು ಈ ಗ್ರಂಥದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಜಾಹಿರಾತನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ವಾಚಕರು ಈ ಮಾಲಿಕೆಯ 'ಭಾಗ ೧'ನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡುವುದು ಆವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ; ಏಕೆಂದರೆ ಇದರಲ್ಲಿ 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಲ್ಲಿರಬೇಕಾದ ಆವಶ್ಯಕ ಗುಣಗಳು ಮತ್ತು ನಡವಳಿಕೆ', 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ವಸ್ತುಗಳಿರಬೇಕು ?', 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಿಗಾಗಿ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಸೂಚನೆಗಳು', 'ರೋಗಿಗಳ ರೋಗದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ತಪಾಸಣೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು ?' ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರಿಂದ ಈ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು 'ಭಾಗ ೨' ಮತ್ತು 'ಭಾಗ ೩' ರಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಗಂಭೀರ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವ ರೋಗಿಯ ಪ್ರಾಣರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುವ 'AB-CABS' ಎಂಬ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ. ೨೦೧೦ನೇ ಇಸವಿಯಿಂದ ಜಗತ್ತಿನೆಲ್ಲೆಡೆ ಈ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ತರಲಾಗಿದೆ. (ಅದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ABC – ಇನ್ನೊಂದು ಹೆಸರು DRSABCD – ಈ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು.) ಈ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಆಯಾ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಕೆಲವು ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನೂ

ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ 'ಲಕ್ಷಣಗಳು' ಈ ಶಬ್ದವನ್ನು ರೋಗಿಯು ಹೇಳಿದ ಅಥವಾ ರೋಗಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಲಾಗುವ ತೊಂದರೆಗಳು (Symptoms), ಹಾಗೆಯೇ ರೋಗಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವಾಗ ಕಂಡುಬರುವ ರೋಗದ ಚಿಹ್ನೆಗಳು (Signs) ಎಂಬ ಎರಡು ಅರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸಲಾಗಿದೆ. ಯಾವುದಾದರೊಂದು ರೋಗದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾದ ಎಲ್ಲ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ ಎಂದೇನಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನೂ ವಾಚಕರು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತರಬೇತಿ'ಯನ್ನು ತಜ್ಞರಿಂದ ಪಡೆಯುವುದು ಯೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ. ಹೀಗೆ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೂ ಸಹಾಯವಾಗುವ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಪ್ರಸ್ತುತ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯಲ್ಲಿನ ವಿವೇಚನೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯ ಮೂರೂ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ೧೪೦ ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಈ ಚಿತ್ರಗಳಿಂದ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಕನಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ವಿವಿಧ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಕೃತಿ ಮಾಡಲು ಸುಲಭವಾಗುವುದು.

ಈ ಗ್ರಂಥಮಾಲಿಕೆಯನ್ನು ಓದಿ ಮತ್ತು 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತರಬೇತಿ'ಯನ್ನು ಪಡೆದು ಎಲ್ಲ ಪ್ರಜ್ಞಾವಂತ ನಾಗರಿಕರೂ ಉತ್ತಮ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಕರಾಗಲಿ, ಹಾಗೆಯೇ ಮಹಾಯುದ್ಧದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರದ ಸೇವೆಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮನೆಯೂ 'ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕೇಂದ್ರ'ವಾಗಲಿ ಎಂದು ಶ್ರೀ ಗುರುಚರಣಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ! – **ಸಂಕಲನಕಾರರು**

ಸದ್ಗುರು (ಸೌ.) ಅಂಜಲಿ ಗಾಡಗೀಳರ ಹೆಸರಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪದವಿ ಸೇರಿಸಿರುವುದರ ಹಿಂದಿನ ಕಾರಣ : ನಾಡಿಪಟ್ಟಿವಾಚನದ ಮಾಧ್ಯಮದಿಂದ ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳು ಸನಾತನಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸಪ್ತರ್ಷಿಗಳ ಆಜ್ಞೆಗನುಸಾರ ೧೩.೫.೨೦೨೦ ರಿಂದ ಸದ್ಗುರು (ಸೌ.) ಅಂಜಲಿ ಗಾಡಗೀಳ ಇವರನ್ನು 'ಶ್ರೀಚಿತ್‌ಶಕ್ತಿ (ಸೌ.) ಅಂಜಲಿ ಗಾಡಗೀಳ' ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇವರ ಹೆಸರಿನ ಸಂಬೋಧನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪರಾತ್ಪರ ಗುರು ಡಾ. ಆಠವಲೆಯವರು "ಶ್ರೀಚಿತ್‌ಶಕ್ತಿ'ಯು ಭಗವಂತನ ವೈಶ್ವಿಕ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಸನಾತನದ 'ನಾಮಸಂಕೀರ್ತನಯೋಗ' ಮಾಲಿಕೆಯ ಗ್ರಂಥ !

ಯಾವ ನಾಮಜಪ ಮಾಡಬೇಕು ?