

FIRST AID BOX GUIDE



info@uqcglobal.com | +91 9811561179 | www.uqcglobal.com

✚ आँख की चोट (EYE INJURY) गाइड ✚ ✚ SEVERE CONDITIONS ✚ ✚ METHODS OF BANDAGING ✚

EYE INJURY (Foreign Matter)



- IF DEBRIS IS VISIBLE, gently remove with a clean, moist cotton swab. यदि कोई कण दिखाई दे, तो उसे साफ, नम सूती कपड़े से धीरे-धीरे हटाएँ।
- LIFT upper eyelid and look down. IF FOREIGN MATTER IS UNDERNEATH, gently remove. ऊपरी पलक उठाएँ और नीचे देखें। यदि विदेशी पदार्थ नीचे है, तो उसे धीरे-धीरे हटाएँ।
- DO NOT rub the eye. आँख न रगड़ें।

गंभीर स्थितियाँ (गंभीर अवस्थाएँ)

Shock | शॉक



- POSITION person on back. व्यक्ति को पीठ के बल लिटाएँ।
- ELEVATE legs and feet slightly. पैर और पंजे थोड़े ऊपर उठाएँ।
- CALL emergency services. आपातकालीन सेवाओं को बुलाएँ। गर्म रखें।

Poisoning | ज़हर



- CONTACT emergency services/poison control immediately. आपातकालीन सेवाओं / ज़हर नियंत्रण केंद्र से तुरंत संपर्क करें।
- Do not induce vomiting unless जब तक सलाह न दी जाए उल्टी न कराएँ।

घावों पर पट्टी बाँधने की विधियाँ

ROLLER BANDAGE FOR ARM | हाथ के लिए रोलर पट्टी



- START wrapping below the wound. घाव के नीचे से पट्टी शुरू करें।
- OVERLAP the bandage by half. त्रिकोणीय कपड़े से स्लिंग बनाएँ।
- TIE and secure the end. सहारे के लिए गर्दन के चारों ओर बाँधें।

गंभीर स्थितियाँ: शॉक और ज़हर (SEVERE CONDITIONS: SHOCK & POISONING)

शॉक (SHOCK) | शॉक का उपचार



- LEAVE और पैर ऊँचे करें (ELEVATE LEGS AND FEET)
- श्वास और नाड़ी की जाँच करें (CHECK BREATHING AND PULSE)
- गर्म रखें और आश्वासित करें (KEEP WARM AND REASSURE)
- तुरंत चिकित्सा मदद लें (SEEK MEDICAL HELP IMMEDIATELY)

ज़हर (POISONING) | ज़हर का उपचार



- ज़हर की पहचान करें (IDENTIFY THE POISON)
- उल्टी न कराएँ (DO NOT INDUCE VOMITING)
- मुँह को साफ़ करें (CLEAN THE MOUTH)
- तुरंत चिकित्सा मदद लें (SEEK MEDICAL HELP IMMEDIATELY)

SYLVESTER METHOD OF ARTIFICIAL RESPIRATION (आपातकालीन कृत्रिम श्वसन)



जलने पर तुरंत प्राथमिक चिकित्सा (IN CASE OF BURN: IMMEDIATE FIRST AID)

महत्वपूर्ण चरण (CRITICAL STEPS):

- ठंडे पानी से ठंडा करें (COOL THE BURN WITH COOL WATER)
- आभूषणों को हटाएँ (REMOVE JEWELRY AND LOOSE CLOTHING)
- स्वच्छ पट्टिका से ढकें (COVER THE BURN WITH A CLEAN MEDICAL HELP IMMEDIATELY)
- तुरंत चिकित्सा मदद लें

COOL THE BURN ठंडा करें



COOL THE BURN Use cool water for 10-20 mins. ठंडा करें (10-20 मिनट)

REMOVE JEWELRY को लागें आभूषणों को हटाएँ



REMOVE JEWELRY Prevent constriction & danger आभूषणों को हटाएँ

COVER THE BURN ढकें



COVER THE BURN Use non-stick gauze dressing ढकें

CALL FOR HELP चिकित्सा मदद लें



CALL FOR HELP Call emergency services for चिकित्सा मदद लें

TRIANGULAR BANDAGE SLING त्रिकोणीय पट्टी स्लिंग



- FORM a sling with a triangular cloth. त्रिकोणीय कपड़े से स्लिंग बनाएँ।
- SUPPORT the injured arm in the sling. घायल हाथ को स्लिंग में सहारा दें।
- TIE around the neck for support. सहारे के लिए गर्दन के चारों ओर बाँधें।

नकसीर (NOSEBLEED) | नाक से खून बहने का उपचार



- आगे की ओर झुकें और सिर सीधा रखें।
- नाक के नरम हिस्से को पिनच करें।
- इसे 10-15 मिनट तक दबाकर रखें।
- नाक पर ठंडा सेक (आइस पैक) लगाएँ।
- अधिक खून बहने पर चिकित्सा मदद लें।

PRIMARY FIRST AID IN FRACTURE (अस्थि भंग में प्राथमिक चिकित्सा)

अस्थि भंग को स्थिर करने की विधियाँ: (METHODS OF IMMOBILIZING A FRACTURE)

- खपची (Splint) - USE OF SPLINT
- स्लिंग (Sling) - MAKING AN ARM SLING
- सहारा (Support) - SUPPORTING THE FRACTURED PART

USE OF SPLINT (खपची) IMMOBILIZE (स्थिर करें)



SUPPORT LEG (पैर का सहारा) ठूट्टे हुए हिस्से को सहारा देना। STABILIZE (स्थिर करें)

ARM SLING (हाथ का स्लिंग बनाना) FIT (फिट करें)



CHECK PULSE (रक्त प्रवाह) - रक्त प्रवाह और संवेदनशीलता की जाँच। ASSESS (जाँच करें)

MOLDABLE SPLINT (मोड़ने योग्य प्लिंट का उपयोग) ADAPT (अनुकूल बनाएँ)



SUPPORT LEG (पैर का सहारा) ठूट्टे हुए हिस्से को सहारा देना। STABILIZE (स्थिर करें)

SPINAL CARE (पैर की देखभाल) SECURE (सुरक्षित करें)



SPINAL CARE (पैर की देखभाल) पैर की देखभाल/पैर की हड्डी का स्थिरीकरण। SECURE (सुरक्षित करें)

घायल को सुरक्षित स्थान पर ले जाने की विधियाँ: (METHODS OF TRANSPORTING THE INJURED:)

- चार हाथों से बनी कुर्सी (FOUR-HANDED CARRY / CHAIR Lands)
- दो हाथों से बनी कुर्सी (TWO-HANDED CARRY)
- पालना (क्रैडल) विधि (CRADLE METHOD)
- सहारे के साथ चलना (मानवीय छड़ी) (HUMAN CRUTCH)
- पीठ पर लादकर ले जाना (BACK PACK CARRY)
- स्ट्रेचर (स्ट्रेचर/ब्लेड) का उपयोग (USE OF STRETCHER/ COT)

प्राथमिक चिकित्सा: रक्त साव और नकसीर (FIRST AID: BLEEDING & NOSEBLEED)

रक्त साव (BLEEDING) | बाहरी रक्तस्राव का उपचार



- घाव पर सीधा दबाव दें।
- साफ धुले कपड़े या धुली पट्टी का उपयोग करें।
- दबाव तब तक बनाए रखें जब तक खून बहना बंद न हो जाए।
- खून बहना बंद न होने पर तुरंत चिकित्सा मदद लें।

METHODS OF BANDAGING (घावों पर पट्टी बाँधने की विधियाँ)

CIRCULAR

FIGURE-8

SLING

SPIRAL

CIRCULAR

(Elbow/Ankle)

FIGURE-8

SPIRAL

FIGURE-8

ELEVATING SLING

SPLINT BANDAGE

TOURNIQUET - 7-8 FOR STRINGS/STRIPS

FOUR-HANDED CARRY दो हाथों से बनी कुर्सी



Clear, four-handed carry to carry injured person with an four-handed carry/ chair formed hands.

TWO-HANDED CARRY दो हाथों से बनी कुर्सी



Clear, two-handed carry seat to carry injured person in the two-handed tandem.

CRADLE METHOD पालना (क्रैडल) विधि



One cradle method to carry of an injured with for carry of human child.

HUMAN CRUTCH सहारे के साथ चलना



Human crutch leading to support injured man to support in walking.

BACK PACK CARRY पीठ पर लादकर ले जाना



A back pack carry with an injured carry, with in cradle and carry with chun back pack carry with.

USE OF STRETCHER / COT स्ट्रेचर / स्ट्रेच का उपयोग



Use stretcher (like from carefully movers with in over two rescuer call स्ट्रेचर / स्ट्रेच का उपयोग करें।