



# বাংলাদেশ কারিগরি শিক্ষা বোর্ড

## ফার্স্ট এইড ড্রিটম্যান্ট-এর কার্যপ্রণালী

হঠাৎ অসুস্থ হয়ে পড়লে কিংবা আহত হলে একজন ব্যক্তিকে তাৎক্ষণিক যে সেবা দেয়া হয় সেটা হল ফার্স্ট এইড। ডাক্তরের চিকিৎসা সুবিধা যখন পাওয়া সম্ভব হয় না অথবা দেরি হয়, তখন নিজে-নিজে অথবা আশেপাশের মানুষের সহায়তায় ফার্স্ট এইড ড্রিটমেন্ট দেয়া হয়। এটাকে ঘরোয়া চিকিৎসাও বলা যেতে পারে।

ফার্স্ট এইডের উদ্দেশ্য

- যন্ত্রণা দূরীকরণ
- বেশি জখম কিংবা বড় ক্ষয়-ক্ষতি প্রতিরোধ করা
- জীবনকে দীর্ঘায়িত করা

ফার্স্ট এইড প্রদানে বাধাসমূহ

- প্রতিকূল পরিবেশ
- উৎসুক মানুষের ভিড়
- ভিক্তিম অথবা ভিক্তিমের আত্মীয়-স্বজনের পক্ষ থেকে আসা চাপ

First Aid Equipment বা প্রাথমিক চিকিৎসা সরঞ্জাম

১) ব্যাসিক সরঞ্জাম



Spine board (স্পাইন বোর্ড স্ট্রেচার)



Spine board (স্পাইন বোর্ড স্ট্রেচার)

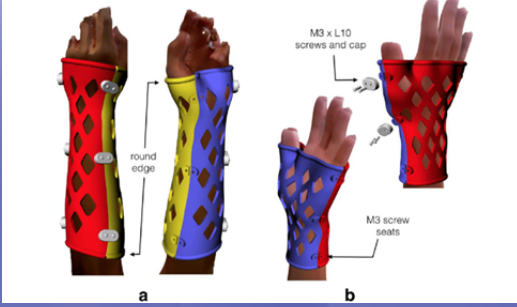


Short Board শর্ট বোর্ড



# বাংলাদেশ কারিগরি শিক্ষা বোর্ড

## ফার্স্ট এইড ড্রিটম্যান্ট-এর কার্যপ্রণালী



Sets of splints (স্প্লিন্ট সেট)



Poles (পোল স্ট্রচার)



Blankets (কম্বল)

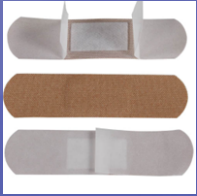
২) Basic First Aid Kit Contents: একটি ফার্স্ট এইড কিটে বেসিক যা যা থাকে—

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| Rubbing alcohol<br>(রাবিং এলকোহল)   |  |
| Povidone iodine<br>(পভিডোন-আয়োডিন) |  |
| Cotton<br>(তুলা)                    |  |
| Gauge pads<br>(গজ প্যাড)            |  |



# বাংলাদেশ কারিগরি শিক্ষা বোর্ড

## ফার্স্ট এইড ড্রিটম্যান্ট-এর কার্যপ্রণালী

|                                    |                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tongue depressor<br>(টাং ডিপ্রেসর) |       |
| Penlight<br>(কলমাকৃতি টর্চ)        |     |
| Band aid<br>(ব্যান্ড এইড)          |   |
| Gloves<br>(গ্লাভস)                 |   |
| Scissors<br>(কাচি)                 |   |
| Forceps<br>(ফোরসেপ)                |   |



# বাংলাদেশ কারিগরি শিক্ষা বোর্ড

## ফার্স্ট এইড ড্রিটম্যান্ট-এর কার্যপ্রণালী

|                                                       |                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Bandages (Triangular)<br>ব্যান্ডেজ                    |       |
| Elastic roller bandages<br>(ইলাস্টিক রোলার ব্যান্ডেজ) |     |
| Occlusive dressings<br>(শোষণক্ষম ড্রেসিং)             |   |
| Plaster<br>(প্লাস্টার)                                |   |

৩) Cloth Material- প্রাথমিক চিকিৎসায় সাধারণত দুই ধরনের কাপড়ের মেটেরিয়াল ব্যবহার করা হয়

- ড্রেসিং – ক্ষতকে ঢাকার জন্য ব্যবহৃত জীবাণুমুক্ত ক্লথ মেটেরিয়াল
- ব্যান্ডেজ – ড্রেসিং-কে আটকানোর জন্য পরিষ্কার জীবাণুমুক্ত ক্লথ মেটেরিয়াল

৪) প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানের গাইডলাইনসমূহ

- একশন প্ল্যান করা
- প্রয়োজনীয় উপাদানগুলি সংগ্রহ করা



# বাংলাদেশ কারিগরি শিক্ষা বোর্ড

## ফার্স্ট এইড ড্রিটম্যান্ট-এর কার্যপ্রণালী

মনে রাখার মত ইনিশিয়াল রেসপন্সগুলো হলঃ

A –ask for help

I –intervene

D –do not further harm

৫) জরুরী প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদানকারীর জন্য নির্দেশনা

দৃশ্য যাচাই করুন

- দৃশ্যটা কি নিরাপদ?
- কী ঘটেছে?
- কতজন আহত হয়েছে?
- হেল্প করতে পারে এমন কেও আছে কি?
- নিজেকে একজন প্রশিক্ষিত ফার্স্ট এইড প্রদানকারী হিসেবে পরিচয় দেয়া
- সেবা দানের জন্য অনুমতি নেয়া
- কেও সাড়া দিচ্ছে কিনা সেটা দেখা

ইমার্জেন্সি মেডিক্যাল সাপোর্ট সক্রিয় করা

অবস্থার উপর নির্ভর করে যা করতে হবেঃ

- দ্রুত ফোন করা
- পাশে কেউ দাঁড়িয়ে থাকলে তারই ফোন কল করা উচিত
- পাশে থাকা ব্যক্তিকে ডাক্তার ডাকার জন্য অনুরোধ করা
- এ্যাম্বুলেন্স অথবা গাড়ি ডাকার জন্য কাউকে অনুরোধ করা

মেডিকেল অ্যাসিস্ট্যান্স সক্রিয় করার সময় যেসব তথ্য মনে রাখতে হবে--

- কী ঘটেছে?
- কোথায় ঘটেছে?
- কতজন আহত হয়েছে?



# বাংলাদেশ কারিগরি শিক্ষা বোর্ড

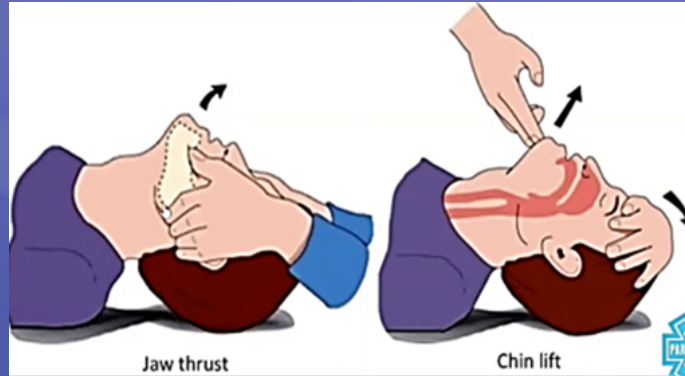
## ফার্স্ট এইড ড্রিটম্যান্ট-এর কার্যপ্রণালী

- কতটুকু জখম হয়েছে এবং ফার্স্ট এইড দেয়া হয়েছে কিনা
- কোথাকার টেলিফোন নাম্বার থেকে কথা বলা হচ্ছে
- যে ব্যক্তি মেডিকেল এসিসটেন্স সক্রিয় করেছেন তাকে অবশ্যই পরিচয় দিতে হবে।

### প্রাথমিক যাচাইকরণ

- প্রথমেই শ্বাস/প্রশ্বাস চেক করতে হবে।
- রক্ত সঞ্চালন চেক করা
- শ্বাস/প্রশ্বাসের রাস্তা সহজ করে দেয়ার দুটি পদ্ধতি আছে-

1. Head Tilt-Chin Lift Maneuver
2. Jaw-Thrust Maneuver



### দ্বিতীয় পর্যায়ের যাচাই

আহত ব্যক্তির সাথে কথা বলা

- ভিক্তিমের নাম জিজ্ঞেস করা
- কী ঘটেছে জানতে চাওয়া
- ঘটনাটা মূল্যায়ন করা



# বাংলাদেশ কারিগরি শিক্ষা বোর্ড

## ফার্স্ট এইড ড্রিটম্যান্ট-এর কার্যপ্রণালী

গুরুত্বপূর্ণ লক্ষণগুলো খেয়াল করা  
পালস রেট দেখা। স্বাভাবিক রেট হলো -

|           |                   |
|-----------|-------------------|
| এডাল্ট    | ৬০ – ৯০ / মিনিট   |
| চাইল্ড    | ৮০ – ১০০ / মিনিট  |
| ইনফ্যান্ট | ১০০ – ১২০ / মিনিট |

শ্বাসপ্রশ্বাসের রেট দেখা। স্বাভাবিক রেট হলো -

|           |                 |
|-----------|-----------------|
| এডাল্ট    | ১২ -২০ / মিনিট  |
| চাইল্ড    | ১৮ – ২৫ / মিনিট |
| ইনফ্যান্ট | ২৫ – ৩৫ / মিনিট |

ভিক্টিমের পা থেকে মাথা পর্যন্ত পরীক্ষা করে দেখা। Deformity বা বিকৃতি, Contusion বা কালশিটে পড়া, Abrasion বা ঘর্ষণ, Puncture বা ছিদ্র হয়ে যাওয়া, Burn বা পোড়া, Tenderness বা কোমলতা, Laceration বা ক্ষত, Swelling বা ফোলা ইত্যাদি যাচাই করা।