

First Aid

முதலுதவி டிப்ஸ்

வெட்டுக்காயம்:

காயத்தைத் தண்ணீரால் கழுவி, அதன் மேல் டிங்சர் அயோடின் அல்லது டெட்டால் தடவவும். தேவைப் பட்டால் பேண்ட் எய்ட் போடவும்.

மூக்கிலிருந்து இரத்தம் வடிதல்:



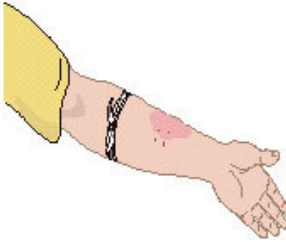
சம்பந்தப்பட்ட நபரை சற்றே மேல் நோக்கிப் பார்த்த வாறு உட்காரச் செய்யவும். அவரை வாயால் மூச்சு விடச் சொல்லவும். மூக்கின் மேல் குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கவும். மூக்கின் மென்மையான பகுதியை விரல்களால் விட்டு விட்டு அழுத்திப் பிடிக்கவும். கழுத்தின் பின் பக்கத்தில் அல்லது நெற்றியில் குளிர் ஒத்தடம் கொடுப்பதும் பலன் தரும்.

குழந்தை எதையாவது விழுங்கி விட்டால்:

படபடப்பாக வேண்டாம். குழந்தையைக் குப்புறப்படுக்க வைத்து, அதன் பின் பக்கத்தில் தட்டினால் அது விழுங்கிய பொருள் வெளியே வரலாம். குழந்தை எதை விழுங்கியது என்றே தெரியாமல் அல்லது அதை எடுப்பதில் சிரமம் இருந்தால் உடனடியாக மருத்து வரிடம் அழைத்துச் செல்லவும்.



விலங்குக் கடி:



வீட்டில் வளர்க்கிற பிராணிக் கடி என்றால் கடிபட்ட இடத்தை நன்றாகக் கழுவி, உடனே டெட்டனஸ் ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். வேற்று விலங்குகள் என்றால் கடிபட்ட இடத்தைக் குழாயின் அடியில் காட்டிக் கழுவி, ஆன்டிசெப்டிக் சோப் அல்லது டெட்டால் தடவி மீண்டும் கழுவி, தாமதிக் காமல், ரேபிஸ் ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

மயக்கம்:

மயக்கமடைந்த நபரைக் கீழே படுக்க வைத்து நெஞ்சு மற்றும் வயிற்றுப் பகுதி ஆடைகளைத் தளர்த்த வேண்டும். தலையை ஒரு பக்கமாகத் திருப்ப வேண்டும். கால்களை லேசாக உயர்த்த வேண்டும். உடனடியாக குடிக்கவோ, சாப்பிடவோ எதுவும் கொடுக்கக் கூடாது. மயக்கம் தெளிந்த பிறகு கொஞ்சமாகக் குடிக்க ஏதேனும் கொடுத்து, சில நிமிடங்கள் உட்கார வைத்துப் பிறகே எழுந்திருக்க அனுமதிக்க வேண்டும்.



sathick@gmail.com