GRAMIN SWASTHYA PRERAK PRASHIKSHAN SANSTHAN

Lucknow (U.P.)

ALLIED HEALTH INSTITUTE

Affiliated by - BSS (National Health Agency of India) Code - UP/8134

Established in 1952

By Planning Commission, Govt. of India, New Delhi

101/C, Sanjay Gandhipuram, (Faizabad Road) Lucknow-226016

Phone : 0522-4958027, Mob.: 9565600144, 7310000213 Website : www.rhmp.org.in, E-mail : rhmpup@gmail.com

INDEX

1. Nursing 1-4

- ❖ आपातकालीन स्थिति में प्राथमिक सहायता
- ❖ नर्सिंग का अर्थ, परिभाषा
- ❖ नर्सिंग की प्रकृति
- ❖ नर्सिंग के उद्देश्य
- ❖ नर्स
- ❖ नर्स के
- ❖ गुण
- ❖ नर्स के कार्य

2. नर्सिंग के मूल सिद्धान्त (Fundamental of nursing) 5-13

- ❖ स्वास्थ्य के निर्धारक
- ❖ सुरक्षा की आवश्यकताएं
- ❖ नर्सिंग प्रक्रिया एवं नर्सिंग सेवा-सुश्रुषा
- ❖ शारीरिक परिक्षण में नर्स की भूमिक
- ❖ रक्त चाप
- ❖ स्वास्थ्य
- ❖ रोगी के सामाजिक आर्थिक व सांस्कृतिक जानकारी का महत्व रोगी की भर्ती प्रक्रिया
- ❖ मरीज/रोगी का आँकलन
- ❖ मनुष्य
- ❖ विभिन्न आयु
- ❖ अवस्थाओं में तापमान

3. नर्सिंग के सिद्धान्त 14-24

- ❖ त्वचा) Skin)
- ❖ अध्यावर्णी तंत्र के महत्वपूर्ण रोग
- ❖ रोम) Hair)
- ❖ अंतःस्रावी तंत्र
- ❖ संक्रमण नियंत्रण
- ❖ संक्रमण की प्रकृति
- ❖ चेहरे का मास्क या मुखौटा

नर्सिंग
(Nursing)
नर्सिंग का परिचय (Introduction of Nursing)

नर्सिंग का अर्थ (Meaning of Nursing) : - नर्सिंग शब्द लेटिन (Latin) भाषा में न्यूट्रीशस (Nutritious) शब्द से उत्पन्न हुआ है जिसका अर्थ (meaning) है, पालन करना, पोषण करना, सुरक्षा करना, सहारा देने एवं जीवित रखना आदि

नर्सिंग की परिभाषा (Definition of Nursing)

इंटरनेशनल कौंसिल ऑफ नर्सेस के अनुसार:- "नर्सिंग, नर्स द्वारा किया जाने वाला अनुपम कार्य है, अर्थात् व्यक्ति (स्वस्थ या अस्वस्थ) को उन क्रियाओं को संपन्न करने में सहायता करना है जो उसके स्वास्थ्य की पुर्नप्राप्ति (या शांतिपूर्ण मृत्यु) में योगदान देती है एवं जिन क्रियाओं को वह शक्ति, इच्छा अथवा ज्ञान होने पर स्वयं बगैर किसी सहायता में संपन्न करता है ।

अमेरिकन नर्सेस एसोसिएशन के अनुसार:- "नर्सिंग का पेशा एक सीधी सेवा है जिसका लक्ष्य व्यक्ति, परिवार एवं समुदाय की स्वस्थ अथवा रोग अवस्थाओं में स्वास्थ्य संबंधित आवश्यकताओं की पूर्ति करना एवं तदनुरूप अपने को ढालना हैं ।"

नर्सिंग की प्रकृति (Nature of Nursing):- नर्सिंग को एक कला, विज्ञान एवं व्यवसाय कहा जाता है । नर्सिंग की प्रकृति नर्सिंग, स्वास्थ्य, वातावरण एवं व्यक्ति पर निर्भर होती है । नर्सिंग की प्रकृति का मुख्य उद्देश्य होता है कि स्वास्थ्य की उन्नति करना, बीमारी में रोकथाम करना, स्वास्थ्य की पुर्नस्थापना एवं दर्द से मुक्ति करना आदि होता है । नर्सिंग एक ऐसा व्यवसाय है जिसमें नर्स द्वारा व्यक्ति और परिवार एवं समुदाय की स्वास्थ्य संबंधी समस्यों का समाधान करती है । नर्स के कई कर्तव्य होते है, नर्स रोगी की देखभाल करती है एवं उसे उपचार एवं दवाईयाँ देती है ।

नर्सिंग की प्रकृति रोगी की स्थिति व जरूरतों को समझना, रोगी की क्षमता बढ़ाना, रोगी की समस्याओं का समाधान करना, रोगी को स्वस्थ करना, उपचार करना एवं बीमारी का निदान करना सम्मिलित हैं | यह एक कला भी है |

नर्सिंग के उद्देश्य (Objective of Nursing)

1. स्वास्थ्य में वृद्धि (Promotion of Health)
2. बीमारी में रोकथाम (Prevention of illness)
3. स्वास्थ्य प्राप्ति (Restoration of health)
4. स्वास्थ्य की पुर्नस्थापना (Rehabilitation of health)

1. स्वास्थ्य वृद्धि (Promotion of Health) :- स्वास्थ्य में वृद्धि या उन्नति नर्सिंग का महत्वपूर्ण अंग है | इसमें मरीज को खुद के लिये जागरूकता और स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता के लिये बढ़ावा दिया जाता है । इसमें मरीज को स्वास्थ्य संबंधी जानकारी एवं ज्ञान दिया जाता है ताकि उनकी स्वास्थ्य में वृद्धि हो सके | स्वास्थ्य का उद्देश्य होता है कि व्यक्ति का मानसिक, शारीरिक, सामाजिक और आध्यात्मिक रूप से स्वस्थ होना |

2. बीमारी में रोकथाम (Prevention of illness) :- बीमारी में रोकथाम या अस्वस्थता से बचाव का उद्देश्य होता है कि बीमारी के लक्षणों को दूर करता है । इसमें मरीज या व्यक्ति को अच्छी स्वास्थ्य आदतों में उन्नति करना और उनके अनुकूल कार्य को बनाये रखना सम्मिलित है । मरीज या व्यक्ति को कार्यक्रमों में सम्मिलित करना एवं अच्छी स्वास्थ्य आदतों की समझाना | उन्हें अच्छा आहार और व्यायाम की जानकारी देना जिससे कि बीमारी में रोकथाम हो सके

3. स्वास्थ्य प्राप्ति (Restoration of health) :- स्वास्थ्य प्राप्ति अर्थात् नर्स के द्वारा मरीज की देखभाल करना एवं मरीज को दवाई देना और उपचार करना जिससे की मरीज की स्वास्थ्य प्राप्ति हो सके | मरीज की अच्छे से देखभाल कर उसके स्वास्थ्य में वृद्धि करना । मरीज को शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ बनाना । मरीज की बीमारी का इलाज करना एवं उसे अच्छी प्रक्रिया और उपचार के लिए ले जाना | बीमार मरीज के स्वास्थ्य का अवलोकन करना एवं व्यक्ति, परिवार, समूह एवं समुदाय को स्वास्थ्य प्राप्ति हेतु सलाह देना ।

4. स्वास्थ्य की पुर्नस्थापना (Rehabilitation of health):- शारीरिक अथवा अन्य असमर्थता या बीमार व्यक्तियों का पुनः सामान्य कार्यों को करने लगना । स्वास्थ्य की पुर्नस्थापना का मतलब है कि मरीज की सर्वोच्च क्षमताओं को विकसित करना ताकि वह शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं व्यवसायिक रूप से एक सामान्य जीवन जी सके । पुर्नस्थापना

द्वारा विकलांग व्यक्ति की शारीरिक मानसिक एवं आर्थिक समस्याओं का निराकरण कर उसे पूर्ण एवं सक्रिय जीवन जीने योग्य बनाता है |

नर्स (Nurse)

परिभाषा (Definition) :- नर्स द्वारा मरीजों की देखभाल करना, रोगी को स्वस्थ रखना, सुरक्षा देना, पोषण करना एवं मनोवैज्ञानिक सहारा देना सम्मिलित है |

नर्स का अर्थ (Meaning of Nurse)

N - Nobility (श्रेष्ठता) Knowledge (ज्ञान)

U - Understanding (समझदारी), Usefulness (उपादेयता)

R - Responsibility (उत्तरदायित्व), Righteousness (नीतिपरायणता)

S - Sympathy (सहानुभूति), Simplicity (सादगी)

E - Efficiency (कार्यक्षमता), Equanimity (स्थिरचितता)

नर्स के गुण (Qualities of Nurse)

अपने साथियों के प्रति स्नेह	ईमानदारी	अनुशासन एवं आज्ञापालन
धैर्य	उदारता	सतर्कता एवं बुद्धिमता पूर्ण निरीक्षण
विश्वसनीयता	अच्छा मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य	वफादारी
समझदारी	सहानुभूति एवं व्यवहारकुशलता	जिम्मेदारी की भावना
संचार ज्ञान	व्यवहारिक ज्ञान	शिष्टता
शालीनता एवं गरिमा	तकनीकी योग्यता	निष्ठावान
मनोवैज्ञानिक ज्ञान	निर्णय लेने की क्षमता	दयालुता
स्वअनुशासन चौकन्नाप	नेतृत्व क्षमता	समन्वयशीलता
विनम्रता	समयपाबन्ध	शालीनता

नर्स के कार्य (Function of Nurse)

1. Care Giver (सही देखभाल देने के रूप में)
2. Communicator (सप्रेक्षक या संचारक के रूप में)
3. Educator (नर्स शिक्षक के रूप में)
4. Counselor (परामर्शदाता के रूप में)
5. Advocate (अधिवक्ता के रूप में)
6. Manager (नर्स संयोजक के रूप में)
7. Researchers (खोजकर्ता के रूप में)
8. Clinical Specialists (चिकित्सा विशेषज्ञ के रूप में)
9. Nurse Practitioner (चिकित्सक के रूप में)
10. Nurse Midwiferey (मिडवाइफरी के रूप में)
11. Administrator (प्रशासक के रूप में)
12. Co-ordinator (समन्वयन के रूप में)
13. Decision Maker (निर्णय लेने की क्षमता)
14. Rehabilitator (पुनर्वास के रूप में)
15. Observer (अवलोकन करने के रूप में)
16. Protector (सुरक्षा के रूप में)

1. देखभालकर्ता के रूप में (Care Giver): - मरीज की देखभाल करना एवं सही देखभाल देना नर्स की पहली जिम्मेदारी होती है | नर्स रोगियों को समझाती है कि उन्हें स्वस्थ होने के लिए क्या करना चाहिए | नर्स रोगी की समस्याओं और उनकी जटिलताओं को समझती है । मरीज को शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, एवं अध्यात्मिक रूप से उसकी स्वास्थ्य

की पुर्नप्राप्ति कराती है | नर्स रोगी की केवल देखभाल ही नहीं करती बल्कि रोगी और उसके परिवार को प्रोत्साहन भी देती है | नर्स मरीज की देखभाल करती है । कि रोगी ठीक प्रकार से साँस ले रहा है, आरामदायक स्थिति में है, उसे पर्याप्त आहार तो मिल रहा है, वह समय पर मल-मूत्र का विसर्जन तो कर रहा है |

2. सम्प्रेषक के रूप में (Communicator) :- सप्रेक्षक या संचार नर्स - मरीज के संबंध का माध्यम होता है | संचार के द्वारा नर्स मरीज की सहायता करके उनके डर को दूर करती है, उन्हें मनोवैज्ञानिक सहारा देती है | नर्स संचार द्वारा मरीज से विचारो का आदान-प्रदान करती एवं मरीज की आवश्यकताओं को समझती है | रोगी की देखभाल का मूलमंत्र है | यदि नर्स का सम्प्रेक्षक अच्छा या साफ नही है तो वह मरीज को ना तो आरामदायक स्थिति दे सकती है, और ना देखभाल, ना कोई निर्णय ले सकती है और ना ही मनोवैज्ञानिक सहारा दे सकती | इसलिए संचार आदान-प्रदान नर्स- मरीज के संबंध में अच्छा होना चाहिए |

3. शिक्षक के रूप (Educator) :- रोगी को स्वस्थ रखने के लिए एवं बीमारियों से बचाने के लिए शिक्षिका के रूप में महत्वपूर्ण भूमिका होती है | नर्स मरीज एवं उसके परिवार को स्वास्थ्य संबंधित जानकारी एवं मदद देती है | नर्स रोगी और उसके परिवार दोनों को सिखाती है कि पौष्टिक आहार पर्याप्त मात्रा में लेना चाहिए, स्वस्थ एवं साफ वातावरण में रहे, समय पर सोए एवं आराम करे और स्वस्थ जीवन जीने की बातों का पालन करे |

4. परामर्शदाता के रूप में (Counselor) :- नर्स परामर्शदाता के रूप में मरीज की समस्याओं का समाधान करती है | नर्स मरीज को भावावेग, मनोवैज्ञानिक एवं बौद्धिक सहारा देती है | मरीज को तनाव से दूर रखती है | नर्स उपचारार्थ परस्पर संबंधित ज्ञान के उपयोग से सही सलाह देती है, संघर्ष का समाधान करती एवं सही निर्णय लेने की क्षमता रखती है | नर्स का उद्देश्य होता है | कि वह मरीज की मदद कर उसके व्यवहार और महसूस करने व समझने की क्षमता को बढ़ाये और इंद्रिय ज्ञान को नियंत्रित करे |

5. अधिवक्ता के रूप में (Advocate) :- नर्स अधिवक्ता के रूप में कार्य करती है | अधिवक्ता नर्स मरीज के मानवीय व कानूनी अधिकारों का संरक्षण करती है । मरीज के स्वास्थ्य संबंधित देखभाल के लिए जो अधिकार है उन्हें सुरक्षित रखती है और मानव जीवन के सबसे नाजुक समय में उनके साथ होती है । मरीज को जब इन अधिकारों की आवश्यकता होती है तब उन्हें देती है |

6. प्रबन्धक के रूप में (Manager) :- सयोजन निर्णय लेती है और दूसरों के साथ सामजस्य स्थापित करती है | मरीज को जो देखभाल दी है उसका मूल्यांकन करना | योजना बनाना, दिशा देना, स्टॉफ को विकसित करना, ऑपरेशन की मॉनिटरिंग करना एवं स्टॉफ और प्रशासक दोनों की आवश्यकताओं को प्रदर्शित करती है |

7. अनुसंधानकर्ता के रूप में (Researcher):- नर्स खोजकर्ता समस्या की जांच कर नर्सिंग देखभाल को बढ़ाती | यह नर्सिंग Practice, शिक्षा और प्रशासक को बढ़ावा देती है |

8. निदानीक विशेषज्ञ के रूप में (Clinical Specialist) :- नर्स किसी विशेष शाखा में मास्टर डिग्री पूरी करती है और चिकित्सा विशेषज्ञ के रूप में कार्य करती है |

9. अभ्यासकर्ता के रूप में (Practitioner) :- नर्स किसी विशेष शाखा में सर्टिफिकेट programme या मास्टर डिग्री पूरी करके विशेष होती है और यह विशेषज्ञ संगठन Certified होता है इसमें नर्स को निर्धारण करने ज्ञान, सलाह देना, शिक्षा प्रदान करना और छोटी बीमारी का उपचार करना इत्यादि आता है |

10. नर्स मिडवाइफरी के रूप में (Nurse Midwifery) :- नर्स Midwifery का कोर्स पूरा करके prenatal और postnatal care प्रदान करती है और women's की deliveries करवाती है |

11. प्रशासन के रूप में (Administrator) :- नर्स एक प्रशासक के रूप में कार्य करती है | मरीज को सही उपचार एवं दवाई देना और नर्सिंग देखभाल करना | तथा अस्पताल व बाई का प्रशासन करने का कार्य करती है |

12. संयोजक के रूप में (Co-ordinator) :- नर्स दल के सभी सदस्यों के कार्यों का समायोजन या सामजस्य बनाती है और देखती है कि रोगी की देखभाल की योजना क्रियान्वित हो रही है या नहीं | नर्स उपचार के दौरान देखभाल योजनाओं को बनाती भी है और उन योजनाओं का निरीक्षण भी करती है, नर्स, मरीज को अपना केन्द्र बिंदु बनाकर दुसरे सदस्यों के कार्यो का समन्वयन करती है |

13. निर्णयकर्ता के रूप में (Decision Maker) :- उपचार एवं अच्छी नर्सिंग देखभाल देने के लिए नर्स में निर्णय लेने की क्षमता होती है ।

14. पुर्नावासकर्ता के रूप में (Rehabilitator) :- नर्स मरीज को शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ कर उसके स्वास्थ्य की पुनर्स्थापना करती है | अपंग एवं अक्षम व्यक्तियों को पूर्ण रूप एवं सक्रिय रूप से जीवन जीने के लिए प्रेरित करती है

15. अवलोकन के रूप में (Observer) :- नर्स एक Observer का कार्य करती है | नर्स, मरीज को जो उपचार एवं नर्सिंग देखभाल की गई है उसका अवलोकन करती है एवं उपचारार्थ जो दवाइयाँ मरीज को ही दी गई है उसका भी अवलोकन करती है |

16. सुरक्षित वातावरण (Protector): - नर्स की मदद से मरीज के आस-पास सुरक्षित वातावरण का निर्माण करना और आघातों से सुरक्षा करना, एवं मरीज का उपचार एवं निदान कर संरक्षण करना |

नर्स के लिए आवश्यक व्यवसायिक शिष्टाचार (Professional Etiquettes for Nurses) :-

1. नर्स को हमेशा विनम्रता से रहना चाहिए |
2. नर्स को मृदु एवं शिष्ट रहना चाहिए |
3. अपनो से बड़ों का सम्मान करना चाहिये |
4. अपनो से बड़ो के लिए आदरसूचक शब्दों का प्रयोग करे |
5. समय के पाबंद रहे |
6. कक्षा में खड़े होकर जवाब देना चाहिए |
7. नाखूनों को दाँतो से नहीं चबाना चाहिये |
8. ड्रेस हमेशा साफ सुथरी होनी चाहिए |
9. यदि आपसे गलती हुई है तो आपको क्षमा मांगनी चाहिए |
10. अपने से बड़ों से बहस नहीं करनी चाहिए |
11. किसी भी प्रकार के गहने नही पहनना चाहिए |
1. यदि आपको किसी की गुप्त बात पता हो तो उसे किसी को नहीं बतानी चाहिए |
2. मरीज से ना उपहार लेना चाहिए और न ही देना चाहिए |

रोगी / व्यक्ति की नर्सिंग देखभाल

(Nursing Care of the Patient / Client)

बीमारी (Sickness):- बीमारी एक बार ऐसी अवस्था है जिसमें पूरे शरीर को क्षति पहुँचती है एवं शारीरिक, मानसिक, व आध्यात्मिक रूप से अस्वस्थ्य होना या बीमारी का होना | यह Acute एवं Chromic हो सकती है |

स्वास्थ्य (Wellness) :- स्वास्थ्य पूर्णतः शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक तंदुरुस्ती की अवस्था है केवल रोग या अपंगता का अभाव नहीं । स्वास्थ्य (wellness) निम्न है :

1) भावनात्मक रूप से सुयोग्यता (Emotional wellness)
2) मानसिक रूप से स्वास्थ्य (Mental wellness)
3) शारीरिक रूप से स्वास्थ्य (Physical wellness)
4) सामाजिक रूप से स्वास्थ्य (Social wellness)
5) व्यवसायिक रूप से स्वास्थ्य (Vocational wellness)
6) बौद्धिक रूप से स्वास्थ्य (Intellectual wellness)
7) आध्यात्मिक रूप से स्वास्थ्य (Spiritual wellness)

स्वास्थ्य के निर्धारक

1) जैविक निर्धारण (Biological Determinants):- व्यक्ति के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर आनुवांशिकी निर्धारको का प्रभाव पड़ता है आनुवांशिकी एक पीढ़ी (Generation) से दूसरी पीढ़ी में गुणों को स्थानान्तरित करती है या parent से बच्चों से स्थानांतरित होता है जैसे मानसिक दुर्बलता, मानसिक विसदता, चयापचय संबंधी विकार, डाइबिटीज, क्रोमोसोम आदि जैविक निर्धारक है |

2) पर्यावरणीय निर्धारक (Environmental Determinants):- पर्यावरण का व्यक्ति, परिवार एवं समुदाय के स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव पड़ता है | जैसे - वायु, जल, शोर, विकिरण, कचरा प्रबंधन, आवास Global Warming आदि स्वास्थ्य को हर स्तर पर प्रभावित करते हैं ।

3) राजनैतिक प्रणाली (Political system) :- राजनीति एवं राजनैतिक प्रणाली का सामाजिक वातावरण पर अधिक प्रभाव पड़ता है | स्वास्थ्य निर्धारण, राजनैतिक प्रणाली एवं सत्ता के द्वारा होता हैं | आर्थिक विकास, सामाजिक राजनैतिक वातावरण, जनस्वास्थ्य कानूनों का पालन करना एवं जनस्वास्थ्य हेतु स्वास्थ्य कार्यक्रमों को चलाना आदि स्वास्थ्य निर्धारण में प्रभावी योगदान रहता है |

4) सामाजिक आर्थिक निर्धारक (Socio-Economic Determinants):- सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक कारक बीमारी होने की संभावना को बढ़ाते है | स्वास्थ्य स्तर देश की सामाजिक आर्थिक परिस्थितियों पर निर्धारित होता है ।

5) स्वास्थ्य सेवा प्रणाली (Health Service System) :- स्वास्थ्य सेवाओं का आमजनों तक पहुँचाने में स्वास्थ्य सेवाओं की प्रणाली महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है |

6) व्यवहार (Behaviour) :- व्यक्ति का स्वास्थ्य उसकी जीवनशैली का दर्पण है | व्यक्ति की गंदी आदतों के कारण स्वास्थ्य अधिक प्रभावित होता है | व्यवहार के कारण अधिकतर मामलों में रोग या दुर्घटना का कारण बन जाता है | जैसे नींद की कमी, धूम्रपान, नशाखोर, व्यायाम न करना, सोना, यातायात के नियमों का पालन न करना आदि ।

रोगी इकाईयां निम्न प्रकार की होती है

1. **निजीकक्ष (private room):-** निजी शौचालय व अन्य सुविधाएं
2. **क्यूबिकल (cubicles) :-** दीवार या पर्दो द्वारा विभाजित कक्ष
3. **सामान्य वार्ड (general ward) :-** यहाँ कई रोगी एक साथ भर्ती रहते है ।

रोगी ईकाई में उपलब्ध सामग्री (Equipment supply in patient unit)

1. निजीकक्ष में (Bed)

कबोर्ड (Cuborad)	स्टूल (Stool)	किडनी ट्रे Kidney tray
पलंग के पास कुर्सी व मेज	चिलमची (Washbasin)	सोफा
श्यामलपात्र और मूत्र पात्र (bedpan and urinals)	शौचालय सुविधाएँ	सुरक्षित जल या आपूर्ति

पंखा कूलर या ए. सी. सुविधाएँ | टेलीविजन सुविधाएँ

2) सामान्य वार्ड में (In general ward)

बैड | पलंग के पास लोकर

स्टूल | श्यामलपात्र और मूत्र पात्र (urinals व bedpan)

बिस्तर का चयन (Selection of Bed):- रोगी के उपचार में आराम दायक बिस्तर की महत्वपूर्ण भूमिका होती है | जिससे रोगी रोग अवस्था के दौरान आराम महसूस करें तथा पर्याप्त ले सकें |

पलंग (Cot):- इसका चयन रोगी, चिकित्सक व नर्स की आवश्यकतानुसार किया जाता है | यह लकड़ी या धातु का बना होता है ।

गद्दा (Mattress): - यह रोगी को सहारा प्रदान करती है | यह चिकनी होती है | यह सामान्यतया 190 cm लम्बी 90 cm चौड़ी तथा 15 cm मोटी होती है |

इसके निम्न प्रकार होते है ।

रुई का गद्दा (Cotton mattress)	घोड़े के बाल का गद्दा (Horse Hair mattress)
हवा वाला गद्दा (Air mattress)	पानी वाला गद्दा Water mattress)
फॉम का गद्दा (Dunlop mattress)	जूट का गद्दा (Coir mattress)
तकिया (Pillows)	चद्दर (Sheet)
रबर की चादर (Machintosh sheet)	ढकने वाली चादर (Draw sheet)
कम्बल (Blanket)	पलंग चादर या पलंग पोश (Bed spread or counterpane)
Bed shide locker	शयामल पात्र और मूत्रपात्र (Bed pan and urinals)

रोगी के सामाजिक आर्थिक व सांस्कृतिक जानकारी का महत्व
(Importance of socio-economic and cultural Imformation of patient)

रोगी के उपचार हेतु उसके बारे में सम्पूर्ण जानकारी स्वास्थ्य दल को होना आवश्यक है | ताकि उसके व्यवहार, आदतों व स्वास्थ्य स्तर के बारे में जानकारी प्राप्त हो सके । रोगी के रोग उत्पन्न होने व स्वास्थ्य स्तर का सामाजिक आर्थिक व सांस्कृतिक कारकों का गहरा प्रभाव पड़ता है | इसलिए नर्स को रोगी के इन पक्षों की जानकारी होना आवश्यक है |

1. सामाजिक पहलु (Social Aspect):-

धर्म	जाति	समुदाय	भौगोलिक क्षेत्र
ग्रामीण या शहरी	विवाह	सन्तान	शिक्षा
परिवार का आकार			

2. आर्थिक पहलु (Economical Aspect)

व्यवसाय	आय	भोजन की आपूर्ति स्वास्थ्य सुविधाएँ
आवासीय सुविधाएँ	कपड़े	पारिवारिक खर्च

3. सांस्कृतिक पहलु (Cultural Aspect)

सुरक्षा की आवश्यकताएँ (Safety Needs)

अर्थ (Meaning):- शब्द आवश्यकताएं (Needs) चाह लालसा, इच्छाओं के रूप में भी व्यक्त किया जाता है | आवश्यकता (Need) का अर्थ किसी चीज की जरूरत, कमी, तंगी या मांग से संबंधित है | शब्द सुरक्षा (Safety) से तात्पर्य है कि किसी व्यक्ति या मरीज का अस्वस्थ्य से बचाव, संक्रमण एवं चोट से बचाव एवं पर्यावरणीय खतरे (Environmental hazards) से बचाव, सामाजिक एवं आर्थिक खतरों से सुरक्षा आदि |

सुरक्षा की आवश्यकताएं (Safety needs): कुछ मुख्य अवस्थाएं होती है जिनमें व्यक्ति को जीवन में सुरक्षा की आवश्यकताएं होती है वह निम्न हैं-

काम में परिवर्तन	स्वास्थ्य में परिवर्तन	घर में परिवर्तन
आर्थिक परिवर्तन	परिवार में किसी की मृत्यु होने पर	वैवाहिक रिश्ता
बच्चों की शिक्षा इत्यादि		

रोगी की भर्ती प्रक्रिया
(Admission Procedure of the Patient)

परिभाषा (Definition) :- अस्पताल में रोगी को भर्ती उसके उपचारार्थ और निदान करने के लिए एवं निरीक्षण, परीक्षण, अवलोकन करने हेतु अस्पताल में रहने की अनुमति देना, भर्ती प्रक्रिया कहलाती है |

उद्देश्य (Purpose)

1. रोगी की तुरंत देखभाल सुरक्षित और आरामदायक रूप से करना |
2. नर्सिंग देखरेख अथवा इलाज एवं सर्जिकल देखरेख देने के लिए |
3. रोगी के चिन्ह, लक्षण, रिपोर्ट और सामान्य अवस्था का निरीक्षण करना |
4. नर्स - मरीज के संबंध को स्थापित करना ।
5. तत्काल चिकित्सा सेवा प्रदान करना |
6. रोगी की बीमारी के बारे में पूरी जानकारी लेने में डॉक्टर की मदद करना ।
7. मरीज का स्वागत करना |

भर्ती प्रक्रिया के प्रकार (Types of Admission procedure)

1. सामान्य भर्ती (Routine Admission)
2. आपात भर्ती (Emergency Admission)
3. स्थानांतरण भर्ती (Transfer Admission)

भर्ती प्रक्रिया में नर्स के कार्य एवं उत्तरदयित्व

(Role and responsibility of Nurse in Admission procedure)

1. मरीज का स्वागत प्रेम पूर्वक करना |
2. रोगी को वार्ड का अवलोकन कराना और उसके बैठने और लिटाने में सहायता करना |
3. मरीज को मनोवैज्ञानिक सहारा देना |
4. मरीज का अस्पताल से संबंधित भय को दूर करना |
5. मरीज एवं उसके रिश्तेदारो से शिष्ट व्यवहार करना |
6. जांच हेतु सारे परीक्षण करना |
7. मरीज के जैविक चिन्ह जैसे तापमान, श्वसनदर, नाड़ी व ऊंचाई एवं वजन रिकॉर्ड करके रखना ।
8. रोगी से स्वास्थ्य संबंधी जानकारी लेना उसे भर्ती कार्ड में लिखना |
9. मरीज की भर्ती प्रक्रिया को पूरा करें जैसे बेड नं 1, पहचान, आईपी नं 1 आदि ।
10. रोगी को नर्सिंग कार्य योजना के अनुसार नर्सिंग सेवाएं देना और डॉक्टर के लिखित आदेश के अनुसार दवाईयाँ देना ।
11. रोगी की सारी सूचनाएं एकत्रित करके रिकार्ड करना जिससे उसका इलाज सही रूप से हो सके |
12. रोगी के मूल्यवान वस्तुओं को उसके रिश्तेदारो को सौंपना |
13. रोगी को सही निदान एवं उपचार देना ।
14. मरीज को इलाज संबंधी लक्ष्यों को पूरा करके रोगी की छुट्टी की योजना तैयार करना |

नर्सिंग प्राक्रिया एवं नर्सिंग सेवा सुश्रुषा
(Nursing Process & Nursing Care Plan)

परिभाषा (Definition):

1. वॉल्फ के अनुसार:- नर्सिंग प्रक्रिया, नर्सिंग क्रियाओं या गतिविधियों का ऐसा समूह है, जिसका एक निश्चित लक्ष्य होता है ।
1. यूरा एवं वाल्श (1983) के अनुसार:- नर्सिंग प्रक्रिया, नर्सिंग की समस्त गतिविधियों का केन्द्र बिन्दु है तथा यह सभी परिस्थितियों में उपयोग किया जा सकता है । नर्सिंग प्रक्रिया के आधारभूत विषयवस्तु, इसका व्यवस्थित क्रमानुसार एवं उद्देश्य पूर्ण होना है ।

2. नर्सिंग प्रक्रिया नर्सिंग सेवा को निश्चित करने योजना बनाने (Planning) और उसका मूल्यांकन करने (evaluating) की प्रक्रियाओं का समूह है ।
3. नर्सिंग प्रक्रिया एक ऐसी विधि है जिनमें योजना बनाना, संगठित करना और नर्सिंग देखभाल प्रदान करने के लिए एक कमवृद्ध तर्कसंगत प्रणाली है ।

नर्सिंग प्रक्रिया की विशेषताएं (Charecteristics of Nursing process)

1. योजनाबद्ध होता है
2. विश्व स्तर पर लागू होता है ।
3. लक्ष्योन्मुख होता है ।
4. यह प्रक्रिया पूरी तरह खुली, परिवर्तनशील एवं प्रगतिशील होती है ।
5. समस्या का समाधान करना |
6. आयोजन (Planning) करना |
7. आधारभूत ढांचा प्रदान करना ।
8. परस्पर व्यक्ति संबंध स्थापित करना |
9. आवर्ती (cyclic) एवं क्रियाशील होता है |
10. नई विधियाँ अपनाने में कल्पनाशील होती है ।
11. क्रमानुसार होती है ।

नर्सिंग प्रक्रिया के महत्व (Importance of Nursing process)

1. चिकित्सा सेवा की निरंतरता बढ़ाने में मदद करती है ।
2. अच्छे परिणाम मिलने पर नर्स को संतोष और प्रोत्साहन मिलता है ।
3. नर्सिंग प्रक्रिया एक विश्व स्तर पर लागू है ।
4. रोगी की व्यक्तिगत आवश्यकताओं एवं प्राथमिकताओं का पता चलता है |
5. संचार को बढ़ाता है ।
6. यह गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा सेवा में सहायता करती है ।
7. इस प्रक्रिया से किसी क्रिया के भूलने का डर नही होता ।
8. रोगी एवं परिवार के लिये अपनाई गई नर्सिंग गतिविधियाँ लिखित रूप में उपलब्ध होती है।
9. यह सुनिश्चित चिकित्सा सेवा प्रदान करता |
10. यह प्रगतिशील होती है ।

मरीज/रोगी का आंकलन
(Assessment of Patient/client)

परिभाषिक शब्दावली (Terminology):

निदान (Diagnosis):- रोग की प्रकृति एवं सीमा का निर्धारण निदान कहलाता है |

पूर्वानुमान (Prognosis):- रोग की अवधि एवं घटनाक्रम की भविष्यवाणी साध्यता या पूर्वानुमान कहलाती है ।

रोग हेतु विज्ञान (Etiology):- रोग के कारण ढूंढने का विज्ञान |

रोग विज्ञान (Pathology):- चिकित्सा शास्त्र की वह शाखा जिसमे रोग की प्रकृति एवं उसके कारण तथा शरीर के ऊतकों एवं अंगो में रोग के द्वारा उत्पन्न क्रियात्मक एवं रचनात्मक परिवर्तनों का अध्ययन किया जाता है ।

चिन्ह (Signs):- व्याधि की उपस्थिति में दर्शाने वाले चिन्ह जिन्हें देखा या महसूस किया जा सकता हो या प्रदर्शित किया जा सके जैसे- बुखार (ज्वर) |

लक्षण (Symptoms): - मरीज के द्वारा नोट किये गए रोग की प्रकृति एवं स्थान को दर्शाने वाले प्रमाण

लक्षण विज्ञान (Symptomatology):- रोग के चिन्हों एवं लक्षणों का अध्ययन

जटिलताएं (Complication) :- किसी व्याधि के दौरान या उसकी प्राथमिकता अवस्थाओं के पश्चात् उत्पन्न होने वाली कोई अन्य रुग्णावस्था या रोग प्रक्रिया |

परिश्रवण (Auscultation) :- यह शारीरिक परीक्षण की विधि है जिसमे शरीर के अन्दर की आवाजें कानों से या स्टेथस्कोप से सुनने की व्यवस्था है ।

निरीक्षण (Inspection) :- इसमें शरीर का दृश्य (Visual) परीक्षण किया जाता है ।

संस्पर्शन (Palpation) :- रोग के प्रमाण का पता लगाने के लिए शरीर की बाह्य सतह पर हाथों अथवा अँगुलियों का प्रयोग करके परीक्षण करना |

परिताडन (Percussion):- पीटने से निकलने वाली हानि के अनुवाद एवं इसकी ऊँचाई के परिवर्तनों को सुनकर इन अवस्थाओं का पता लगाया जाता ।

निरीक्षण (Observation)

परिभाषा (Definition):- निरीक्षण अथवा अवलोकन को किसी वस्तु को देखने की क्रिया अथवा क्षमता के रूप में परिभाषित किया गया है |

उद्देश्य (Purpose):-

1. अवलोकन के द्वारा मरीज की स्थिति में परिवर्तन सुधार या कमी ज्ञात की जा सकती है |
2. यह मरीज को भलीभांति जानने का एक अवसर प्रदान करता है ।
3. इससे बीमारी का कारण और सीमा ज्ञात करने में सहायता मिलती है |
4. सही निरीक्षण से जटिलताओं के चिन्हों को प्रारम्भ में ही पहचान कर मरीज में जटिलताओं को रोकने में सहायता मिलती है ।
5. मरीज की शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य की अवस्था को पहचानने का मौका देता है |
6. इससे नर्स को सुरक्षा के उपाय कर दुर्घटनाओं को रोकने में सहायता मिलती है ।
7. अवलोकन समस्त वैज्ञानिक कार्यों एवं समस्त बुद्धिमत्तापूर्ण एवं प्रभावी क्रियाओं का आधार है।
8. अवलोकन से एक ओर जहाँ अन्वेषण अध्ययनों में सहायता मिलती है वही अवलोकनकर्ता के स्वयं के ज्ञान में वृद्धि होती है ।

अवलोकन के सिद्धांत (Principles of Observation)

(1) अवलोकन उद्देश्यपूर्ण, विशिष्ट एवं योजनाबद्ध होता है ।

(2) यह क्रमबद्ध होता है ।

(3) अवलोकन के द्वारा रिपोर्ट को रिकॉर्ड किया जाता है ।

(4) अवलोकन के द्वारा नर्स को विस्तृत योजना बनाने एवं प्रसंगानुकूल (Pertinent) अवलोकन करने मदद मिलती है।

वैज्ञानिक सिद्धांत (scientific Principles)

1. शरीर एवं शरीर क्रियात्मक क्रियाएँ (Anatomy & Physiology)
2. सूक्ष्मजीव विज्ञान (Microbiology)
3. भौतिक (Physics)
4. समाजशास्त्र (Sociology)
5. मनोविज्ञान (psychology)
6. भेषजगुण विज्ञान (Pharmacology)

नर्सिंग सिद्धांत (Nursing Principles)

(1) व्यक्तिगत (Individuality)

(2) आराम (Comfort)

(3) सुरक्षा (Safety)

(4) उपचारात्मक प्रभावशीलता (Therapeutic Effectiveness)

(5) अच्छा कार्य प्रदर्शन (Good Workmanship)

(6) समय सामग्री एवं ऊर्जा की मितव्ययिता (Economy of time, Material and energy) नर्सिंग विलय (Nursing consideration)

(1) अवलोकन के समय मरीज को पर्याप्त एकांतता प्रदान करना चाहिए |

(2) अवलोकन के समय पर्याप्त प्रकाश होना चाहिए ।

(3) अवलोकन के पहले एवं बाद में मरीज के रिश्तेदारों को सूचना देना चाहिए | (4) अवलोकन के सारे रिकॉर्ड सुरक्षित एवं सेफ कस्टडी में रखना चाहिए | (5) असामान्य सूचना प्राप्त होने पर अपने से सीनियर डॉक्टर को सूचित करें । स्वास्थ्य आकलन के घटक (Components of Health Assessment) (1) स्वास्थ्य इतिवृत (Health History) या इतिवृत लेना (History taking) (2) शारीरिक परीक्षण (Physical Examination)

(1) स्वास्थ्य इतिवृत या इतिवृत लेना (Health History or History Taking)

इतिवृत लेना (History taking):- व्यक्ति के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाली कोई अवस्था अथवा असामान्यता ज्ञान करने की दृष्टी से एक पूर्ण सामान्य इतिवृत लिया जाता है । इसमें व्यक्ति, परिवार, सामाजिक, आर्थिक स्थिति, पोषण, पहले की बीमारी या दुर्घटना तथा वर्तमान की बीमारियों के बारे में सूचनाएं एकत्रित की जाती है |

स्वास्थ्य इतिहास के उद्देश्य (Purpose of Health History):-

1. रोगी से उसके व्यक्तिगत आंकड़े एकत्र करना |
2. रोग को रोकना |
3. पुरानी स्वास्थ्य समस्याओं को कम करना
4. नर्सिंग निदान विकसित करना |
5. स्वास्थ्य में वृद्धि करना |

स्वस्थ व्यक्ति की विशेषताएँ (Characteristics of a Healthy Person):-

1. सामान्य शारीरिक प्रतीति :- स्वस्थ प्रतीति, सही वजन एवं लम्बाई, बुद्धिमतापूर्ण, मुस्कान भरा चेहरा, व्यवहार का मित्रवत होना, अच्छे कपड़े पहनने एवं देखने में अच्छा लगना |

2. मानसिक स्तर :- समय, स्थान एवं व्यक्तियों की सही पहचान आँखों का आँखों से मिलान, पूर्णतः चैतन्य एवं अच्छी निर्णय क्षमता |

3. बोलना : साफ एवं उचित शब्दों का चयन, वाणी एवं शब्दों पर नियंत्रण |

4. सिर से पैर तक परीक्षण :-

- **सिर एवं गर्दन:-** सिर का घूमना एकदम सही हो एवं पूर्ण हो बिना किसी परेशानी के |
- **बाल:-** साफ, चमकदार एवं रुसी रहित व कंघी किए हो । खोपड़ी एवं शिरोवल्क:- स्वच्छ एवं बिना किसी सूजन एवं अकडन के |
- **चेहरा:-** चमकदार कोई भी असामान्य चिन्ह या गति का न होना ।
- **आँखें :-** समरूप भौहें एकदम सही, पलकों का झपकना आदि सामान्य |
- **कान:-** आकार में सामान्य, समरूप बिना किसी गांठ एवं स्राव के तथा सुनने की प्रक्रिया
- सामान्य ।
- **नाक:-** रंग चेहरे के समान, बिना किसी स्त्राव के नाक की भित्ति बिना किसी असामान्यता एवं रक्तस्त्राव के |
- **होंठ:-** समरूप, मुलायम नम, बिना किसी घाव के |
- **मुहं की श्लेष्मा :-** गुलाबी नाम बिना किसी असामान्य रंग के एवं रक्त स्त्राव के |
- **मसूड़े:-** गुलाबी, नम |
- **दांत:-** चमकदार, सफेद एवं सही स्थिति में |
- **स्वाद :-** स्वाद की सही पहचान |
- **छाती:-** समरूप, पसलियाँ व्यवस्थित |
- **स्तन:-** समरूप, बिना किसी गठन या घाव के |
- **पेट:-** गोल, मुलायम उदर की आवाजें, सामान्य एवं सुनाई देने वाली |

- **हाथ:-** भुजाएं समरूप सभी प्रकार की गतियाँ सामान्य बिना किसी तनाव के पेशीय तनाव सामान्य |
- **पैर:-** पैर समरूप बिना किसी अस्थि रोग एवं घाव के बिना किसी सूजन या व्रण के तथा गति सामान्य |
- **संवेदी तंत्र:-** सभी संवेदनाएँ सामान्य |

रोगी का परीक्षण (Examining the sick person)

1. **सामान्य जानकारी (General Information):-** व्यक्ति की सामान्य बीमारी की अवस्था का पता लगाया जाता है । जैसे- रोगी का नाम, पता, उम्र, लिंग, शादी का स्तर, धर्म, कार्य, परीक्षण की तिथि, वैवाहिक स्थिति आदि ।
2. **शारीरिक परीक्षण (Physical Examination) :-** सम्पूर्ण शरीर के किसी भाग का विस्तृत परीक्षण है | जिससे मरीज की सामान्य मानसिक एवं शारीरिक स्थिति का निर्धारण किया जा सके |

उद्देश्य (Purpose):-

1. रोग के कारण एवं सीमा का निर्धारण करना |
2. रोग को उसकी प्रारंभिक अवस्था में पहचान लेना
3. मरीज की शारीरिक एवं मानसिक स्वस्थता के बारे में समझना ।
4. चिकित्सा अनुसंधान में योगदान हेतु |
5. रोग की अवस्था में हुए परिवर्तन सुधार या कमी देखना-समझना |
6. मरीज का आवश्यक उपचार एवं नर्सिंग सेवा-शुश्रूषा का निर्धारण करना |

शारीरिक परीक्षण के संकेत (Indication of Physical Examination):-

शारीरिक परीक्षण अस्पताल में या गृह मुलाकात के समय कर सकते हैं- 1. भर्ती के समय |

1. छुट्टी के समय |
2. नैदानिक एवं उपचारात्मक प्रक्रिया के पहले एवं बाद में |
3. स्वास्थ्य कैंप |

परीक्षण की विधियाँ (Methods of Examination)

1. निरीक्षण (Inspection)
2. स्पर्श परीक्षण (Palpation)
3. परिताडन (Percussion)
4. परिश्रवण (Auscultation)
5. सूंघना (Olfaction)
6. हस्त प्रयोग (Manipulation)

शारीरिक परीक्षण में नर्स की भूमिका (Role of the Nurse in the physical Examination)

1. एकांत वातावरण होना चाहिए |
2. स्वच्छ एवं साफ सुथरा होना चाहिए | आस-पास का वातावरण |
3. प्रकाश की व्यवस्था होनी चाहिए |
4. आरामदेह बिस्तर होना चाहिए |
5. कमरा गर्म एवं हवा के तेज झोंको से सुरक्षित हो ।
6. दरवाजे हमेशा बंद रखें |
7. जिस भाग का परीक्षण करना हो केवल उसे उधाड़े शेष शरीर को ढककर रखें |

शारीरिक निर्धारण (Physical Assessment)

1. कद (Height) :- ऐसे बच्चों का कद नापने के लिए जो खड़े नहीं हो सकते उसे एक कठोर स्थान पर इस प्रकार रखेंगे कि उसके घुटने सीधे तथा पांव किसी आधार पर टिके हों उसका सिर इस प्रकार रखेंगे कि आँखें आसमान या छत की ओर हो अतः सिर से पांव तक उसका कद नापेंगे |

2. संतुलन (Posture):- स्थिति की असमान्यताएं इस प्रकार मालूम की जाती है रोगी के अपने दोनों पांव को मिलकर खड़े होने को कहते हैं । यदि वह खड़ा हो पाता है तो उसका संतुलन नहीं बिगड़ता है तो उसका परीक्षण कर लेते हैं ।

असामान्य स्थितियाँ (Posture Abnormalities):-

- कुबड़ापन (Kyphosis)
- गर्दन की अकड़न (Torticolis)
- रीढ़ की पार्श्वकुष्जता (Scoliosis)
- रीढ़ की अग्रकुष्जता (Lordosis)
- पादपात (Foot Drop)
- संघट घुटना (Knock Knee)

3. वजन (Weight): - जो व्यक्ति या बच्चे खड़े हो सकते हैं उनका वजन तौलने वाली मशीन से वजन तौला जाता है । इसमें व्यक्ति मशीन पर खड़ा हो जाता है एवं मशीन पर वजन अंकित हो जाता है | वजन जुते या चप्पल उतारकर लेना चाहिए |

4. वाणी (Speech) :- जब रोगी की वाणी का अवलोकन करते हैं उसकी वाणी का प्रकार, वाणी या शब्दों का उपयोग, सोचने का तरीका, वाक्य की बनावट नोट करना |

शारीरिक तापक्रम (Body Temperature)

परिभाषा (Definition) :- शारीरिक तापक्रम को ऊष्मा के अंश के रूप में परिभाषित किया जा सकता है जिसे शरीर बनाए रखता है या इसे शरीर के अन्दर उत्पन्न ऊष्मा एवं परिभाषित किया जा सकता है |

विधियाँ (Methods) :- शरीर में तापक्रम नियंत्रण दो क्रिया विधियों द्वारा किया जाता है-

(1) ऊष्मा उत्पति (Thermogenesis):- ऊष्मा के निदान द्वारा रासायनिक नियमन |

(2) ऊष्मा क्षय (Thermolysis) :- ऊष्मा के क्षय या हानि द्वारा भौतिक नियमन |

(3) ऊष्मा का नियंत्रण (Control of Heat) :- ऊष्मा को नियन्त्रित करने वाला केन्द्र मस्तिष्क में स्थित हाइपोथैलेमस होता है । ऊष्मा शरीर में निरन्तर उत्पादित होती रहती है । जब तक इसे शरीर से बाहर न निकला जाये या इसकी शरीर से क्षति न हो, किसी भी प्रकार का संतुलन बना रखना संभव नहीं है ।

ऊष्मा शरीर में निम्न तरीकों से उत्पन्न होती है
(Way of Producing Heat in the Body)

1. **भोजन का ऑक्सीकरण (Oxidation Of Food) :-** चयापचय की क्रिया के दौरान शरीर की ऊष्मा का उत्पादन होता है
2. **व्यायाम (Exercise) :-** व्यायाम करते समय शरीर की ऊष्मा का उत्पादन होता है एवं ऊर्जा मुक्त होती है | व्यायाम के दौरान रक्तप्रदाय बढ़ जाता है एवं गर्मी महसूस होती है ।

Temp °F	0-2 year	3-10 year	11-65 year	> 65 year
Oral		95.9-99.5	97.6-99.6	96.6-98.5
Rectal	97.9-100.4	97.9-100.4	98.6-100.6	97.1-99.2
Axillary	94.5-99.1	96.6-98.0	95.3-98.4	96.0-97.4
Ear	97.5-100.4	97.0-100.0	96.6-99.7	96.4-99.5
Core	95.5-100.0	97.5-100.0	98.2-100.2	96.6-98.8

तापक्रम नापने के लिए शरीर के सामान्य स्थान (The Common Sites for taking body temperature):-

1. मुंह (Oral) - 98.6° f या 37° c
2. मलाशय (Rectal) - 99.6°f या 37.5°C
3. बगल (Axilla) - 97.6°f या 36.4° c
4. योनि (vagina)
5. अरुसंधियाँ (Groin) (जांघों के बीच)

मनुष्य में विभिन्न आयु अवस्थाओं में तापमान

(Temperature in Different age stage in human)

थर्मोमीटर (Thermometer):- तापमान का पता लगाने वाला एक यंत्र, तापमापी |

थर्मोमीटर के प्रकार (Types of Thermometer):-

(1) क्लीनिकल तापमापी (Clinical Thermometer)
(2) इलेक्ट्रॉनिक तापमापी (Electronic Thermometer)
(3) डिस्पोसेबल तापमापी (Disposable Thermometer)
(4) टिम्पैनिक मैम्बेन (Tympanic Thermometer)
(5) गैस तापमापी (Gas Thermometer)
(6) रेक्टल तापमापी (Rectal Thermometer)

सेल्सियस एवं फॉरेन्हाइट (Celsius and Fahrenheit Scales) :- शरीर का तापक्रम सेल्सियस या फॉरेन्हाइट दोनों ही पैमानों में नापा जा सकता है । एक पैमाने के माप को दूसरे पैमाने के माप में परिवर्तित करने हेतु निम्नलिखित सूत्र का उपयोग किया जा सकता है-

(A) फॉरेन्हाइट पैमाने से सेल्सियस पैमाने में परिवर्तन हेतु -

$C = (F - 32) \times 5/9$

Eg:- 103° F को सेल्सियस में बदलने हेतु

$C = (103 - 32) \times 5/9$

$C = 71 \times 5/9$

$C = 39.4°$ c

(B) सेल्सियस पैमाने से फॉरेन्हाइट पैमाने में परिवर्तन हेतु -

$93\ F = (CX9/5)+32$

Eg:- 37° C को फॉरेन्हाइट में बदलने के लिए $F = (37x9/5)+32_F = 66.6°+32= 98.6°$ F

नाड़ी लेने सम्बन्धी सामान्य निर्देश (General instruction for taking Pulse)

(1) व्यायाम के तत्काल पश्चात् एवं मानसिक तनाव की स्थिति में नाड़ी नहीं लेनी चाहिए |
(2) मरीज को आरामदायक स्थिति में रखे, हाथों को उपयुक्त आधार प्रदान करें |
(3) पीड़ाकारक उपचार के दौरान या तत्काल बाद में नाड़ी नहीं लेनी चाहिए |
(4) यदि मरीज अत्यधिक घबराया हुआ हो या व्याकुल हो तो उसके शांत एवं स्थिर चित्त हो जाने की प्रतीक्षा करें।
(5) धमनियों पर अत्यधिक बल या दबाव न डाले |
(6) नाड़ी की गिनती पूरे एक मिनट तक करें |

मनुष्य में विभिन्न आयु अवस्थाओं में श्वसन दर
(Respiration Rate in Different Age stage in human)

आयु	श्वसन दर
नवजात	36-40 श्वसन/मिनट
1-12 माह	28-32 श्वसन/मिनट
24 माह	22-26 श्वसन/मिनट
5 वर्ष	20-24 श्वसन/मिनट
10 वर्ष	18-22 श्वसन/मिनट
18 वर्ष	16-20 श्वसन/मिनट
वृद्धावस्था	10 से 24 श्वसन/मिनट

रक्तचाप (Blood Pressure)

परिभाषा (Definition):

रक्तचाप वह दबाव है जो रक्त द्वारा रक्तवाहिकाओं से प्रवाहित होते समय वाहिकाओं की दीवारों (Vessel walls) पर लगाया जाता है |

1. सीस्टॉलिक दबाव (Systolic Pressure): वह उच्चतम दबाव है जो रक्त द्वारा रक्त वाहिकाओं की दीवारों पर लगाया जाता है ।
2. डाएस्टॉलिक दबाव (Diastolic Pressure) : वह निम्न दाब है जो हृदय की विश्राम अवस्था में होता है यह अवधि बाएं निलय के संकुचन से प्रारम्भ होने के ठीक पहले रहती है ।
3. नाड़ी दाब (Pulse Pressure) : सीस्टॉलिक एवं डाएस्टॉलिक दबाव के अंतर को नाड़ी दाब कहते हैं |

संक्रमण नियंत्रण
(Infection Control)

पारिभाषिक शब्दावली (Terminology)

संक्रमण (Infection): रोगात्पादक कारक जैसे जीवाणु, विषाणु, कवक एवं जंतु परजीवियों का आक्रमण तथा शरीर के ऊतकों में पहुँचकर उनका बहुगुणन जिससे हानिकारक प्रभाव उत्पन्न होते है, संक्रमण कहलाता है |

अपूतिता (Asepsis) : संक्रमण से मुक्ति (Free from infection)

- **रोगाणुनाशक (Disinfection) :** रोगकारक जीवों को नष्ट करना |
- **पूतिदोषरोधी (Antiseptic) :** सूक्ष्मजीवों की वृद्धि एवं विकास को रोकता है |
- **जटिलता (Complication) :** ऐसा रोग जो दूसरे रोग के साथ उत्पन्न हो जाता है |
- **सहवर्ती रोगाणुनाशक (Concurrent Disinfection) :** संदूषित वस्तुओं एवं शारीरिक प्रस्रावों को बीमारी के दौरान तत्काल नष्ट कर देना |
- **रोगाणुनाशक (Disinfectant) :** एक कारक जो रोगकारक जीवों को नष्ट करता है ।
- **भाप विसंक्रमण (Autoclaving) :** वाष्पदाबी विसंक्रमण करने वाला ।
- **जीवाणुरोधन (Bacterlostasis) :** जीवाणु वृद्धि अथवा बहुगुणन का रुक जाना
- **जीवाणुरोधी (Bacteriostat) :** एक कारक जो जीवाणुओं की वृद्धि रोकता है |
- **जीवाणु नाशक (Bacteriocide) :** ऐसा साधन जिससे जीवाणु नष्ट होते हैं ।
- **संदूषण (Contamination) :** दूषित अथवा प्रदूषित करने की क्रिया ।
- **संवद्धन (Culture) :** सूक्ष्मजीवों या अन्य जीवित कोशाओं की वृद्धि ।
- **पार-संक्रमण (Cross-infection)** : अलग-अलग रोगकारक जीवों से संक्रमित व्यक्तियों द्वारा एक दूसरे को संचारित संक्रमण वाहक (Carrier) : वाहक वह व्यक्ति है जो अपने शरीर में किसी बीमारी के रोगाणुओं को धारण करता है परंतु उसमें उस बीमारी के चिन्ह एवं लक्षण प्रकट नहीं होते ।
- **सूक्ष्मबिन्दु संक्रमण (Droplet Infection) :** सूक्ष्म संक्रमित कणों के द्वारा जैसे छीकने के द्वारा नाक से अथवा थूकने के द्वारा मुख से संक्रमण का फैलना |
- **संक्रमणी पदार्थ (fomites) :** वे पदार्थ जो किसी संसर्गजन्य (contagious) रोग के संपर्क में रहे हो एवं उस रोग को संचारित कर सकते हो, संक्रामणी पदार्थ कहलाते हैं ।
- **धूमीकरण (Fumigation) :** किसी वाष्पीकृत जीवाणुनाशक के धुएँ द्वारा रोगाणुनाशक की विधि |
- **रोग प्रतिरक्षण (Immunization) :** किसी रोगी को रोगक्षम बनाने अथवा किसी व्यक्ति के रोगक्षम बनने की क्रिया, रोग प्रतिरक्षण कहलाता है ।
- **यांत्रिक (Mechanical) :** गति अथवा बल का उपयोग कर किया गया कार्य ।
- **विसंपर्क (Isolation) :** संक्रामक रोग से पीड़ित रोगी को अन्य लोगों से अलग रखना |

संक्रमण
(Infection)

परिभाषा (Definition) : किसी रोग को उत्पन्न करने वाले कारक का शरीर में प्रवेश करना एवं विकसित होना, संक्रमण कहलाता है |

संक्रमण की प्रकृति (Nature of infection) : संक्रमण (Infection) बाहरी सूक्ष्म जीवों द्वारा शरीर में प्रवेश कर अपनी संख्या में वृद्धि कर रोग अवस्था उत्पन्न करना संक्रमण कहलाता है | संक्रमण अवस्था में विभिन्न प्रकार के सूक्ष्म जीव शरीर में प्रवेश करके वहाँ अपना पोषण प्राप्त करते है | जिससे उनकी संख्या में वृद्धि होती है तथा उनके द्वारा विषैले पदार्थ का स्त्रवण या कोशिकाओं को नष्ट किया जाता है | जिसके फलस्वरूप रोगावस्था उत्पन्न होती है ।

निम्न प्रकार के सूक्ष्म जीवों द्वारा संक्रमण उत्पन्न किया जाता है |

- जीवाणु विषाणु कवक
- प्रोटोजोआ

- कृमि

यह सब अतिसूक्ष्म आकार के होते है | जो विभिन्न स्रोतों के द्वारा शरीर में प्रवेश करके समय के अनुसार रोगावस्था प्रदर्शित करते हैं । संक्रमण अवस्था में शरीर के प्रतिरक्षा तंत्र द्वारा प्रतिक्रया प्रदर्शित की जाती है | जिसके फलस्वरूप यदि मजबूत प्रतिरक्षा तंत्र होगा तो संक्रमणकारी सूक्ष्म जीवों को नष्ट कर देता है | अन्यथा सूक्ष्म जीव शरीर को रोग ग्रसित कर देते हैं।

संक्रमण निम्न प्रकार का होता है (Types of infection)

I. बाह्य संक्रमण (External infection) : यह शरीर की बाह्य सतह पर उत्पन्न होता है ।

II. आन्तरिक संक्रमण (Internal infection) : यह शरीर की आन्तरिक अंगों में उत्पन्न होता है |

III. अर्जित संक्रमण (Acquired infection) : यह संक्रमण दुसरे व्यक्तियों से या संक्रमित वातावरण में प्राप्त होता है |

IV. अवसरवादी संक्रमण (Opportunistic Infection) : यह संक्रमण व्यक्ति की प्रतिरक्षा कमजोर होने पर उत्पन्न होता है |

सूक्ष्म जीव के शरीर में प्रवेश करने से ही रोग अवस्था उत्पन्न नहीं होती है | इसके लिए अन्य परिस्थितियों का भी उपस्थित होना आवश्यक है |

आगार (Reservoir) : ये संक्रामक कारको के सामान्य निवास स्थान है | यहाँ पर जीवाणु अ संख्या वृद्धि करते है | इसमें अनिवार्य होता है पर्याप्त पोषण को शामिल करना, पर्याप्त पोषण को शामिल, पर्याप्त तापमान को बनाये रखना, नमी एवं pH को बनाये रखना महत्वपूर्ण वाहक होते है |

निर्गम के मुख्य द्वार (Portal of exit) : वे मार्ग जिनके द्वार सूक्ष्मजीव शरीर से बाहर निकलते है | सूक्ष्मजीव जिस तंत्र से प्रवेश करते है | उसी तंत्र से बाहर निकल जाते है | जैसे त्वचा, श्लेष्मा झिल्ली, श्वसन मार्ग, मूत्र मार्ग खून (blood) पाचन मार्ग आदि |

संचरण के मार्ग (Mode of transmission) : रोगजनक कारक या जीवाणु का आगार से नवीन पोषक तक पहचना यह संचरण श्रृंखला का दूसरा चरण है | यह प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष माध्यम से हो सकता है |

प्रत्यक्ष संचरण (Direct Transmission) : यह संवेदनशील पोषक में होता है एवं सीधे होता है |

1. सीधा संपर्क (Direct Contact) : चुंबन (Kissing), छुना (Touching), यौन संबंध (Sexual relation)

2. बिन्दुक संपर्क (Droplet contact): छिकने, खांसने एवं बोलने आदि |

3. मृदा संपर्क (Soll Contact) : अंकुश कृमि (Hook worm), टेटनस (Tetanus), लार्वा (Larva)

4. पार गर्भपोष (Transplacental Transmission) : प्लैसेन्टा के माध्यम से संक्रामक कारकों का संचरण हो सकता है | जैसे :- AIDS, Syphilis आदि टार्च (Torch) भी संक्रामक कारक की श्रेणी में आते हैं |

TORCH

To- Toxoplasmagondia

R- Rubella virus

C- Cytomegalo virus

H- Herpes Virus

अप्रत्यक्ष संचरण (Indirect Transmission) : संक्रामक कारक बिना रोगजनक क्षमता खोये मानव पोषक के बाहर जीवित रह सकते है तथा नवीन पोषक में संक्रामक कारकों का यह संचरण अप्रत्यक्ष संचरण कहलाता है ।

संक्रमण के प्रकार (Types of Infection)

1. तीव्र संक्रमण (Acute infection): कुछ देर के लिए अचानक होने वाला संक्रमण |

2. पार संक्रमण (Cross infection): एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति, किसी जंतु से किसी व्यक्ति अथवा अन्य स्त्रोत से किसी व्यक्ति में फैलने वाला संक्रमण |

3. नोसोकोमियम संक्रमण (Nosocomial infection) : अस्पताल में भर्ती रहने के दौरान लगने वाला संक्रमण |

4. द्वितीयक संक्रमण (Secondary infection) : प्रारंभिक संक्रमण को उत्पन्न करने वाले जीव से भिन्न जीव द्वारा उत्पन्न संक्रमण, दितीयक संक्रमण कहलाता है ।

5. लक्षणहीन संक्रमण (Subclinical infection): विकृति विज्ञान परीक्षण द्वारा प्रमाणित संक्रमण परंतु जिससे कोई लक्षण उत्पन्न नहीं होता, लक्षणहीन संक्रमण कहलाता है |

6. बिन्दुक संक्रमण (Droplet infection): पहले से संक्रमित व्यक्ति के सांस निकालने खासने अथवा छीकने से द्रव कणों पर निलंबित सूक्ष्मजीवों के बाहर वातावरण में आने पर उनके सांस के द्वारा खींचकर अंदर पहुंचने से उत्पन्न संक्रमण बिन्दुक संक्रमण कहलाता है ।

7. वायुजनित संक्रमण (Airborne infection): वायु द्वारा संक्रामक जीवों का संचारण होना है |

8. रक्त जनित संक्रमण (Blood borne Infection): किसी संक्रमित व्यक्ति के रक्त के संपर्क आने से उत्पन्न संक्रमण

9. भोजन जनित संक्रमण (Food borne infection): संक्रमित भोजन ग्रहण करने से उत्पन्न संक्रमण |

संक्रमण से बचाव एवं नियंत्रण के उपाय (Measures for Prevention and control of infection)

1. संक्रमण के स्त्रोत एवं संचरण का मार्ग ज्ञात करना |
2. सामान्यतः अस्पताल को साफ सुथरा रखना एवं पूर्ण रूप से हवादार होना चाहिए |
3. रोग निरोधन के उपायों का मूल्यांकन करना |
4. सुरक्षित जल एवं भोजन की आपूर्ति |
5. संक्रमण की अवधि तक रोगी को अन्य व्यक्तियों से अलग रखना चाहिए |
6. उत्सर्जित पदार्थों का सुरक्षित परित्याग करना जैसे मूत्र, मल, थूक एवं बलगम आदि |
7. वस्तुओं का विसंक्रमण एवं रोगाणुनाशन करना ताकि सूक्ष्मजीवों को फैलने से रोका जाये |
8. संक्रमण का शीघ्र उपचार एवं निदान करना |
9. मरीज एवं परिवार को स्वास्थ्य शिक्षा देना |
10. किसी की प्रक्रिया के पहले या बाद में हाथ धोना |
11. संवेदन शील व्यक्तियों को सुरक्षा प्रदान करना |
12. कीटो का नाश करना |
13. मास्क, गाउन एवं दस्ताने पहने |
14. बिन्दुक संक्रमण पर नियंत्रण रखना |

जन्मजात या प्राकृतिक प्रतिरक्षा (Innate Immunity) : यह प्रतिरक्षा व्यक्ति को जन्म के साथ ही प्राप्त होती है | अतः बच्चे को जन्म के साथ ही यह प्रतिरक्षा प्राप्त होती है | इस प्रतिरक्षा निर्माण में निम्न अवयव सम्मिलित होते है ।

a) त्वचा (Skin): शरीर की सबसे ऊपरी परत जो अवरोधक का कार्य करती है |

b) अश्रुग्रंथियाँ (Lacrimal gland): इसके द्वारा स्त्रावित अश्रु में लाइसोजाइम इन्जाइम पाया जाता है | जो सूक्ष्म जीवों को नष्ट करने का कार्य करता है |

c) जठर रस (Gastric juice) : आमाशय द्वारा स्त्रावित जठर रस में HCL अम्ल उपस्थित होता है | जो भोजन में उपस्थित रोगाणुओं को नष्ट करता है |

d) सिलिया (Cillia): श्वसन मार्ग में उपस्थित सिलिया श्वसन के साथ गए धूल, मिट्टी व रोगाणुओं को पकड़कर म्यूकस के साथ बाहर निकालने का काम करता है |

e) श्लेष्मा झिल्ली (Mucus membrane): शरीर के आन्तरिक अंगों पर उपस्थित श्लेष्मा झिल्ली म्यूकस का स्त्राव करती है जो धुल मिट्टी व रोगकारक को अपनी नम सतह पर चिपकाकर थूक के रूप में बाहर निकालती है |

f) योनि की अम्लीयता (Acidity of vagina): स्त्री की योनि में उपस्थित बेक्टीरिया वहाँ संग्राहित ग्लाइकोजन को लेक्टिक अम्ल में बदल देती है | जिससे वहाँ का माध्यम अम्लीय हो जाता है | तथा वहाँ से प्रवेश करने वाले रोगकारक नष्ट हो जाते है |

g) ज्वर (Fever): बुखार की अवस्था में शरीर का तापमान बढ़ जाता है | जो रोगाणुओं के लिए हानिकारक होता है तथा नष्ट कर देता है |

चिकित्सालय जनित संक्रमण की रोकथाम (Prevention of Nosocomlal infection)

1. अच्छी तरह से हाथ धोने चाहिए
2. मरीज को पृथक्करण रखना चाहिए |

3. सावधानीपूर्वक एवं सही ढंग से उपकरणों का उपयोग करना चाहिए |
4. आवश्यकतानुसार प्रतिजैविक (Antibiotics) का उपयोग करे |
5. जब अनिवार्य हो सिर्फ तभी रक्ताधान (Blood transfusion) का उपयोग करे |
6. टीकाकरण (Vaccine) को उपयोग करे जैसे Hepatitis B आदि |

जाँच (Investigation)

1. एंटीबायोग्राम
2. बायोटायपिंग
3. सीरोटायपिंग
4. बैक्टेरियो सिनटायपिंग
5. प्लाजमिड प्रोफाइल
6. साइटोटाक्सीसिटी एसे
7. आर. एन. ए. इलेक्ट्रोफोरेसिस

अस्पताल संक्रमण के स्रोत्र (Source of Hospital Infection) :

1. वायु, धुल, पानी, भोजन एवं पूतिदोष रोधी आदि में जीव मौजूद हो सकते है |
2. संदूषित सतह के द्वारा जैसे patient Secretions एवं b blood Fluid आदि |
3. कीट भी मल्टीड्रग संक्रमण के स्त्रोत हो सकते है |
4. उपकरण, खून प्रोडक्ट, अंतः शिरीय तरल द्रव आदि में संक्रमित जीव हो सकते है |
5. अस्पताल स्टाफ से |
6. मरीज से |

सामान्य अस्पताल जनित संक्रमण (Common Hospital acquired infection)

1. मूत्र मार्ग संक्रमण
2. श्वसनतंत्रीय संक्रमण
3. घाव (Wound)
4. त्वचा पूतिदोष
5. जला (Burn)
6. यकृत शोथ (hepatitis-B) 7. टेटनस
7. रक्त जीवाणता (Bacteremia) 9. निमोनिया
9. पूतिजीवरक्तता (Septicemia)

पार संक्रमण
(Cross infection)

परिभाषा (Definition) : एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति, किसी जंतु से किसी व्यक्ति अथवा अन्य स्त्रोत से किसी व्यक्ति में फैलने वाला संक्रमण, पार संक्रमण कहलाता है | पार संक्रमण की विधियां निम्नलिखित है |

1. प्रत्यक्ष संपर्क (Direct Contact): चुंबन, यौन संपर्क, छुना एवं सूक्ष्म बिन्दु संक्रमण जैसे छीकना, खांसना, बोलना आदि

2. अप्रत्यक्ष संपर्क (Indirect Contact) : संदूषित भोजन, पानी के द्वारा, संक्रमित पदार्थों के द्वारा, धुल के द्वारा एवं कीटों के द्वारा |

अस्पताल में पार संक्रमण की रोकथाम (Prevention of Cross infection in the hospital)

1. अस्पताल पूर्णतः हवादार एवं साफ सुथरा होना चाहिये |
2. अस्पताल में उत्सर्जित पदार्थों का सुरक्षित परित्याग करना |
3. सुरक्षित भोजन एवं जल की पर्याप्त मात्रा में पूर्ति करना |

4. बिस्तर के चादरों का प्रतिदिन बदलना |
5. कीटों का नाश करना ताकि यह रोगों को ना फैला सके |
6. कचरे का सुरक्षित स्थान पर परित्याग करना ताकि संक्रमण फैलने से रोका जा सके |
7. संक्रमण फैलने से रोकना एवं विसंपर्कन तकनीक का प्रयोग करना |

हाथ धोना (Hand washing) :

1. अंगुलियां, हाथ एवं अग्रभुजाओं से स्थायी एवं अस्थायी जीवाणुओं को निकालता है |
2. संक्रमण के संचरण में रोकथाम |
3. जीवाणुओं की संख्या में कमी |
4. रोगजनक जीवों में नष्ट करना |
5. पार संक्रमण में रोकथाम |
6. संदूषण को रोकना |
7. संक्रमण से बचना |

गाउनिंग (Gowning)

गाउन पृथक्करण तकनीक के लिये प्रयोग की जाती है | विसंपर्कन गाऊन लम्बी बाहों, लम्बे स्कर्ट एवं बंद गले की होती है | यह समस्त वस्त्रों को ढक लेती है | गाऊन सिर्फ एक बार प्रयोग में लानी चाहिए एवं तत्पश्चात त्याग देना चाहिये |

उद्देश्य (Purpose) :

1. मरीज के साथ संपर्क के समय कपड़ों को संदूषण से बचाना |
2. संक्रमित सामान के साथ संपर्क में आने से बचाना |
3. संक्रमण में रोकथाम |

गाउन उतारते समय ध्यान रखने योग्य बाते :

1. कमर की डोरियों को खोल दें |
2. गर्दन की डोरियों को खोल दे |
3. हाथों को धोना |
4. गाउन की बाँह के अन्दर से पकड़कर हाथों पर से नीचे उतार दें |
5. गाउन उतारने के बाद हाथ धो ले |

चेहरे का मास्क या मुखौटा (Face mask)

चेहरे का मास्क जीवाण के संक्रमण से बचाने के लिए किया जाता है मास्क श्वसन मार्ग द्वारा रोगी
के संक्रमित होने या रोगी द्वारा संक्रमण फैलाने से रोकने के लिये उपयोग किया जाता है |
यह केवल एक ही बार प्रयोग किया जाता है |

प्रक्रिया (Procedure) :

1. हाथ धोएं |
2. विसंक्रमित चिमटियों द्वारा मास्क जिस ड्रम में रखे हो उसमें से निकाले |
3. मास्क को उसकी डोरियों से पकड ले फिर मास्क को चेहरे पर लगाकर डोरियों को सिर के पीछे की तरफ बाँध ले |
4. मास्क से नाक मुंह को ढंककर बाँध ले |

दस्ताने (Gloves)

नर्स को दस्तानो का प्रयोग रोगाणुओं की सुरक्षा हेतु किया जाता है | यह एक चिकित्सीय अतिता है | दस्तानों का प्रयोग हर नये रोगी के लिये अलग-अलग करना चाहिए |

गाउन पहनना (Gowning)

उपकरण (Equipment) :

- ठीक आकार के विसंक्रमित दस्ताने का पैकेट
- साफ व सूखा स्थान
- पेपर फेस मास्क, केप शल्यचिकित्सीय जुते कवर्स सूरक्षित Eyewear.
- विसंक्रमित गाउन

उपचारार्थ नर्सिंग देखभाल और अपतित प्रक्रिया
(Therapeutic Nursing Care & Procedure Asepsis)

बुखार में रोगी की देखभाल (Care of Patient with fever)

1. शरीर के तापमान का नियमन (Regulation of the body temperature): बुखार के रोगियों की नर्सिंग देखभाल का मुख्य उद्देश्य है शरीर बढे हुए तापमान को कम करना | रोगी के शरीर के तापमान को बुखार की स्थिति में निम्न विधियों द्वारा कम किया जा सकता है | इसके लिए कमरे का तापमान उचित बनाए रखना व कमरे में हवा हवा का उचित संचार होना | रोगी को हवा के ठंडे झोंको से बचाना, शरीर के तापमान को सामान्य तापमान पर बनाये रखने हेतु विधियां :

- पंखे की ठंडी हवा द्वारा |
- शीतल पेय पदार्थ पिलाकर |
- ठंडे पानी से स्नान द्वारा |
- बर्फ द्वारा शीतलीकृत करना |
- ठंडे पानी की पट्टीयों को रखकर |

जब शरीर के तापमान को कम किया जाता है तो इसका मुख्य उद्देश्य शरीर के तापमान को कम करके ठंड लगने से बचाना | क्योंकि इससे चयापचय की क्रिया बढ़ जाती है जब तापमान बढता है तो ऑक्सीजन ग्रहण करने में वृद्धि होती है जिसके कारण रक्त परिवहन तेज हो जाता है और शरीर में CO_2 की मात्रा अधिक हो जाती है |

2. पोषण संबंधी आवश्यकताएं (Meeting Nutritional Needs) : बुखार में पाचन क्रिया धीमी हो जाती है | इसलिये भोजन हल्का व पाचनयुक्त होना चाहिये | ज्यादातर रोगी को तरल खाना दिया जाता है | बुखार में ऊतकों में चयापचय की क्रिया बढ़ जाती है | अतः बुखार में उच्च में कैलोरी वाला भोजन देना चाहिये | बुखार की स्थिति में रोगी को पसीना आता है | जिससे शरीर में पानी की मात्रा कम हो जाती है | यदि उल्टी दस्त भी हो तो रोगी को डॉक्टर के आदेशानुसार ग्लूकोज देना चाहिये |

3. आराम व नींद (Rest and Sleep) : बुखार के रोगियों को बिस्तर पर पूरा आराम करना चाहिये | उसे उचित आराम व नींद मिले इसके लिये रोगी को शांति पूर्ण वातावरण में रखना चाहिये | उसके कमरे में रोशनी हल्की होनी चाहिये | उसे हल्के व मुलायम व ढीले कपड़े पहनाना चाहिये | हमेशा सूती कपड़े पहनाना चाहिये | नियमित रूप से करवट बदलनी चाहिये जिससे बिस्तरी घाव नहीं हो |

4. रोगी का निरीक्षण (Observation of Patient) : बुखार में रोगी को नर्स द्वारा निरंतर निरीक्षण करना चाहिये | रोगी के जैविक चिन्ह नोट करना चाहिये | यदि इसमें थोड़ी भी असामान्यतया हो तो डॉक्टर को सूचित करना है |

5. व्यक्तिगत सफाई (Personal hygiene) : बुखार में रोगी की मुंह की देखभाल करना आवश्यक है | यदि मुंह की देखभाल नहीं की जाए तो कई जटिलताएं आ सकती है | जैसे होंठो को फटने से बचाने के लिये चिकनाई लगाना चाहिये | त्वचा पर दबाव बिन्दुओं की देखभाल बिस्तरी घाव होने से बचाती है। रोगी को स्पांज बाथ देना चाहिये जिससे रोगी साफ रहता है |

6. सुरक्षा के उपाय (Safety factors): तेज बुखार की स्थिति में रोगी अकेला नहीं छोड़ना चाहिये | यदि रोगी को 103°F से अधिक तापमान हो तो उसे ऐंठन हो सकती है और उसका मानसिक संतुलन भी खो जाता है जिससे वह कुछ भी बड़बड़ाने लगता है | अतः Cold स्पाँज देकर व डॉक्टर के आदेशानुसार दवाईयां देकर बुखार कम किया जाता है |

7. कंपकपी में देखभाल (Care of Rigor) :

Rigor की तीन अवस्थाएं होती है -

A. प्रथम अवस्था (First stage): → कंपकपी → त्वचा ठंडी → नाडी तेज व धीमी → तापमान 103° से बढ़ जाता है |

प्रबंध : रोगी को कंबल ओढाकर गर्म पानी की थैलियों से गर्मी पहुंचाते है | गर्म पेय पदार्थ पीने को दें |

B. दवितीय नियम (Second stage):

- त्वचा शुष्क व गर्म

- कंपकपी रुक जाती है
- बेचैनी बढ़ जाती है
- सिरदर्द
- तापमान बढ़ता है

प्रबंध:

- शीतल पेय देना
- ठंडे पानी की पट्टियां रखना
- हर 15 मिनट में तापमान लेना

C. तृतीय अवस्था (Third stage):

- रोगी को पसीना आता है
- नाड़ी सामान्य
- तापमान कम हो जाता है ।

दैनिक क्रियाविधियों सम्बन्धित आवश्यकताएं (Daily activities Related Requirement):

- रोगी की क्रियाविधियों के बिस्तर तक सीमित हो जाने के बाद उसे अपनी मूल दैनिक क्रियाओं को सम्पन्न करने में कठिनाई का सामना करना पड़ता है | अतः इस कार्य में नर्स के सहयोग की महत्वपूर्ण आवश्यकता होती है ।
- रोगी को बिस्तर पर नहीं मल व मूत्र त्यागने की सुविधा हेतु पर्दे, बैडपान, मूत्रपात्र आदि उपलब्ध करवाना |
- यदि उसे कब्ज की शिकायत हो तो एनिमा व फ्लेट्स ट्यूबकी सुविधा उपलब्ध करवाना |
- उसकी स्वच्छता के नियमन हेतु, मुंह, बाल व शारीरिक स्वच्छता को बनाये रखने में सहायता करना |
- Bed sore से बचाव हेतु प्रभावित भागों पर मालिश करना व उन्हें सूखा बनाये रखना |
- गन्दे व मेले कपड़ों को बदल कर स्वच्छ कपड़े पहचाना जिससे उसमें ताजगी का संचार हो ।
- उसके आस-पास के वातावरण को स्वच्छ बनाये रखना |

पोषण सम्बन्धित आवश्यकताएं (Nutrition Related requirement) :

- व्यक्ति के भोजन में रोगावस्था अनुसार उचित बदलाव कर उसे और अधिक पोषण युक्त बनाया जाना चाहिए |
- भोजन की योजना व्यक्ति के रूचि अनुसार होनी चाहिये ।
- भोजन में विटामिन, कैल्शियम व प्रोटीन व रेशे अधिक मात्रा में होने चाहिये | जो घावों को भरे, अस्थियों को जोड़े व कब्ज से बचाये |
- भोजन के साथ पर्याप्त मात्रा में द्रव भी लिए जाने चाहिये |
- भोजन को दिन में कई बार थोड़ा-थोड़ा दिया जाना चाहिये |
- रोगी की रूचि अनुसार भोजन के विकल्प उपलब्ध होने चाहिये ।

रोगी की दर्द अवस्था में देखभाल (Care of patient in pain) :

दर्द एक दुखद व सर्वेगात्मक अनुभव होता है | जो शारिरिक क्षति के कारण उत्पन्न होता है | अतः दर्द का होना व्यक्ति के लिए दुखद परिस्थिति होती है | जिसमें व्यक्ति शारीरिक व मानसिक रूप से प्रभावित होता है | व्यक्ति के सामान्य रूप से कार्य करने व स्वस्थ जीवन जीने हेतु उसे शीघ्र ही दर्द से मुक्ति दिलाना आवश्यक है |

- सर्वप्रथम दर्द उत्पन्न होने के कारणों को पहचानना |
- दर्द द्वारा प्रभावित शारीरिक भाग को पहचानना |
- दर्द की गम्भीरता का मापन करना |
- दर्द के लिए चिकित्सकीय व नर्सिंग उपाय करना ।

1) दर्द द्वारा प्रभावित भाग को पहचानना (Identifying the affected part from the pain):

नर्स द्वारा रोगी से पूछ कर स्वयं अवलोकन का दर्द के उत्पन्न 81 होने वाले भाग की स्थिति पता करनी चाहिये | इससे दर्द उत्पन्न करने वाले कारको को पहचानने में सहायता मिलती है ।

2) दर्द की गंभीरता का मापन करना (Measurement of severity of pain): रोगी के दर्द की गंभीरता का मापन कर यह पता लगाया जा सकता है कि उसे चिकित्सकीय प्रबन्धन की कितनी शीघ्र आवश्यकता है | साथ ही किस स्तर का चिकित्सकीय प्रबन्धन आवश्यक है |

3) चिकित्सकीय प्रबन्धन (Therapeutic Management):

- यदि किसी दर्द में शल्य क्रिया की आवश्यकता हो तो अवस्था अनुसार शल्य क्रिया की जानी चाहिये |
- दर्द से मुक्त में निम्न औषधियाँ सहायक हो सकती है ।

1. अफीम युक्त औषधीयाँ

- मोरफिन सल्फेट
- हाइड्रोमोरफिन
- फेनटाइनल

II. अफीम व्युत्पन्न :

- कोडीन
- मीपरीडीन

iii. अन्य औषधीयाँ :

- आइब्रुफेन
- ऐस्प्रिन
- पेरासिटामोल
- एसिटामिनोफिन

iv. ऐनेस्थेटिक औषधीयाँ :

- जाइलो
- लिगनो
- लिंडोकेन

V. एन्टीबायोटिक औषधीयाँ :

- जेन्टामाइसी
- अमीकासी
- सिंफेक्जी

नर्सिंग प्रबन्धन (Nursing management) :

- सर्वप्रथम रोगी को आराम देह स्थिति प्रदान करे |
- रोगी से बात कर उसका ध्यान दर्द से हटाने का प्रयास करे |
- दर्द युक्त भाग पर खिंचाव, गर्म या ठण्डी विधियों का उपयुक्त प्रयोग करें |
- रोगी को चिकित्सक आदेशानुसार औषधि प्रदान करे ।
- रोगी की अवस्था का निरंतर आकलन कर चिकित्सक को सूचना प्रदान करे ।
- रोगी व उसके परिवारजनों को मनोवैज्ञानिक सहारा प्रदान करे ।
- रोगी को दर्द से ध्यान से हटाने हेतु संगीत या मनोरंजक विधि का उपयोग करें |
- रोगी के दर्द उत्पन्न करने वाले कारकों का उपयुक्त समाधान करें ।

आक्सीजन अन्तः श्वसन (O2 Inhalation) : शरीर की सभी कोशिकाओं को जीवित रहने हेतु निरन्तर आक्सीजन की आवश्यकता होती है और यह आक्सीजन श्वसन क्रिया दवारा प्राप्त होती है | परंतु रोगी में श्वसन विकार की उपस्थिति में श्वसन प्रक्रिया बाधित होती है तथा आक्सीजन का बहुत कम मात्रा में अन्तः श्वसन होता है | कभी-कभी तो यह अस्थाई रूप से पूर्णतया रूक भी जाती है | कोशिका को जीवित रहने व निरन्तर कार्य करने हेतु ऑक्सीजन की आवश्यकता होती है | ऑक्सीजन के अभाव में कुछ ही मिनटों में शरीर की कोशिकाएं मरने लगती है |

उद्देश्य (Objectives) :

1. रोगी में निर्बाधित रूप से ऑक्सीजन की आपूर्ति करना |
2. रोगी में ऑक्सीजन कमी के प्रभाव को ठीक करना व कोशिकाओं को मृत होने से रोकना |
3. श्वसन कठिनाई वाली रोगी की अवस्था को ठीक करने में सहायता करना |
4. रोगी को आवश्यकतानुसार वांछित सान्द्रता वाली ऑक्सीजन कृत्रिम रूप से प्रदान करना ।

ऑक्सीजन अन्तः श्वसन देते समय सावधानियाँ (Precaution during oxygen Inhalation):

1) ऑक्सीजन थेरेपी का प्रयोग चिकित्सक बताए तरीके, मात्रा व अन्य निर्देशों के अनुसार ही किया जाना चाहिये |
2) ऑक्सीजन प्रदान करने से पूर्व ऑक्सीजन सिलेंडर, वाल्व व अन्य सामग्री की आवश्यक जाँच कर लेनी चाहिये |
3) ऑक्सीजन को शुष्क रूप में न देकर जल की सहायता से आर्द्र किया जाना चाहिये । इससे श्वसन तंत्र की श्लेष्मा झिल्ली को सुखने से बचाया जा सकता है ।
4) ऑक्सीजन प्रदान करते समय केथेटर, माक्स आदि की संक्रमण स्वच्छता सुनिश्चित करे इससे श्वसन संक्रमण को रोका जा सकता है ।

नासिका चूषण (Nasal Suction) :

- गंभीर रक्त संकन्दन विकार, व थूक में रक्त का उपस्थित होना |
- सिका रक्त स्त्राव |
- मुँह व नासिका मार्ग में अवरोध आना |
- कुछ समय पूर्व मुँह व नाक की शल्य क्रिया होना |
- कसौटी में अस्थिभंग व CSF का लिकेज होना |

मुँह चूषण (Oral Suctioning) :

- गंभीर रक्त स्कंदन विकार
- ढीले दांत
- गेग रिफलेक्स का उपस्थित होना
- गंभीर ब्रोंकोस्पाजम का उपस्थित होना
- मुँह की सर्ज

उपकरण लिस्ट (Equipment list)

- चूषण मशीन, दाब नियामक, अपशिष्ट ग्राही, सम्बन्ध नलिका
- चूषण केथेटर अलग-अलग आकार के (10-12G)
- विसंक्रमित जल
- विसंक्रमित दस्ताने, गाऊन, नेत्र सुरक्षा उपकरण, मास्क
- बिकेसन जैली
- ऑक्सीजन आपूर्ति सुविधा, पल्स ऑक्सीमीटर
- आपातकालीन उपकरण व दवाईयाँ |

श्वसन तंत्र की देखभाल (Care & Respiratory System)

अंतः श्वसन (Inhalation) :

परिभाषा (Definition) : फुफ्फुसो में वायु, वाष्प या गैस को अंदर खीचने की क्रिया अंतः श्वसन कहलाती है |

प्रकार (Type) : शुष्क अंतः श्वसन (Dry Inhalation) :

1) General Anaesthesia :- इसके अंतर्गत क्लोरोफार्म व ईथर आते है | जब Patient को बेहोश करना होता है तब इसका उपयोग किया जाता है | इसका उपयोग अधिकतर operation Theater में किया जाता है | यह Special मास्क के द्वारा दिया जाता है।

2) ऑक्सीजन :- Oxygen heart Disease एवं Respiratory failure Patient को नोजल कैथेटर या मास्क के द्वारा दिया जाता है |

3) एमाइल नाइट्रेट :- एमाइल नाइट्रेट Ampule में होता है यह जिलेटिन कोटेड या ग्लास कोटेड Ampule होता है | यह patient का जब Angina Pectoris होता है तब दिया जाता है |

4) ऑटोमेटिक स्प्रिट :- यह एक प्रकार का स्प्रिट रहता है जिसे patient को Effect होने पर सुंघाने से patient Stimulate हो जाता है | यह उस समय दिया जाता है जब patient को चक्कर आ जाता है या घबराहट की वजह से यह Inhalation देते समय आँखों का विशेष ध्यान रखना चाहिए |

5) यूकेलिप्टस:- यह एक प्रकार की पत्ती होती है | जो patient को upper respiratory fail होने पर दी जाती है | Inhalation देते समय इस पत्ती के रस का निकाल दिया जाता है |

टिन्चर बेन्जाइन अंतः श्वसन :

संकेत (Indication) :

- मवादयुक्त खांसी (Purulant Bronchitis)
- श्वासनली का फैलाव (Bronchieclasis)
- फेफड़े का फोड़ा (Lung Absces)
- सामान्य सर्दी जुकाम

उद्देश्य (Purpose) :

1) सामान्य सर्दी जुकाम व साइनोसाइटिस में श्लेष्मा झिल्लियों का शोथ दूर करना |
2) ठोस श्लेष्मा को नर्म करना और खांसी दूर करना |
3) श्वसन क्रिया पर प्रतिता को रोकना |
4) मवाद हवा द्वारा बेचैनी को कम करना |

सामान (Articles) :

- नेलसन (Nelson) प्रश्वसन उपकरण व एक बड़ा बाउल बड़ा तौलिया
- चेहरे के लिये छोटा तौलिया
- टिचर बेन्जाइन
- चम्मच, ड्रापर व मेडिसिन ग्लास
- गर्म पानी व केतली
- गाँज के टुकड़े
- रुई के फोहे (Swabs)
- रुई की स्टिक
- बाथ कंबल
- कागज का बैग
- किडनी ट्रे

सामान्य निर्देश (General Instruction) :

1) रोगी व उसके रिश्तेदारों को पूरी प्रक्रिया के बारे में अच्छी तरह बताना | जिससे रोगी प्रक्रिया में सहयोग करे |
2) रोगी को यह समझाना कि प्रश्वसन के बाद बिस्तर में एक या दो घंटे तक रहे |
3) रोगी को फाउलर्स स्थिति में पीछे की तरफ आराम देते हुए तकिया लगाना |
4) खिड़कियाँ, दरवाजे व पंखा बंद कर देंगे |
5) बलगम कप रोगी के पास रखेंगे |
6) रोगी को प्रश्वसन के समय चेहरे का तौलिया पसीना पोछने के लिये देंगे |
7) पानी का तापमान 120°F से 160°F के बीच होना चाहिये |

शीतल प्रयोग (Cold Application)

परिभाषा (Definition) : शरीर के किसी भाग को अथवा उसके संपूर्ण शरीर को शीत प्रदान करना | इसका प्रयोग सूखना, नमीयुक्त और शीतल या ठंडा प्रयोग शरीर पर या पूरे शरीर की सतहों पर किया जाता है |

उद्देश्य (Purpose) :

1) बुखार उतारने के लिये ।
2) दर्द कम करने के लिये ।
3) सूजन कम करने के लिये ।
4) रक्तस्त्राव को रोकने के लिये ।
5) प्रदाह को रोकने के लिये ।
6) जीवाणुओं की वृद्धि रोकने के लिये ।

प्रभाव (Effects) -

- वाहिकाओं का सिकुड़ना (Vaso-constriction)
- स्थानीय चयापचय में कमी
- रक्त प्रवाह में कमी
- ऑक्सीजन की खपत में कमी
- पेशीय टोन मे कमी
- लसिका प्रवाह में कमी

उपयोग (Uses) :

1) शीतलता शरीर का तापक्रम कम करती है ।
2) शीतलता कोथ से बचाव करती है ।
3) शीतलता पीड़ा से मुक्ति प्रदान करती है ।
4) शीतलता सूजन को रोकता है ।
5) रक्त स्राव को नियंत्रित करती है ।
6) जीवाणुओं की वृद्धि को रोकती है ।
7) प्रदाह को घटाती है ।

निषेध (Contraindication) :

- शॉक (Shock)
- अवपात (Collapse)
- पेशी आकर्ष होने पर
- संवेदनहीन मरीजों में

OUR OTHER ALLIED HEALTH INSTITUTE
CMS & ED ALLIED HEALTH INSTITUTE, LUCKNOW
Add: - 101/C, Sanjay Gandhi Puram, (Faizabad Road), Lucknow- 226016
Phone: 0522-4958027, Mob: - 9565600144, 7310000212, 7310000233
Email: - rhmpup@gmail.com Web:- rhmp.org.in