

## आपत्ती धोके व्यवस्थापन कार्यक्रम जिल्हाधिकारी कार्यालय, चंद्रपूर



सन 2013 मधील चंद्रपूर जिल्ह्यातील इरई नदीला पुरांचे पाहणी करताना  
भा. जिल्हाधिकारी डॉ. दिपक भेंसेकर तसेच  
राज्यातील अण्णर जिल्हाधिकारी



सन 2013 मधील चंद्रपूर शहरामध्ये उद्भवलेली पुरपरिस्थिती



सत्यमेव जयते

महाराष्ट्र शासन

मदत व पुनर्वसन, वन व महसुल विभाग

## आपत्ती धोके व्यवस्थापन कार्यक्रम जिल्हाधिकारी कार्यालय, चंद्रपूर

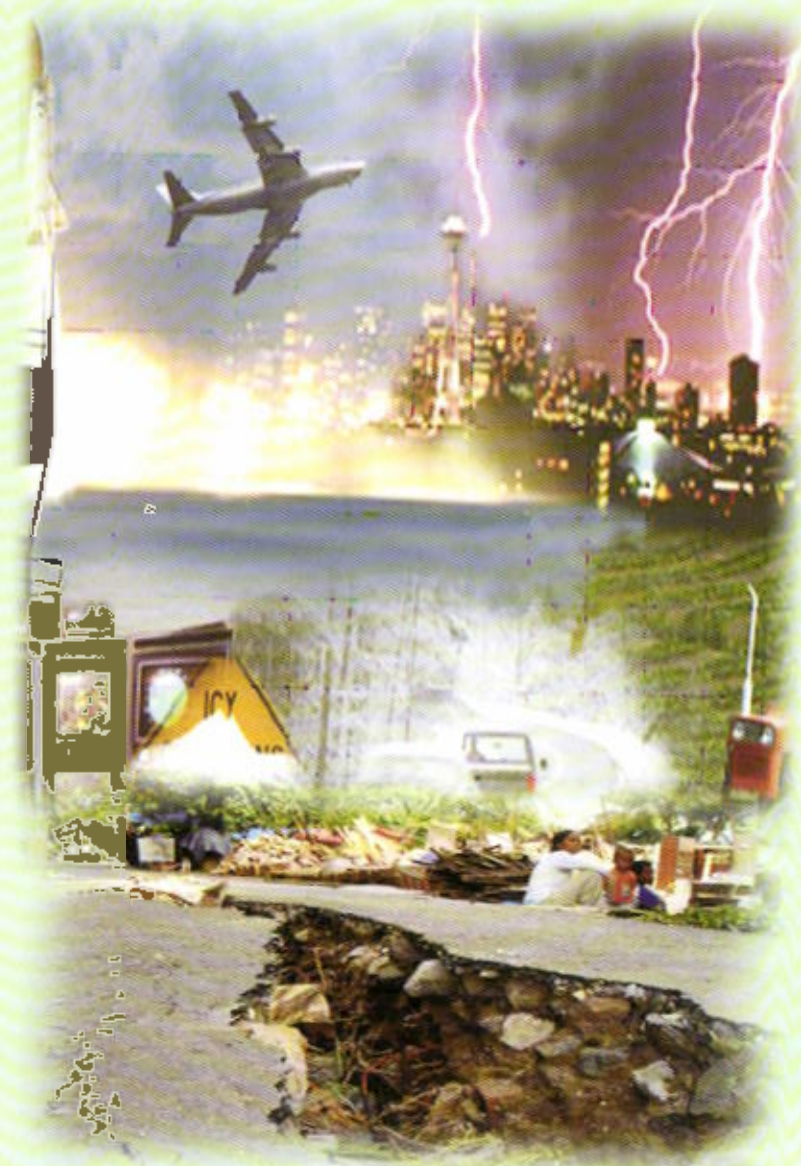


## आपत्ती व्यवस्थापन

रक्तस्त्राव, वेंण्डेज,  
जखमीरूग्णावाहतूक

सावधरनि पुस्तिका

नियंत्रण कक्ष दुरध्वनी क्र. ०७१७२-२५१५९७,  
टोल फ्री क्र. १०७७



**- संकल्पना -**

डॉ. दिपक म्हेसेकर  
जिल्हाधिकारी,  
चंद्रपूर

श्री. संजय धिवरे  
अधर जिल्हाधिकारी,  
चंद्रपूर

श्री. संजय दीने  
निवासी उपजिल्हाधिकारी,  
चंद्रपूर

## आपतीमध्ये काय करावे व काय करू नये ?

| आपती प्रकार | काय करावे   | काय करू नये ?  |
|-------------|---|--|
| भूकंप       | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) घरातील सुरक्षित ठिकाणी आसरा घ्या</li> <li>२) उदा. टेबल, खुर्ची, दरवाजाची चौकट इ. खाली</li> <li>३) भिंती, आरसे, फर्निचर यापासून लांब रहा</li> <li>४) घरात असतांना समोरील ताट, पातेले, बादली इत्यादी हेल्मेटसारखे डोक्यावर घ्या.</li> <li>५) पाळीव प्राण्यांपासून सावध रहा. भुकंपात ते आक्रमक होतात.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) दरवाजा अथवा प्रवेशदाराजवळ गदीं करू नये.</li> <li>२) भाणी, विज, गॅस, कनेक्शन चालू ठरल्यास बंद करा</li> <li>३) भोंडगळीस आलेल्या घरात राहू नका.</li> </ul>  |
| पूर         | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) पूर गरिस्थितीत संघ ठिकाणी जावे.</li> <li>२) विजेवर चालणा-या उपकरणांचा वीज पुरवठा बंद करावा</li> <li>३) गावात/घरात जंतूनाशके अरालीत तर ते पाण्या विरघळणार नाहीत याची दक्षता घ्या.</li> <li>४) पूरसंदर्भात पूर्व कल्पना मिळाल्यास घरातील जपयुक्त सामान व महत्त्वाची कागदपत्रे सुरक्षित ठिकाणी ठेवा.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) पूर आलेल्या भागात विनाकारण भटकू नका.</li> <li>२) पुराणास पाण्यात चुकूनही जावू नका.</li> <li>३) दुपित / उघड्यावरचे अन्न भाणी टाळा.</li> <li>४) पुलावरून पाणी वाहत असतांना पूल ओलांडू नका.</li> </ul>                  |
| आग          | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) आग असल्यात अग्निशाम दलाला (१०१) तर फोन करावा.</li> <li>२) जमिनीवर लोखून आग विझविणे.</li> <li>३) तोंडावर ओला रुपात / कपडा ठेवून धुरागारून पूर राहण्याचा प्रयत्न करावा.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) स्वयंपाक घरामध्ये गॅस सिलेंडरचा रेग्युलेटर बंद करा.</li> <li>२) ज्वालाग्रही पदार्थ गॅसजवळ ठेवू नका.</li> <li>३) मोतामे/कोठी, घर इ. ठिकाणी कचरा, तेलकट पदार्थ जळवू नसू देत नका.</li> </ul>                            |
| वीज व वादळे | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) वसूत राहण्याने वीज अंगावर पडण्याची शक्यता खूपच कमी असते. एखाद्या इमारतीमध्ये आश्रय घ्या.</li> <li>२) दूरचित्रवाणी पाहतांना विजेचा गडगडाट ऐकू आला तर दूरचित्रवाणी संच बंद करा आणि संचातून वायर काढून टाका.</li> <li>३) लोखंडी कुंपन/दिव्याचा खांब अथवा ध्वजाचा खांब यापासून लांब रहा.</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>१) वीज आणि वादळात मोबाईल फोन वापरू नका. त्यातील लहरी विजेत आकर्षित करतात.</li> <li>२) तंतूमध्ये थांबू नका. तंतूचे लोखंडी खांब विजेला आकृष्ट करतात.</li> <li>३) उघड्या दारातून/खिडकीतून वीज पडतांना पाहू नका.</li> </ul> |

जिल्हा आपती व्यवस्थापन कक्षा जिल्हाधिकारी कार्यालय, चंद्रपूर

संपर्क क्र. १०७७ / ०७१७२-२५१२९७

श्री. निलेश तेलतुंबडे  
जिल्हा आपती व्यवस्थापन अधिकारी,  
आपती व्यवस्थापन कक्ष, चंद्रपूर

# रक्तस्राव, पट्टीबंधन व जखमी रूग्णवाहतूक

## \* अनुक्रमणिका \*

|                            | पान नं. |
|----------------------------|---------|
| १) रक्तस्राव .....         | ३ - १२  |
| २) पट्टी बंधन .....        | १३ - २७ |
| ३) जखमी रूग्ण वाहतूक ..... | २८-३२   |

## चंद्रपूर जिल्हा आपत्ती व्यवस्थापन प्राधिकरण समिती

| अ.क्र.                 | जिल्हा आपत्ती व्यवस्थापन समितीवर<br>नेमणुक केलेले अधिकारी / पदाधिकारी | पद             |
|------------------------|---|----------------|
| १)                     | मा.जिल्हाधिकारी, चंद्रपूर   | अध्यक्ष        |
| २)                     | मा.अध्यक्ष, जिल्हा परिषद, चंद्रपूर                                    | सहअध्यक्ष      |
| ३)                     | मा.मुख्य कार्यकारी अधिकारी,<br>जिल्हा परिषद, चंद्रपूर                 | सदस्य          |
| ४)                     | मा.जिल्हा पोलिस अधिक्षक, चंद्रपूर                                     | सदस्य          |
| ५)                     | मा.जिल्हा शल्य चिकित्सक, चंद्रपूर                                     | सदस्य          |
| ६)                     | मा.कार्यकारी अभियंता,<br>सा.बा.वि.क्र.१, चंद्रपूर                     | सदस्य          |
| ७)                     | मा.कायर्कारी अभियंता,<br>चंद्रपूर पाटबंधारे विभाग चंद्रपूर            | सदस्य          |
| ८)                     | मा.निवासी उपजिल्हाधिकारी, चंद्रपूर                                    | सदस्य/<br>सचिव |
| <b>विशेष निमंत्रित</b> |   |                |
| १)                     | मुख्याधिकारी नगर परिषद, चंद्रपूर                                      | सदस्य          |
| २)                     | जिल्हा समादेशक होमगार्ड, चंद्रपूर                                     | सदस्य          |
| ३)                     | जिल्हा समन्वयक नेहरू विभाग केंद्र, चंद्रपूर                           | सदस्य          |
| ४)                     | सचिव रेडक्रॉस सोसायटी, चंद्रपूर                                       | सदस्य          |

## रक्तस्त्राव

हेमरेज किंवा रक्तस्त्राव हा आघातामुळे अथवा क्षेत पडल्याने रक्तवाहिन्यांची सलगता भंग झाल्यास सुरू होतो. त्याचे दोन प्रकार आहेत.

**बाह्य रक्तस्त्राव :-** त्वचेला इजा झाल्यामुळे होणारा रक्तस्त्राव, अशावेळी अंतर्गत शरीर संरचनाना दुखापत झालेली असणे अथवा नसणे या दोन्ही गोष्टींची शक्यता असते.

**अंतर्गत रक्तस्त्राव :-** इंद्रियांतर्गत किंवा शरीराच्या पोकळ्यांमधील रक्तस्त्राव असा रक्तस्त्राव बाहेरून कळून येत नाही. रक्तस्त्राव रोहिणी, नीला आणि केशवाहिन्यांमधून होवू शकतो आणि त्याला अनुक्रमे रोहिणीतून होणारा, नीलेतून होणारा आणि केशवाहिन्यातून होणारा रक्तस्त्राव असे म्हटले जाते.

**रोहिणीतून होणाऱ्या रक्तस्त्रावाची लक्षणे खालीलप्रमाणे :-**

- ❖ भडक तांबडा रंग.
- ❖ रक्ताचे फवारे उडतात.
- ❖ जेथे इजा झाली असेल तो भाग आणि हृदय यांच्यामधील रोहिणीवर दाब देऊन हा रक्तस्त्राव थांबविता येतो.  
नीलेतून होणाऱ्या रक्तस्त्रावाची लक्षणे खालीलप्रमाणे.
- ❖ रक्ताचा रंग निळसर तांबडा.
- ❖ रक्त सतत फवारे उडाल्याविना संथ वाहते.
- ❖ शरीराची इजा झालेला भाग आणि हृदय यांचेमधील रोहिणीवर दाब दिल्याने असा रक्तस्त्राव थांबत नाही.

केशवाहिन्यातून होणाऱ्या रक्तस्त्रावाची लक्षणे खालीलप्रमाणे :-

- ❖ रक्ताचा रंग तांबडा भडक.
- ❖ रोहिणीतून आणि नीलेतून होणाऱ्या रक्तस्त्रावाशी तुलना करता स्त्रावणाऱ्या रक्ताचे प्रमाण कमी.
- ❖ फारसा जोर नाही. रक्त सतत संधपणे झिरपत राहते.

दुखापत आणि रक्तस्त्राव यांच्यामधील कालखंडावर आधारित रक्तस्त्रावाचे तीन प्रकार केले जातात.

- ❖ प्राथमिक रक्तस्त्राव :- दुखापत झाल्यावर लगेच सुरू होतो.
- ❖ प्रतिक्रियात्मक रक्तस्त्राव :- दुखापत झाल्यानंतर ३६ तासांचे आत बहुधा ४ ते ६ तासांचे दरम्यान सुरू होतो. आघातातून सावरल्यामुळे, पर्यायी रक्ताभिसरणाची स्थापना झाल्यामुळे, जखमा बंद करण्यासाठी घातलेले टाके उसवल्यामुळे अथवा दुखापत झालेल्या रक्तवाहिनीची छेद बंद करणारी रक्ताची गुठळी सरकल्यामुळे (उदा. खोकतांना नलीकेतील दाब वाढल्यामुळे) प्रतिक्रियात्मक रक्तस्त्राव सुरू होतो.
- ❖ दुय्यम रक्तस्त्राव :- असा रक्तस्त्राव दुखापत झाल्यानंतर ३ ते १० दिवसांचे काळात सुरू होतो. दुखापत झालेल्या ठिकाणी दूषित जंतुसंसर्ग आणि त्यामुळे पेशीजल दुर्बळ, क्षतिग्रस्त होते आणि मृत पेशीजाल बाहेर फेकला जाणे यामुळे अशा प्रकारचा रक्तस्त्राव सुरू होतो. काही बाबीमुळे रूग्णास रक्तस्त्राव होण्याची शक्यता बळावते. अशा बाबी म्हणजे.
- ❖ बहुरक्तस्त्रावाचा रोग किंवा हिमोफिलीया.
- ❖ परप्युरा : जांभळ्या रंगाचे चट्टे येणे.
- ❖ कावीळ
- ❖ उच्च रक्तदाब

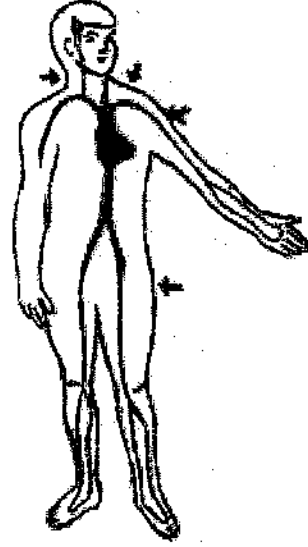
❖ हिपॅटिन, मुखावाटे घ्यावयाची ॲण्टी कॉम्ब्युलण्ट यासारखी साकळण्याच्या क्रियेस प्रतिबंध करणारी औषधे दिल्यानंतर रक्त साकळण्याच्या कार्यात निर्माण झालेला मंदपणा. रक्तस्त्राव होणारा रूग्ण, रक्तक्षय, थंडी वाजून येणे, तहान लागणे, श्वसन करण्यांत अडचण येणे अशा तक्रारी करतो. असा रूग्ण फिकट व निस्तेज दिसतो. याचे तळहात व तळपाय गार आणि चिकट असतात. तो बेचैन असतो व त्याचा श्वासोच्छ्वास जलद तसेच नाडी जलड आणि सुतासारखी असते रक्तदाब कमी असतो. बहुधा आघातग्रस्त भागातून होणारा रक्तस्त्राव रोहिणीतून, नीलेतून आणि केशवाहिन्यातून होणारा असा तीनही प्रकारचा संयुक्त असतो. रक्तस्त्राव नियंत्रणात आणण्यासाठी खालील उपाय योजले पाहिजेत.

❖ रूग्णाला पाठीवर सपाट झोपवा.

❖ जर अस्थिभंग झालेला नसेल तर दुखापत झालेला शरीराचा भाग हृदयापासून वर उचललेला राहू द्या.

❖ जर जखमेवर परवस्तुप्रवेश झाला असेल तर ती आगंतुक वस्तु बाहेर काढण्याचा प्रयत्न करू नका.

❖ निर्जंतुक गॉझ पॅडने रक्तस्त्राव होणाऱ्या जागी थेट दाब द्या. ५ ते १५ मिनिटे असा दाब दूर केल्यानंतर रक्तस्त्राव थांबल्याचे दिसून आले तर जखमेच्या जागी जंतुप्रतिबंधक मलमलावा आणि निर्जंतुक ड्रेसिंगने इजा झालेला भाग घट्टपणे झाकून टाका.



(रक्तस्त्रावाचे नियंत्रण करण्यासाठी दाब विंदु)

❖ जर जखमेच्या जागी थेट दाब दिल्याने रक्तस्त्राव आटोक्यात येत नसेल तर जखम झालेला भाग आणि हृदय यांचेमधील दाबबिंदूवर दाब द्या. दाबबिंदू हा असा एक बिंदू असतो जेथे दाब दिल्यास रक्तवाहिन्या घट्ट दाबली जाऊन दुखापत झालेल्या भागास होणारा रक्ताचा पुरवठा तोडला जातो.

मस्तक आणि मान यांचा रक्तपुरवठा करणाऱ्या ग्रीवारोहिणीवर (कॅरॉटीड आर्टरीवर)

मानेच्या ६ व्या मणक्याच्या आडव्या पसराचे जागी दाब देता येतो. गळपट्टीच्या खालील रोहिणीवर (सबक्लॅव्हियन आर्टरी)

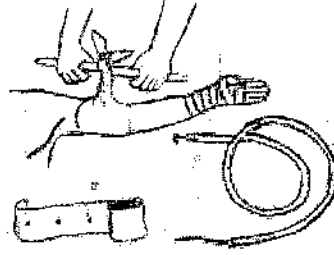
गळपट्टीच्या हाडानजीकच्या पहिल्या बरगडीपाशी आंतरमध्य सांध्याशी गळ्याच्या खळग्यात दाब देता येतो.

काखेतील रोहिणीतील (अॅक्झिलरी आर्टरी)

काखेमध्ये भुजास्थिच्या शीर्षापाशी दाब देता येतो. दंडातील रोहिणीवर (ब्रॅकिअल

आर्टरी) दंडामधील द्विशिरस्क स्नायुच्या आतील काठाने भुजास्थिपाशी दाब दिला जातो. मांडीच्या रोहिणीवर (फेमोरल आर्टरी) जांघेमध्ये कटीबंधाच्या हाडाच्या आडव्या बाजूपाशी दाब दिला जातो.

बोटाने बराच वेळ सातत्याने आवश्यक तेवढा दाब देत राहणे शक्य नसते. म्हणून आवळपट्टीचा वापर करेपर्यंतचा असा दाब देण्यांत येतो. आवळपट्टी एखाद्या अवयवावर एकाच हाडाचे भोवती गुंडाळली जाते. उदा. दंड किंवा मांडी, त्यामुळे रक्तवाहिन्यांसह संपूर्ण अवयवावर परिघाकार दाब पडतो. आवळपट्टी नेहमी रक्तस्त्राव होणारा शरीराचा हिस्सा आणि हृदय यांचेमध्ये असली पाहिजे. इस्मार्कची आवळपट्टी ही १॥ मीटर लांबीची एक मजबूत रबरी



टुर्निकेंटस (आवळपट्ट्या) अ) पीळ देउन रक्तस्त्राव थांबवणे, ब) आवळपट्टीका क) इस्मार्कची आवळपट्टी



नळी असते. तिच्या एका टोकाशी धातुची चैन आणि दुसऱ्या टोकाशी हुक असतो. ती अवयवाभोवती गच्च अवळल्यानंतर हुक चैनमध्ये अडकवून दाब कायम ठेवला जातो. सपाट खरी पट्टीपासून केलेली आवळपट्टी अधिक लवचिक असते.

कपड्याची आवळपट्टी उदा. रिबन आवळपट्टी लवचिक नसते. त्यामुळे ती गच्च बसविण्यासाठी तिला पीळ द्यावा लागतो. कोणताही रबर बँड, नळी, बेल्ट (पट्टा), नेकटाय यांचा आवळपट्टी म्हणून वापर करता येतो. आवळपट्टी जखमेपासून शक्य तितक्या जवळ बांधली पाहिजे. त्वचेला ओढ बसू नये आणि वेदना कमी व्हाव्या यासाठी

आवळपट्टी, खाली कपडा किंवा मऊ पॅड ठेवून त्याचेवर बांधली जाते. खरी आवळपट्टी दोन्ही हातांनी ताणून बऱ्याच वेळा अवयवाभोवती गुंडाळून



नंतर बांधली जाते. रक्तस्त्राव बंद होईल आणि अवयवास फिकेपणा येईल इतपतच ती घट्ट असली पाहिजे जर ती पुरेशी गच्च आवळली गेली नसेल तर अवयवास रोहिणीतून होणारा रक्तपुरवठा चालू राहतो आणि नीलेतून हृदयाकडे जाणारा फेररक्तप्रवाह थोपविला जातो. त्यामुळे अवयवास निळसरपणा येतो आणि रक्तस्त्रावाचे प्रमाण वाढते.

कपड्याची आवळपट्टी अवयवाभोवती दोन वेळा गुंडाळून ओढून शक्य तेवढी घट्ट बांधली जाते. नंतर गाठीमध्ये काडी घालून पीळ देऊन रक्तस्त्राव थांबोपर्यंत ती आणखी घट्ट आवळली जाते. वरच्या भागातील अवयवाभोवती ४५ मिनिटांहून अधिक काळ आवळपट्टी बांधण्यांत येऊ नये. कारण दिर्घ काळ प्राणवायुचा पुरवठा न झाल्यास तेथील पेशीजाल मृत होण्याची शक्यता

असते. जर रूग्णास हॉस्पिटलमध्ये पोचविण्यास याहून अधिक काळ लागत असेल तर आवळपट्टी १० मिनिटांसाठी सोडावी आणि मग पुन्हा बांधण्यांत यावी.

- ❖ रक्तस्त्राव गुडघ्याच्या किंवा कोपराच्या पलीकडील भागातून होत असेल तर तो थांबविण्यासाठी गुडघा किंवा कोपर दुमडण्यांत यावे. दंडातील रक्तस्त्राव थांबविण्यासाठी खांद्यास जोर देऊन मागे ढकलले जाते. त्यामुळे गळपट्टीच्या खालील रोहिणी गळपट्टीचे हाड आणि पहिली बरगडी यांचेमध्ये दाबली जाऊन रक्तस्त्राव बंद होतो.
- ❖ कानशीलावरील रोहिणीवर कानाचे वर चार बोटे आणि डोक्यामागील रोहिणीवर कानाचे चार बोटे दाब देऊन डोक्यातून होणारा रक्तस्त्राव आटोक्यात आणता येतो. दुसरा पर्याय म्हणजे ८ सें.मी. रूंदीची लिननची पट्टी कपाळाभोवती गच्च बांधणे.
- ❖ केशवाहिन्यातून रक्तस्त्राव होत असल्यास जखमेच्या जागी बर्फ लावावा. रक्तस्त्राव थांबल्यानंतर त्या जागी दाबपट्टी लावावी.
- ❖ जर रूग्णास अंतर्गत रक्तस्त्राव होत असेल तर बाह्य रक्तस्त्रावाप्रमाणे सर्व चिन्हे आणि लक्षणे दिसून येतात. फक्त रक्तस्त्राव होत असल्याचे नजरेस येत नाही. अशावेळी वेदना होऊ शकतात. उदा. उदरपोकळीमध्ये अंतर्गत रक्तस्त्राव होत असल्यास पोटात वेदना होतात. अशा भागास बाहेरून हात लावला असता हुळहुळते. अंतर्गत रक्तस्त्रावाचे नियंत्रणाची तत्त्वे पुढीलप्रमाणे :-
- ❖ संपूर्ण विश्रांती, निजतांना डोके खाली असावे आणि पलंगाची पायाकडील बाजू पलंगाच्या पायांकडील आडव्या रोंड्याला स्तूल ठेवून वर उचलावी. रूग्णाचे पायाखाली उशा ठेवून पाय वर उचलावे.
- ❖ ब्लँकेट पांघरून रूग्णास उबदार ठेवावे.

- ❖ रूग्णास काहीही खायला प्यायला देऊ नये कारण हॉस्पिटलमध्ये नेल्यावर शस्त्रक्रिया करावी लागली तर भूल देणे आवश्यक असते.
- ❖ रूग्णास हॉस्पिटलमध्ये हलवावे.  
नाकातून येणारा रक्तस्त्राव हा बहुधा नाकास थेट इजा झाल्यामुळे, पनेसीलीचा तकु डा किंवा तत्सम टोकदार वस्तु नाकात घातल्याने किंवा उच्च रक्तदाबामुळे नाकपुडीलच्या आतील लहान रक्तवाहिनी फुटल्यामुळे होतो. यावर उपचार म्हणजे.
- ❖ रूग्णास खाली बसवावे. डोके थोडेसे पुढे कलते ठेवावे.
- ❖ नाकातून रक्त खाली धरलेल्या पात्रात पडू द्यावे.
- ❖ नाकाचा मऊ भाग चिमटीत पकडावा.
- ❖ रूग्णास नाक शिंकण्यास किंवा रक्त गिळण्यास मनाई करावी.
- ❖ रूग्णास तोंडाने श्वासोच्छ्वास करण्यास सांगावे.
- ❖ नाकाच्या मूळाशी आणि कपाळावर बर्फ लावावा.
- ❖ जर या उपायांनी रक्तस्त्राव थांबला नाही तर गॉझचा तुकडा गुंडाळी करून नाकपुडीत घालावा.
- ❖ त्यानेही रक्तस्त्राव थांबला नाही तर अॅड्रिनेलीन हून सलाईन (१:१०००) द्रावणामध्ये भिजविलेले कापसाचा बोळा नाकपुडीत घालावा.
- ❖ वैद्यकीय सल्ला घ्यावा.
- ❖ क्षय किंवा कर्करोग यासारख्या फफुसाच्या रोगात रूग्णास खोकतेवेळी रक्त पडते. छातीमध्ये झालेल्या जखमेचा भेद झाल्यास देखील असा रक्तस्त्राव होवू शकतो. खालील तक्त्यावरून थुंकीतून होणारा रक्तस्त्राव आणि उलटीतून होणारा रक्तस्त्राव यांच्यामधील फरक स्पष्ट होईल.

### खोकतांना (थुंकीतून) होणारा

#### रक्तस्त्राव

- ❖ खोकल्याचा पूर्वइतिहास
- ❖ फेसाळ रक्त
- ❖ लालभडक रक्त असते
- ❖ रक्तामध्ये अन्नकण नाहीत
- ❖ प्रतिक्रिया अल्कधर्मी
- ❖ फुफ्फुसरोग दर्शविणारी अन्य लक्षणे उपस्थित

### उलटीतून होणारा

#### रक्तस्त्राव

- ❖ उलटीचा पूर्व इतिहास
- ❖ रक्त फेसाळ नसते
- ❖ रक्त कॉफीच्या पिठीप्रमाणे तपकिरी
- ❖ रक्तात अन्नकण मिसळलेले असतात
- ❖ प्रतिक्रिया आम्लधर्मी
- ❖ उदररोग दर्शविणारी अन्य लक्षणे उपस्थित

खोकल्यातून होणारा रक्तस्त्राव आढोख्यात आणण्यासाठी खालील नियमांचे पालन करावे.

- ❖ रूग्णास मस्तक आणि खांदे थोडेसे वर ठेवून दुखापत झालेल्या बाजूस कलते करून निजवावे.
- ❖ तापमान योग्य तेवढे राखण्यात यावे. पुष्कळ ब्लँकेट पांघरणे किंवा गरम पाण्याच्या बाटल्यांचा वापर करणे टाळावे.
- ❖ तोंडावाटे काही, विशेषतः चहा, कॉफी, अल्कोहोल अजिबात देऊ नये.
- ❖ थुंकीतून बाहेर पडलेले रक्त फेकून देऊ नये.
- ❖ वैद्यकीय सेवा ताबडतोब मिळविण्याची व्यवस्था करावी.
- ❖ उलटीतून होणारा रक्तस्त्राव आद्यंत्रात पडलेल्या जठरस्त्रवणांमध्ये (पेप्टिक अल्सर) तीव्र जठरक्षोभामुळे किंवा उदरातील कर्करोगांमुळे असू शकतो. उलटीतून होणारा रक्तस्त्रावाच्या नियंत्रणाची तत्त्वे खालीलप्रमाणे
- ❖ रूग्णास पलंगावर उजव्या किंवा डाव्या कुशीवर निजवावे. त्यामुळे उलटी करणे सोपे जाते.

- ❖ तोंडावाटे काहीही देऊ नये.
  - ❖ तातडीने वैद्यकीय मदत मागवावी.
- मूत्रपिंडे किंवा मूत्रमार्गास इजा झाल्यास, मुतखड्यामुळे, मूत्राशयाच्या कर्करोगामुळे किंवा तत्सम कारणांमुळे रूग्णास मूत्रावाटे रक्तस्त्रावाचे नियंत्रण करण्यासाठी.
- ❖ भरपूर पेयपदार्थ पिण्यास द्यावे.
  - ❖ डॉक्टरांना दाखविण्यासाठी मूत्र बाजूला ठेवावे.
  - ❖ वैद्यकीय सल्ला घ्यावा.
  - ❖ रूग्णास दाताच्या खळगीतून रक्तस्त्राव होत असेल तर-
  - ❖ या बोळ्यावर कापासाची मोठी गुंडाळी ठेवावी आणि रूग्णास दातांवर दात घट्ट दाबून धरण्यास सांगावे त्यामुळे रक्तस्त्राव होणाऱ्या जागी दाब पडेल.
  - ❖ थुंकणे, गुळण्या करणे टाळावे.
  - ❖ रक्तस्त्रव थांबल्यानंतर सुध्दा १५ ते २० मिनिटे कापसाचा गोळा जागीच राहू द्यावा.

रूग्णास गुदद्वारातून होणारा रक्तस्त्राव उर्ध्व जठरान्नमार्गातून किंवा मोठे आतडे या गुदाशयातून असू शकतो. जर उर्ध्व जठरान्न मार्गातून रक्तस्त्राव होत असेल तर रक्त लहान आतड्याकडे येतांना होणाऱ्या बदलांमुळे त्याचा रंग काळपट असतो. रक्तस्त्राव मोठे आतडे व गुदाशय येथून होत असेल तर रक्त लालभडक असते. बऱ्याच वेळा असा रक्तस्त्राव रक्ती मुळव्याधीमुळे असतो. पण कधी रक्त अतिसार, मोठ्या आतड्यांचा कर्करोग यासारखा गंभीर रोगसुध्दा त्यास कारणीभूत असू शकतो. बऱ्याच वेळा असा रक्तस्त्राव फारसा तीव्र नसतो आणि त्यावर प्रथमोपचार करण्याची गरज पडत नाही.

परंतू कधी कधी तो तीव्र असल्यास तातडीच्या वैद्यकीय उपचारांची गरज भासू शकते. अशा वेळी

- ❖ रूग्णास डोके खाली केलेल्या स्थितीत गादीवर निजवावे
- ❖ रक्ती मुळव्याध असल्यास स्थानिकरित्या बर्फ लावावा.
- ❖ डॉक्टरला बोलावणे पाठवावे.

**आपत्तीचे व्यवस्थापन करा !  
होणारी जीवित हानी टाळा !**

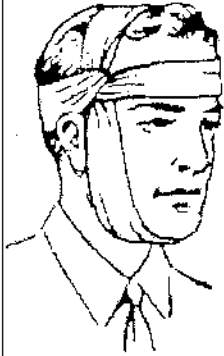
## पट्टी बंधन

### ❖ बँडेज (Bandage) ❖

शरीराची जखम किंवा दुखापत झालेला भाग झाकून टाकण्याच्या प्रक्रियेला पट्टी - बंधन म्हणतात. बँडेज बांधण्याचे हेतू खालीलप्रमाणे :



- ❖ जखम दूषित होण्यास प्रतिबंध करणे.
- ❖ दुखापत झालेल्या भागास आधार व आराम देणे.
- ❖ कापसाचे पॅड, गॉझ, आधारफळी इ. गोष्टी जागीच स्थिर ठेवणे.
- ❖ रक्तस्त्रावाचे नियंत्रण करणे.
- ❖ अस्थिभंग अथवा निखळलेला सांधा निश्चल ठेवणे.
- ❖ वेदना कमी होण्यासाठी दुखापत झालेला भाग निश्चित ठेवणे जेणेकरून वेदना कमी होतील.



❖ बँडेजचे वेगवेगळे प्रकार आहेत. उदा. गुंडाळी, बँडेज, त्रिकोणी बँडेज, अनेक शोपट्या असणारे बँडेज (हनुवटीसाठी) ऊ आकाराचे बँडेज (विटपासाठी Perineum) इ. सुती कपडा, ताग, लोकर अथवा इतर विशेष साहित्यापासून बँडेज बनविण्यात येते. उदा. क्रेप बँडेज, इलेस्टिक बँडेज, इ. बँडेजचे आकारमान ज्या अवयवावर बांधावयाचे आहे त्यावर अवलंबून असतो. शरीराच्या भिन्न भागांसाठी वापरल्या जाणाऱ्या बँडेजचा आकार पुढीलप्रमाणे तक्त्यात दर्शविल्याप्रमाणे.

❖ बँडेजचा आकार ❖

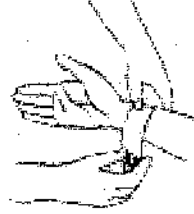
| शरीराचा भाग | बँडेजची रूंदी<br>(सें.मी. मध्ये) | बँडेजची लांबी<br>(मीटरमध्ये) |
|-------------|----------------------------------|------------------------------|
| डोके .....  | ६ - ८ .....                      | ४ - ६                        |
| छाती .....  | १ - १५ .....                     | ६ - ८                        |
| हात .....   | ५ - ६ .....                      | ३ - ४                        |
| मांडी ..... | ८ - ९ .....                      | ४                            |
| पाय .....   | ६ - ८ .....                      | ४                            |
| बोट .....   | २ - ५ .....                      | २                            |
| मनगट .....  | ५ .....                          | ३                            |
| तळहात ..... | ५ .....                          | ३                            |

बँडेज बांधतांना काही नियमांचे पालन करणे आवश्यक असते.

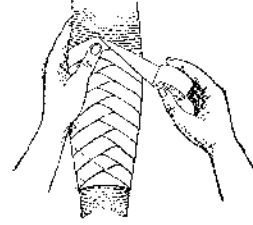
- ❖ योग्य आकाराचे बँडेज निवडावे.
- ❖ रूग्णाला आरामदायक स्थितीमध्ये राहू द्यावे.
- ❖ बँडेज बांधतांना दुखावलेल्या भागास आधार द्यावा.
- ❖ बँडेज बांधतांना नेहमी रूग्णाला सामोरे रहावे. (डोक्याला बँडेज बांधण्याचा अपवाद वगळता)
- ❖ डाव्या बाजूला बँडेज बांधावयाचे असेल तर बँडेजची गुंडाळी आपल्या उजव्या हातात आणि उजव्या भागाला बँडेज बांधावयाचे असेल तर बँडेजची गुंडाळी आपल्या डाव्या हातात धरावी.
- ❖ ज्या भागावर बँडेज करायचे असेल तेथे आधी थोडा कापूस ठेवावा. म्हणजे बँडेज सरकणार नाही किंवा त्यामुळे त्वचेला चरे पडणार नाहीत.



- ❖ गुंडाळी बँडेजचे टोक दुखावलेल्या भागाच्या बाह्य बाजूस धरावे आणि बँडेज त्या भागाभोवती दोन वेळा गुंडाळून बांधून टाकावे.
- ❖ बँडेज नेहमी खालून वर आणि आतून बाहेर वळवावे.
- ❖ गुंडाळी बँडेजचे वळसे देवून शरीराचा मोठा भाग झाकावयाचा असल्यास बँडेजच्या आधीच्या वळशाचा दोन तृतीयांश भाग पुढील वळशाने झाकला जाईल अशा रीतीने वळसे घ्यावे.
- ❖ बँडेज फार घट्ट किंवा फार सैल बांधू नये.
- ❖ बँडेज गुंडाळून झाल्यावर त्याचे टोक सेफ्टी पिनने किंवा स्टिकिंग प्लॅस्टरने बंद करावे किंवा बँडेजच्या टोकाचा भाग कापून त्याच्या कापलेल्या पट्ट्या बँडेजच्या केलेल्या भागाभोवती गुंडाळून गाठ मारावी. गुंडाळी बँडेज साधे वळसे (Simpler Spiral) आठच्या आकड्याच्या आकारातील वळसे (Fogire



(साध्या वळशाचे बँडेज)



(उलट्या वळशाचे बँडेज)

of Eight) उलटे वळसे (Reverse Spiral) किंवा स्पायका (Spica) या प्रकारांनी बांधता येते.

- ❖ साधे वळसे : अवयवावर वळसे घेऊन बँडेज बांधले जाते.
- ❖ 8 च्या आकारातील बँडेज : आलटून पालटून खाली वर तिरकस वळसे घेऊन बांधल्यामुळे बँडेजचा आकार इंग्रजी (8) आकड्यासारखा दिसतो. कोपराला आणि गुडघ्यास या पध्दतीने बँडेज बांधले जाते.

- ❖ **उलटे वळसे :** हा वळशांचा सुधारीत प्रचार आहे. प्रत्येक वळशाच्या वेळी बँडेजची गुंडाळी खालच्या बाजूला उलटी उलगडली जाते. हातला किंवा पायाला बँडेज करतांना या पध्दतीचा वापर केला जातो. कारण या अवयवांची जाडी समान असते.
- ❖ **स्पायका :** आठच्या आकारातील बँडेजचा हा एक सुधारीत प्रकार आहे. नितंब, खांदा, जांघ आणि अंगठा यांना या प्रकारे बँडेज केले जाते.

### बोटे

- ❖ मनगटाभोवती गोल वळसे घेऊन बँडेज बांधायला सुरुवात करावी.
- ❖ तळहाताच्या मागच्या बाजूने तिरकसपणे काढून बोटाच्या अग्राकडे आणावे.



(बोटाला करावयाचे  
वळशाचे बँडेज)



(बोटाच्या अग्राला  
करावाचे बँडेज)

- ❖ बोटाच्या अग्रापासून मुळापर्यंत बँडेजचे वळसे द्यावे, नख उघडे असू द्यावे कारण नख निळसर पडल्यास बँडेज फार घट्ट बांधल्याचे समजून येते.
- ❖ पुन्हा तळहाताच्या मागच्या बाजूने मनगटापर्यंत न्यावे आणि मनगटाभोवती बांधून टाकावे.
- ❖ बोटाच्या अग्रालाच बँडेज बांधायचे असल्यास बँडेजची गुंडाळी तळहातापासून बोटाच्या पुढील भागावरून वर घेऊन बोटाच्या अग्राभोवती गुंडाळावी आणि

बोटाच्या बाजूने खाली घेऊन पुन्हा बोटाच्या तळापासून अग्रापर्यंत वळसे घेऊन आणि बोट झाकून टाकावे.

#### हात आणि चार बोटे (अंशतः सोडून)

- ❖ मनगटाभोवती बँडेजचे गुंडाळीचा गोल वळसा घ्यावा. तळहाताच्या मागच्या बाजूने उलटा वळसा घ्यावा. बोटाच्या अग्रापासून सुरुवात करून तळव्यापर्यंत वळसे घेऊन पुन्हा बँडेजची गुंडाळी तळहाताच्या मागच्या बाजूस आणावी. अंगठा पूर्ण झाकला जाईपर्यंत त्याचे वर बँडेजची आणखी वळसे द्यावे.

#### मनगटाची मागची बाजू

- ❖ मनगटाभोवती गोल घट्ट वळसे द्यावे.
- ❖ मनगटाच्या मागच्या बाजूने तिरकसपणे तळव्यावर बोटांच्या मूळांपाशी आणावे. पुन्हा मनगटाच्या मागच्या बाजूस आठ मनगटास्थिच्या वरून (Carpus) करंगळीच्या मूळाशी आणावे. पूर्वीच्या वळशावरून पुन्हा तिरकस वळसा घेऊन मनगटापाशी वळसे देऊन बांधावे.

#### अग्रबाहू

- ❖ बँडेजची गुंडाळी मनगटाभोवती स्थिर करावी.
- ❖ अग्रबाहूच्या बाहेरच्या भागावर उलटे वळसे घेऊन उलट्या वळशांचे बँडेज बांधावे.

#### कोपर

- ❖ बँडेजची गुंडाळी कोपराभोवती स्थिर करावी.
- ❖ कोपराभोवती (८) च्या आकारातील बँडेज सांध्याच्या पुढच्या भागात उलट सुलट वळसे घेऊन बांधावे.

## बाहू



(आठव्या आकारातील बँडेज)



(अंगठ्यासाठी स्पायका बँडेज)



(मनगटासाठी त्रिकोणी बँडेज)

- ❖ दंडाच्या खालच्या बाजूस बँडेजची गुंडाळी स्थिर करावी.
- ❖ साध्या वळशांचे बँडेज बांधावे.

## खांदा

- ❖ खांद्याचा निरोगी भागाकडून बँडेजची गुंडाळी बाहेर काढून ती छातीच्या पुढच्या भागावरून दुखावलेली खांद्याच्या बाह्य पृष्ठभागाशी न्यावी.



अ



ब



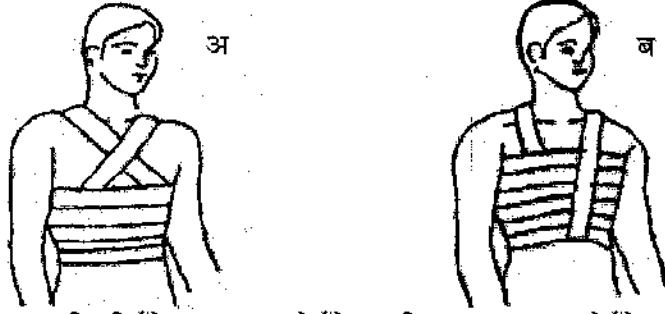
क

(खांद्याचे बँडेज अ आणि ब : स्पायका क : त्रिकोणाकृती बँडेज)

- ❖ पुढून मागे वळसा घ्यावा आणि बँडेजची गुंडाळी काखेतून बाहेर काढून पुढच्या बाजूस आणावी. पुन्हा दुखावलेल्या खांद्याच्या बाह्य पृष्ठभागापाशी नेवून पुर्वीप्रमाणेच पण पुर्वीच्या वळशाचा अर्धा भाग आणि यातील थोडा भाग झाकला जाईल अशाप्रकारे वळसा घ्यावा.
- ❖ खांदा पूर्ण झाकला जाईपर्यंत त्याचप्रकाराने वळसे घ्यावे. बँडेजचे टोक छातीपाशी घट्ट बांधून टाकावे.

### छाती (वळशांचे बँडेज)

- ❖ डाव्या आणि उजव्या खांद्यावर बँडेजची एक मीटर लांबीची गुंडाळी ठेवावी आणि ती तशीच मोकळी राहू द्यावी.
- ❖ छातीवर खालपासून वरपर्यंत बँडेजच्या गुंडाळीने अनेक वळसे घ्यावे आणि त्याचे टोक बंद करावे.
- ❖ मोकळ्या बँडेजचे एक टोक दुसऱ्या खांद्यावर खाली घ्यावे आणि तेथे दुसऱ्या टोकाला बांधून टाकावे.

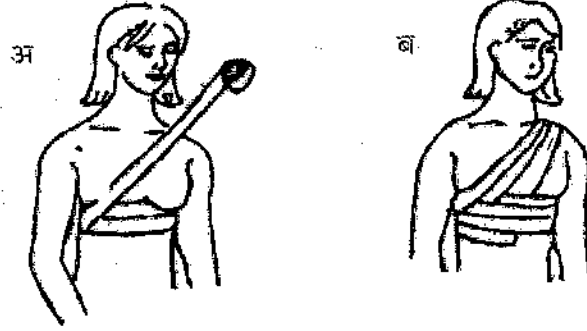


(छातीसाठी बँडेज अ - वळशांचे बँडेज छाती (कृसाच्या आकाराचे बँडेज))

- ❖ गुंडाळी बँडेजचे छातीच्या खालच्या भागास गोल वळसे घेत बँडेज करण्यास सुरुवात करावी.
- ❖ डाव्या खांद्यावरून उजवीकडून डावीकडे वळसा घ्यावे. पाठीवरून उजव्या खांद्यापाशी, पुन्हा खाली घेऊन छातीवरून डाव्या खाकेतून डाव्या खांद्यावर बँडेज आणावे.  
बँडेज छातीवर स्थिर करावे.

## स्तन

- ❖ उजव्या स्तनाला बँडेज करतांना वरून आणि खाली उजवीकडून डावीकडे तिरकस वळसे घ्यावे.
- ❖ बँडेज उजवीकडून डावीकडे वर नेऊन निरोगी बाजूच्या खांद्यावर घ्यावे आणि तिरकसपणे पाठीभोवती घेऊन उजव्या काखेवर आणावे.



- ❖ बँडेजच्या छातीभोवती वळसा घेऊन आधीचा वळसा स्थिर करावा आणि स्तनाचा खालचा भाग झाकून टाकावा.
- ❖ स्तन थोडासा वर उचलला जाईल अशा रीतीने बँडेज पुन्हा वरच्या आणि पुर्वीच्या वळशापेक्षा थोडसे वर छातीवरून घेऊन खांद्याचे वर न्यावे.
- ❖ प्रत्येक पुढील वळसा आधीचे वळशाचे थोडा वर अशारीतीने अनेक वळसे घ्यावे.

## उदर आणि जांघ

- ❖ उराच्या वरच्या आणि मधल्या भागातील जखम झाकण्यासाठी वळशाचे बँडेज उपयुक्त ठरते. ओटीपोटासाठी मात्र ते सोयीचे नाही. विशेषतः कटीबंधाजवळ असे बँडेज बांधतांना संयुक्तपणे, जांघ, नितंब आणि मांडी

आणि नितंबाच्या आजूबाजूचा भाग यांना झाकण्यासाठी स्पायका बँडेजचा वापर केला जातो. वळसे पुढच्या बाजूस, मागच्या बाजूस किंवा कुशीवर एकमेकांवर तिरपे (क्रॉस) घेतले जातात.

- ❖ बँडेज उदरावर वळसे घेऊन स्थिर करा.
- ❖ ते मागून पुढे, डावीकडून उजवीकडे जांघेवरून, मांडीच्या आतल्या बाजूने घ्या. नंतर मांडीच्या पुढच्या बाजूने नितंबाच्या भोवती घेऊन पुन्हा खाली जांघेपाशी न्या.
- ❖ बरेच वळसे घेतल्यानंतर गोल वळसे घेऊन ते कमरेभोवती स्थिर करा.
- ❖ बँडेज चढत्या अथवा उतरत्या वळशांची (ascending or descending spica) बांधता येते. वळसे जांघेच्या वरच्या भागात घेतले आहेत का मांडीच्या खालच्या भागावर घेतले आहेत यावर वळशाचा प्रकार अवलंबून राहिल.

#### पाय

मांडीवरील बँडेज दंड आणि खांद्यावरील बँडेजप्रमाणे बांधले जाते. मांडीच्या वरच्या भागास बँडेज करतांना कटीराभोवी वळसा, घेऊन ते स्थिर करता येते. पायावर बँडेज बांधतांना वळशाचे बँडेज वापरले जाते. वळसे उलट दिशेने सांध्याच्या खालच्या बाजूपर्यंत जातात. गुडघ्याच्या सांध्यास बँडेज बांधतांना केंद्राभिमुख स्पायकाची सुरुवात गुडघ्याच्या वाटीभावती गोल वळसा घेऊन होते आणि त्यानंतर प्रत्येक वळसा आधीचे वळशाचे वर आणि खाली असा घेतला जातो. गुडघ्याच्या मागच्या बाजूस खळग्यात ते एकमेकांना तिरपे जातात. केंद्रविमुख स्पायकाची सुरुवात गुडघ्याच्या खाली आणि वर गोल वळसे घेऊन होते आणि वळसे क्रमशः गुडघ्यावर आणून संपूर्ण गुडघा झाकला जातो.

### तुटलेल्या अवयवाचा विशिष्ट भाग (Amputation Stump)

- ❖ यासाठी उलट्या वळशांचा बँडेजचा वापर करण्यांत येतो. ॲम्प्युटेशनच्या पातळीबरोबर अवयवावर बँडेज आडवे गुंडाळून स्थिर करावे.
- ❖ बँडेज उलटे वळवावे आणि खुंट्यावरून मांडीच्या पुढच्या भागावरून पाठीखाली आणावे.
- ❖ आडव्या वळशापाशी गेल्यावर पुन्हा उलटे वळवून गोल घट्ट वळसा घ्यावा.
- ❖ अवयवाचा खुंटा पूर्णपणे झाकला जाईपर्यंत आडवे आणि अनुलंब वळसे घ्यावे.

### टाच

- ❖ टाचेला बँडेज बांधतांना केंद्राभिमुख किंवा केंद्रविमुख स्पायकाचा वापर केला जातो.
- ❖ टाचेच्या पुढे आलेल्या उंचवट्यापासून बँडेज बांधायला आरंभ करावा.
- ❖ प्रत्येक पुढचा वळसा आधीच्या वळशाहून अनुक्रमे खाली आणि वर आणि त्याला अंशतः झाकून टाकणारा असा घ्यावा.
- ❖ तळपायाभोवती तिरकस वळण घेऊन हे वळसे स्थिर करावे.

### घोटा

- ❖ जर टाच मोकळी सोडायची असेल तर घोट्याला बँडेज करण्यासाठी इंग्रजी आठच्या आकाराचे बँडेज बांधण्यांत येते.
- ❖ घोट्याचे वर गोल वळसा घेऊन बँडेज बांधायला सुरुवात करावी.





- ❖ बँडेज तिरकसपणे पावलाचे वरून तळपायाचे खाली न्यावे आणि
- ❖ घोट्यावरील पायाचे भागाभोवती गोल वळसा घ्यावा.
- ❖ इंग्रजी आठच्या आकारामध्ये गोलाकार वळसे पुन्हा पुन्हा घ्यावे.
- ❖ पायाच्या खालच्या बाजूस गोलाकार वळसे घेऊन बँडेज स्थिर करावे.

#### पाऊल

- ❖ घोट्यावर साधे वळसे घेऊन बँडेज बांधायला सुरूवात करावी.
- ❖ बँडेज अनुलंब दिशेने टाचेपासून अंगठ्यापर्यंत न्यावे असे अनेक सैलसर वळसे घ्यावे.
- ❖ पायाच्या बोटांपासून आरंभ करून पावलाभोवती साधे वळसे घ्यावे.

#### हातझोळी

- ❖ त्रिकोणाकृती बँडेजचा वापर केला जातो. लंबरेषेत कापलेल्या लिननच्या ९० सें.मी. चौरसाकार कपड्याचा वापर केला जातो.
- ❖ त्रिकोणाकृती बँडेजचे निमुळते टोक दुखावलेल्या कोपराखाली ठेवावे.
- ❖ वरचे टोक मागच्या भागाभोवती न्यावे.
- ❖ खालचे टोक वर घ्या आणि ते मानेपाशी वरच्या टोकाशी शिडाच्या गाठीने (Roof Knot) बांधून टाकावे.
- ❖ कोपराजवळ असलेले टोक पुढे आणावे आणि ते सेफ्टी पिनने स्थिर करावे. जेणेकरून कोपराला आधार देण्यासाठी झोळी तयार होईल. जेव्हा झोळी व्यवस्थित बांधलेली असेल तेव्हा ती कमरपट्याच्या बरोबर वर असे आणि हाताला आराम मिळतो. मनगट लटकते राहत नाही.

### डोक्याची त्वचा : (Scalp) (त्रिकोणी बँडेज) :-

- ❖ बँडेजची घडी कपाळावर भुवयांच्या पातळीवर ठेवावी.
- ❖ दोन्ही टोके मागे न्यावी, एकमेकांवर आडवी मानेवरून फिरवून कपाळावर आणावीत गाठ मारावी.

### हात (त्रिकोणाकृती बँडेज)

- ❖ बँडेज एका सपाट पृष्ठभागावर ठेवावे आणि त्यावर हात ठेवावा. हाताची बोटे त्रिकोणाच्या वरच्या टोकाच्या दिशेने असू द्यावी.
- ❖ वरचे टोक बोटांवरून मागे घ्यावे.
- ❖ इतर दोन टोके मागे घ्यावी आणि हाताच्या मागच्या बाजूस मनगटापाशी बँडेजच्या वरच्या टोकाचे वर त्यांची गाठ घालावी.
- ❖ सुटे टाके गाठीवर पिनने स्थिर करावे.

### छाती (त्रिकोणाकार बँडेज)

- ❖ बँडेजचा मध्यभाग छातीवर ठेवावा. त्यांचे वरचे टोक दुखापत न झालेल्या भागांच्या खांद्यावर असू द्यावे.
- ❖ इतर दोन्ही टोके माग न्यावी आणि पाठीवर अशा तऱ्हेने गाठ मारावी की एक टोक दुसऱ्यापेक्षा अधिक लांब असेल.
- ❖ लांब असणारे टोक वरच्या टोकाला बांधावे.
- ❖ पाठीला जखम झाल्यास हीच क्रिया उलट पध्दतीने करावी.

### कोपर (त्रिकोणाकार बँडेज)

- ❖ कोपराशी  $90^\circ$  अंशाचा कोन (काटकोन) करावा.
- ❖ त्रिकोणाचे वरचे टोक बाहुच्या वरच्या भागावर आणि तळपट्टीचा मध्यभाग बाहुच्या खालच्या भागावर ठेवावा.

- ❖ दुसरी दोन टोके कोपराचे पुढच्या बाजूस एकमेकांना आडवी येऊन बाहुवरून गुंडाळावी आणि कोपराबाहेर वर त्याची पट्टी घालावी.

#### गुडघा (त्रिकोणाकृति बँडेज)

- ❖ पाय काटकोनात वाकवावे.
- ❖ बँडेज गुडघ्याच्या पुढच्या भागावर ठेवावे. वरचा भाग मांडीवर असू द्यावा.
- ❖ दोन्ही टोके एकमेकांना तिरकी, मांडीच्या मागच्या बाजूने वर घेऊन मांडीच्या वर आणून गाठ घालावी.
- ❖ त्रिकोणाचे वरचे टोक खाली आणावे.

#### पाऊल (त्रिकोणाकृति बँडेज)

- ❖ बँडेज जमिनीवर ठेवावे.
- ❖ रूग्णाला बँडेजच्या बरोबर मध्ये आपले पाऊल ठेवायला सांगावे. बोट त्रिकोणाच्या वरच्या टोकाचे दिशेने असू द्यावी.
- ❖ दोन्ही टोक घोट्याभोवती मागच्या बाजूस घ्यावी आणि पुढे आणून घोट्याच्या पुढच्या बाजूस त्यांची गाठ घालावी.
- ❖ वरचे टोक खाली गाठीच्या पुढे आणावे आणि गाठीवर पिनने स्थिर करावे.

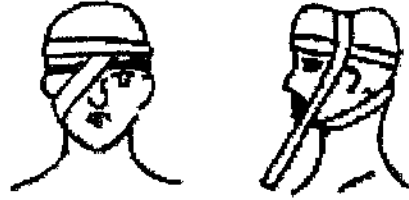
#### डोके

- ❖ बँडेजच्या गुंडाळीचा ७० ते ८० सें.मी. तुकडा कापून घ्यावा तो मस्तकावर अशारीतीने ठेवावा की दोन समान लांबीच्या पट्ट्या कानावर लोंबकळत राहतील. रूग्णाला किंवा एखाद्या सहाय्यकाला त्या धरून ठेवण्यास सांगाव्या.
- ❖ डोक्यावर कपाळाभोवती बँडेजच्या गुंडाळीचे बरेच फेरे घ्यावे.
- ❖ पट्ट्यांची टोके खालच्या बाजूला राहू द्यावी आणि बँडेजच्या एका टोकाभोवती गोल फेरा घ्यावा.

- ❖ नंतर बँडेज थोडे तिरकसपणे, डोक्याच्या मागच्या बाजूवरून पट्टीच्या दुसऱ्या टोकापाशी घ्यावी. त्यांच्याभोवती गोल फेरा घेवून ते पुन्हा कपाळावरील धोक्याच्या पुढच्या भागावर पुन्हा आणावे.
- ❖ पहिल्या पट्टीभोवती पुन्हा फेरा घ्यावा आणि बँडेज डोक्याच्या मागच्या बाजूस पहिल्यापेक्षा थोड्या उंचावर न्यावा. दुसऱ्या पट्टीवर फेरा घेऊन बँडेज पुढच्या भागाशी पहिल्यापेक्षा थोडा उंचावर आणावा. संपूर्ण मस्तक झाकले जाईपर्यंत असे करित राहावे.
- ❖ उभ्या सोडलेल्या पट्ट्यांची हनुवटीखाली गाठ घालावी.

#### डोळा

- ❖ उजव्या डोळ्याला बँडेज बांधण्यासाठी डोक्याभोवती उजवीकडून डावीकडे गोल फेरे घेऊन बँडेज स्थिर ठेवावे.
- ❖ बँडेज तिरकसपणे डोक्याच्या मागच्या भागावरून घेऊन उजव्या कानाखालून पुढे आणून उजव्या डोळ्यावर घ्यावे.



- ❖ डोळ्यावर आणि डोक्याभोवती आळीपाळीने फेरे घ्यावे. डाव्या डोळ्यांचे बँडेज पण याच पध्दतीने केले जाते. फक्त फेरे विरुद्ध दिशेने घेतले जातात.

### तीनपट्टी बँडेज

- ❖ चेहऱ्याची बाजू किंवा कान झाकण्यासाठी अथवा दुखावलेल्या जबड्याला आधार देण्यासाठी याचा वापर केला जातो.
- ❖ डोक्याभोवती टोकाचे दोन तीन फेरे घ्यावे.
- ❖ बँडेज तिरपे डोक्याच्या मागून घेऊन खालच्या जबड्याखाली दुसऱ्या बाजूस आणावे.
- ❖ मस्तकावरून अनेक उभे वळसे घेऊन बँडेज डोक्याच्या मागच्या भागावरून पुढे आणावे.
- ❖ डोक्याभोवती बरेच गोल फेरे घेतल्यानंतर ते सेफ्टी पिनने घट्ट करावे.  
रोलर बँडेज किंवा गॉझची दोन्ही टोके विभाजित करून चार शोपट्या असणारे बँडेज तयार करता येते. हनुवटी, नाक, कपाळ किंवा डोक्याचा मागचा भाग यावरील मलमपट्टी जागीच धरून ठेवण्यासाठी लूप किंवा झोळी तयार करण्यांत याचा वापर सोयीस्कर ठरतो.  
(विटपाचे बँडेज Bandage for perineam) गॉझच्या किंवा बँडेजच्या दोन पट्ट्या घेऊन त्यातील एकीस दुसऱ्या पट्टीच्या मध्यावर काटकोनात घडी घालून (टी) अक्षराच्या आकाराचे बँडेज तयार करता येते.  
विटपावर केलेली मलमपट्टी जागीच स्थिर ठेवण्यासाठी या प्रकारच्या बँडेजचा वापर करण्यांत येतो.

## जखमी रूग्णाची वाहतूक

रूग्णावर जेथे असेल तेथे पुरेसे उपचार करणे शक्य नसल्यास त्याला हॉस्पिटलमध्ये घेऊन जावे लागते. रूग्ण वाहतुकीची तत्त्वे खालीलप्रमाणे :-

- ❖ तीव्र रक्तस्त्राव थांबवा, मज्जाघातावर उपचार करा, अस्थिभंग झाला असल्यास मजबूत आधार द्या. सर्व जखमा व्यवस्थित आच्छादित करा आणि नंतरच रूग्णाला हलवा.
- ❖ जर या गोष्टी शक्य नसेल तर रूग्णाला हलविण्यापूर्वी शरीराच्या जखमी भागाला मजबूत आधार द्या. उदा. पाठीच्या कण्याचा अस्थिभंग झाला असेल तर रूग्ण वाहतूक करतांना पाठीचा कणा अजिबात वाकणार नाही याची काळजी घ्या.
- ❖ पूर्ण दक्षतेने आणि हळुवारपणे सर्व कामे करा. सर्व हालचाली संथ, संयत आणि काळजीपूर्वक केल्या पाहिजेत. जर अनेक माणसे जखमी असतील तर सर्व क्रियांमध्ये उत्तम समन्वये साधला गेला पाहिजे.



- ❖ मज्जाघात झालेला, रक्तस्त्राव होणारा किंवा डोक्याला मार बसलेला रूग्ण शुध्दीवर असला तरी त्याला चालायला देऊ नका. परंतू अशा रूग्णाला

तातडीने हॉस्पिटलमध्ये हलविणे आवश्यक असेल आणि तेथे नेण्याचे दुसरे कोणतेही साधन नसेल तेव्हा अपवाद करायला हरकत नाही.

- ❖ रूग्णाला उचलून घेण्यासाठी पुरेशी माणसे असतील आणि त्यांच्या अंगी त्याला नेण्याची ताकद असेल तरच रूग्णाला उचलून न्या. लहान मुलाला एक हात गुडघ्याखाली आणि हात पाठीखाली उचलता येते. रूग्ण शुध्दीवर असेल तर मानवी कुबडीचा आधार देऊन त्याला हलविला येते. या पध्दतीमुळे प्रथमोपचारक रूग्णाच्या बाजूला इजा झाली असेल त्या बाजूला उभा राहतो आणि दुसरा हात रूग्णाच्या कमरेखाली घालून त्याच्या नितंबास घट्ट आधार देतो.

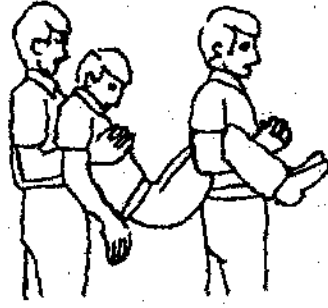
रूग्ण प्रथमोपचारकाच्या गळ्याभोवती आपला हात घालून चालतो. जर रूग्ण शुध्दीवर असेल आणि धरून बसू शकत असेल तर त्याला पाठुंगळीस घेता येते. या पध्दतीमध्ये रूग्णास दोन्ही खांद्यावर आडवे घेऊन प्रथमोपचारक त्याचा उजवा हात आपल्या खांद्यावरून पुढे घेतो आणि आपला उजवा हात त्याच्या दोन्ही पायांमधून काढून त्याचा हात धरतो. पाठुंगळीस घेणे किंवा फायटरप्रमाणे खांद्यावर आडवे घेणे या दोन्ही पध्दतीचा अवलंब करण्यासाठी प्रथमोपचारक अंगाखांद्याने बळकट असणे आवश्यक आहे.

जर दोन वाहक उपलब्ध असतील आणि रूग्ण आपल्या एका किंवा दोन्ही हातांचा वापर करून सहकार्य करू शकत असेल तर चार हात बैठकीचा वापर करता येतो. दोघांही प्रथमोपचारक आपले डावे मनगट उजव्या हाताने पकडतात आणि परस्परांचे उजवे मनगट डाव्या हाताने पकडून रूग्णासाठी बैठक तयार करतात.

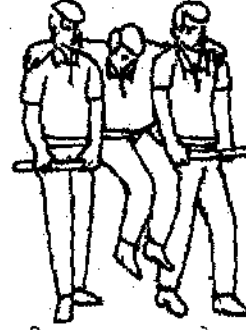
रूग्ण दोघाही प्रथमोपचारकांच्या गळ्याभोवती आपला एकेक हात घालतो. जर रूग्ण आपल्या हातांचा वापर करून प्रथमोपचारकास सहकार्य करण्याच्या

स्थितीत नसेल तर दोन हाती बैठकीचा वापर केला जातो. मागे पुढे उचलून घेण्याच्या पध्दतीत एक वाहक रूग्णाच्या गुडघ्यांखाली हात घालून त्याचे पाय पकडतो तर दुसरा वाहक आपले दोन्ही हात रूग्णांच्या दंडाखालून काढून त्यांच्या छातीवर आपल्या मनगटांची गुंफण करतो. वाहक दोन असतील तर ते काठीचा वापर करून देखील रूग्णाला हलवू शकतात. दोन्ही वाहक काठी आडवी धरतात.

रूग्ण काठीवर दोन्ही वाहकांचेमध्ये बसून आपले हात दोघांच्याही खांद्यावरून चालतो गंभीररित्या दुखापत झालेल्या रूग्णाला स्ट्रेचरवरून हलविण्यांत येते.



(रूग्ण वाहतूक मागे व पुढे उचलण्याची पध्दत)

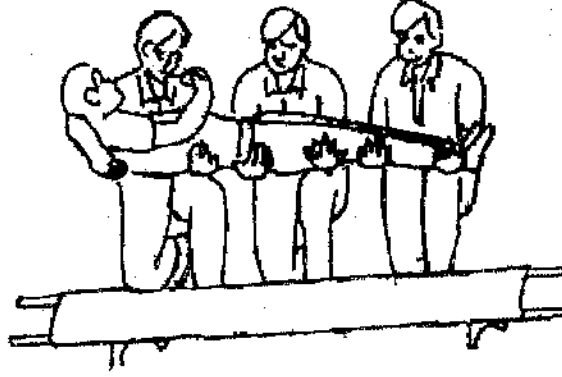


(काठीचा वापर करून दोन व्यक्तींनी केलेली रूग्ण वाहतूक)

सेन्ट जॉन्स ॲम्बुलन्स ब्रिगेडतर्फे वापरण्यांत येणारे सर्वसाधारण स्ट्रेचर २३६ सें.मी. लांब ५६ सें.मी. रुंद असून त्याला १६० सें.मी. लांबीची कॅनव्हास व १५ सें.मी. लांबीची हॅण्डल असतात. जमिनीपासून त्यांची उंची १५ सें.मी. असते. स्ट्रेचर उघडल्यानंतर कॅनव्हासच्या प्रत्येक टोकाशी असणाऱ्या लांबेडाच्या संयुक्त पट्ट्यांनी त्यांची रुंदी स्थिर ठेवली जाते. स्ट्रेचरचे वजन १४ किलो असते इंग्रजी यु आकाराच्या स्टीलच्या धावपट्ट्यांमुळे स्ट्रेचर जमिनीपासून अलगदपणे वर रहाते आणि ॲम्बुलन्सच्या लोखंडी खाचांमध्ये सुरळीतपणे सरकवता येते. स्ट्रेचरवर एक किंवा दोन ब्लॅकट लपेटता येतात.



जेव्हा एकाच ब्लॅकॅटचा वार केला जातो तेव्हा ते ब्लॅकॅट स्ट्रेचरवर कर्ण रेषेमध्ये पसरले जाते. स्ट्रेचरवर गुडाळलेल्या बाजूंवर वरचे आणि खालचे कोपरे दुमडले जातात. दोन ब्लॅकॅटचा जेव्हा वापर केला जातो तेव्हा पहिले ब्लॅकॅट अशा रितीने असमपणे पसरले जाते की डावीकडच्या अर्ध्या भागाने उजव्या अर्ध्या भागापेक्षा अधिक क्षेत्र आच्छादिले जाते आणि वरच्या कडेने स्ट्रेचरची डोक्याच्या बाजूची हॅण्डल अर्धी आच्छादिली जातात.



(रुग्णाला तीन माणसांनी स्ट्रेचरवर ठेवणे)

दुसरे ब्लॅकॅट लांबीच्या दिशेने दोन वेळा घडी करून पहिल्या ब्लॅकॅटवर वरच्या कडेपासून ३८ सें.मी. खाली घातले जाते. खालच्या टोकाच्या घड्याखाली ६० सें.मी. अंतरापर्यंत उघड्या असतात. तीन माणसे रुग्णाला उचलतात. एक माणूस डोके, मान आणि पाठीच्या वरच्या भागाला आधार देतो. दुसरा नितंबांना आधार देतो आणि तिसरा मांड्यांना आणि पायांना आधार देतो. चौथा माणूस रुग्णाचे हात पकडतो. रुग्णाला स्ट्रेचरवर ठेवल्यानंतर पायाकडील टोकाची ब्लॅकॅटची घडी रुग्णाच्या पायावर घातली जाते. एक छोटी घडी त्याच्या पावलांमध्ये मुडपली जाते. ब्लॅकॅटच्या दोन्ही बाजू वर आणि मुडपल्या जातात. डावी बाजू आधी मुडपली

जाते. उजवी अर्धी बाजू डाव्या बाजूच्या आत मुडपून शरीर झाकले जाते. ब्लॅकेटच्या वरच्या भागाचा उजवा कोपरा रूग्णावर पांघरून वरच्या बाजूचा डावा कोपरा उजव्या भागावर घतला जातो आणि जास्त झालेला ब्लॅकेटचा भाग रूग्णाच्या शरीराच्या उजव्या बाजूखाली दडपला जातो. त्यामुळे डोके घेरले जाऊन चेहरा उघडा राहतो. आपल्या देशात हिवाळा वगळता रूग्णाला ब्लॅकेटने आकायची गरज नसते. हिवाळ्यातसुद्धा एकच ब्लॅकेट वापरणे पुरेसे असते. रूग्णाला उचलतांना डोके पुढे ठेवले जाते किंवा २ ते ४ माणसे स्ट्रेचर वाहून नेतात. स्ट्रेचर ॲम्ब्युलन्समध्ये अशारितीने ढकलले जाते की रूग्णाचे डोके आधी जावे. जेव्हा अनेक रूग्णाची वाहतूक करावयाची असेल तेव्हा स्ट्रेचर ठेवण्यासाठी दोन किंवा तीन टायर असलेल्या विशेष ॲम्ब्युलन्स गाड्या वापरल्या जातात. आधी स्ट्रेचर वरच्या टायरवर आणि नंतर खालच्या टायरवर ठेवली जातात. गंभीररित्या जखमी झालेल्या रूग्णांचे स्ट्रेचर खालच्या टायरवर ठेवले पाहिजे.

जर योग्य स्ट्रेचर उपलब्ध नसेल तर तात्पुरते स्ट्रेचर तयार करता येते. असे स्ट्रेचर तयार करण्यासाठी कोटा उलटा करून त्याच्या बाह्यांमधून काठ्या घालाव्या आणि कोटाची मागील बाजू वर राहिल अशारितीने बटणे लावून टाकावी. घड्या घातलेले ब्लॅकेट किंवा पट्ट्या यामध्ये काठ्या (पोल्स) घालून सुद्धा स्ट्रेचर तयार करता येते. स्ट्रेचर सुलभरितीने हलविता येत नसल्यास रूग्णाला वाहक चादरीत किंवा ब्लॅकेटमध्ये ओपवून स्ट्रेचरपर्यंत नेले जाते आणि नंतर स्ट्रेचरवर ठेवले जाते. जर रूग्ण गंभीररित्या जखमी नसेल आणि बसू शकत असेल तर वाहक खुर्चिला सुद्धा करता येते.

**आपत्तीचे व्यवस्थापन करा ! होणारी जीवित हानी टाळा !!**

**आपत्ती कुठल्याही स्वरूपाची असली तरी मदत कार्य सुरू ठेवा**

## स्वाईन फ्लू

### बदल आपणांस काय माहिती पाहिजे



#### १. स्वाईन फ्लू हे काय आहे?

स्वाईन फ्लू हा लुकरामध्ये आढळणारा श्वासोच्छ्वासाचा रोग आहे. जो 'अ' प्रकारच्या जिवणूपासून होतो. त्यामुळे बऱ्याचदा लुकरे मृत्युमुखी पडतात. परंतु २००९ च्या एप्रिल महिन्यापासून संपूर्ण जगात या रोगाने बाधित झालेली ६०००च्या वर माणसे सापडलेली आहेत आणि त्यापैकी ७० च्या वर व्यक्ति स्वाईन फ्लूने मरण पावल्या आहेत आणि जागतिकआरोग्य संस्थेने (डब्ल्यूएचओ) ही घटना विश्व संकट म्हणून जाहीर केली आहे. स्वाईन फ्लू हे नाव बदलून 'एच१एन१' ठेवण्यात आले आहे.

#### २. स्वाईन फ्लूचा प्रसार कसा होतो?

स्वाईन फ्लूचा जिवणू माणसाच्या शरीरातून खोकला व शिकोव्दारे बाहेर पडणाऱ्या कणांतून पसरू शकतो. या रोगाने बाधित झालेल्या माणसाच्या खोकल्याद्वारे किंवा शिकोव्दारे बाहेर पडलेले धोब जेव्हा जवळील व्यक्तीच्या तोंडावर किंवा नाकावर पडतात तेव्हा त्या व्यक्तिला सुध्दा हारोग होऊ शकतो, किंवा एखादी व्यक्ती या रोगाने बाधित झालेल्या माणसाच्या खोकल्याद्वारे किंवा शिकोव्दारे बाहेर पडलेल्या धोबांना हाताने स्पर्श करते व तोच हात न धूता आपल्या तोंडाला किंवा नाकाला लावतो तेव्हा त्यालासुध्दा या रोगाची बाधा होऊ शकते.

#### ३. माणसामध्ये या रोगावर कुठल्या उपचार पध्दती आहेत?

या रोगावर चार प्रकारची या जिवणूना प्रतिबंध करणारी औषधे उपलब्ध आहेत. १) अँटिडाइईन, २) रीमॅन्टाडाईन, ३) ओसेल्टामिवार, ४) झॅनमिवीर. बहुतेक स्वाईन फ्लूच्या जिवणूवर ही चारही औषधे परिणामकारक आहेत. परंतु आत्ताच शोध लागलेल्या या फ्लूच्या जिवणूवर फक्त अँटिडाइईन आणि रीमॅन्टाडाईन ही औषधे प्रतिबंध घालू शकतात. जरी काही प्रमाणात आपण या रोगात अटकाव जर कमी करू शकत असलो तरी दूर्दैवाने अजूनतरी हा रोग पूर्णपणे बरा होऊ शकत नाही.



#### हे करा

- ✓ हात सातत्याने साबण व स्वच्छ पाण्याने धुवावेत.
- ✓ पौष्टिक आहार घ्यावा.
- ✓ लिंबू, आवळा, मोसंबी, संत्री, छिरव्या पालेभाज्या यासारख्या सीडिटामिन असलेल्या पदार्थांचा आहारात वापर करावा.
- ✓ खोकतांना, शिकतांना तोंडावर रुमाल धरावा.
- ✓ भरपूर पाणी प्यावे.
- ✓ पुरेशी झोप घ्यावी.
- ✓ स्वाईन फ्लू रूग्णापासून किमान सहा फूट दूर रहावे.



#### हे करू नका

- × हस्तांदोलन
- × सार्वजनिक ठिकाणी थुंकणे
- × डॉक्टरांच्यासल्ल्या शिवाय औषध घेणे.
- × गर्दामध्ये जाणे

#### प्रतिकार शक्ती वाढविणे हाच खरा उपाय

लक्षणे आढळल्यास नजिकच्या शासकीय आरोग्य केंद्राशी अथवा शासनमान्य उपचार केंद्राशी संपर्क साधावा.