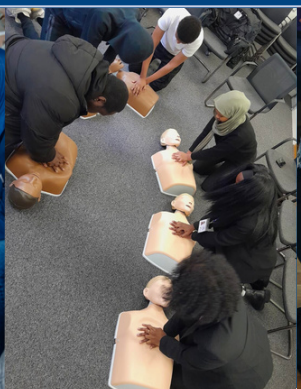
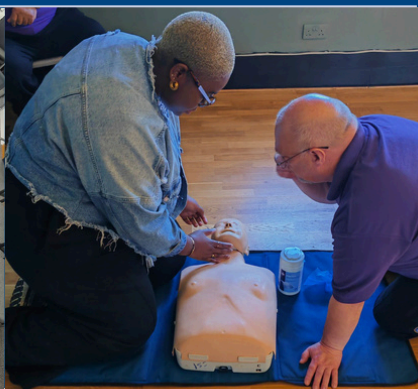
St Andrew's First Aid

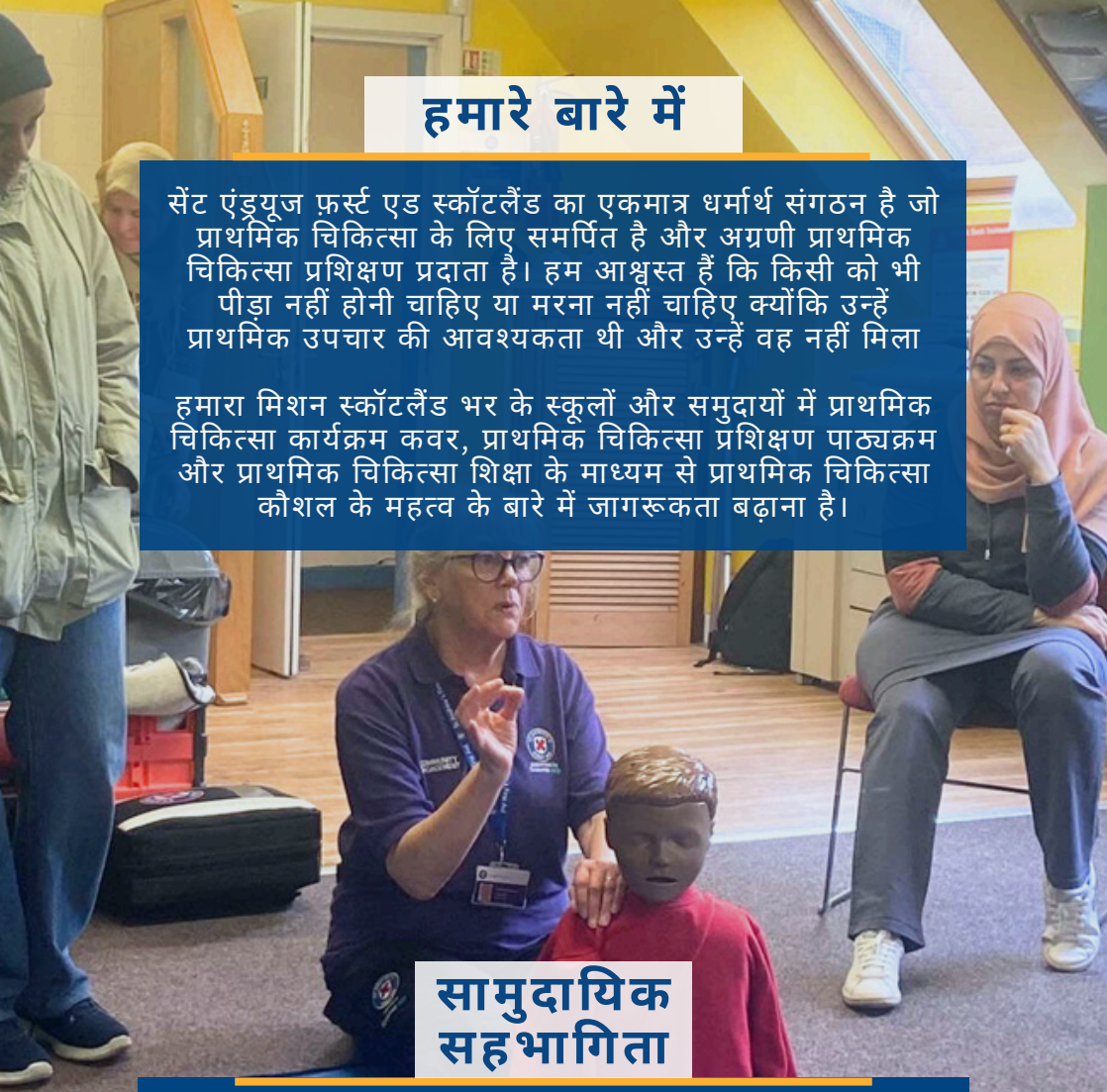
सामुदायिक सहभागिता

सीपीआर और डिफाइब्रिलेशन गाइड

यहां जीवनरक्षकों का एक राष्ट्र बनाना







हमारे बारे में

सेंट एंड्रयूज फ़र्स्ट एड स्कॉटलैंड का एकमात्र धर्मार्थ संगठन है जो प्राथमिक चिकित्सा के लिए समर्पित है और अग्रणी प्राथमिक चिकित्सा प्रशिक्षण प्रदाता है। हम आश्वस्त हैं कि किसी को भी पीड़ा नहीं होनी चाहिए या मरना नहीं चाहिए क्योंकि उन्हें प्राथमिक उपचार की आवश्यकता थी और उन्हें वह नहीं मिला

हमारा मिशन स्कॉटलैंड भर के स्कूलों और समुदायों में प्राथमिक चिकित्सा कार्यक्रम कवर, प्राथमिक चिकित्सा प्रशिक्षण पाठ्यक्रम और प्राथमिक चिकित्सा शिक्षा के माध्यम से प्राथमिक चिकित्सा कौशल के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाना है।

सामुदायिक सहभागिता

हमारा उद्देश्य स्कॉटिश समुदाय समूह और स्कूल से जुड़ना है। हमारे प्रशिक्षित स्वयंसेवक नि:शुल्क प्राथमिक चिकित्सा कौशल और ज्ञान प्रदान कर सकते हैं। इन्हें आपके दर्शकों के अनुरूप बनाया जा सकता है। एक विषय पर बहुत विस्तार से चर्चा की जा सकती है; या कई अलग-अलग प्राथमिक चिकित्सा स्थितियों को व्यापक अवलोकन में शामिल किया जा सकता है।

यदि आप चाहते हैं कि हम आपसे मिलने आएं, तो कृपया क्यूआर कोड देखें सामुदायिक सहभागिता बुकिंग अनुरोध के लिए इस पत्रक के पीछे और इसे स्कैन करें!

सीपीआर कैसे वितरित किया जाता है?

1. पीड़ित की प्रतिक्रिया की जाँच करें
2. यदि पीड़ित प्रतिक्रियाशील है तो उन्हें उसी स्थिति में छोड़ दें और किसी भी चोट की पहचान करें, सबसे गंभीर चोट का पहले इलाज करें।
3. पीड़ित की सांस की जाँच करें
4. यदि पीड़ित प्रतिक्रिया नहीं दे रहा है तो उसके वायुमार्ग को खोलें और सांस लेने की जांच करें। उनके सिर को पीछे झुकाएं (हथेली उनके माथे पर) और वायुमार्ग को खोलने के लिए उनकी ठुड्डी (अपने दूसरे हाथ की उंगलियों का उपयोग करके) उठाएं। 10 सेकंड के लिए सांस को देखें, सुनें और महसूस करें।

5. यदि वे सामान्य रूप से सांस ले रहे हैं, तो यदि संभव हो तो पीड़ित को उसी स्थिति में छोड़ दें जहां वह पाया गया था। किसी भी चोट की पहचान करें, सबसे गंभीर चोट का पहले इलाज करें। (यदि आपको हताहत व्यक्ति को थोड़े समय के लिए छोड़ना पड़े तो उन्हें ठीक होने की स्थिति में रखें)
6. यदि पीड़ित सामान्य रूप से सांस नहीं ले रहा है...
7. सहायता के लिए कॉल करें, 999/112 पर कॉल करें, डिफाइब्रिलेटर मांगें, सीपीआर शुरू करें

8. छाती को 30 बार दबाएं - पीड़ित के बगल में घुटने टेकें, उनकी छाती के साथ समतल करें, और एक हाथ की एड़ी को उनकी छाती के बीच में (उनकी छाती की हड्डी पर) रखें। अपने दूसरे हाथ की एड़ी को पहले हाथ के ऊपर रखें और उंगलियों को चित्रानुसार फंसा लें।
9. पीड़ित के ऊपर झुकें, अपनी भुजाओं को सीधा रखते हुए दबाव डालना शुरू करें। प्रति मिनट 100-120 बार, या "जीवित रहें" की लय में, उनकी छाती के केंद्र में 5-6 सेमी लंबवत दबाएं। संपीड़न के बीच हमेशा उनकी छाती को पूरी तरह ऊपर उठने दें।
10. डिफाइब्रिलेटर लगाएं - मशीन चालू करें, इलेक्ट्रोड पैड को पीड़ित की खुली छाती पर लगाएं और दिए गए सभी ध्वनि संकेतों का पालन करें। यदि झटके की आवश्यकता है तो मशीन सलाह देगी और या तो इसे स्वचालित रूप से वितरित करेगी या आपको यूनिट पर शॉक बटन दबाने के लिए कहेगी।

ST. ANDREW'S FIRST AID

बुकिंग

हमारे सभी सामुदायिक जुड़ाव प्राथमिक चिकित्सा कौशल और ज्ञान सत्र निःशुल्क हैं, और स्कॉटलैंड के अधिकांश हिस्सों में किसी भी स्कूल या सामुदायिक समूह के लिए उपलब्ध हैं।

स्वयंसेवक

एक सामुदायिक सहभागिता स्वयंसेवक के रूप में आप विभिन्न सामुदायिक सेटिंग्स में हमारी प्राथमिक चिकित्सा जागरूकता वार्ता और प्रदर्शनों की सुविधा प्रदान करेंगे।

दान करें

सेंट एंड्रयूज प्राथमिक चिकित्सा के लिए धर्मार्थ दान महत्वपूर्ण हैं क्योंकि वे हमें अपना जीवन बचाने का काम जारी रखने और अधिक लोगों को प्राथमिक चिकित्सा कौशल सिखाने की अनुमति देते हैं।

यदि प्राथमिक चिकित्सा कौशल और ज्ञान सत्र की बुकिंग के बारे में, या सामुदायिक स्वयंसेवक के रूप में सेंट एंड्रयूज प्राथमिक चिकित्सा के साथ स्वयंसेवा करने के बारे में आपके कोई प्रश्न हैं, तो कृपया बेझिझक हमें comunity@firstaid.org.uk पर ईमेल करें या हमें 0141 332 4031 पर कॉल करें।

आपका स्थानीय स्वयंसेवक है.....

सम्पर्क करने का विवरण.....