પ્રકરણ : ૧

પ્રાથમિક સારવારના સિદ્ધાંતો

પ્રાથમિક સારવાર એટલે દર્દીની તાત્કાલિક અને કામચલાઉ કાળજી જે તબીબી સારવાર મળતા પહેલા દર્દીને રાહત આપે છે. આ પ્રકારની રાહત આપતા માણસના મનમાં પ્રાથમિક સારવાર આપવાના મુખ્ય ધ્યેયો સ્પષ્ટ હોવા જોઇએ. તે આ પ્રકારે છેઃ

- જીવ બચાવવો.
- વધુ ઇજા કે બીમારી થતી અટકાવવી.
- દુઃખાવા અથવા બીજા લક્ષણોમાં રાહત અપાવવી.
- શકય તેટલી વહેલી તબીબી સારવારની વ્યવસ્થા કરવી.

પ્રાથમિક સારવાર સચોટ રીતે આપવા માટે તે વિશેની જરૂરી માહિતી તો જોઇએ જ (જેનું વર્ણન આ પુસ્તકમાં વિગતે કર્યું છે) પણ એ ઉપરાંત, સારવાર આપનારે નીચે મુજબની આવડતો કેળવવી જરૂરી છે.

નિરીક્ષણ કળા :

દર્દી અને તેની આસપાસની વસ્તુઓના બારીક નિરીક્ષણ દ્વારા તેની તકલીફો અને તેનો ઉકેલ પણ મળી શકે છે.

કાર્યકુશળતા અને કુનેહ:

જે કંઇ સારવાર આપે તે અંગેની પોતાની સ્પષ્ટ સમજણ અને તે દરમ્યાન દર્દી તથા આસપાસના સહુને જરૂરી માર્ગદશન આપી ને સારવાર સફળ બનાવવાની આવડત. તે કેળવવા માટે સારવાર આપી શકાય તેવા બનાવોનું મનન અને પ્રેકટીસ જરૂરી છે.

કોઠાસૂઝ :

ચોપડીઓ દ્વારા વાંચીને પ્રાથમિક સારવારના સિધ્ધાંતો સમજી શકાય પણ હકીકતમાં બનાવ સ્થળ પરની પરિસ્થિતિ પુસ્તકનાં વર્ણન કરતા જુદી જ હોય એવું બને. ત્યાં કેવી રીતે કામ કરવું ત સારવાર આપનારની સૂઝ-બુઝ પર નિર્ભર કરે છે.

આત્મવિશ્વાસ અને સ્વસ્થતા :

સ્વસ્થ અને આત્મવિશ્વાસી સારવાર આપનાર (દર્દી) તથા તેના સગાઓને સાંત્વના અપાવી શકે છે. કયારેય ખોટી અકળામણ અને હાયવોય કરવાથી કામ બનતુ નથી, ઊલ્ટું બગડી શકે છે.

પ્રાથમિક સારવાર આપવાના સામાન્ય નિયમો

■ અકસ્માતના સ્થળે, તાત્કાલિક, જરૂરી સામગ્રી લઇને પહોંચી જવું.

■ જયારે એક કરતા વધુ દર્દી ઇજાગ્રસ્ત હોય ત્યારે કોને પહેલી સારવાર આપવી તે નક્કી કરવું. જેની જિંદગી જોખમમાં હોય તેને પહેલા સારવાર આપવી. એટલે જેનો શ્વાસ બંધ હોય કે નબળો ચાલતો હોય; જેને સતત લોહી વહયા કરતું હોય; શૉકની ગંભીર સ્થિતી હોય; જેની આસપાસ એવું વાતાવરણ હોય જેથી વધુ ઇજા થવાની સંભાવના હોય જેમ કે આગ લાગેલા મકાનમાં, કાટમાળમાં ફસાયેલ કે વીજળીનો આંચકો લાગ્યો હોય એવી વ્યકિત; શરીરના નાજુક અંગો જેવા કે મગજ, હૃદય, અને છાતીને ગંભીર ઇજા થઇ હોય; તેવા બધા દર્દીને તાત્કાલિક જીવ બચાવ કામગીરીની જરૂર પડતી હોય છે.

■ શ્વાસોચ્છવાસ મંદ થઇ ગયો હોય કે ખૂબ લોહી વહી જતું હોય ત્યારે કૃત્રિમ શ્વાસોચ્છવાસ આપવાની કે રકતસ્ત્રાવ અટકાવવાની તાકીદની જરૂર હોય છે અને તેને પ્રથમ હાથ પર લેવું. બાકી બધી ઇજાઓનું નિરીક્ષણ કરી દર્દીને થતી તકલીફો પૂછીને કયા મુદ્દાઓને કયારે અને કેટલી મહત્વતાથી સારવાર આપવી તે પછી નકકી કરવું.

■ પ્રાથમિક સારવાર કરતાં કરતાં તબીબી સારવારની વ્યવસ્થા કરવા કોઇને મોકલવું. અને જરૂર પડે તો દર્દીને જગ્યાએ ખસેડવાની વ્યવસ્થા કરવી.

■ તમારી મદદ માટે પડોશીઓ કે આસપાસના લોકોનો સંપર્ક કરવો. ગંભીર સ્થિતિઓમાં પોલિસને જાણ કરવી. દર્દીનાં સગાઓને જાણ કરવી, બેભાન દર્દી હોય તો તેનાં પાકીટ વગેરેમાંથી તેનું સરનામું જાણી લઇને લાગતાવળગતાને બોલાવવા. દર્દી ભાનમાં હોય ત્યારે સૌથી પહેલાં એનું નામ, સરનામું, ફોન નં., સગાંઓ વગેરેની વિગતો મેળવી લેવી જેથી એ બેભાન થાય તો કામ લાગે.

■ દર્દીને જરૂર વગર ખસેડવો નહી, જરૂર વગર તેના કપડાં કાઢવાં નહી, પણ તેના કૉલર, પેન્ટ, શર્ટ વગેરે ઢીલાં જરૂર કરવાં.

■ દર્દીને હૂંફાળો રાખવા ચાદર કે ધાબળો ઢાંકી રાખવો. તેને શકય તેટલી આરામદાયક સ્થિતિમાં સુવડાવી કે બેસાડી રાખવો.

■ દર્દીની સાથે સહિષ્ણુતાપૂર્વક વ્યવહાર કરી સાંત્વના આપવી અત્યંત જરૂરી છે જેથી દર્દીને પોતાને પણ પરિસ્થિતિ સામે ટકકર ઝીલવાનું મનોબળ મળે.

■ દર્દીની આસપાસ બિનજરૂરી લોકોને ભેગાં થવા ના દેવા. તે માથે ભેગાં થયેલ લોકોને કંઇક ને કંઇક કામ સોંપવું જેથી બિનજરૂરી લોકો કામે લાગી જાય અથવા જતા

રહે. મોટું ટોળું હોય તો ટોળાંને દુર રાખવાનું કામ જ અમુક લોકોને સોંપી દેવું. ટોળું હંમેશા જાણકારી અને આત્મવિશ્વાસથી સારવાર કરનારની વાત માનશે.

■ દર્દીને આપેલી સારવાર તથા તેની અન્ય વિગતો નાંધી રાખીને ડૉકટર આવે ત્યારે તેને આપવી.

■ કાયમ પોતાની ડાયરીમાં ફેમીલી ડૉકટર, હોસ્પિટલ, પોલિસ સ્ટેશન, ફાયર બ્રીગેડ અને અન્ય કામ લાગી શકે તેવા ફોન નંબર અને સરનામાં રાખવા જેથી તેઓનો સંપર્ક કરી શકાય.

■ ઘર અને કામ કરવાની જગ્યાઓએ એક ફર્સ્ટ-એઇડ કિટ હાથ વગી રાખવી.

■ જો દર્દીને લોહી ઘણું વહી ગયું હોય તો રકતદાન કરવા માટે લોકોને સમજાવવા અને રકતદાતાઓને દર્દીની સાથે જ હોસ્પિટલ લઇ જવાં.