मूल्य : नि:शुल्क

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

# CPR

## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के उपक्रम तेरापंथ टास्क फोर्स के माध्यम से आज हम आपको बतायेंगे कि सीपीआर क्या होता है और ये क्यों और कैसे दिया जाता है।

इसे संजीवनी क्रिया भी कहते हैं। आमतौर पर इसे हार्ट अटैक से हुये कार्डियक अरेस्ट की स्थिति में दिया जाता है। जब किसी को बिजली का तेज झटका लग जाए, दम घुटे या फिर पानी में डूब जाये तब भी सीपीआर का उपयोग होता है।

सीपीआर एक आपातकालीन प्रक्रिया है, इसके उपयोग करने से पहले तुरंत मेडिकल सहायता हेतु एंबुलेंस के लिए कॉल करें।

आप चाहे कहीं पर भी हों, घर पर, ऑफिस में, गली मोहल्ले या मॉल में इसका उपयोग कर आप किसी भी ऐसे मरीज की जान बचा सकते हैं।

कितनी बार हमें इतना समय नहीं मिलता कि हम मरीज को अस्पताल ले जाएं, अगर आपको सीपीआर की प्रक्रिया आती है तभी जान बचाई जा सकती है अन्यथा जान जानी निश्चित है।

हालांकि सीपीआर सीखने के बाद भी इसके तरीके को याद रख पाना और सही इस्तेमाल करना मुश्किल है।हम आपको यह भी बताएँगे सीपीआर कब देना चाहिए इसे देने से पहले क्या-क्या जांच करना चाहिए।

युवा वाहिनी

TERAPANTH TASK FORCE

CARE • COURAGE • COMMITMENT

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

मूल्य : नि:शुल्क

# CPR

## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

छाती में दर्द

चक्कर आना

बाएं हाथ में दर्द

सांस में तकलीफ

उल्टी और घुटन

पीला पड़ना, ठंडा पसीना

नब्ज का अनियमित चलना

बहुत कमजोरी

मूल्य : नि:शुल्क

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

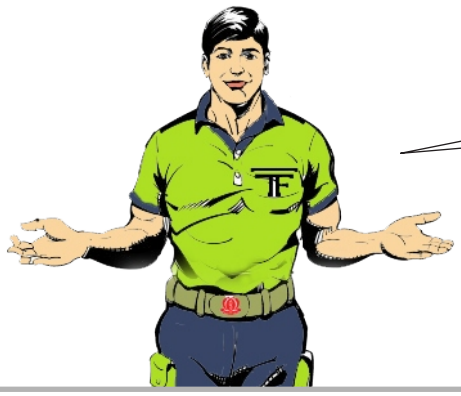
# CPR

## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

पहली स्थिति - मरीज होश में

सबसे पहले मरीज को आरामदायक तरीके से बैठाएं और मेडिकल इमरजेंसी के लिए कॉल करें।



यदि आप कमरे में हैं तो कमरे के आस पास की सभी खिड़कियां खोल दें और आस पास लोगों का जमावड़ा ना लगने दें ताकि मरीज सांस ले सके।

आप उन्हें ज्यादा चलना फिरना ना करवाते हुए स्ट्रेचर या व्हीलचेयर के माध्यम से हॉस्पिटल ले जावें।

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

मूल्य : नि:शुल्क

# CPR

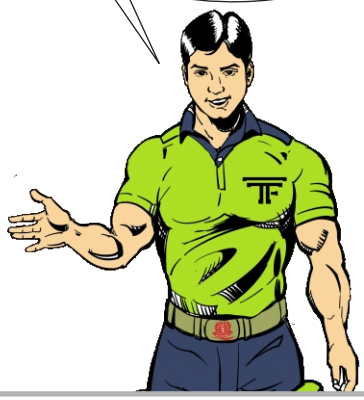
## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

सीपीआर के बारे में विस्तृत रूप से जानने से पहले हम इसे तकनीकी रूप से समझें।

अगर व्यक्ति की सांस या धड़कन रुक जाए तो जिस्म में ऑक्सिजन का प्रवाह रुक जाता है और शरीर की कोशिकाएं मरने लगती है।

मरीज की क्लीनिकल डेथ हो जाती है फिर भी उसके पास 4-5 मिनटों का गोल्डन समय होता है जब उसे मौत के मुँह से बाहर निकाला जा सकता है।



CPR ऐसी ही एक आपातकालीन स्थिति में उपयोग की जाने वाली प्रक्रिया है जो किसी व्यक्ति की धड़कन और सांस रुक जाने की स्थिति में दी जाती है।

इस प्रक्रिया में छाती को दबाया जाता है और मुँह से मुँह लगाकर कृत्रिम सांसें पीड़ित को दी जाती है ताकि दिल की धड़कन, रक्त का संचार और सांसें फिर शुरू हो जाये।

युवा वाहिनी

**TERAPANTH TASK FORCE**

CARE • COURAGE • COMMITMENT

सेवा संस्कार संगठन

मूल्य : नि:शुल्क

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

# CPR

## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

मूल्य : नि:शुल्क

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

# CPR (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

सीपीआर विधि की मुख्य रूप से 3 प्रक्रिया है जिसे CAB कहा जाता है।



C. Compression
छाती को दबाना।



A . Airway
श्वसन नली को खुला करना।



B. Breathing
कृत्रिम सांस देना ।

पहली विधि
Compression

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

मूल्य : नि:शुल्क

# CPR

(CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

अखिल भारतीय
तेरापंथ युवक परिषद
की प्रस्तुति

मूल्य : नि:शुल्क

# CPR
## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)
# संजीवनी क्रिया










TERAPANTH TASK FORCE
CARE • COURAGE • COMMITMENT

सेवा संस्कार संगठन

मूल्य : नि:शुल्क

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

# CPR

## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

दूसरी विधि Airway

चेस्ट कंप्रेशन के पश्चात आपको उनका airway खोलना चाहिए।

अपने एक हाथ को पीड़ित के माथे पर रखते हुये उसको पीछे की ओर करें।

फिर अपने दूसरे हाथ की उँगलियों को पीड़ित की ठोड़ी के नीचे रख कर दबाएँ।

अपने हाथों की उँगलियों से उसकी श्वसन नली खोलने के लिए जबड़े को उठाएँ लेकिन उसके सिर या गर्दन को न घुमाएं।

अखिल भारतीय
तेरापंथ युवक परिषद
की प्रस्तुति

मूल्य : नि:शुल्क

# CPR
## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)
# संजीवनी क्रिया

**तीसरी विधि Breathing**

इस प्रकार अगर किसी का airway ब्लॉक हो तो आप उसे खोल सकते हैं।

यदि पीड़ित व्यक्ति सामान्य रूप से सांस न ले रहा हो तो उसे इस प्रकार कृत्रिम सांस दें।

इन्फेक्शन न हो इसलिए मुंह में कपड़ा रखें।

पीड़ित को सीपीआर देते समय 2 बार कृत्रिम सांस और 30 बार छाती का दबाव देना चाहिए।

एकबार Airway खोलने के बाद छाती दबाने एवं कृत्रिम सांस देना जारी रखें।

जब तक आपातकालीन सहायता प्राप्त न हो या मरीज होश में न आ जाए।

मूल्य : नि:शुल्क

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

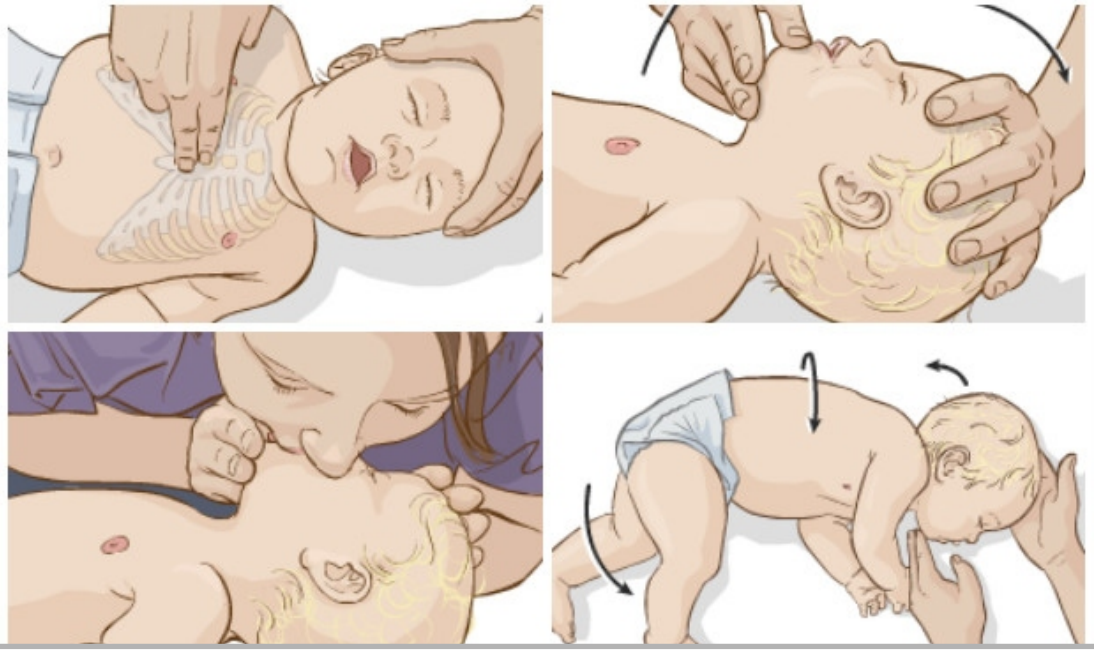
की प्रस्तुति

# CPR

## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

1 साल से कम उम्र के बच्चों अथवा नवजात को सीपीआर कैसे देना चाहिए ये हम इस डायग्राम से समझेंगे।



मूल्य : नि:शुल्क

# अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद

की प्रस्तुति

# CPR

## (CARDIOPULMONARY RESUCITATION)

# संजीवनी क्रिया

तेरापंथ धर्मसंघ के एकादशम अधिशास्ता
परम पूज्य आचार्य श्री महाश्रमण जी

विशेष आभार

NDRF • INDIA
Saving Lives & Beyond...

युवा वाहिनी

## TERAPANTH TASK FORCE

CARE • COURAGE • COMMITMENT

| विमल कटारिया | मनीष दफ्तरी | संदीप कोठारी |
|---|---|---|
| अध्यक्ष | प्रभारी<br>तेरापंथ टास्क फोर्स | महामंत्री |

पंजीकृत कार्यालय : ''युवालोक'', पो.बॉ. नं. 16, लाडनूं – 341 306 (राजस्थान) फोन : 01581–226114 E–mail: abtyp.ladnun@yahoo.in
प्रशासनिक कार्यालय : ''अणुव्रत भवन'', 210–दीनदयाल उपाध्याय मार्ग, तीसरी मंजिल, नई दिल्ली – 110 002 फोन : 011–23210593

नूतन चिंतन–नया विकास, युवकों में जागे विश्वास ।