04. विशिष्ट सामुदायिक स्वास्थ्य सेवाएं एवं नर्स की भूमिका

(Specialized Community Health Services and Nurse's Role)

Q. जननी सुरक्षा योजना क्या है?

What is Janani Suraksha Yojana?

उत्तर- जननी सुरक्षा योजना (Janani Suraksha Yojana)

जननी सुरक्षा योजना केन्द्र सरकार द्वारा प्रायोजित एक महत्वपूर्ण स्वास्थ्य योजना है जोकि संस्थागत प्रसव को बढ़ावा देने तथा माता एवं नवजात की बेहतर स्वास्थ्य स्थिति को सुनिश्चित करने के उद्देश्य से देश में 12 अप्रैल 2005 को प्रारम्भ की गई थी।

यह योजना राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन के अन्तर्गत शुरू की गई थी।

इस योजना के अन्तर्गत सरकारी अस्पतालों तथा सरकार द्वारा चयनित कुछ निजी अस्पतालों में डिलीवरी करवाने पर प्रसूता को नगद राशि का भुगतान किया जाता है।

जननी सुरक्षा योजना के उद्देश्य-

1. मातृ रुग्णता दर तथा मातृ मृत्यु दर को कम करना।

2. शिशु रुग्णता दर तथा शिशु मृत्यु दर को कम करना।

3. संस्थागत प्रसव को बढ़ावा देकर माता एवं नवजात की बेहतर स्वास्थ्य स्थिति को सुनिश्चित करना।

4. माता एवं शिशुओं के स्वास्थ्य को बेहतर कर समुदाय एवं राष्ट्र के स्वास्थ्य स्तर में प्रगति लाना।

इस योजना में देश के सभी राज्यों को निम्न दो भागों में बाँट कर महिलाओं को अलग-अलग लाभ दिए जाते हैं-

1. Low performing states

Low performing states में देश के 10 राज्य शामिल हैं, जिनके नाम हैं राजस्थान, मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़, उत्तर प्रदेश, उत्तरांचल, जम्मू कश्मीर, उड़ीसा, बिहार, झारखंड तथा असम।

इन राज्यों में नगद राशि का लाभ निम्न प्रकार देय है-

ग्रामीण क्षेत्रों में. महिला को देय राशि 1400 रुपये

आशा को देय राशि 600 रुपये

शहरी क्षेत्रों में महिला को देय राशि 1000 रुपये

आशा को देय राशि 200 रुपये

2. High performing states -

Low performing states में शामिल राज्यों को छोड़कर बाकी राज्य इसमें आते हैं। इसमें नगद राशि का लाभ निम्न प्रकार देय है-

ग्रामीण क्षेत्रों में.	महिला को देय राशि 700 रुपये	
	आशा को देय राशि 200 रुपये	
शहरी क्षेत्रों में	महिला को देय राशि 600 रुपये	
	आशा को देय राशि 200 रुपये	

इस योजना के सफलतापूर्वक संचालन तथा मोनिटरिंग हेतु महिला स्वास्थ्य कार्यकर्ता मासिक रुप से अपने क्षेत्र की सभी आशा कार्यकर्ता के साथ मीटिंग करती हैं तथा उनसे फीडबैक लेती हैं।

इसके अतिरिक्त वह मासिक तथा वार्षिक रुप से विभाग को रिपोर्ट भी प्रेषित करती हैं।

Answer- Janani Suraksha Yojana Janani Suraksha Yojana is an important health scheme sponsored by the Central Government, which was started in the country on 12 April 2005 with the aim of promoting institutional delivery and ensuring better health condition of mother and newborn. Went.

This scheme was started under the National Rural Health

Mission.

Under this scheme, cash amount is paid to the pregnant woman for delivery in government hospitals and some private hospitals selected by the government.

Objectives of Janani Suraksha Yojana-

1. To reduce maternal morbidity rate and maternal mortality rate.

2. To reduce child morbidity rate and child mortality rate.

3. To ensure better health condition of mother and newborn by promoting institutional delivery.

4. To improve the health level of the community and the nation by improving the health of mothers and babies.

In this scheme, women are given different benefits by dividing all the states of the country into the following two parts-

1. Low performing states

Low performing states include 10 states of the country, namely Rajasthan, Madhya Pradesh, Chhattisgarh, Uttar

Pradesh, Uttaranchal, Jammu and Kashmir, Orissa, Bihar, Jharkhand and Assam.

In these states the benefit of cash amount is payable as follows-

in rural areas.	Amount payable to woman Rs 1400
	Amount payable to Asha Rs 600
urban areas	Amount payable to woman Rs 1000
	Amount payable to Asha Rs 200

2. High performing states -

Except the states included in low performing states, other states come in this. In this, the benefit of cash amount is payable as follows-

in rural areas.	Amount payable to woman Rs 700
	Amount payable to ASHA Rs 200
urban areas	Amount payable to woman Rs 600

Amount payable to ASHA Rs 200

For successful operation and monitoring of this scheme, women health workers meet all the ASHAs of their area monthly.

Holds meetings with the workers and takes feedback from them.

Apart from this, she also sends reports to the department monthly and annually.

Q. स्कूल स्वास्थ्य सेवाओं से आप क्या समझते हैं? समझाइए।

What do you understand with school health services? Describe it.

अथवा

स्कूल स्वास्थ्य सेवा सामुदायिक स्वास्थ्य का एक महत्वपूर्ण आयाम क्यों हैं? कारणों की व्याख्या कीजिए।

Why school health service is an important dimension of community health? Explain the reasons.

अथवा

स्कूल स्वास्थ्य सेवा के उद्देश्य क्या हैं? स्कूल स्वास्थ्य सेवा क्यों महत्वपूण हैं?

What are the aims of school health services? Why school health service is important?

उत्तर- स्कूल स्वास्थ्य सेवाएं (School Health Services)

स्कूल स्वास्थ्य सेवाएँ वे समग्र स्वास्थ्य सेवाएँ हैं जो विद्यालय में पढ़ने वाले बच्चों, कार्यरत अध्यापक तथा अन्य स्टाफ को बीमारियों की रोकथाम, स्वास्थ्य के उन्नयन तथा रोगों के उपचार के उद्देश्य से प्रदान की जाती है। स्कूल स्वास्थ्य सेवाओं के द्वारा बालकों में व्यक्तिगत स्वच्छता, पर्यावरणीय स्वच्छता, पोषणीय आहार, दुर्घटनाओं से बचाव, पर्याप्त आराम, नशाखोरी एवं अन्य व्यसनों से दूर रहने आदि के संबंध में स्वास्थ्यकर आदतें विकसित की जा सकती हैं।

स्कूल स्वास्थ्य सेवा के उद्देश्य (Aims of School Health Services) -

1. स्वास्थ्य निरीक्षण, स्वास्थ्य देखभाल और पोषण कार्यक्रमों द्वारा स्कूली बालकों की वृद्धि और विकास को प्रोत्साहित करना।

2. संक्रामक रोगों की रोकथाम और नियंत्रण।

3. स्कूल में स्वस्थ रहने को प्रोत्साहन देना जिससे स्कूली बालक स्वास्थ्य के प्रति अनुकूल रवैया अपनाएं।

स्कूल स्वास्थ्य सेवा सामुदायिक स्वास्थ्य का महत्वपूर्ण आयाम है। स्कूल स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने के निम्न कारण हैं-

1. बड़ी संख्या

स्कूली बच्चे जनसंख्या के काफी बड़े भाग का हिस्सा होते हैं। .

भारत में 5-14 वर्ष के बीच के बच्चों की संख्या कुल जनसंख्या का लगभग एक चौथाई है।

अतः वे सामुदायिक स्वास्थ्य सेवाओं के एक बड़े भाग के हकदार हैं।

2. वृद्धि और विकास का समय

अपने जीवन के इस भाग में बच्चों में शारीरिक और भावनात्मक परिवर्तन होता है।

अतः उन्हें स्वास्थ्य निरीक्षण की तथा मार्गदर्शन की आवश्यकता अधिक होती है।

3. रोगों की शीघ्र पहचान

बच्चों में संक्रमण रोग तथा कुपोषण की सम्भावना अधिक होती है।

स्कूल स्वास्थ्य सेवाओं द्वारा इसकी शीघ्र पहचान कर ली जाती है जिससे समय पर उचित उपचार कर रोगों को रोका जा सकता है।

4. समूह में रहना

समूह में रहने से नया सामाजिक और मानसिक अनुभव प्राप्त होता है।

उनके ऊपर शारीरिक और मानसिक दोनों दबाव पड़ते हैं।

बालकों में संक्रमण के खतरे की संभावना अधिक होती है, बालक स्कूल से

संक्रमण घर ले जाते हैं और परिवार के सदस्यों और समुदाय में संक्रमण का प्रसार करते हैं।

5. नियंत्रित जनसंख्या -

स्कूल बालकों की जनसंख्या नियंत्रित है उनका एक विशेष आयु समूह है। अतः उनका आसानी से निरीक्षण तथा मार्गदर्शन किया जा सकता है।

6. शिक्षा के अवसर -

स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करने और बच्चों में आचार-विचार ढालने के लिये स्कूल सर्वोत्तम स्थल है, क्योंकि बच्चे जो स्कूल में सीखते हैं वैसा ही घर में जाकर अमल करते हैं।

Answer- School Health Services School health services are those holistic health services which are provided to the children studying in schools, working teachers and other staff for the purpose of prevention of diseases, promotion of health and treatment of diseases.

Through school health services, healthy habits can be developed in children regarding personal hygiene, environmental cleanliness, nutritious diet, prevention of accidents, adequate rest, staying away from drug abuse and other addictions etc.

Aims of School Health Services -

1. To encourage

the growth and development of school children through health monitoring, health care and nutrition programmes. to do.

2. Prevention and control of infectious diseases.

3. To encourage healthy

living in school so that school children adopt favorable attitude towards health.

School health care is an important dimension of community health. Following are the reasons for providing school health services-

1. Large Number School children constitute

a large section of the population. In India, children between 5-14 years of age constitute about a quarter of

the total population. Therefore, they are entitled to a greater share of community health services.

2. Time of growth and development:

Children undergo physical and emotional changes during this part of their lives.

Therefore, They are more in need of health monitoring and guidance.

3. Early identification of diseases:

Children are more prone to infectious diseases and malnutrition. It is identified quickly by school health services so that diseases can be prevented by providing timely and appropriate treatment.

4. Living in a group:

Living in a group provides new social and mental experience.

There is both physical and mental pressure on them.

Children are more likely to be at risk of infection, carrying the infection home from school and spreading the

infection to family members and the community.

5. Controlled Population –

The population of school children is controlled, they have a particular age group.

Hence they can be easily monitored and guided.

6. Educational opportunities –

School is the best place to provide health education and inculcate moral values in children, because whatever children learn in school, they implement it at home.

Q. स्कूल स्वास्थ्य कार्यक्रम में सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स की क्या भूमिका है?

What is the role of community health nurse in school health services?

अथवा

स्कूल हेल्थ नर्स की भूमिका को विस्तारपूर्वक समझाइए।

Describe the role of school health nurse.

उत्तर- स्कूल स्वास्थ्य कार्यक्रम में सामुदायिक स्वास्थ्य परिचारिका की भूमिका निम्नलिखित है-

1. वह स्वास्थ्य की शिक्षक और सलाहकार है।

वह स्कूल में दी जाने वाली स्वास्थ्य वार्ताओं की योजना बनाती है, साथ ही स्वास्थ्य के सम्बन्ध में शिक्षकों और माता-पिता का मार्गदर्शन करती है।

2. सामुदायिक स्वास्थ्य परिचारिका की प्रमुख भूमिका स्कूल, घर और समुदाय में सम्पर्क बनाये रखना है।

स्कूल में बच्चे के सीखने और घर में प्रचलित व्यवहार के अन्तर को दूर करने में वह सहायक होती है।

3. वह स्वास्थ्य कार्यक्रम की समन्वयकर्ता और संगठक है।

वह स्कूल स्वास्थ्य क्लीनिक संचालित करती है और अभिवाहक शिक्षण संघ की बैठकों का आयोजन करती है।

गृह भेंट के समय वह परिवार को स्वास्थ्य कार्यक्रम समझाती है।

वह निम्नलिखित सेवाएं प्रदान करती है-

1. स्वास्थ्य मूल्यांकन सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स प्रारम्भिक परीक्षण करती है, इसमें ऊँचाई, वजन आदि शामिल हैं तथा चिकित्सक को पूरा परीक्षण करने में मदद करती है।

खतरे की संभावना होने पर बच्चों को पहचान कर सही निदान और उपचार के लिए चिकित्सा अधिकारी के पास भेजती है।

2. उपचार और अनुवर्तन स्कूल स्वास्थ्य भारत में प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों का महत्वपूर्ण कार्य है।

इस काम के लिए विशेष क्लीनिक के दिन तथा समय अलग से निश्चित होने चाहिए, अगर सम्भव हो तो बालकों के लिए विशेष क्लीनिक आयोजित किए जाने चाहिए और बच्चों का उचित उपचार तथा अनुवर्तन होते रहना चाहिए।

3. प्रतिरक्षण (Immunization)

स्थानीय रूप से व्याप्त रोगों के विरुद्ध बालकों के प्रतिरक्षण के लिए स्कूल श्रेष्ठ स्थान है।

नर्स को बच्चों की आयु के अनुसार अगर कोई टीकाकरण बाकी है तो उसे बच्चों को देना चाहिए।

4. स्कूल स्वच्छता (School Sanitation) -

स्कूल में स्वच्छता के लिए प्रयास करना चाहिए। स्वच्छ पीने के पानी की पर्याप्त सुविधा होनी चाहिए।

छात्रों की संख्या के अनुसार एक स्वच्छ पेशाब घर 60 बच्चों के लिए तथा 100 बच्चों के लिए एक स्वच्छ शौचालय होना चाहिए।

लड़के और लड़कियों के लिये शौचालय व पेशाब घर अलग-अलग होना चाहिए।

स्वस्थ शाला का वातावरण विद्यार्थियों के भावनात्मक, सामाजिक और व्यक्तिगत स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है।

5. पोषण सेवाएं (Nutritional Services) -

खराब पोषण के कारण शारीरिक रूप से कमजोर बालक स्कूल का पूरा लाभ नहीं उठा सकते।

सामुदायिक स्वास्थ्य परिचारिका को निम्न पोषण कार्यक्रम संचालित करना चाहिए-

• स्कूल में दोपहर का भोजन

• विटामिन A रोगनिरोधन कार्यक्रम बालकों को 6 वर्ष की आयु तक प्रत्येक

6 माह में विटामिन A की बड़ी मात्रा (200000 IU) मुख से देना।

7. प्राथमिक सहायता (First Aid)

प्रत्येक स्कूल में प्राथमिक उपचार में उपयोग आने वाला बॉक्स तैयार रहना चाहिए जैसे- दुर्घटना, चोट आदि आपात स्थितियों में चिकित्सा के लिए।

8. स्वास्थ्य शिक्षा (Health Education)

व्यक्तिगत और सामुदायिक स्वास्थ्य दोनों के प्रोत्साहन में स्वास्थ्य शिक्षा की महत्वपूर्ण भूमिका है।

स्वास्थ्य ज्ञान प्रवृत्तियों और आदतों में वांछनीय परिवर्तन लाने के लिए अधिक महत्वपूर्ण है।

त्वचा, बाल, दाँत. और कपड़ों की सफाई, व्यायाम, नींद, पोषण और अच्छी आदतों का महत्व परीक्षण तथा स्वच्छ जल की आवश्यकता, मक्खियों और अन्य कीटों का नियंत्रण, कुछ ऐसे विषय हैं जिनकी स्वास्थ्य शिक्षा लाभप्रद

हो सकती है।

8. स्कूल स्वास्थ्य रिकार्ड प्रत्येक छात्र का स्वास्थ्य रिकार्ड बनाना, इसमें निम्नलिखित जानकारियां सम्मिलित होती हैं-

Answer- The role of community health nurse in school health program is as follows-

1. She is a health teacher and consultant. She plans health talks to be given in school, as well as guides teachers and parents regarding health.

2. The main role of the community health nurse is to maintain contact between school, home and community.

It helps in bridging the gap between the child's learning in school and the prevalent behavior at home.

3. She is the coordinator and organizer of the health programme.

She conducts school health clinics and organizes parent teaching association meetings.

During home visits she explains the health program to the

family.

She provides the following services-

1. Health Assessment

The community health nurse conducts the initial examination, including height, weight, etc. and helps the doctor in conducting a complete examination.

If there is a possibility of danger, the children are identified and sent to the medical officer for proper diagnosis and treatment.

2. Treatment and follow-up

School health is an important function of primary health centers in India.

The days and timings of special clinics should be fixed separately for this work, if possible, special clinics should be organized for children and proper treatment and follow-up of children should be done.

3. Immunization

School is the best place to immunize children against

locally prevalent diseases.

The nurse should give any vaccination to the children according to their age.

4. School Sanitation –

Efforts should be made for cleanliness in the school. There should be adequate facility of clean drinking water.

According to the number of students, there should be one clean urinal for 60 children and one clean toilet for 100 children.

There should be separate toilets and urinals for boys and girls.

A healthy school environment is essential for the emotional, social and personal health of students.

5. Nutritional Services –

Due to poor nutrition, physically weak children cannot take full advantage of school. Community health nurse should conduct the following nutrition programs-

• Lunch at school

• Vitamin A prophylaxis program: Giving large doses

(200,000 IU) of vitamin A orally every 6 months to children up to 6 years of age.

6. First Aid:

Every school should have a box ready to be used for first aid, such as in case of emergency like accident, injury etc.

7. Health Education Health education plays an important role in the promotion of both individual and community health. Health knowledge is more important to bring about desirable changes in attitudes and habits.

Skin, hair, teeth. And the importance of cleaning clothes, exercise, sleep, nutrition and good habits, testing and the need for clean water, control of flies and other insects are some of the topics that health education can benefit from.

8. School Health Record Making health record of each student, it includes the following information-

Q. अंडर फाइव क्लीनिक के बारे में लिखिए।

Write about under five clinic?

उत्तर- अंडर फाइव क्लीनिक पाँच वर्ष तक के बच्चों की स्वास्थ्य देखभाल से संबंधित होते हैं।

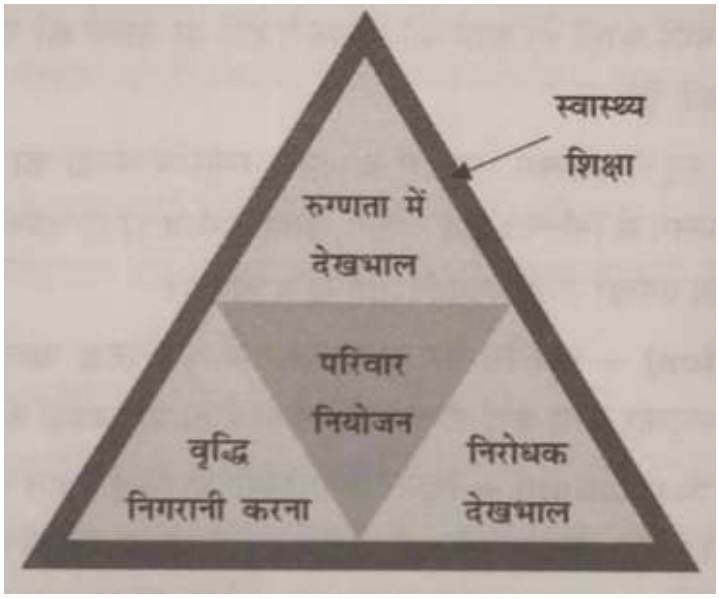
इस क्लीनिक के द्वारा पाँच वर्ष तक के बच्चों को नैदानिक, उपचारात्मक तथा रक्षात्मक प्रकार की स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान की जाती हैं।

पाँच वर्ष तक बच्चे निर्बलतम समूह के माने जाते हैं।

इनमें बीमारी होने की सम्भावना तुलनात्मक अधिक होती है जिसके कारण कई बार बच्चों की मृत्यु तक भी हो जाती है। पाँच वर्ष तक की आयु वृद्धि एवं विकास की उम्र होती है।

अंडर फाइव क्लीनिक द्वारा इस उम्र समूह के बच्चों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान कर उनमें इन जानलेवा बीमारियों की रोकथाम की जाती है तथा अंडर फाइव क्लीनिक बच्चों के उचित शारीरिक तथा मानसिक विकास सहायक होता है। अंडर फाइव क्लीनिक को एक त्रिकोण चिन्ह से प्रदर्शित करते हैं।

पांच वर्ष से कम के लिए विलीनिकों हेतु प्रतीक चिन्ह (Symbol for Under Five's Clinic)



अंडर फाइव क्लीनिकों द्वारा निम्न स्वास्थ्य सेवाएँ प्रदान की जाती हैं-

1. रुग्णता में देखभाल (Care in illness)
2. निरोधक देखभाल (Preventive care)
3. वृद्धि मोनिटर करना (Growth Monitoring)
4. परिवार नियोजन सेवाएं (Family planning services)
5. स्वास्थ्य शिक्षा (Health Education)

Answer- Under five clinics are related to health care of children up to five years of age.

Through this clinic, diagnostic, curative and preventive health services are provided to children up to five years of age.

Children up to five years of age are considered the weakest group.

The chances of contracting diseases are comparatively higher, which sometimes even results in the death of children. The age up to five years is the age of growth and development.

By providing better health services to the children of this age group, Under Five Clinic prevents these deadly diseases and Under Five Clinic helps in proper physical

and mental development of the children.

Under Five Clinics are represented by a triangle symbol.

The following health services are provided by Under Five Clinics-

1. Care in illness
2. Preventive care
3. Growth Monitoring
4. Family planning services
5. Health Education

Q. वृद्धावस्था नर्सिंग क्या है? वृद्धावस्था के दौरान होने वाले परिवर्तनों का वर्णन कीजिए।

What is geriatric nursing? Explain the changes during old age.

अथवा

जराचिकित्सा परिचर्या की परिभाषा लिखिए। वृद्ध होने की प्रक्रिया पर असर डालने वाले कारक क्या-क्या हैं?

Define geriatric nursing? What are the factors affecting aging?

उत्तर- वृद्धावस्था नर्सिंग (Geriatric Nursing)

यह नर्सिंग की वह शाखा है जो वृद्ध व्यक्तियों में बीमारी की रोकथाम एवं उपचार, स्वास्थ के रख-रखाव तथा पुर्नवास हेतु आवश्यक देखभाल से सम्बन्धित है।

वृद्धावस्था के दौरान होने वाले परिवर्तन (Changes during old age) - वृद्धावस्था के दौरान निम्न परिवर्तन देखे जा सकते हैं-

1. त्वचीय परिवर्तन (Skin Changes) -

•>त्वचा पर झुर्रियों का पड़ना

• त्वचा का ढीला पड़ना

• वर्णकों (pigment) की कमी

• शरीर के बालों का सफेद होना

• त्वचा शुष्क होना

• पसीने की ग्रन्थियों का कम सक्रिय होना

2. पाचन तंत्र संबंधी परिवर्तन (Gastrointestinal Changes) -

• दाँत गिरने लगते हैं

• लार तथा अन्य पाचक रसों का स्रवण कम होना

• क्रमानुकुंचन गति का कम होना

• पाचन शक्ति का कम होना

• स्वाद कलिकाओं का कम होना

• आंत्रीय गति (bowel movement) का कम होना

3. श्वसन तंत्र संबंधी परिवर्तन (Respiratory changes)

• कूपिकाओं (alveoli) के लचीलेपन (elasticity) में कमी होना

• फेफड़ों की क्षमता कम होना

• गैसीय आदान-प्रदान का अप्रभावी होना

• कफ परिवर्तन (cough reflex) का कमजोर होना

• भोजन ग्रहण करने के बाद अम्ल शूत्र (heart burn) की शिकायत

• डायफ्राम पेशियां कमजोर होना

• फेफड़ों को रक्त आपूर्ति कम होना

4. कार्डियोवास्कुलर तंत्र संबंधी परिवर्तन (Cardiovascular Changes)

• हृदय की कार्य करने की क्षमता कम होना

• हृदय की ओर रक्त प्रवाह कम होना

• Blood vessels के लचीलेपन में कमी

• Blood vessels की walls में cholesterol आदि जमा होने के कारण
• इनकी cavity का सँकरा होना

• हृदय के वाल्वों के लचीलेपन में कमी

5. मूत्रमार्गीय तंत्र संबंधी परिवर्तन (Urinary System Changes)

• वृक्कों की क्रियाशीलता का कम होना

• वृक्कों में नैफ्रोन्स की संख्या का कम होना

मूत्रमार्गीय छिद्रों की टोन का कम होना

• मूत्राशय की क्षमता का कम होना

• बाह्य मूत्रमार्गीय छिद्र पर नियंत्रण का कम होना

6. जनन तंत्र संबंधी परिवर्तन (Reproductive Changes) -

पुरूष में -

• शिश्न (penis) एवं वृषणों (testes) के आकार में कमी।

• Pubic hair का कम होना

• लैंगिक उत्तेजना (sexual excitement) में कमी आ जाना।

• प्रौस्टेट ग्रन्थि का आकार बढ़ जाना

महिलाओं में -

• स्तनों का आकार बढ़ना

• स्तनों का ढ़ीले होकर लटक जाना

• समतल चुचुक (flat nipples) की उपस्थिति

• अण्डाशय, गर्भाशय तथा योनि के आकार में कमी

• लैंगिक उत्तेजना का कम होना

• योनि स्रावों का कम होना

• योनि का शुष्क होना

• Pubic hair का कम होना

7. अंतःस्त्रावी तंत्र परिवर्तन (Endocrine System Changes) -

• अग्नाशय (pancreas) द्वारा insulin hormone का स्रवण कम होना

• महिलाओं में oestrogen and progesterone का स्रवण कम होना

8. पेशीय-कंकालीय तंत्र परिवर्तन (Muscle Skeleton Changes) -

• मांसपेशी के आकार एवं टोन में कमी

• हड्डियों का कमजोर होना

• मांसपेशियों की ताकत में कमी

• मांसपेशियों की मोटाई में कमी

• सन्धियों में अकड़न आ जाना

• कमर का झुक जाना

• शरीर की अस्थियों का खोखला हो जाना

9. तंत्रिका तंत्र परिवर्तन (Nervous Changes) -

• संवेदी तथा प्रेरक (sensory and motor) तंत्रिकाओं की सक्रियता में कमी

• प्रतिवर्ती (reflexes) की क्रियाशीलता का कम होना

• याददाश्त की क्षमता कमजोर होना

• व्यक्ति की रुचियों में कमी आना

• प्रतिक्रिया दर धीमी पड़ जाना

• भ्रम की स्थिति उत्पन्न होना

10. अन्य (Others)

• रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है

• मानसिक क्षमता घट जाती है।

• हार्मोन स्रवण कम हो जाता है।

• वृद्ध व्यक्ति अनाकर्ष प्रतीत होता है।

• सभी क्षमताएं घट जाती है।

• दूसरों पर निर्भर हो जाता है।

Answer- Geriatric Nursing:

This is the branch of nursing which deals with the treatment of diseases in elderly people.

Prevention and treatment relate to the care necessary for the maintenance and rehabilitation of health.

Changes during old age –

The following changes can be seen during old age-

1. Skin Changes -

• wrinkling of skin

• loose skin

• lack of pigments

• graying of body hair

• dry skin

• underactivity of sweat glands

2. Gastrointestinal Changes -

• teeth start falling out

• Decreased secretion of saliva and other digestive juices

• decreased peristalsis

• poor digestion power

• loss of taste buds

• Decreased bowel movement

3. Respiratory changes

• Decrease in elasticity of alveoli

• Decreased lung capacity

• ineffectiveness of gaseous exchange

• weakening of cough reflex

• Complaint of heart burn after eating food

• diaphragm muscle weakness

• reduced blood supply to the lungs

4. Cardiovascular System Changes -

• reduced heart function

• reduced blood flow to the heart

• Decrease in flexibility of blood vessels

• Narrowing of the cavity of blood vessels due to accumulation of cholesterol etc. in the walls.

• Decreased elasticity of heart valves

5. Urinary System Changes

• reduced kidney function

• Decrease in the number of nephrons in the kidneys.

• decreased tone of urethral orifice

• reduced bladder capacity

• loss of control over the external urethral orifice

6. Reproductive Changes -

In man -

• Reduction in the size of penis and testes.

• Reduction of pubic hair

• Decrease in sexual excitement.

• enlargement of prostate gland

In women -

• increase in breast size

• sagging breasts

• Presence of flat nipples

• Decreased size of the ovaries, uterus and vagina

• decreased sexual arousal

• decreased vaginal discharge

• vaginal dryness

• Reduction of pubic hair

7. Endocrine System Changes -

• Decrease in secretion of insulin hormone by pancreas

• Decreased secretion of estrogen and progesterone in women

8. Muscular-Skeletal System Changes -

• Decrease in muscle size and tone

• weakening of bones

• decreased muscle strength

• reduction in muscle thickness

• stiffness of joints

• Bending of the waist

• hollowing of body bones

9. Nervous Changes -

• Decrease in activity of sensory and motor nerves

• Decreased activity of reflexes

• poor memory ability

• loss of a person's interests

• slow reaction rate

• cause confusion

10. Others

• Immunity decreases

• Mental capacity decreases.

• Hormone secretion decreases.

• The old man appears unattractive.

• All abilities decrease.

• Becomes dependent on others.

Q. वृद्ध व्यक्ति की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का वर्णन कीजिए।

Explain the health related problems of old age people.

उत्तर- जैसे-जैसे व्यक्ति की आयु बढ़ती है अर्थात् व्यक्ति वृद्धावस्था की ओर बढ़ता है उसके साथ-साथ उसके स्वास्थ्य में अनेक समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं।

अधिकांश समस्याएं धीरे-धीरे उत्पन्न होने वाली होती हैं जोकि वृद्धावस्था के दौरान उत्पन्न होती हैं।

1. पाचन तंत्र संबंधी समस्याएं -

• कब्ज

• आफरा आना

• दस्त लगना

• बवासीर

• कुपोषण

• पाचन शक्ति कमजोर होना

• भोजन चबाने में परेशानी

• भूख कम लगना

• भोजन के बाद अम्ल शूल की शिकायत

2. श्वसन तंत्र संबंधी समस्याएं-

• COPD

• दमा

• क्षय रोग

• निमोनिया

• श्वसनी अम्लता (Respiratory acidosis)

• श्वसनी संक्रमण

3. त्वचीय संबंधी समस्याएं -

• तापघात (Heat stroke)

• शरीर के बालों का सफेद होना

• त्वचा का शुष्क होना

• महिलाओं के चेहरे पर बाल आना

• Bed sore होना

• Skin erosion होना

• गंजापन (Alopecia)

• संक्रमण (Dermatitis)

4. कार्डियोवास्कुलर तंत्र संबंधी समस्याएं-

• धमनियां कठोर होना (Artherosclerosis)

• रक्त दाब बढ़ना (Hypertension)

• हार्ट अटैक (Heart attack)

• थ्रोम्बस निर्माण (Thrombus formation)

• शरीर के महत्वपूर्ण अंगों का रक्त प्रवाह कम होना

5. तंत्रिका तंत्र संबंधी समस्याएं -

• प्रतिक्रिया देने में समय लगना

• शारीरिक संतुलन का कम होना (Loss of body balance)

• पार्किन्सन रोग (Parkinson's disease)

• एल्जाइमर रोग (Alzheimer disease)

• नींद न आना (Insomnia)

• याददाश्त कमजोर होना (Amnesia)

6. मूत्र मार्गीय संबंधी समस्याएं -

• मूत्रत्याग की बारम्बारता (Frequency of urine)

• मूत्रीय असंयम (Urinary incontinence)

• मूत्र का बूंद-बूंद करके टपकना (Dribbling)

• रात्रि में सोते सोते मूत्र का स्वतः ही निकल जाना (Nocturia)

• बार-बार संक्रमण (Recurrent infection)

• BPH (Benign prostate hypertrophy)

• मूत्र मार्ग संकरा होना (Stricture urethra)

7. माँसपेशीय एवं कंकाल तंत्र संबंधी समस्याएं -

• पेशियाँ कमजोर होना (Muscles wasting)

• ओस्टियोपोरोसिस (Osteoporosis)

• अस्थि भंग होना (Fracture)

• गठिया (Arthritis)

• कुबड़ापन (Kyphosis)

• ओस्टियोआर्थराइटिस (Osteoarthritis)

8. ज्ञानेन्द्रियाँ संबंधी समस्याएं -

• मोतियाबिन्द (Cataract)

• ग्लूकोमा (Glaucoma)

• बहरापन (Deafness)

• अंधापन (Blindness)

•>संवेदनहीनता (Paraesthesia)

9. यौन संबंधी समस्याएं -

• शारीरिक कमजोरी

• जननांगों में शिथिलता

• यौन उत्तेजना की कमी

• नर में प्रोस्टेट ग्रन्थि का आकार बढ़ जाना

• महिलाओं में स्तनों का आकार बढ़ जाना

10. अन्य समस्याएं (Other problems)-

• रक्त की कमी

• कुपोषण

• कैंसर

• Immunity कम होना

• दुर्घटना की संभावना बढ़ जाना

• शारीरिक कमजोरी (Physical weakness)

• सामाजिक बहिष्कार (Social withdraw)

• आर्थिक निर्भरता (Economical dependence)

• दीर्घकालीन विकारों के होने की संभावना बढ़ जाना जैसे- diabetes mellitus

Answer- As the age of a person increases, that is, as the person moves towards old age, many problems arise in his health.

Most of the problems are gradual and arise during old age.

1. Digestive system related problems -

• Constipation

• to panic

• having diarrhea

• hemorrhoid

• malnutrition

• weak digestion power

• trouble chewing food

• loss of appetite

• Complaint of acid colic after meals

2. Respiratory system problems-

• COPD

• Asthma

• Tuberculosis disease

• pneumonia

• Respiratory acidosis

• bronchial infection

3. Skin related problems -

• heat stroke

• graying of body hair

• dry skin

• facial hair in women

• having bed sore

• Skin erosion

• Alopecia

• Infection (Dermatitis)

4. Cardiovascular system related problems-

• Artherosclerosis

• Hypertension

• Heart attack

• Thrombus formation

• Decreased blood flow to vital body parts

5. Nervous system problems –

• response time

• Loss of body balance

• Parkinson's disease

• Alzheimer's disease

• Insomnia

• Weak memory (Amnesia)

6. Urinary tract problems -

• Frequency of urination

• Urinary incontinence

• Dribbling of urine

• Spontaneous discharge of urine at night while sleeping (Nocturia)

• Recurrent infection

• BPH (Benign prostate hypertrophy)

• Stricture urethra

7. Muscular and skeletal system related problems -

• Muscles becoming weak (Muscles wasting)

• Osteoporosis

• Fracture

• Arthritis

• Kyphosis

• Osteoarthritis

8. Problems related to senses -

• Cataract

• Glaucoma

• Deafness

• Blindness

• Paraesthesia

9. Sexual problems -

• physical weakness

• Genital dysfunction

• lack of sexual arousal

• Enlargement of prostate gland in males

• increase in breast size in women

10. Other problems-

• lack of blood

• Malnutrition

• cancer

• Decrease in immunity

• Increase in chances of accident

• physical weakness

• Social withdrawal

• Economic dependence

• Increased chances of developing chronic disorders such as diabetes mellitus

Q. वृद्ध व्यक्ति की विशेष देखभाल में नर्स की भूमिका लिखिए।

Write down the role of nurse in special care of elderly.

अथवा

जिरीआट्रिक देखभाल में नर्स की क्या भूमिका होती है?

What is the role of nurse in geriatric care?

उत्तर- वृद्धावस्था में व्यक्ति की देखभाल विशेष हो जाती है क्योंकि इस अवस्था में वृद्ध व्यक्ति की कार्य व स्वयं की देखभाल करने की क्षमता कम हो जाती है।

अतः इसमें एक परिचर्या की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। वृद्धा में रोगी की देखभाल निम्न प्रकार से की जाती है-

1. पर्याप्त पोषण प्रदान करना

• वृद्धावस्था में पाचन क्षमता कम हो जाती है अतः व्यक्ति को पर्याप्त पोषण प्रदान करना चाहिए।

• रोगी को उच्च कैलोरी युक्त भोजन दिया जाना चाहिए।

• रोगी के लिए menu planning करने से पूर्व उसकी भोजन चबाने, निगलने तथा पाचन क्षमता का पता करना चाहिए तथा उसी अनुसार भोजन तैयार करना चाहिए।

• रोगी के लिए भोजन निर्माण करते समय उसकी पसन्द व नापसन्द का ध्यान रखना चाहिए।

• रोगी को परोसे जाने वाला आहार पोषण युक्त, ताजा व सुपाच्य होना चाहिए।

•>रोगी को खाना खाने से पूर्व व्यक्तिगत स्वच्छता जैसे- हाथ धोना, कुल्ला करवाना आदि का ध्यान रखना चाहिए।

• रोगी को छोटे-छोटे टुकड़े खाने के लिए प्रेरित करना चाहिए।

• रोगी को थोड़ा-थोड़ा बार-बार भोजन करने को प्रेरित करना चाहिए।

• रोगी को पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थ लेने के लिए प्रेरित करना चाहिए।

• रोगी के भोजन में पर्याप्त रेशेदार अंश होना चाहिए।

2. तनाव एवं चिंता को कम करना -

• व्यक्ति की समस्याएं ध्यानपूर्वक सुनना चाहिए।

• व्यक्ति से अपनेपन व लगाव वाला व्यवहार करना चाहिए।

• व्यक्ति की आर्थिक समस्याओं का समाधान मार्ग बताना चाहिए।

• रोगी को मनोवैज्ञानिक सहारा प्रदान करना चाहिए।

• रोगी को पंसद अनुसार मनोरंजन चिकित्सा उपलब्ध करायी जानी चाहिए।

3. व्यक्ति को स्वच्छ रखना

• व्यक्ति की व्यक्तिगत साफ-सफाई का ध्यान रखना चाहिए।

• व्यक्ति को मुंह की देखभाल प्रदान की जानी चाहिए।

• व्यक्ति को साफ कपड़े पहनाना चाहिए एवं उसके बिस्तर भी साफ रखने चाहिए।

• व्यक्ति के बालों एवं त्वचा को भी साफ रखना चाहिए।

4. पर्याप्त आराम प्रदान करना

• व्यक्ति को पर्याप्त आराम प्रदान करना चाहिए।

• व्यक्ति की स्थिति हर 2 घंटे में बदलते रहना चाहिए।

• यदि दावव्रण (bed sore) हैं तो water mattress or air mattress पर व्यक्ति को लिटाना चाहिए।

• व्यक्ति को रात को सोते समय परेशान नहीं करना चाहिए।

• यदि आवश्यक हो तो sedatives भी दिए जा सकते हैं।

5. व्यायाम करने हेतु प्रेरित करना -

• व्यक्ति को नियमित व्यायाम करने हेतु प्रेरित करना चाहिए जैसे गहरी साँस लेना, सुबह-सुबह घूमना, योग आदि।

• वृद्ध व्यक्ति के व्यायाम करने से उसमें स्फूर्ति बनी रहती है।

• व्यायाम करने से भूख भी अच्छी लगती है।

• व्यक्ति को चलने के लिए छड़ी या walker प्रदान करना चाहिए।

6. सुरक्षा प्रदान करना

• व्यक्ति को यथासम्भव भूतल (ground floor) पर रहने की सलाह देनी चाहिए।

• यदि आवश्यक हो तो bed railing लगानी चाहिए।

• स्नानघर में फिसलन को हटाना चाहिए और व्यक्ति को बैठकर नहाने के लिए प्रेरित करना चाहिए।

• व्यक्ति को भारी कार्य करने से रोकना चाहिए।

7. स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करना

• व्यक्ति को healthy life style में रहने के लिए प्रेरित करना चाहिए।

• व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखने के लिए सलाह देनी चाहिए।

• व्यक्ति को सभी दवाइयाँ सही समय पर देने के लिए कहना चाहिए।

• व्यक्ति को नियमित अस्पताल विजिट करने के लिए प्रेरित करना चाहिए।

• व्यक्ति को दुर्गणों से बचने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए जैसे धूम्रपान, शराब सेवन, झगड़ालू प्रवृत्ति आदि।

• व्यक्ति एवं उसके संबंधियों को आवश्यक स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करनी चाहिए

Answer: In old age, taking care of a person becomes special because in this condition the ability of the old person to work and take care of himself reduces.

Therefore, the role of a nurse is important in this. old age patient care

It is done in this way-

1. Providing adequate nutrition

• Digestive capacity reduces in old age, hence a person should be provided with adequate nutrition.

• The patient should be given high calorie food.

• Before planning the menu for the patient, his ability to chew, swallow and digest food should be determined and food should be prepared accordingly.

• While preparing food for the patient, his likes and dislikes

should be kept in mind.

• The food served to the patient should be nutritious, fresh and easily digestible.

• The patient should take care of personal hygiene like washing hands, gargling etc. before eating food.

• The patient should be encouraged to eat small pieces.

• The patient should be encouraged to eat small meals frequently.

• The patient should be encouraged to take adequate amounts of fluids.

• There should be sufficient fibrous content in the patient's diet.

2. Reducing stress and anxiety -

• One should listen carefully to the person's problems.

• One should treat the person with affection and affection.

•>The solution to a person's financial problems should be shown.

• The patient should be provided psychological support.

• Recreational therapy should be provided to the patient as

per his choice.

3. Keeping the person clean

• One should take care of personal hygiene.

• The person should be provided with oral care.

• The person should wear clean clothes and his bed should also be kept clean.

• The person's hair and skin should also be kept clean.

4. Providing adequate rest

• The person should be provided with adequate rest.

• The position of the person should be changed every 2 hours.

• If there is a bed sore, the person should be laid on a water mattress or air mattress.

• The person should not be disturbed while sleeping at night.

• Sedatives may also be given if necessary.

5. Motivating to exercise -

• The person should be encouraged to do regular exercise like deep breathing, walking early in the morning, yoga etc.

• Exercising an elderly person keeps him energetic.

• Exercising also improves appetite.

• The person should be provided with a walking stick or walker.

6. Providing security

• The person should be advised to stay on the ground floor as much as possible.

• If necessary, bed railing should be installed.

• Slippery should be removed in the bathroom and the person should be encouraged to take bath while sitting.

• The person should stop from doing heavy work.

7. Providing health education

• The person should be motivated to live a healthy lifestyle.

• Advice should be given to maintain personal hygiene.

• The person should be asked to give all the medicines at the right time.

• The person should be encouraged to visit the hospital regularly.

• The person should be encouraged to avoid vices like smoking, alcohol consumption, quarrelsome tendencies etc.

• Necessary health education should be provided to the person and his relatives.

Q. पुनर्वास नर्सिंग क्या है? पुनर्वास नर्सिंग के उद्देश्य व क्षेत्र समझाइए।

What is rehabilitation nursing? Describe the objectives and areas of rehabilitation nursing.

उत्तर- पुनर्वास नर्सिंग (Rehabilitation Nursing)

पुनर्वास चिकित्सीय, सामाजिक, व्यासवायिक, मनोवैज्ञानिक एवं शैक्षणिक उपायों का ऐसा एकीकृत समूह है जिसमें आवश्यकतानुसार उपयुक्त प्रशिक्षण एवं पुनः प्रशिक्षण द्वारा व्यक्ति को क्रियात्मक रूप से यथासंभव उच्चतम स्तर तक योग्य बनाया जाता है।

पुनर्वास नर्सिंग में विभिन्न उपायों के द्वारा किसी चोट अथवा बीमारी की वजह से उत्पन्न हुई विकलांगता को कम करने या विकलांगता वाली इन विषम परिस्थितियों में विभिन्न शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं व्यावसायिक

गतिविधियों के यथा संभव सर्वोत्तम स्तर को प्राप्त करने के प्रयास किये जाते हैं।

पुनर्वास नर्सिंग के उद्देश्य (Objectives of Rehabilitation Nursing)-

इसके मुख्य उद्देश्य निम्न हैं-

• शारीरिक, सामाजिक, व्यावसायिक व मनोवैज्ञानिक रूप से अनुत्पादक व्यक्ति को उत्पादक बनाना।

• चोट अथवा बीमारी के कारण होने वाले दुष्प्रभावों को कम करना।

• विकलांगता की स्थिति में व्यक्ति का यथासंभव सर्वोत्तम समायोजन सुनिश्चित करना।

पुनर्वास नर्सिंग के क्षेत्र (Areas of Rehabilitation Nursing)

पुनर्वास नर्सिंग के निम्न मुख्य क्षेत्र होते हैं-

1. कार्यात्मक पुनर्वास (Functional Rehabilitation)

इस प्रकार के पुनर्वास के द्वारा व्यक्ति को दैनिक जीवन की आवश्यक गतिविधियों जैसे नहाना-धोना, मंजन करना, घूमना-फिरना, कपड़े पहनना आदि सुचारू रूप से संचालन करने के योग्य बनाया जाता है।

जैसे मूक लोगों के लिए वाणी चिकित्सा (speech therapy), बहरे लोगों

के लिए श्रवण विज्ञान (audiology) आदि।

2. व्यावसायिक पुनर्वास (Vocational Rehabilitation)

चोट या बीमारी के कारण उत्पन्न हुई विकलांगता अथवा निःशक्तता कई बार व्यक्ति के व्यावसायिक कार्यों को भी बाधित करती है।

ऐसी स्थिति में उनके व्यावसायिक कार्यों को पुनस्र्थापित कर उन्हें आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बनाना ही व्यावसायिक पुनर्वास का मुख्य लक्ष्य है।

इसके अंतर्गत व्यक्तियों को उनकी विकलांगता को ध्यान में रखते हुए तथा उनकी शारीरिक एवं मानसिक क्षमताओं के आधार पर व्यावसायिक रूप से पुनर्स्थापित किया जाता है ताकि वे आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बन सकें।

3. सामाजिक पुनर्वास (Social Rehabilitation)-

इसके अंतर्गत व्यक्ति को अपने परिजन, पास-पडौस, रिश्तेदार, मित्रों आदि के साथ सौहार्दपूर्ण रिश्ते स्थापित करने तथा उन्हें बनाए रखने के योग्य बनाया जाता है।

4. मनोवैज्ञानिक पुनर्वास (Psychological Rehabilitation)

चोट अथवा बीमारी के कारण उत्पन्न हुई शारीरिक अथवा मानसिक विमन्दता, कुण्ठा एवं वैराग्य उत्पन्न कर देती है।

ऐसी स्थिति में उनका मनोवैज्ञानिक पुनर्वास जरूरी हो जाता है। मनोवैज्ञानिक पुनर्वास के द्वारा उनका आत्मसम्मान बढ़ाया जाता है।

Answer: Rehabilitation Nursing is an integrated set of medical, social, vocational, psychological and educational measures in which the person is made functionally capable to the highest possible level by appropriate training and re-training as per the need.

In rehabilitation nursing, efforts are made through various measures to reduce the disability caused by any injury or disease or to achieve the best possible level of various physical, mental, social and professional activities in these adverse conditions of disability.

Objectives of Rehabilitation Nursing – Its main objectives are as follows-

• To make a physically, socially, professionally and psychologically unproductive person productive.

• Reducing the side effects caused by injury or illness.

• To ensure the best possible adjustment of the individual in case of disability.

Areas of Rehabilitation Nursing:

There are following main areas of rehabilitation nursing-

1. Functional Rehabilitation:

Through this type of rehabilitation, the person is made capable of carrying out essential activities of daily life like bathing, brushing teeth, walking, wearing clothes etc. smoothly. Like speech therapy for mute people, audiology for deaf people etc.

2. Vocational Rehabilitation:

Disability or disability caused due to injury or illness sometimes hinders a person's professional activities.

In such a situation, the main goal of vocational rehabilitation is to make them economically self-reliant by reestablishing their business activities.

Under this, people are rehabilitated vocationally keeping in mind their disability and on the basis of their physical and mental abilities so that they can become economically self -reliant.

3. Social Rehabilitation-

Under this, the person is made capable of establishing and maintaining cordial relationships with his family members, neighbours, relatives, friends etc.

4. Psychological Rehabilitation:

Physical or mental disturbance caused by injury or illness gives rise to frustration and detachment.

In such a situation, their psychological rehabilitation becomes necessary.

Their self-esteem is increased through psychological rehabilitation.

Q. पुनर्वास नर्सिंग में नर्स के कार्य स्पष्ट कीजिए।

Describe the functions of a nurse in rehabilitation nursing.

उत्तर- पुनर्वास में नर्स के कार्य (Function of Nurse in Rehabilitation) - पुनर्वास में नर्स के कार्य निम्नलिखित हैं-

1. पुनर्वास के दौरान रोगी को उपलब्ध सरकारी एवं गैर-सरकारी सुविधाओं की जानकारी देना।

2. विकलांग रोगी को मिलने वाली सहायताओं के बारे में जानकारी देना।

3. पुनर्वास के लिए विशेषज्ञों को मदद देना।

4. पुनर्वास के दौरान रोगी को मानसिक सहारा देना।

5. पुनर्वास में परिवार के लोगों को सहयोग देना।

6. पुनर्वास की प्रकृति एवं तरीका निश्चित करना।

7. रोगी की रूचि के अनुसार कार्य देना।

8. रोगी को पोषण के बारे में जानकारी देना।

9. रोगी के पुनर्वास के लिए व्यवसाय दिलाने में मदद करना।

10. प्रशिक्षण में अधिक श्रम न करना।

11. शारीरिक गतिविधियों को सामान्य बनाने की कोशिश करना।

12. विकलांग को मिलने वाली मदद के बारे में जानकारी देना।

13. भारतीय पुनर्वास परिषद में पंजीयन करवाने से संबंधित जानकारी देना।

14. जटिलताओं की रोकथाम करना व उनके बारे में जानकारी देना।

Answer- Function of Nurse in Rehabilitation –

Following are the functions of nurse in rehabilitation-

1. To provide information about government and non-government facilities available to the patient during rehabilitation.

2. To provide information about the assistance available

to the disabled patient.

3. To provide help to experts for rehabilitation.

4. To provide mental support to the patient during rehabilitation.

5. To cooperate with the family members in rehabilitation.

6. To decide the nature and method of rehabilitation.

7. Giving work as per the patient's interest.

8. To give information about nutrition to the patient.

9. To help in getting business for the rehabilitation of the patient.

10. Not putting too much effort in training.

11. Trying to normalize physical activities.

12. To give information about the help available to the disabled.

13. To give information related to registration in Rehabilitation Council of India.

14. Preventing complications and providing information about them.

Q. जनन एवं शिशु स्वास्थ्य (RCH) कार्यक्रम क्या है? समझाइए।

What is Reproductive and Child Health (RCH) programme? Describe it.

उत्तर- जनन एवं शिशु स्वास्थ्य (Reproductive and Child Health, RCH)

इस कार्यक्रम को 15 अक्टूबर वर्ष 1997 में लागू किया गया था।

आर.सी.एच. का पूरा नाम "Reproductive and Child health" है।

इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य नवजात. शिशु व मातृ मृत्यु दर को कम करना है। इसके अंतर्गत महिला को गर्भावस्था पर, शिशु को जन्म देने पर व उसके बाद एवं नवजात शिशु को बेहतर व उचित स्वास्थ्य देखभाल प्रदान की जाती है।

RCH सेवाएँ समुदाय व व्यक्ति केन्द्रित पहुँच की आवश्यकता के आधार पर होती हैं।

यह कार्यक्रम सामुदायिक स्तर, उपकेन्द्र स्तर, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र स्तर तथा जिला चिकित्सालय स्तर पर चलाया जाता है।

जनन एवं शिशु स्वास्थ्य के तत्व (Components of Reproductive and Child Health, RCH) कार्यक्रम के मुख्य तत्व निम्नलिखित हैं-

• परिवार नियोजन (Family Planning)

• सुरक्षित शिशु एवं सुरक्षित मातृत्व (Child Safety and Safe Motherhood, CSSM)

• यौन जनित रोग व श्वसन रोगों की रोकथाम एवं प्रबंधन (Prevention and Management of STD's and RTI's)

• स्वास्थ्य देखभाल की व्यक्ति तक पहुंच (Client approach to Health Care)

आर.सी.एच. कार्यक्रम, फेस-1 (R.C.H Programme, Phase-1) -

1. सभी गर्भवती माताओं का शीघ्र पंजीकरण।

2. सुरक्षित मातृत्व हेतु प्रसवपूर्व सामान्य जाँच (antenatal check up), टिटनेस रोग के प्रति टीकाकरण, रक्ताल्पता(anaemia) का निवारण चिकित्सा आदि।

3. शहरी कच्ची बस्तियों व आदिवासी क्षेत्रों के लिए स्पेशल तैयार किया हुआ आर.सी.एच. कार्यक्रम।

4. अनिवार्य नवजात शिशु देखभाल।

5. 6 माह तक स्तनपान एवं उसके बाद अर्द्धठोस खाने के पदार्थ देने चाहिए।

6. छह: जानलेवा बीमारियों के प्रति टीकाकरण, दस्त के उपचार के लिए ओ.आर.टी. (ORT), विटामिन A की खुराक।

7. शिशुओं में निमोनिया की रोकथाम, बच्चों में रक्ताल्पता (anaemia) की चिकित्सा।

8. प्रशिक्षित व्यक्ति द्वारा बच्चों का जन्म।

9. चिकित्सालयों में प्रसवों को उन्नत करना।

9. प्रसव के उपरांत (postnatal checkup) कम से कम तीन बार स्वास्थ्य परीक्षण।

10. MTP के लिए सुरक्षित सेवाएँ।

11. आपातकालीन स्थिति में गर्भवती महिला को रैफरल के लिए उचित यातायात साधन उपलब्ध कराना।

12. उप-केन्द्रों पर अतिरिक्त ए.एन.एम की नियुक्ति करना।

13. सुरक्षित गर्भपात के लिए प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर उचित उपकरण उपलब्ध कराना व चिकित्सक की व्यवस्था करना।

14. सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र व प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र पर 24 घंटे प्रसव की सुविधा होना।

15. यौन जनित रोगों की जांच व उपचार उपलब्ध होना।

आर.सी.एच. कार्यक्रम, फेस-I

I (R.C.H Programme, Phase-II)

आर.सी.एच. कार्यक्रम, फेस-II की शुरुआत । अप्रैल वर्ष 2005 से की गई। इसमें निम्न मुख्य बिंदुओं को शामिल किया गया-

1. संस्थागत प्रसव को बढ़ावा देकर 50% किया जाए जिसके लिए प्राथमिक व सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर 24 घंटे प्रसव की सुविधा व चिकित्सक उपलब्ध हों।

2. ए.एन.एम. व लेडी हैल्थ विजिटर्स को उचित प्रशिक्षण दिया जाए ताकि वे सामान्य प्रसव करा सकें व किसी प्रकार की जटिलता का प्रबंधन कर सकें।

3. मातृत्व मृत्यु दर को कम करने के लिए ए.एन.एम./स्टॉफ नर्स/लेडी हैल्थ विजिटर्स को कुछ निश्चित औषधियों का प्रयोग करने की अनुमति हो।

4. आपातकालीन प्रसव देखभाल (Emergency Obstetric Care, EmOC) उपलब्ध हो ताकि सीजेरियन सेक्शन सर्जरी की जा सकें।

5.सामुदायिक प्रोत्साहन के लिए स्थानीय स्वयंसेवी संगठनों व महिला संगठनों को शामिल किया गया।

6. पंचायतों को उचित राशि उपलब्ध कराई जाएं ताकि गरीब रोगी की आपातकालीन प्रसव की स्थिति में मदद की जा सके।

7. सीजेरियन सेक्शन सर्जरी के लिए एम.बी.बी.एस. चिकित्सकों को भारत सरकार द्वारा 16 सप्ताह का उचित प्रशिक्षण दिया जाता है।

8. इसके अंतर्गत जननी सुरक्षा योजना की शुरूआत 12 अप्रैल 2005 को की गई जिसकी मुख्य कार्यकर्ता ए.एन.एम. होती है।

Answer- Reproductive and Child Health (RCH)

This program was implemented on 15 October 1997. R.C.H. Its full name is "Reproductive and Child health".

The main objective of this program is newborn. Infant and maternal mortality rates have to be reduced.

Under this, better and proper health care is provided to the

woman during pregnancy, after and after giving birth to the child and to the newborn child. RCH services are need based and community and person centered approach.

This program is run at community level, sub-centre level, primary health center level and district hospital level.

Following are the main elements of the Components of Reproductive and Child Health (RCH) programme:

• Family Planning

• Child Safety and Safe Motherhood (CSSM)

• Prevention and Management of STD's and RTI's

• Client approach to Health Care

R.C.H. Programme, Phase-1 (R.C.H Programme, Phase-1) -

1. Prompt registration of all expectant mothers.

2. General antenatal check up for safe motherhood, vaccination against tetanus, anemia Treatment for prevention of anemia etc.

3. Specially designed RCH for urban slums and tribal areas. Program.

4. Compulsory newborn care.

5. Breastfeeding should be given for 6 months and then semi-solid food items should be given.

6. Six: Vaccination against life-threatening diseases, ORT for treatment of diarrhoea. (ORT), Vitamin A supplements.

7. Prevention of pneumonia in infants, treatment of anemia in children.

8. Birth of children by a trained person.

9. To improve deliveries in hospitals.

9. Postnatal checkup at least three times.

10. Secure services for MTP.

11. To provide appropriate means of transport for referral of pregnant women in case of emergency.

12. To appoint additional ANMs at sub-centres.

13. Providing proper equipment and arranging doctors at primary health centers for safe abortion.

14. 24-hour delivery facility at community health centers and primary health centers.

15. Availability of testing and treatment of sexually transmitted diseases.

R.C.H. R.C.H Programme, Phase-II Launch of the programme, Phase-II.

Started from April 2005. The following main points were included in this-

1. Institutional deliveries should be promoted to 50% for which 24-hour delivery facilities and doctors should be available at primary and community health centres.

2. A.N.M. And Lady Health Visitors should be given proper training so that they can conduct normal deliveries and manage any kind of complication.

3. To reduce maternal mortality, ANMs/Staff Nurses/Lady Health Visitors should be allowed to use certain medicines.

4. Emergency Obstetric Care (EmOC) should be available so that caesarean section surgeries can be performed.

5.Local voluntary organizations and women's organizations were involved for community promotion.

6. Adequate funds should be made available to the Panchayats so that poor patients can be helped in case of emergency delivery.

7. MBBS for Caesarean Section Surgery. Doctors were given proper training of 16 weeks by the Government of India. goes.

8. Under this, Janani Suraksha Yojana was started on 12 April 2005, whose main worker was A.N.M. it occurs.

Q. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल को परिभाषित कीजिए। प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल के तत्व या घटक क्या हैं?

Define primary health care. What are the elements of primary health care?

उत्तर- प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल (Primary Health Care)

अल्मा आटा में आयोजित कान्फ्रेन्स में प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल को निम्न प्रकार से परिभाषित किया गया था-

प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल एक आवश्यक स्वास्थ्य देखभाल है, जोकि सभी लोगों के लिए सुलभ एवं स्वीकार्य हो, जिसमें उनकी पूर्ण भागीदारी हो तथा जिसकी लागत इतनी हो जिसको समुदाय तथा देश वहन कर सके।

प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल के तत्व (Element of Primary Health Care) –

प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल के मुख्य घटक निम्नलिखित हैं-

1. स्वास्थ्य शिक्षा (Health Education)

2. खाद्य आपूर्ति एवं उपयुक्त पोषण को प्रोत्साहन देना (Promotion of food supply and proper nutrition)

3. सुरक्षित जल की पर्याप्त आपूर्ति एवं आधारभूत स्वच्छता (Adequate supply of safe water and basic sanitation)

4. मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य देखभाल एवं परिवार नियोजन (Maternal and child health care including family planning)

5. मुख्य संक्रामक बीमारियों के विरुद्ध टीकाकरण (Immunization against major infectious diseases)

6. स्थानिक बीमारियों की रोकथाम एवं नियंत्रण (Prevention and control of endemic diseases)

7. सामान्य रोगों तथा चोटों का उपयुक्त उपचार (Appropriate treatment of common disease and injuries)

8. अति आवश्यक दवाइयों की उपलब्धता (Provision of essential drugs)

Answer- Primary Health Care In the conference held in Alma Ata, primary health care was defined as follows-

Primary health care is essential health care that is accessible and acceptable to all people, with full participation and at a cost that the community and country

can afford.

Elements of Primary Health Care – Following are the main components of primary health care-

1. Health Education

2. Promotion of food supply and proper nutrition

3. Adequate supply of safe water and basic sanitation

sanitation)

4. Maternal and child health care including family planning

5. Immunization against major infectious diseases

6. Prevention and control of endemic diseases

7. Appropriate treatment of common diseases and injuries

8. Provision of essential drugs

Q. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल के सिद्धांतों का वर्णन कीजिए।

Explain principles of primary health care.

उत्तर- विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक विशेषज्ञ समिति ने 1984 में प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल की परिभाषा में पाँच

सिद्धांत सम्मिलित किए-

1. न्यायसंगत वितरण (Equitable Distribution) प्राथमिक स्वास्थ्य

देखभाल का मुख्य उद्देश्य, स्वास्थ्य सुविधा प्रणाली को ग्रामीण क्षेत्रों तथा निर्धन वर्ग तक पहुँचाना है।

प्रायः यह देखा जाता है कि सरकार द्वारा प्रदान की जा रही अधिकांश स्वास्थ्य सेवाओं एवं योजनाओं का लाभ नहीं मिल पाता है।

इस सिद्धांत के अनुसार स्वास्थ्य सुविधाओं एवं संसाधनों का बिना किसी रंग, जाति-लिंग, धर्म, क्षेत्र, पूँजी, इत्यादि भेदभाव के बिना समान वितरण होना चाहिए अर्थात् प्राथमिक स्वास्थ्य सुविधाएँ सभी व्यक्तियों, परिवार तथा समुदाय के लिए स्वतंत्र एवं पक्षपात रहित तरीके से उपलब्ध रहनी चाहिए।

2. सामुदायिक सहभागिता (Community Participation)

सामुदायिक स्वास्थ्य देखभाल के लक्ष्यों को पूरा करने के लिए ये अति आवश्यक है कि परिवार तथा समाज की सक्रिय भागीदारी हो।

सामुदायिक सहभागिता होने पर जनता और जागरूक होगी तथा स्वास्थ्य लाभ का अधिकाधिक उपयोग करेगी।

चूंकि प्राथमिक स्वास्थ्य सुविधा जनता द्वारा जनता के लिए है अतः स्थानीय समुदाय की स्वास्थ्य सेवाओं के नियोजन, कार्यान्वयन और संवर्धन में सभी को भाग लेना चाहिए।

3. उपयुक्त तकनीक (Appropriate Technology)

उपयुक्त तकनीक अर्थात् ऐसी तकनीक जो वैज्ञानिक रूप से मजबूत हो, लोगों को स्वीकार्य हो, जिसकी लागत आम जनता द्वारा वहन कर सकने योग्य हो तथा लोगों की जरूरत को पूरी करने वाली हो का उपयोग करना

चाहिए।

4. रोकथाम पर फोकस (Focus on Prevention)

प्राथमिक स्वास्थ्य का मुख्य फोकस उपचार की अपेक्षा रोग निवारण है, जिसका प्राथमिक देखभाल के सभी घटकों में समावेश है।

स्वास्थ्य शिक्षा पर भी प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल में विशेष महत्व दिया गया है।

5. बहुआयामी समन्वयन (Multi-sectorial coordination)

प्राथमिक स्वास्थ्य सुविधा का बुनियादी सिद्धांत है कि विशिष्ट सामुदायिक स्वास्थ्य सेवाएं एवं असे की भूमिका स्वास्थ्य अकेले स्वास्थ्य क्षेत्र पर ध्यान देने से प्राप्त नहीं किया जा सकता है इसके लिए स्वास्थ्य संबंधित अन्य क्षेत्रों जैसे- कृषि, शिक्षा, सामाजिक कल्याण आदि के लिए संयुक्त प्रयासों की आवश्यकता है, साथ ही सभी क्षेत्रों के बीच समन्वयन स्थापित किया जाना चाहिए।

Answer- An expert committee of the World Health Organization in 1984 included five principles in the definition of primary health care:

Principles included-

1. Equitable Distribution

The main objective of primary health care is to extend the health facility system to rural areas and the poor class.

It is often seen that most of the health services and schemes provided by the government are not availed.

According to this principle, there should be equal distribution of health facilities and resources without any discrimination like colour, caste, sex, religion, region, capital, etc. i.e. primary health facilities should be available to all individuals, families and communities in a free and non-discriminatory manner. Should remain.

2. Community Participation:

To achieve the goals of community health care, it is very important that there is active participation of family and society.

With community participation, the public will become more aware and will utilize the health benefits more.

Since primary health care is by the people for the people, everyone should participate in the planning, implementation and promotion of health services in the

local community.

3. Appropriate Technology:

Appropriate technology, that is, such technology which is scientifically strong, acceptable to the people, whose cost can be borne by the general public and which fulfills the needs of the people, should be used.

4. Focus on Prevention

The main focus of primary health is disease prevention rather than treatment, which is included in all components of primary care.

Health education has also been given special importance in primary health care.

5. Multi-sectoral coordination:

The basic principle of primary health care is that Health cannot be achieved by focusing on the health sector alone.

It requires joint efforts with other health related sectors like agriculture, education, social welfare etc. and coordination should be established between all the

sectors.

Q. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल में नर्स की क्या भूमिका है?

What is the role of nurse in primary health care?

उत्तर- प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल में नर्स की भूमिका निम्न प्रकार होती है-

1. व्यक्ति, परिवार तथा समुदाय के स्वास्थ्य स्तर का ऑकलन करना

व्यक्ति, परिवार तथा समुदाय के स्वास्थ्य का ऑकलन करना नर्स का सबसे महत्वपूर्ण कार्य है।

नर्स सर्वे और गृह मुलाकात द्वारा परिवार तथा समुदाय के लोगों के सम्पर्क में जाती है तथा स्वास्थ्य संबंधी जरूरतों तथा आवश्यकताओं का पता लगाकर उन्हें नर्सिंग देखभाल प्रदान करती है।

2. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल में लोगों की सहभागिता बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करना

नर्स समुदाय के लोगों की देखभाल प्रदान करने से पूर्व किए जाने वाले आँकलन तथा देखभाल के नियोजन, क्रियान्वयन एवं मूल्यांकन में अधिकाधिक रूप से सहभागी होने के लिए प्रेरित करती है।

3. अन्य विकास कार्यक्रमों से समन्वय रखना

स्वास्थ्य के बहुआयामी होने के कारण इसमें संबंधित अन्य क्षेत्र भी स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं।

अतः बेहतर स्वास्थ्य स्तर को प्राप्त करने के लिए नर्स को अन्य स्वास्थ्य संबंधी क्षेत्र, जैसे कृषि, शिक्षा, आवास, संचार, उद्योग, समाज, जलापूर्ति, यातायात, आदि के समुचित विकास हेतु प्रयासरत रहना चाहिए तथा इनके बीच समन्वय स्थापित रखने का प्रयास करना चाहिए।

4. आपातकालीन तथा सामान्य चिकित्सा सुविधा उपलब्ध करवाना

नर्स समुदाय के लोगों को आपातकालीन स्थिति में स्वास्थ्य सेवा प्रदान करती है व बीमारी गम्भीर होने पर वह मरीज की आवश्यकतानुसार विशेषज्ञों के पास उचित उपचार के लिए रैफर करती है।

वह सामान्य बीमारी होने पर देखभाल प्रदान करती है।

5. महामारी संबंधी निगरानी रखना

नर्स अपने क्षेत्र में फैली महामारी को फैलने से रोकने के लिए आवश्यक स्वास्थ्य सेवा तथा उपचार भी प्रदान करती है।

6. स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं को प्रशिक्षण

नर्स स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं को प्रभावी प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने के योग्य बनाने हेतु आवश्यक प्रशिक्षण देने के लिए भी जिम्मेदार होती है ताकि वे अधिक दक्षता एवं कुशलता के साथ समुदाय को देखभाल प्रदान कर सके।

इसके अतिरिक्त नर्स शासन द्वारा दी जाने वाली स्वास्थ्य सेवाओं को प्रदान करने वाले स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं का निरीक्षण भी करती है।

7. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल की प्रगति पर नजर रखना

सामुदायिक नर्स प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल की प्रगति पर नजर रखती है तथा आवश्यकतानुसार इसके नियोजन एवं क्रियान्वयन में वांछित परिवर्तन कर इसे अधिक सफल तथा प्रभावी बनाने के लिए भी जिम्मेदार होती है।

Answer- The role of nurse in primary health care is as follows-

1. To assess the health level of the individual, family and community.

The most important task of the nurse is to assess the health of the individual, family and community.

The nurse contacts people in the family and community through surveys and home visits and provides nursing care by ascertaining health needs and requirements.

2. Encouraging people's participation in primary health care:

Nurses encourage people in the community to participate more in the assessment before providing care and in the planning, implementation and evaluation of care.

3. To maintain coordination with other development programs.

Since health is multidimensional, other areas related to it also affect health. Therefore, to achieve better health level, the nurse should make efforts for the proper development of other health related areas, such as agriculture, education, housing, communication, industry, society, water supply, transportation, etc. and try to establish coordination between them. Needed

4. Providing emergency and general medical care:

The nurse provides health care to the people of the community in emergency situations and in case of serious illness, she refers the patient to specialists for appropriate treatment as per the need. She provides care in case of common illness.

5. Keeping Epidemic Surveillance Nurses also provide

necessary health care and treatment to prevent the spread of epidemics in their area.

6. Training of health workers

Nurses are also responsible for providing necessary training to health workers to enable them to provide effective primary health care so that they can provide care to the community with greater efficiency and effectiveness. Apart from this, the nurse also supervises the health workers providing health services provided by the government.

7. Keeping an eye on the progress of primary health care:

The community nurse keeps an eye on the progress of primary health care and is also responsible for making it more successful and effective by making desired changes in its planning and implementation as per the need.

Q. मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाएं किसे कहते हैं? मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाओं के उद्देश्य स्पष्ट कीजिए।

What is maternal and child health care? Explain objectives of maternal and child health services.

अथवा

मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाएं को समझाइए।

Describe Mother and Child Health Care.

उत्तर- मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाएं (Maternal and Child Health Care, MCH Care) -

महिलाओं तथा बच्चों को प्रदान की जाने वाली नैदानिक, उपचारात्मक, रक्षात्मक, उन्नायक तथा पुनर्वास संबंधी स्वास्थ्य सेवाएं मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाएं कहलाती है।

माताओं और बालकों को विशेष स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध करने के कुछ कारण निम्नानुसार हैं-

• देश में माताएं और बच्चे कुल जनसंख्या का बड़ा भाग है।

• भारत में प्रजनन आयु वर्ग 15-44 वर्ष है जिसमे महिलए 22.4% है।

• 15 वर्ष से कम आयु के बच्चे 36.2% हैं।

• दोनों को मिलाकर जनसंख्या का 58.6% भाग महिलाओं और बच्चों का है।

अतः जनसंख्या का विशाल भाग होने के कारण माताएं और बच्चे विशेष देखभाल के हकदार हैं।

मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाओं के उद्देश्य (Objectives of MCH Services)

1. मातृ मृत्यु दर (maternal mortality rate) तथा मातृ रुग्णता दर में कमी लाना।

2. शिशुओं तथा बच्चों में होने वाली मृत्युदर तथा रुग्णता दर को कम करना।

3. महिलाओं को गर्भावस्था, प्रसव प्रक्रिया तथा सूतिकावस्था के दौरान बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना।

4. परिजनों को महिलाओं तथा बच्चों की सही देखभाल के बारे में जानकारी देना।

5. परिवार के लोगों को माता एवं शिशु संबंधित चलाई जाने वाली सरकारी योजना के बारे में जानकारी देना तथा उन्हें इसका लाभ उठाने के लिए प्रेरित करना।

6. बच्चों एवं महिलाओं की स्वास्थ्य समस्याओं का शुरूआती अवस्था में पता लगाकर उनका उचित उपचार करना।

Answer- Maternal and Child Health Care, MCH Care – Women and Diagnostic, curative, preventive, developmental and rehabilitative health services provided to children are called maternal and child health services. Some reasons for providing special health services to mothers and children are as follows-

• Mothers and children constitute a major part of the total population in the country.

• The reproductive age group in India is 15-44 years of

which women constitute 22.4%.

• Children under 15 years of age constitute 36.2%.

• Together, women and children constitute 58.6% of the population. Therefore, being a large section of the population, mothers and children deserve special care.

Objectives of MCH Services

1. To reduce maternal mortality rate and maternal morbidity rate.

2. To reduce the mortality and morbidity rates in infants and children.

3. To provide better health services to women during pregnancy, delivery process and menopause.

4. To give information to family members about proper care of women and children.

5. To give information to the family members about the government schemes related to mother and child and motivate them to take advantage of it.

6. To detect the health problems of children and women in their initial stages and provide them proper treatment.

Q. मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाओं में सामुदायिक स्वास्थ्य परिचारिका के कार्यों का वर्णन कीजिए।

Write in detail the role of Community Health Nurse in MCH Care?

उत्तर- मातृ एवं शिशु देखभाल में नर्स की भूमिका (Role of Nurse in Mother and Child Care) -

मातृ एवं शिशु देखभाल में नर्स निम्नलिखित रूप में जिम्मेदारी निभाती है-

प्रसव पूर्व देखभाल (Antenatal Care) -

1. नर्स प्रथम मुलाकात के दौरान महिला का सिर से लेकर पाँव तक परीक्षण किया जाता है तथा रक्तदाब, पोषण स्तर, सूजन (oedema), वजन आदि की जाँच करती है।

2. नर्स प्रसूति परीक्षण (Maternity Examination)

गर्भाशय के आकार में तथा गर्भावस्था की अवधि में संबंध स्थापित करने के लिए ये परीक्षण किया जाता है।

जनन नाल में उपस्थित असामान्य स्थिति का पता लगाने के लिए भी प्रसूति परीक्षण किया जाता है।

3. नर्स उद्रीय परीक्षण द्वारा निम्न जानकारियां एकत्रित करती है जैसे उदरभित्ति पर किसी सर्जरी के निशान की उपस्थिति, फंडल ऊंचाई का मापन,

उद्रभित्ति (stomach wall) पर स्ट्री ग्रेविडेरम, लीनिया नाइग्रा आदि की उपस्थिति जाँचना।

4. नर्स वर्तमान गर्भावस्था में बीमारी से संबंधित इतिवृत्ति (History of present illness) एकत्रित करती है।

5. नर्स प्रसूति इतिवृत्ति (Obstetric history) एकत्रित करती है।

6. मासिक चक्र से संबंधित इतिवृत्ति (Menstrual history) जैसे- गर्भवती महिला की menorche की आयु, ऋतुस्राव की दर, ऋतुस्राव की अवधि, ऋतुस्त्राव की तिथि (last menstrual period) एकत्रित करती है।

7. गर्भवती महिला के परिवार के सदस्यों की जानकारी से आनुवांशिक रोगों की संभावना का पता लगाया जाता है, जैसे- मधुमेह, उच्च दाब, क्षय रोग आदि।

8. अन्य जानकारियाँ एकत्र करती है जैसे टिटनस के विरुद्ध टीकाकरण की history, विवाह की अवधि, किसी ड्रग से एलर्जी, महिला को तम्बाकू, शराब तथा किसी और नशे की लत, महिला में उपस्थित किसी दीर्घकालीन या आनुवांशिक बीमारी।

9. परिचारिका स्त्री-रोग की पूर्व इतिवृत्ति (history of gynaecological disorders) लेती है जिसके अन्तर्गत गर्भवती महिला से पूर्व में हुई गायनोलोजिकल बीमारी के बारे में जानकारी ली जाती है, जैसे फाइब्रोइड यूटुस, ओवेरियन सिस्ट, एक्टोपिक गर्भावस्था आदि।

10. सामान्य तथा विशेष जाँचें (general and special investigations) करवाना जैसे हीमोग्लोबिन परीक्षण, TLC, DLC, Blood Group (ABO, Rh Factor), Blood Sugar, Complete urine examination, Rubella, USG, Hepatitis-B आदि।

प्रसवपूर्व सलाह (Antenatal advice)-

नर्स गर्भकाल के दौरान गर्भवती महिला को निम्नलिखित सलाह देती है-

1. पोषण संबंधित सलाह

गर्भावस्था के दौरान उपयुक्त पोषण के अभाव से भ्रूण की वृद्धि तथा विकास प्रभावित होता है जिससे भ्रूण कुपोषित हो सकता है, इससे बचने के लिए गर्भवती महिला को पोषण से संबंधित सलाह देनी चाहिए।

2. प्रसवपूर्व व्यायाम,

आराम और कार्य गर्भाकाल में गर्भवती महिला को अच्छे स्वास्थ्य के लिए पर्याप्त आराम करना चाहिए।

गर्भवती महिला को कम से कम 8 घंटे की नींद लेनी चाहिए।

3. शारीरिक स्वच्छता -

गर्भावस्था के दौरान त्वचा की देखभाल करनी चाहिए तथा मुख गुहिका का भी विशेष ध्यान रखना चाहिए।

सूती तथा ढ़ीले-ढाले वस्त्र पहनने चाहिए। स्नान के दौरान स्तनों की सफाई का विशेष ध्यान रखना चाहिए निप्पल को सूखने से बचाना चाहिए।

4. मानसिक सहारा देना

गर्भवती महिला को बच्चे से संबंधित कई शंकाएं तथा भय होता है। नर्स को गर्भवती महिला के सभी प्रश्नों का संतुष्टिपूर्ण उत्तर देना चाहिए तथा उसकी सभी जिज्ञासा को आराम से समय देकर सुनना तथा दूर करना चाहिए।

अन्तः प्रसव देखभाल (Care during Labour / Natal Care)

प्रसव की तीन अवस्थाएं होती हैं, इन अवस्थाओं में नर्स की निम्न भूमिका होती है-

1. नर्स प्रसव की प्रथम अवस्था के प्रारम्भ को उदरीय परीक्षण व योनि परीक्षण द्वारा चिन्हों की सहायता से पहचानती है।

2. नर्स प्रसव की तैयारी के लिए महिला को शारीरिक व मानसिक रूप से तैयार करती है।

3. प्रसव के लिए कक्ष को तैयार करती है।

4. उपयोग में आने वाले उपकरण तथा दवाइयों को पहले से ही तैयार करके रखती है।

5. गर्भवती महिला में हो सकने वाली आपातकालीन परिस्थितियों के प्रबंधन के लिए आवश्यक व्यवस्था करती है।

6. प्रसव के विकास की अवस्थाओं का पता लगाती है।

7. भ्रूण की स्थिति का अवलोकन करती है।

प्रसवोत्तर / सूतिकावस्था देखभाल (Care during Postnatal/Puerperium)

1. महिला में तथा उसके नवजात शिशु में मौजूद किसी असामान्य स्थिति को तुरन्त पहचान कर उसका आवश्यक उपचार करना।

2. महिला के स्वास्थ्य स्तर को पुनः सामान्य स्थिति में लाना।

3. संक्रमण को रोकना, स्तनों की देखरेख करना तथा उसे स्तनपान की सही तकनीक बताना।

4. महिला को आवश्यकता अनुसार स्थायी या अस्थायी गर्भनिरोधक साधनों के बारे में जानकारी देना।

नवजात शिशु की देखरेख (Care of New born)

1. नवजात का श्वसन दर, तापमान तथा पल्स रेट का आंकलन कर रिकॉर्ड करती है।

2. पीलिया व अन्य किसी जटिलता की उपस्थिति की जाँच करती है।

3. नाभिनाल का परीक्षण करना चाहिए।

4. नवजात की सामान्य स्वास्थ्य स्थिति का ऑकलन करती है।

5. नवजात में किसी जन्मजात विकृति की उपस्थिति का पता लगाती है।

अन्य देखभाल (Other Care Services)

1. मां व परिजनों को शिशु को छः जानलेवा बीमारियों के प्रति टीकाकरण करवाने के लिए प्रोत्साहित करती है।

2. मां को स्तनपान की उचित विधि व छः माह तक एकनिष्ठ स्तनपान करवाने की सलाह देती है।

3. विकलांग बच्चों के पुनर्वास से संबंधित सभी जानकारी परिजनों को प्रदान करती है।

Answer- Role of Nurse in Mother and Child Care - Nurse performs the following responsibilities in maternal and child care-

Antenatal Care -

1. During the first visit, the nurse examines the woman from head to toe and checks blood pressure, nutritional level, edema, weight etc.

2. The nurse does maternity examination.

This test is done to establish the relationship between the size of the uterus and the duration of pregnancy.

Obstetric examination is also done to detect abnormal conditions present in the birth canal.

3. The nurse collects the following information through abdominal examination such as presence of any surgical scar on the abdominal wall, measurement of fundal height, checking the presence of stria gravidarum, linea nigra etc. on the stomach wall.

4. The nurse collects history of present illness in the current pregnancy.

5. The nurse collects the Obstetric history.

6. Collects menstrual history related to the menstrual cycle such as the age of menorrha of the pregnant woman, rate of menstruation, duration of menstruation, date of last menstrual period.

7. The possibility of genetic diseases, such as diabetes, high blood pressure, tuberculosis etc. is detected from the information about the family members of the pregnant woman.

8. Collects other information such as history of vaccination against tetanus, duration of marriage, use of any drug Allergy, addiction of the woman to tobacco, alcohol or any other drug, any chronic or genetic disease present in the woman.

9. The nurse takes the history of gynecological disorders, under which information is taken about the previous gynecological diseases of the pregnant woman, like fibroid vulva, ovarian cyst, ectopic pregnancy etc.

10. Getting general and special investigations done like Hemoglobin test, TLC, DLC, Blood Group (ABO, Rh Factor), Blood Sugar, Complete urine examination, Rubella, USG, Hepatitis-B etc.

Antenatal advice –

The nurse gives the following advice to the pregnant woman during pregnancy:

1. Nutrition related advice:

Lack of proper nutrition during pregnancy affects the growth and development of the fetus due to which the fetus may become malnourished, to avoid this the pregnant woman should be given nutrition related advice.

2. Prenatal Exercise, Rest and Work During pregnancy, a pregnant woman should take adequate rest for good health. A pregnant woman should take at least 8 hours of sleep.

3. Physical hygiene – Skin should be taken care of during pregnancy and special care should also be taken of the oral cavity. Cotton and loose-fitting clothes should be worn. Special care should be taken to clean the breasts during bathing and the nipples should be protected from drying.

4. Providing mental support: A pregnant woman has many

doubts and fears related to the child. The nurse should give satisfactory answers to all the questions of the pregnant woman and should take time to listen and resolve all her curiosities.

Needed Care during Labor / Natal Care:

There are three stages of delivery, the nurse has the following role in these stages -

1. The nurse identifies the beginning of the first stage of labor with the help of signs through abdominal examination and vaginal examination.

2. The nurse prepares the woman physically and mentally for delivery.

3. Prepares the room for delivery.

4. Keeps the equipment and medicines to be used ready in advance.

5. Makes necessary arrangements to manage emergency situations that may occur in a pregnant woman.

6. Traces the stages of development during labour.

7. Observes the condition of the fetus.

Care during Postnatal/Puerperium

1. Immediately identify any abnormal condition present in the woman and her newborn baby and provide necessary treatment.

2. To bring the health level of the woman back to normal.

3. Preventing infection, taking care of the breasts and teaching her the correct technique of breastfeeding.

4. To give information to the woman about permanent or temporary contraceptive means as per requirement.

Care of New born

1. Assesses and records the newborn's respiratory rate, temperature and pulse rate.

2. Checks for the presence of jaundice and any other complications.

3. The umbilical cord should be examined.

4. Assesses the general health condition of the newborn.

5. Detects the presence of any congenital deformity in the newborn.

Other Care Services

1. Encourages the mother and family to vaccinate the child against six life-threatening diseases.

2. Advises the mother on proper method of breastfeeding and exclusive breastfeeding for six months.

3. Provides all the information related to the rehabilitation of disabled children to the families.

Q. चाइल्ड सर्वाइवल एवं सेफ मदरहुड को समझाइए।

Describe Child Survival and Safe Motherhood (CSSM).

उत्तर- बाल उत्तरजीविता एवं सुरक्षित मातृत्व (Child Survival and Safe Motherhood, CSSM)

इस कार्यक्रम की शुरुआत अगस्त 1992 में की गई थी। इस कार्यक्रम की स्थापना का मुख्य उद्देश्य नवजात शिशु व मातृ मृत्यु दर को कम करना था।

इस कार्यक्रम का क्रियान्वयन भारत सरकार द्वारा विश्व बैंक व यूनिसेफ के आर्थिक सहयोग द्वारा किया जा रहा है। इस कार्यक्रम के कुछ मुख्य बिंदु निम्नलिखित हैं-

1. संस्थागत प्रसव को बढ़ावा देना।

2. कम से कम तीन प्रसव पूर्व जांच करवाना।

3. गर्भवती महिलाओं व बच्चों का संपूर्ण टीकाकरण करना।

4. गर्भवती महिला को पोषण, आराम आदि के बारे में सलाह देना।

5. स्वास्थ्य केन्द्र में गर्भावस्था का पंजीकरण जल्द से जल्द करवाना।

6. बच्चों को विटामिन-ए की खुराक देना।

7. दस्त से बच्चों की होने वाली मृत्यु को Oral Rehydration Therapy (ORT) द्वारा कम करना।

8. गंभीर रूप से पीड़ित नवजातों की पहचान करना व उन्हें रैफर करना।

9. नवजातों को आधारभूत स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध कराना।

10. यह कार्यक्रम देश के 6 राज्यों असम, बिहार, उड़ीसा, राजस्थान, उत्तर प्रदेश व मध्यप्रदेश में कार्यरत है।

Answer- Child Survival and Safe Motherhood (CSSM) This program was started in August 1992.

The main objective of establishing this program was to reduce newborn and maternal mortality rates.

This program is being implemented by the Government of India with the financial support of the World Bank and UNICEF. Following are some of the main points of this program-

1. To promote institutional delivery.

2. Getting at least three prenatal checkups done.

3. Complete vaccination of pregnant women and children.

4. To give advice to the pregnant woman regarding nutrition, rest etc.

5. Getting pregnancy registered in the health center as soon as possible.

6. Giving Vitamin A supplements to children.

7. To reduce child deaths due to diarrhea through Oral Rehydration Therapy (ORT).

8. To identify and refer seriously ill newborns.

9. Providing basic health facilities to newborns.

10. This program is working in 6 states of the country, Assam, Bihar, Orissa, Rajasthan, Uttar Pradesh and Madhya Pradesh.

Q. नौकरी में रहते हुए शिक्षा को समझाइए।

Describe In Service Education.

अथवा

सेवारत शिक्षा से आप क्या समझते हैं?

What do you mean by continuing education?

उत्तर - सेवारत शिक्षा (In Service Education)

सेवा में कार्यरत व्यक्ति द्वारा शिक्षा ग्रहण करना ही सेवारत शिक्षा कहलाता है।

सेवारत शिक्षा से ज्ञान निरंतर बढ़ता रहता है, चिकित्सीय क्षेत्र में आने वाली नई तकनीकों से परिचय रहता है व नर्स की कार्य-क्षमता में सुधार आता है।

सेवारत शिक्षा की विधि (Methods of In Service Education)

1. विभिन्न कार्यशालाओं के आयोजन द्वारा

2. नर्सिंग कॉन्सिल द्वारा आयोजित विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाएं व सेमिनार

3. अस्पताल की लाइब्रेरी में नवीनतम पुस्तकों द्वारा

सेवारत शिक्षा के उद्देश्य (Aims of In Service Education)

1. नर्स की कार्यशैली की गुणवत्ता के स्तर को उच्च बनाना।

2. नर्स को नवीनतम तकनीकी ज्ञान उपलब्ध कराना।

3. नर्स के सेवारत शिक्षा हासिल करने से नई तकनीकों का हस्तांतरण जूनियर नर्स व अन्य कर्मचारियों को आगे होता है।

4. कार्य-स्थल पर उपलब्ध शिक्षा उपकरणों व सामग्रियों का लाभ उठाना।

Answer - In Service Education:

Getting education by a person working in service is called in service education. Through in-service education,

knowledge continues to increase, new technologies emerging in the medical field are introduced and the working efficiency of the nurse improves.

Methods of In Service Education

1. By organizing various workshops

2. Various competitive examinations and seminars organized by Nursing Council.

3. By latest books in hospital library

Aims of In Service Education

1. To raise the level of quality of nurses' work.

2. To provide latest technical knowledge to the nurse.

3. As nurses acquire in-service education, new techniques are passed on to junior nurses and other staff.

4. Take advantage of educational tools and materials available in the workplace.

Q. प्रसवपूर्व देखभाल को समझाइए।

Describe antenatal care.

उत्तर- प्रसवपूर्व देखभाल (Antenatal Care)

प्रसवपूर्व देखभाल महिला की गर्भावस्था में देखभाल है।

वह देखरेख गर्भावस्था की शुरूआत से प्रारम्भ होनी चाहिए और गर्भावस्था की सम्पूर्ण अवधि के दौरान जारी रहना चाहिए।

इसके प्रमुख उद्देश्य निम्नलिखित हैं-

1. गर्भावस्था के दौरान माँ की यथासंभव उत्तम देखरेख सुनिश्चित करना।

2. गर्भावस्था के दौरान माँ की स्वास्थ्य और पोषणीय स्थिति को सुदृढ़ करना।

3. जोखिमयुक्त गर्भवती महिलाओं (high risk pregnant women) की पहचान करना तथा उनका विशेष ध्यान रखना और सुरक्षित प्रसव कराना।

4. मातृ तथा शिशु मृत्युदर को कम करना।

5. सुरक्षित प्रसव, जीवित पूर्ण और स्वस्थ शिशु का जन्म सुनिश्चित करना।

6. माँ को अपनी तथा अपने नवजात शिशु की देखभाल के लिए शिक्षित करना।

7. गर्भवती महिला तथा उसके परिजनों को गर्भवती महिला की देखरेख, पोषण, व्यक्तिगत स्वच्छता, पर्याप्त आराम, पर्यावरणीय स्वच्छता आदि के बारे में जानकारी देनी चाहिए।

8. गर्भवती महिला एवं उसके परिजनों से डिलीवरी के स्थान, नवजात की देखभाल आदि के बारे में विचार-विमर्श करना चाहिए।

9. गर्भवती महिला तथा उसके पति को आवश्यकतानुसार (स्थायी तथा अस्थायी परिवार नियोजन) के बारे में जानकरी देनी चाहिए।

प्रसवपूर्व देखभाल के घटक (Components of Antenatal Care) -
प्रसवपूर्व देखभाल के निम्न तीन घटक हैं-

A. इतिवृत्ति लेना (Taking History) -

इसमें गर्भवती महिला के बारे में निम्नलिखित सूचनाएं एकत्रित की जाती हैं-

1. पहचान तथ्य (Identification data)

2. वर्तमान गर्भावस्था में बीमारी से संबंधित इतिवृत्ति (History of present illness)

3. प्रसूति इतिवृत्ति (Obstetric history)

4. मासिक चक्र से संबंधित इतिवृत्ति (Menstrual history)

5. पारिवारिक इतिवृत्ति (Family history)

7. मेडिकल बीमारियों की पूर्व इतिवृत्ति (Past history of medical illness)

8. सर्जिकल बीमारियों की पूर्व इतिवृत्ति (Past history of surgical illness)

9. स्त्री-रोग की पूर्व इतिवृत्ति (History of gynaecological disorders)

B. सामान्य तथा प्रसूति परीक्षण (General and Obstetrical Examinations)

इसमें निम्न तीन प्रकार के परीक्षण शामिल होते हैं-

1. सामान्य परीक्षण (General examination)

2. प्रसूति परीक्षण (Maternity examination)

3. सामान्य तथा विशेष जाँचें (General and special investigations) जैसे- रक्त जांचें व अल्ट्रासाउण्ड।

C. प्रसवपूर्व सलाह (Antenatal Advice) -

गर्भकाल के दौरान गर्भवती महिला को पोषण संबंधित सलाह, प्रसवपूर्व व्यायाम, प्रसवपूर्व व्यायाम, आराम और कार्य व स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करनी चाहिए।

Answer- Antenatal Care:

Antenatal care is the care of a woman during her pregnancy.

That care should begin at the beginning of pregnancy and continue throughout the pregnancy period. Its main objectives are as follows-

1. To ensure the best possible care of the mother during pregnancy.

2. To strengthen the health and nutritional status of the mother during pregnancy.

3. To identify high risk pregnant women and take special

care of them and provide safe delivery.

4. To reduce maternal and child mortality.

5. To ensure safe delivery, birth of a live, full and healthy baby.

6. To educate the mother to take care of herself and her newborn baby.

7. The pregnant woman and her family should be given information about pregnant woman's care, nutrition, personal hygiene, adequate rest, environmental cleanliness etc.

8. There should be discussion with the pregnant woman and her family about the place of delivery, care of the newborn etc.

9. The pregnant woman and her husband should be given information about (permanent and temporary family planning) as per requirement.

Components of Antenatal Care – Antenatal care has the following three components-

A. Taking History – In this the following information is

collected about the pregnant woman-

1. Identification data

2. History of present illness in present pregnancy

3. Obstetric history

4. Menstrual history

5. Family history

7. Past history of medical illness

8. Past history of surgical illness

9. History of gynecological disorders

B. General and Obstetrical Examinations: It includes the following three types of tests-

1. General examination

2. Maternity examination

3. General and special investigations like blood tests and ultrasound.

C. Antenatal Advice –

During pregnancy, the pregnant woman should be

provided with advice related to nutrition, antenatal exercise, rest and work and health education.

Q. व्यवसायिक स्वास्थ्य सेवा को परिभाषित कीजिए।

Define occupational health service.

उत्तर- व्यवसायिक स्वास्थ्य सेवा (Occupational Health Service)

व्यावसायिक स्वास्थ्य सेवा स्वास्थ्य नर्सिंग की एक शाखा है जिसका संबंध सभी प्रकार के व्यवसाय में कार्यरत लोगों के स्वास्थ्य से है।

विभिन्न व्यवसायों में कार्यरत कर्मचारियों में भौतिक, रासायनिक, जैविक व मानसिक कारकों से कई प्रकार के रोग व दुर्घटनाएं उत्पन्न हो जाती हैं।

व्यवसायिक स्वास्थ्य सेवा का लक्ष्य इन दुर्घटनाओं व रोगों को रोककर कर्मचारियों के स्वास्थ्य को उन्नत बनाना है।

Answer- Occupational Health Service Occupational health service is a branch of health nursing which is concerned with the health of people working in all types of occupations.

Many types of diseases and accidents occur due to physical, chemical, biological and mental factors in employees working in various professions.

The goal of occupational health care is to improve the

health of employees by preventing these accidents and diseases.

Q. व्यवसायिक स्वास्थ्य सेवाओं के उद्देश्य क्या-क्या हैं? विभिन्न व्यावसायिक रोगों की सूची बनाइए।

What are the aims of occupational health services. List the various occupational disease.

उत्तर- व्यवसायिक स्वास्थ्य सेवाओं के उद्देश्य (Aims of Occupational Health Services) -

1. व्यवसाय में कार्यरत श्रमिकों व कार्मिकों में विभिन्न व्यवसायजनित विकारों व दुर्घटनाओं की रोकथाम करना।

2. व्यवसाय में कार्यरत श्रमिकों व कार्मिकों को स्वास्थ्यकर व सुरक्षात्मक वातावरण उपलब्ध कराना।

3. व्यवसाय में कार्यरत श्रमिकों व कार्मिकों में उत्पन्न रोगों का शुरुआती अवस्था में निदान कर उन्हें उपर्युक्त उपचार उपलब्ध कराना।

4. व्यवसाय में कार्यरत श्रमिकों व कार्मिकों को स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालने वाले कारकों से बचाना।

5. व्यवसाय में कार्यरत श्रमिकों व कार्मिकों के सामाजिक स्वास्थ्य व शारीरिक एवं मानसिक स्तर को उच्चतम बनाना।

6. सभी श्रमिकों व कर्मिकों को स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करना व विभिन्न व्यावसायिक रोगों की जटिलताओं के बारे में बताना।

7. रोग व दुर्घटना से पीड़ित कर्मिकों व श्रमिकों का पुर्नवास ।

व्यवसायिक रोग (Occupational Diseases)

व्यवसायिक रोग अथवा मुख्य व्यावसायिक आपादाएँ निम्न प्रकार हैं-

1. ऐसे कार्यस्थल जहां ताप, शीत, शोर, पराबैंगनी किरणें, आयनिक विकरणें आदि का इस्तेमाल होता है वहां निम्नलिखित रोग उत्पन्न हो सकते हैं-

जलना (Burn), ऊष्माघात (Heat Stroke), निर्जलीकरण (Dehydration), मांसपेशियों में ऐंठन (Muscles Cramps), ट्रेंचफुट (Trench Foot), शीत-गलन (Frost Bite), हाइपोथर्मिया (Hypothermia), बहरापन (Deafness), सिरदर्द (Headache), त्वचा का कैंसर (Skin Cancer), बंध्यता (Infertility) आदि

2. ऐसे कार्यस्थल जहां रसायनिक व धात्विक पदार्थों जैसे सीसा, पारा, आर्सेनिक आदि का प्रयोग होता है वहां निम्नलिखित रोग उत्पन्न हो सकते हैं-

सिरदर्द (Headache), व्यवसायिक मोतियाबिंद (Occupational Cataract), हृदीय असामान्यताएं (Heart Abnormalities), गर्भवती महिलाओं में गर्भपात (Abortion), समय पूर्व प्रसव (Premature Delivery), नवजात में जन्मजात विकृतियां (Congenital Diseases in Neonatal), अस्थमा (Asthma), ब्रोंकाईटिस (Bronchitis), एम्फाइसीमा (Emphysema), क्षयरोग (Tuberculosis) आदि

3. ऐसे उद्योग जहां से निकलने वाली धूल शरीर में निम्नलिखित रोग उत्पन्न करती हैं-

कोयले की धूल से एन्थ्राकोसिस (Anthracosis), गन्ने के रेशे की धूल से बेगासोसिस (Bagassosis), रूई या कपास की धूल से बाइसिनोसिस (Byssinosis), सिलिका की धूल से सिलकोसिस (Silicosis), एस्बेस्टॉस धूल से एस्बेस्टोसिस (Asbestosis) आदि।

4. कीटनाशक बनाने वाले उद्योगों से रसायन विषाक्तता उत्पन्न होना।

5. कुछ विशेष व्यवसायों से कैंसर होना जैसे त्वचा का कैंसर, रक्त कैंसर, फेफड़ों का कैंसर आदि।

6. यांत्रिक खतरे जैसे मशीनों से दुर्घटना होकर स्थायी व अस्थायी विकलांगता।

7. मनोसामाजिक रोग जैसे चिड़चिड़ापन, भूख न लगना, कब्ज, न्यूरोटिक विकार, उच्च रक्तचाप आदि।

8. अन्य व्यावसायिक रोगों में एन्थ्राक्स, जूनौसेस, क्षयरोग व त्वक्शोथ आदि रोग शामिल हैं

Answer- Aims of Occupational Health Services -

1. To prevent various occupational disorders and accidents among workers and personnel working in business.

2. To provide a healthy and safe environment to the workers and personnel working in the business.

3. Diagnosing the diseases occurring in the workers and personnel working in the business at the initial stage and providing them the above mentioned treatment.

4. To protect workers and personnel working in business from factors that have negative effects on health.

5. To make the social health and physical and mental level of workers and personnel working in business the highest.

6. To provide health education to all the workers and personnel and to tell them about the complications of various occupational diseases.

7. Rehabilitation of workers and laborers suffering from diseases and accidents.

Occupational Diseases:

Occupational diseases or main occupational disasters are

as follows:

1. The following diseases can occur in workplaces where heat, cold, noise, ultraviolet rays, ionic radiations etc. are used:

Burn, Heat Stroke, Dehydration, Muscle Cramps, Trench Foot, Frost Bite, Hypothermia, Deafness, Headache. Headache), Skin Cancer, Infertility etc.

2. The following diseases can occur in workplaces where chemical and metallic substances like lead, mercury, arsenic etc. are used:

Headache, Occupational Cataract, Heart Abnormalities, Abortion in Pregnant Women, Premature Delivery, Congenital Diseases in Neonatal, Asthma. , Bronchitis, Emphysema, Tuberculosis etc.

3. Industries from where the dust emitted causes the following diseases in the body - Anthracosis from coal dust, Bagassosis from sugarcane fiber dust, Byssinosis from cotton or cotton dust, Silica disease Silicosis from dust, Asbestosis from asbestos dust etc.

4. Chemical poisoning arising from pesticide manufacturing industries.

5. Cancer due to certain occupations like skin cancer, blood cancer, lung cancer etc.

6. Permanent and temporary disability due to mechanical hazards such as accidents due to machines.

7. Psychosocial diseases like irritability, loss of appetite, constipation, neurotic disorders, high blood pressure etc.

8. Other occupational diseases include anthrax, zoonoses, tuberculosis and dermatitis etc.

Q. व्यवसायिक रोगों की रोकथाम के क्या-क्या उपाए हैं?

What are the different measures to prevent occupational diseases?

उत्तर- व्यवसायिक रोगों की रोकथाम (Prevention of Occupational Diseases)

व्यवसायिक रोगों की रोकथाम के लिए निम्न उपाए किए जाने चाहिए-

1. नियुक्ति पूर्व परीक्षण किसी भी श्रमिक व कार्मिक को व्यवसाय में नियुक्ति देने से पूर्व परीक्षण करना चाहिए कि वह उस व्यवसाय के योग्य है या नहीं।

इस परीक्षण का मुख्य उद्देश्य व्यक्ति को उसकी क्षमता के अनुसार उपर्युक्त कार्य में लगाना है।

2. व्यवसायिक कार्य का परीक्षण व्यक्ति को जिस कार्य के लिए चयनित किया जाए उसके लिए पर्याप्त प्रशिक्षण प्रदान करना चाहिए।

3. कार्यकाल में स्वास्थ्य ऑकलन व्यावसायिक कार्य के दौरान नियमित रूप से स्वास्थ्य ऑकलन किया जाना चाहिए ताकि किसी भी प्रकार के रोग का निदान किया जा सके।

समय-समय पर मैडिकल कैम्प लगाकर सभी कर्मचारियों का स्वास्थ्य परीक्षण जैसे रक्त जांच, आंखों की जांच आदि करानी चाहिए।

4. चिकित्सकीय उपचार किसी प्रकार के रोग निदान होने पर पर्याप्त चिकित्सकीय उपचार उपलब्ध कराया जाना चाहिए।

5. स्वास्थ्य शिक्षा श्रमिक अथवा कर्मचारी को पर्याप्त स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करनी चाहिए ताकि वह अपने आप को रोगों व दुर्घटनाओं आदि से बचा

सके।

6. कर्मचारी राज्य बीमा अधिनियम के अंतर्गत पंजीकृत प्रत्येक उद्योग व व्यवसाय को अपने कर्मचारियों का कर्मचारी राज्य बीमा (ESI) के अंतर्गत पंजीकृत कराना चाहिए ताकि वह स्वयं व अपने परिवार को सरकार द्वारा ई.एस.आई. अस्पतालों में निःशुल्क चिकित्सकीय सुविधाएं प्राप्त कर सके।

7. सुरक्षात्मक वातावरण प्रत्येक उद्योग व व्यवसाय में कर्मचारी को सुरक्षात्मक वातावरण उपलब्ध कराना चाहिए जैसे- शॉर्ट सर्किट से बचाव, मशीनों के कवर सही से लगे होना, आग से बचाव के लिए अग्निशामक यंत्रों का लगा होना, पर्याप्त मात्रा में निकासी द्वार होना आदि।

8. प्राथमिक चिकित्सा कक्ष प्राथमिक चिकित्सा कक्ष में प्राथमिक चिकित्सा के लिए उपयोगी सभी सामग्रियां होनी चाहिए ताकि कर्मचारी को तुरंत प्राथमिक चिकित्सा देकर उसकी जान बचाई जा सके।

9. इंडियन फैक्ट्रीज अधिनियम प्रत्येक व्यवसाय व उद्योग को इंडियन फैक्ट्रीज अधिनियम अथवा अन्य राजकीय व केन्द्रीय सरकार द्वारा निर्धारित नियमों के अनुसार ही व्यवसाय को स्थापित करना चाहिए व उनके नियमों व कानूनों का पालन करना चाहिए।

Answer: Prevention of Occupational Diseases:

The following measures should be taken to prevent occupational diseases:

1. Pre-appointment test:

Before appointing any worker or employee in a business, he should be tested to see whether he is eligible for that business or not. The main objective of this test is to engage the person in the above mentioned work according to his ability.

2. Testing of professional work:

Adequate training should be provided to the person for the work for which he is selected.

3. Health assessment during tenure:

Health assessment should be done regularly during professional work so that any type of disease can be diagnosed. From time to time, medical camps should be organized and health tests of all the employees should be done like blood test, eye test etc.

4. Medical treatment: If any type of disease is diagnosed, adequate medical treatment should be provided.

5. Health education:

Adequate health education should be provided to the worker or employee so that he can protect himself from diseases, accidents etc.

6. Every industry and business registered under the Employees' State Insurance Act should provide insurance to its employees. Should be registered under State Insurance (ESI) so that he and his family can get ESI coverage from the government. Can get free medical facilities in hospitals.

7. Protective environment:

In every industry and business, a protective environment should be provided to the employees such as protection from short circuit, covers of machines being properly fitted, fire extinguishers installed to prevent fire, sufficient number of exit doors etc.

8. First aid room:

The first aid room should have all the materials useful for first aid.It is necessary so that the life of the employee can be saved by giving him immediate first aid.

9. Indian Factories Act:

Every business and industry should establish the business as per the Indian Factories Act or the rules set by other state and central governments and should follow their rules and laws.

Q. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स के कार्यों का वर्णन कीजिए।

Describe the functions of occupational health nurse.

उत्तर- व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स के कार्य (Functions of Occupational Health Nurse)

1. व्यवसायिक नर्स का प्राथमिक कार्य व्यवसायिक कर्मचारियों के स्वास्थ्य की देखभाल करना है।

2. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स का कार्य सभी कर्मचारियों के स्वास्थ्य की जाँच करना होता है।

3. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स का कार्य कर्मचारियों को स्वास्थ्य संबंधी शिक्षा भी देना है।

4. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स कर्मचारियों को स्वास्थ्य के लिए बचाव व सुरक्षा भी निर्धारित करती है।

5. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स को अपनी भूमिका के अंतर्गत स्वास्थ्य शिक्षण, स्वास्थ्य प्रबंधक, परामर्शदाता एवं मार्गदर्शक. सलाहकार, स्वास्थ्य सहायक आदि के कार्य भी करने पड़ते हैं।

6. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स स्वास्थ्य संबंधी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए स्रोत की जानकारी भी रखती है।

7. यह कर्मचारियों के स्वास्थ्य का रिकॉर्ड भी रखती है।

8. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स कर्मचारियों के स्वास्थ्य बीमा योजना के बारे में जानकारी देती है।

9. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स कर्मचारियों को परिवार नियोजन के तरीके व लाभ भी बताती है।

10. नर्स शिशुओं के लिए टीकाकरण के कार्यक्रमों का भी आयोजन करती है।

11. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स आपातकालीन दुर्घटनाएं होने पर प्राथमिक चिकित्सा व स्वास्थ्य सुविधाएँ उपलब्ध कराती है।

12. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स स्वास्थ्य से संबंधित नई-नई जानकारियाँ प्रबंधकों व कर्मचारियों को देती है।

13. व्यवसायिक स्वास्थ्य नर्स कार्य-स्थल पर होने वाले संभावित खतरों की पहचान करती है, तथा उनके बारे में अधिकारियों को जानकारी देती है।

Answer- Functions of Occupational Health Nurse

1. The primary function of the occupational nurse is to take care of the health of the occupational employees.

2. The job of the occupational health nurse is to check the health of all the employees.

3. The job of the occupational health nurse is also to provide health related education to the employees.

4. Occupational health nurses also determine health prevention and protection for employees.

5. The professional health nurse, in her role, is a health teacher, health manager, counselor and guide. Work of consultant, health assistant etc. also has to be done.

6. The occupational health nurse also keeps information about the sources to meet the health related needs.

7. It also keeps records of the health of the employees.

8. The occupational health nurse provides information about health insurance plans to employees.

9. The occupational health nurse also tells the employees about the methods and benefits of family planning.

10. The nurse also organizes vaccination programs for infants.

11. Occupational health nurse provides first aid and health facilities in case of emergency accidents.

12. Occupational health nurses provide new health related information to managers and employees.

13. The occupational health nurse identifies potential hazards in the workplace and reports them to authorities.

Q.कर्मचारी राज्य बीमा योजना के बारे में लिखिए।

Write about Employees State Insurance (ESI) scheme.

अथवा

राज्य बीमा योजना के अंतर्गत श्रमिकों को मिलने वाली सुविधाओं का वर्णन कीजिए।

Mention and discuss the available benefits of workers under ESI scheme.

उत्तर- कर्मचारी राज्य बीमा योजना (ESI Scheme)

कारखानों में कार्यरत कर्मचारियों को बीमारी, व्यावसायिक दुर्घटना, प्रसूति आदि के दौरान नकद सहायता एवं मेडिकल सुविधाएँ प्रदान करने के उद्देश्य से कर्मचारी राज्य बीमा योजना की शुरूआत की गई।

कल-कारखानों में कार्य करने वाले कर्मचारियों में व्यावसायिक बीमारियों तथा दुर्घटनाएँ होने की संभावना रहती हैं।

इनके अलावा उनमें अन्य दीर्घकालीन बीमारियों के होने की संभावना भी रहती है।

यदि कर्मचारी महिला है तो वह गर्भवती भी हो सकती है। इन स्थितियों के उत्पन्न हो जाने पर कई बार परिवार के पालन-पोषण में बड़ी समस्याएँ खड़ी हो जाती हैं।

इन विषम परिस्थितियों में बीमित व्यक्तियों तथा आवश्यकतानुसार उनके परिवारों को आर्थिक सहायता एवं मेडिकल सुविधाएँ प्रदान करने के उद्देश्य से ही यह योजना प्रारम्भ की गई।

कर्मचारी राज्य बीमा अधिनियम 1948 में पास हुआ था। इसके बाद इसमें

1975, 1984 तथा 1989 में कुछेक आवश्यक संशोधन किए गए।

कर्मचारी राज्य बीमा योजना पूरे देश में कार्यरत है। 1975 के संशोधन के पश्चात इसमें शक्ति का उपयोग करने या नहीं करने बाली फैक्टरीज जिनमें 10 या अधिक कर्मचारी कार्यरत हों, उनको भी शामिल कर लिया गया।

इसके अलावा दुकानों, सिनेमाघरों, होटल, रेस्टोरेंट आदि में कार्यरत कर्मचारियों को भी इसमें शामिल कर लिया गया।

बीमित व्यक्ति को बीमारी, दुर्घटना या गर्भावस्था के दौरान प्रदान की जाने वाली आर्थिक सहायता एवं मेडिकल सुविधाओं के निम्न स्त्रोत होते हैं-

• कर्मचारी के मासिक वेतन से काटे जाने वाला हिस्सा।

• नियोक्ता (Employer) द्वारा मासिक रूप से जमा कराए जाने वाला हिस्सा।

• कर्मचारी राज्य बीमा कॉरपोरेशन द्वारा दी जाने वाली सहायता।

• राज्य सरकार द्वारा प्रदान की जाने वाली सहायता।

• इस योजना के अंतर्गत बीमित व्यक्ति के वेतन में से मासिक रूप से कुल वेतन का 1.75 प्रतिशत काटा जाता है।

जबकि नियोक्ता (employee) कुल बिल का 4.75 प्रतिशत जमा करवाता है।

कर्मचारी राज्य बीमा के अन्तर्गत लाभ -

इस योजना के अंतर्गत बीमित व्यक्तियों को निम्न लाभ दिए जाते हैं-

• चिकित्सक लाभ (Medical benefit)

• अस्वस्थता लाभ (Sickness benefits)

• विकलांगता लाभ (Disability benefits)

• मातृत्व लाभ (Maternity benefits)

• दाह संस्कार हेतु लाभ (Funeral benefits)

• पुनर्वास संबंधी लाभ (Rehabilitation benefits)

Answer- Employees' State Insurance Scheme (ESI Scheme) Employees' State Insurance Scheme was started with the aim of providing cash assistance and medical facilities to the employees working in factories during illness, occupational accident, maternity etc.

There is a possibility of occupational diseases and accidents among the employees working in factories.

Apart from these, there is also a possibility of them having other long term diseases.

If the employee is a woman, she may also be pregnant. When these situations arise, many times big problems arise in the upbringing of the family.

In these difficult circumstances, this scheme was started with the aim of providing financial assistance and medical

facilities to the insured persons and their families as per the need.

The Employees' State Insurance Act was passed in 1948. After this, some necessary amendments were made in it in 1975, 1984 and 1989.

The Employees' State Insurance Scheme is operational throughout the country.

After the amendment of 1975, factories employing 10 or more employees, whether using power or not, were also included in it.

Apart from this, employees working in shops, cinemas, hotels, restaurants etc. were also included in it.

The following are the sources of financial assistance and medical facilities provided to the insured person during illness, accident or pregnancy:

• Part to be deducted from the monthly salary of the employee.

• The portion to be deposited monthly by the employer.

• Assistance provided by Employees' State Insurance Corporation.

• Assistance provided by the State Government.

Under this scheme, 1.75 percent of the total salary is deducted monthly from the salary of the insured person. Whereas the employer deposits 4.75 percent of the total bill.

Benefits under Employees' State Insurance: Under this scheme, the following benefits are given to the insured persons-

• Medical benefit

• Sickness benefits

• Disability benefits

• Maternity benefits

• Funeral benefits

• Rehabilitation benefits

Q. केन्द्रीय सरकार स्वास्थ्य योजना क्या है?

What is Central Government Health Scheme (CGHS)?

उत्तर- केन्द्रीय सरकार स्वास्थ्य योजना (Central Government Health Scheme, CGHS) -

केन्द्र सरकार के अंतर्गत कार्यरत कर्मचारियों को स्वास्थ्य सेवाएँ प्रदान करने

के उद्देश्य से यह योजना प्रारम्भ की गई थी।

इस योजना की शुरूआत सर्वप्रथम दिल्ली में 1954 में की गई थी। बाद में इस योजना में देश के अन्य शहरों को भी शामिल कर लिया गया है।

इस योजना के अन्तर्गत निम्न लोगों को स्वास्थ्य सेवाएँ प्रदान की जाती हैं--

• केन्द्र सरकार के कर्मचारी तथा उनके परिजन

• केन्द्र सरकार के सेवानिवृत कर्मचारी

• स्वायत्तशासी संस्थानों में कार्यरत कर्मचारी

• सेवानिवृत्त न्यायाधीश

• संसद सदस्य आदि।

केन्द्रीय सरकार स्वास्थ्य योजना के अंतर्गत आउटडोर सेवाएं, इनडोर सेवाएं, विशेषज्ञ सेवाएं, मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाएँ, टीकाकरण सेवाएं, परिवार नियोजन सेवाएं आदि प्रदान की जाती हैं।

Answer- Central Government Health Scheme (CGHS) -

This scheme was started with the aim of providing health services to the employees working under the Central Government.

This scheme was first started in Delhi in 1954. Later, other cities of the country have also been included in this scheme. Under this scheme, health services are provided to the following people-

• Central Government employees and their families

• Retired Central Government Employees

• Employees working in autonomous institutions

• retired judge

• Members of Parliament etc.

Outdoor services, indoor services, specialist services, maternal and child health services, vaccination services, family planning services etc. are provided under the Central Government Health Scheme.

Q. राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन कार्यक्रम को समझाइए।

Describe National Rural Health Mission (NRHM).

उत्तर- राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन कार्यक्रम (National Rural Health Mission, NRHM) -

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन कार्यक्रम को भारत सरकार द्वारा अप्रैल 2005 में लागू किया गया।

इसको स्थापित करने का उद्देश्य भारत की ग्रामीण क्षेत्र की जनसंख्या को बेहतर व उचित स्वास्थ्य सुविधाएं उपलब्ध कराना है।

एन.आर. एच.एम को संपूर्ण भारत में लागू किया गया था लेकिन इसके

अंतर्गत अधिक ध्यान EAG (Empowered Action Group) राज्य व उत्तर-पूर्वी राज्य, जम्मू कश्मीर व हिमाचल प्रदेश पर अधिक दिया गया।

इसे शुरुआत में 18 राज्यों में लागू किया गया था जहां सार्वजनिक स्वास्थ्य संकेतक कमजोर थे।

। मई 2013 को राष्ट्रीय स्वास्थ्य कार्यक्रम के अंतर्गत राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य कार्यक्रम व राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य कार्यक्रम को सब-मिशन बनाया गया।

इस कार्यक्रम को मार्च 2018 से बढ़ाकर मार्च 2020 तक कर दिया गया है।

राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य कार्यक्रम के उद्देश्य (Objectives of National Rural Health Mission)

1. शिशु मृत्यु दर व मातृ मृत्यु दर को कम करना।

2. संक्रामक व गैर-संक्रामक रोगों की रोकथाम करना।

3. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल को अधिक बेहतर व प्रभावी बनाना।

4. प्रजनन, मातृत्व, नवजात शिशु व किशोर स्वास्थ्य को बेहतर बनाना।

5. पोषण स्वास्थ्य को उपर्युक्त बनाना।

6. राष्ट्रीय स्वास्थ्य नीति को पूर्ण रूप से लागू करना।

राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य कार्यक्रम की कार्यनीति (Strategy of National Rural Health Mission)

1. Accredited Social Health Activist (ASHA) पहुंच बनाना।

आशा की नियुक्ति द्वारा समाज के अंतिम वर्ग तक स्वास्थ्य

2. रोगी कल्याण समिति (Rogi Kalyan Samiti)

अस्पतालों में रोगी कल्याण समितियों की स्थापना की गई है ताकि क्षेत्रानुसार रोगी कल्याण के लिए उचित कदम उठाए जा सकें।

3. जननी सुरक्षा योजना (Janani Suraksha Yojna, JSY)

इस योजना के अंतर्गत गर्भवती महिला को संस्थागत प्रसव के लिए प्रोत्साहित किया जाता है व इसके लिए निश्चित नगद राशि दी जाती है।

4. नेशनल एम्बुलेन्स सर्विस (National Ambulance Service, NAS) -

इस सेवा द्वारा जरूरत पड़ने पर 30 मिनट में एम्बुलेन्स सेवा मुफ्त में उपलब्ध कराई जाती है।

5. नेशनल मोबाइल मेडिकल यूनिट (National Mobile Medical Unit, NMMU)

कोई भी क्षेत्र बिना स्वास्थ्य सेवाओं के न रहे इसलिए ऐसी यूनिटों की स्थापना की गई।

6. जननी शिशु सुरक्षा योजना (Janani Shishu Suraksha Yojna,

JSSY)

इसके अंतर्गत 1 वर्ष तक के शिशु व गर्भवती महिलाओं को मुफ्त दवाईयां, जांचें, रक्त व स्वास्थ्य केन्द्र तक आने-जाने के लिए यातायात की सुविधा उपलब्ध कराई जाती है।

7. नेशनल आयरन प्लस कार्यक्रम (National Iron Plus Initiative)

गर्भवती महिलाएं, स्तनपान कराने वाली महिलाएं व 6 से 60 माह तक के बच्चों में लौह जनित एनीमिया की रोकथाम के लिए आयरन व फोलिक एसिड की सप्लीमेन्ट खुराक दी जाती है।

8. मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य विंग (Maternal and Child Health Wing)

ऐसे जिला अस्पतालों व सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर जहां मातृ व शिशु मृत्यु दर अधिक है की रोकथाम के लिए 100/50/30 बिस्तर के पूर्णतः मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य विंग स्थापित किए गए हैं।

9. आदिवासी क्षयरोग उन्मूलन कार्यक्रम (Tribal TB Eradication Programme)

कार्यक्रम की शुरुआत की गई ताकि आदिवासी क्षेत्रों में टी.बी. रोग का उन्मूलन किया जा सके। 20 जनवरी 2017 को इस

10. आयुष पद्धति से इलाज (Indian System Medicine, AYUSH)

भारतीय चिकित्सा पद्धति आयुष द्वारा रोगों के इलाज को बढ़ावा दिया जा रहा है।

Answer- National Rural Health Mission (NRHM) - National

The Health Mission Program was implemented by the Government of India in April 2005.

The purpose of establishing it is to help India Better and proper health facilities have to be provided to the population of rural areas. N.R. HM was implemented all over India but under it, more attention was given to EAG (Empowered Action Group) states and North-Eastern states, Jammu Kashmir and Himachal Pradesh.

It was initially implemented in 18 states where public health indicators were weak.

In May 2013, National Urban Health Program and National Rural Health Program were made sub-missions under the National Health Programme.

This program has been extended from March 2018 to March 2020.

Objectives of National Rural Health Mission

1. To reduce infant mortality rate and maternal mortality rate.

2. To prevent infectious and non-infectious diseases.

3. To make primary health care better and more effective.

4. To improve reproductive, maternal, newborn and adolescent health.

5. To improve nutritional health.

6. Fully implementing the National Health Policy.

Strategy of National Rural Health Mission

1. Reaching out to Accredited Social Health Activist (ASHA). Health to the last section of the society through appointment of ASHA

2. Patient Welfare Committee (Rogi Kalyan Samiti) Patient welfare committees have been established in hospitals so that appropriate steps can be taken for patient welfare as per the area.

3. Janani Suraksha Yojna (Janani Suraksha Yojna, JSY) Under this scheme, pregnant women are encouraged to have institutional delivery and a fixed cash amount is given for it.

4. National Ambulance Service (NAS) - This service provides free ambulance service in 30 minutes when needed.

5. National Mobile Medical Unit (NMMU) Such units were established so that no area remains without health services.

6. Janani Shishu Suraksha Yojna (Janani Shishu Suraksha Yojna, JSSY) Under this, free medicines, tests, blood and transport facilities to and from health centers are provided to infants up to 1 year of age and pregnant women.

7. National Iron Plus Initiative: Supplemental doses of iron and folic acid are given to prevent iron-related anemia in pregnant women, lactating women and children aged 6 to 60 months.

8. Maternal and Child Health Wing: To prevent maternal and child mortality, full-fledged 100/50/30 bedded Maternal and Child Health Wings were established in such district hospitals and community health centers where maternal and child mortality rates are high. Are.

9. Tribal TB Eradication Program was started to eradicate TB in tribal areas. The disease can be eradicated. On 20 January 2017 this

10. Treatment by AYUSH system (Indian System Medicine,

AYUSH) The treatment of diseases is being promoted by the Indian medical system AYUSH.

Q. गृह मुलाकात से क्या आशय है? इसके उद्देश्य एवं सिद्धांतों का वर्णन कीजिए।

What is home visit? Describe its objectives and principles.

उत्तर- गृह मुलाकात (Home Visit)

एक सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स द्वारा घर-घर जाकर जन समुदाय की स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं एवं आवश्यकताओं का पता लगाना तथा उन्हें आवश्यक दिशा-निर्देश प्रदान करना, गृह मुलाकात (Home Visit) कहलाता है।

गृह (घर) मुलाकात जनस्वास्थ्य परिचर्या की रीढ़ है।

गृह मुलाकात के उद्देश्य (Objectives of Home Visit) गृह मुलाकात के उद्देश्य निम्नलिखित हैं-

1. परिवार के सदस्यों की स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं तथा आवश्यकताओं का पता लगाना।

2. परिवार के सदस्यों की समस्याओं तथा आवश्यकता के अनुसार घरेलू वातावरण में स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना।

3. अस्पताल तथा स्वास्थ्य केन्द्र से डिस्चार्ज मरीज को डिस्चार्ज के पश्चात् आवश्यक अनुव्रती उपचार (follow up) प्रदान करना।

4. सामान्य रोगों का निदान एवं उपचार के साथ-साथ जन-समुदाय को मातृ

एवं शिशु स्वास्थ्य (MCH) टीकाकरण, परिवार नियोजन सेवाएँ प्रदान करना।

5. स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करना।

गृह मुलाकात के सिद्धांत (Principles of Home Visit) गृह मुलाकात के समय सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स को निम्नलिखित सिद्धांतों को ध्यान में रखना चाहिए-

1. गृह मुलाकात लोगों की आवश्यकता के अनुरूप होनी चाहिए।

2. गृह मुलाकात के उद्देश्य स्पष्ट होने चाहिए। उसकी योजना इस प्रकार बनानी चाहिए कि स्वास्थ्य सम्बन्धी आवश्यकताओं को पूर्ण किया जा सके।

3. गृह मुलाकातों के नियोजन एवं क्रियान्वयन के दौरान जाति, धर्म, लिंग, आर्थिक स्तर, शैक्षणिक स्तर आदि किसी प्रकार का भेदभाव नहीं रखना चाहिए।

4. गृह मुलाकात के समय सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स द्वारा समुदाय तथा परिवार के बारे में जानकारी एकत्र करना अर्थात परिवार के आकार, व्यवसाय, आय, धर्म, संसाधन, रीति-रिवाज और संस्कृति के बारे में जानकारी एकत्र की जाती है।

5. सुरक्षित तकनीकी विधाओं और परिचर्या प्रक्रियाओं का प्रयोग।

6. गृह मुलाकात के दौरान सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स को परिवार के सदस्यों

पर अनावश्यक दबाव नहीं बनाना चाहिए न ही उनको ठेस पहुँचाने वाला कार्य करना चाहिए।

7. गृह मुलाकात सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स को परिवार के सदस्यों को स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करने का सुनहरा अवसर प्रदान करती है। अतः उसे परिवार के सदस्यों को उनकी आवश्यकतानुसार स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान करनी चाहिए।

8. गृह मुलाकात की उचित रिकार्डिंग एवं रिपोर्टिंग होनी चाहिए।

Answer - Home Visit:

A community health nurse goes from door to door to find out the health related problems and needs of the community and provide them with necessary guidelines. Home (home) visiting is the backbone of public health care.

Objectives of Home Visit: Following are the objectives of home visit:

1. To find out the health related problems and needs of the family members.

2. To provide health services in home environment

according to the problems and needs of the family members.

3. Provide necessary follow up treatment to patients discharged from hospitals and health centers after discharge to do.

4. To provide maternal and child health (MCH) vaccination, family planning services to the public along with diagnosis and treatment of common diseases.

5. To provide health education.

Principles of Home Visit: At the time of home visit, the community health nurse should keep the following principles in mind-

1. Home visit should be as per the need of the people.

2. The objectives of home visit should be clear. It should be planned in such a way that health related needs can be fulfilled.

3. There should not be any kind of discrimination on the basis of caste, religion, gender, economic status, educational level etc. during planning and implementation of home visits.

4. At the time of home visit, the community health nurse collects information about the community and family, i.e. information about family size, occupation, income, religion, resources, customs and culture is collected.

5. Use of safe technical methods and nursing procedures.

6. During home visits, the community health nurse should not put unnecessary pressure on the family members nor should they do anything that hurts them.

7. Home visiting provides a golden opportunity to the community health nurse to provide health education to the family members. Therefore, he should provide health education to the family members as per their needs.

8. There should be proper recording and reporting of home visits.

Q. बैग तकनीक क्या है? बैग तकनीक का उपयोग स्पष्ट कीजिए।

What is bag technique? Explain the uses of bag technique.

उत्तर- बैंग तकनीक (Bag Technique)

बैग चमड़े, केनवास तथा हल्की धातु का बना हुआ होता है जिसे सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स गृह मुलाकात के समय अपने साथ रखती है तथा परिवार में आवश्यकतानुसार नर्सिंग सेवा में इसमें रखे हुए उपकरणों का इस्तेमाल करती है।

1. बैग केनवास, चमड़ा या हल्की धातु का बना होना चाहिए।

2. यह वजन में हल्का होना चाहिए ताकि कंधे पर लटका कर देर तक गृह मुलाकात करने में आसानी हो।

3. बैग के अन्दर रखा हुआ सामान जीवाणुमुक्त होना चाहिए तथा बैग के बाहरी ओर नोट बुक, नाप का फीता, अखबार या प्लास्टिक शीट, तौलिया, साबुन दानी में साबुन, नाखून ब्रश रखने के लिए बैग से बाहर जेवें (pockets) रहनी चाहिए।

बैग तकनीक का उपयोग (Uses of Bag Technique) -

सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स द्वारा बैग का उपयोग अनेक घरों में करना पड़ता है। अतः यथा सम्भव इसे साफ रखने का प्रयत्न करना चाहिए।

1. सर्वप्रथम अखबार या प्लास्टिक की शीट को साफ तथा समतल जगह पर फैला लेना चाहिए।

अखवार को चार भागों में अलग-अलग चीजों के लिए इस्तेमाल करना चाहिए।

एक हिस्से में बैग को रखना चाहिए तथा दूसरे हिस्से में साबुनदानी, तौलिया, पेन, डायरी आदि चीजें रखनी चाहिए।

तीसरे हिस्से में नर्सिंग सेवा में उपयोग होने वाली कीटाणुमुक्त उपकरण निकाल कर रखने चाहिए तथा चौथे भाग में उपयोग किए हुए उपकरण व वस्तुओं को रखना चाहिए।

2. बैग खोलने से पहले बैग के बाहरी जेब में रखे हुए साबुन से हाथों को अच्छी तरह से धोना चाहिए।

3. बैग से आवश्यक वस्तुओं को ही बाहर निकालना चाहिए।

4. आवश्यक नर्सिंग सेवा के बाद उपयोग किए हुए उपकरण को धोकर बैग में रखना चाहिए अगर सम्भव है तो उन्हें उबाल कर रखना चाहिए।

5. गन्दी ड्रेसिंग है तो उसे जला देना चाहिए।

6. उपयोग किए गए अखबार को मोड़कर बैग के बाहरी पॉकेट में रखना

चाहिए।

Answer - Bag Technique:

The bag is made of leather, canvas and light metal, which the community health nurse keeps with her during home visits and uses the equipment kept in it in nursing services as per the need in the family.

1. The bag should be made of canvas, leather or light metal.

2. It should be light in weight so that it can be easily carried on the shoulder for long home visits.

3. The items kept inside the bag should be bacteria-free and there should be pockets on the outside of the bag to keep note book, measuring tape, newspaper or plastic sheet, towel, soap in soap dish, nail brush.

Uses of Bag Technique –

Bags have to be used by community health nurses in many homes.

Therefore, one should try to keep it as clean as possible.

1. First of all, newspaper or plastic sheet should be spread on a clean and flat place.

Newspaper should be used in four parts for different things. The bag should be kept in one part and things like soap dish, towel, pen, diary etc. should be kept in the other part. In the third part, germ-free equipment used in nursing services should be kept and in the fourth part, used equipment and items should be kept.

2. Before opening the bag, hands should be washed thoroughly with soap kept in the outer pocket of the bag.

3. Only essential items should be taken out from the bag.

4. After necessary nursing service, used equipment should be washed and kept in a bag and if possible, they should be boiled. Should be done.

5. If there is dirty dressing, it should be burnt.

6. The used newspaper should be folded and kept in the outer pocket of the bag.

Q. रैफरल प्रणाली को परिभाषित कीजिए। इसके उद्देश्य भी लिखिए।

Define referral system. Write its objectives also.

उत्तर- रैफरल प्रणाली (Referral System)

रैफरल प्रणाली वह होती है जिसके द्वारा रोगी को उसके जैविक चिन्हों को बनाए रखते हुए उचित सुविधायुक्त स्वास्थ्य केन्द्र पर भेजा जाना है।

रैफरल प्रणाली के उद्देश्य (Objectives of Referral System) रैफरल प्रणाली के उद्देश्य निम्नलिखित हैं-

1. रोगी को बेहतर नैदानिक तथा उपचारात्मक स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करना।

2. रोगी को आवश्यकतानुसार विशेष सेवाएं प्रदान करना।

3. उपयुक्त उपचार न होने की स्थिति में उसके प्राणों की रक्षा करने हेतु तथा जटिलताओं की रोकथाम के लिए रैफर करना।

Answer- Referral System: Referral system is that by which the patient has to be sent to a health center with appropriate facilities while maintaining his biological signs.

Objectives of Referral System: Following are the objectives of referral system:

1. To provide better diagnostic and curative health services to the patient.

2. To provide special services to the patient as per need.

3. In the absence of appropriate treatment, to refer to save his life and to prevent complications.

Q. रैफर करने में नर्स की भूमिका का वर्णन कीजिए।

Describe the role of nurse in referral.

उत्तर- रोगी को बेहतर उपचार हेतु उचित स्वास्थ्य संस्थाओं के लिए रैफर करते समय नर्स को निम्न बातों को ध्यान में रखना चाहिए-

1. रोगी को हमेशा रैफरल पर्ची के साथ भेजना चाहिए।

2. रैफरल पर्ची पूरी तरह भरी होनी चाहिए, उस पर रोगी का नाम, पिता/पति का नाम, पता, रैफर करने की दिनाँक व समय, संस्था जहाँ रैफर किया गया है, रोगी का अस्थायी चिकित्सीय निदान, रैफर करने का कारण स्पष्ट रूप से लिखा होना चाहिए। रैफरल पर्ची का प्रारूप अगले पृष्ठ पर दिया गया है।

3. रैफरल हेतु रोगी का चयन सावधानी के साथ करना चाहिए। गंभीर चोट या गंभीर बीमारी वाले रोगी को अतिशीघ्र सुरक्षित रैफर करने की व्यवस्था करनी चाहिए।

4. रैफर करने से पहले रोगी को सभी आवश्यक उपचार देना चाहिए।

5. वाहन द्वारा रोगी को एक अस्पताल से दूसरे अस्पताल भेजते समय रोगी की आवश्यकता के अनुसार इन्द्रावीनस (L.V.) द्रव, ऑक्सीजन, जीवन रक्षक दवाएं देना जारी रखना चाहिए।

6. रोगी के वाहन में परिजनों की अनावश्यक भीड़ को जाने से रोकना चाहिए।

7. वाहन में रोगी को लिटाते समय सावधानीपूर्वक उठाना चाहिए तथा रोगी के आराम का विशेष ध्यान रखना चाहिए, जिससे कि रोगी बिना किसी कष्ट के दूसरे अस्पताल जा सके।

8. वाहन में रोगी के साथ किसी एक नर्सिंग स्टाफ को आवश्यक रूप से साथ जाना चाहिए तथा रैफर किए गए स्थान पर रोगी को भर्ती कर लिए जाने के पश्चात ही रोगी वाहन लेकर लौटना चाहिए।

9. रोगी के परिजनों को मनोवैज्ञानिक सहारा psychological support देना चाहिए तथा परिजनों को रैफर करने की आवश्यकता तथा कारण को समझाना चाहिए।

Answer: While referring the patient to appropriate health institutions for better treatment, the nurse should keep the following things in mind-

1. The patient should always be sent with the referral slip.

2. The referral slip should be completely filled in, clearly indicating the patient's name, father's/husband's name, address, date and time of referral, institution where referral has been made, provisional medical diagnosis of the patient, reason for referral. Must be written from. The format of referral slip is given on the next page.

3. Patients should be selected for referral with care. Arrangements should be made for safe referral of patients with serious injury or serious illness as soon as possible.

4. All necessary treatment should be given to the patient before referral.

5. While sending the patient from one hospital to another by vehicle, intravenous (L.V.) fluid, oxygen, life saving medicines should be given as per the need of the patient.

6. Unnecessary crowd of family members should be

prevented from traveling in the patient's vehicle.

7. While placing the patient in the vehicle, one should lift it carefully and take special care of the patient's comfort, so that the patient can go to another hospital without any pain.

8. One nursing staff must necessarily accompany the patient in the vehicle and go to the referred place. The patient should return in the ambulance only after being admitted.

9. Psychological support should be provided to the patient's family members and the need and reason for referral should be explained to the family members.

Q. रैफरल प्रणाली के विभिन्न चरण लिखिए।

Write steps of referral system.

उत्तर-

उपयुक्त सारणी से ये स्पष्ट है कि ग्रामीण क्षेत्र स्तर पर स्वास्थ्य कर्मी रोगी को

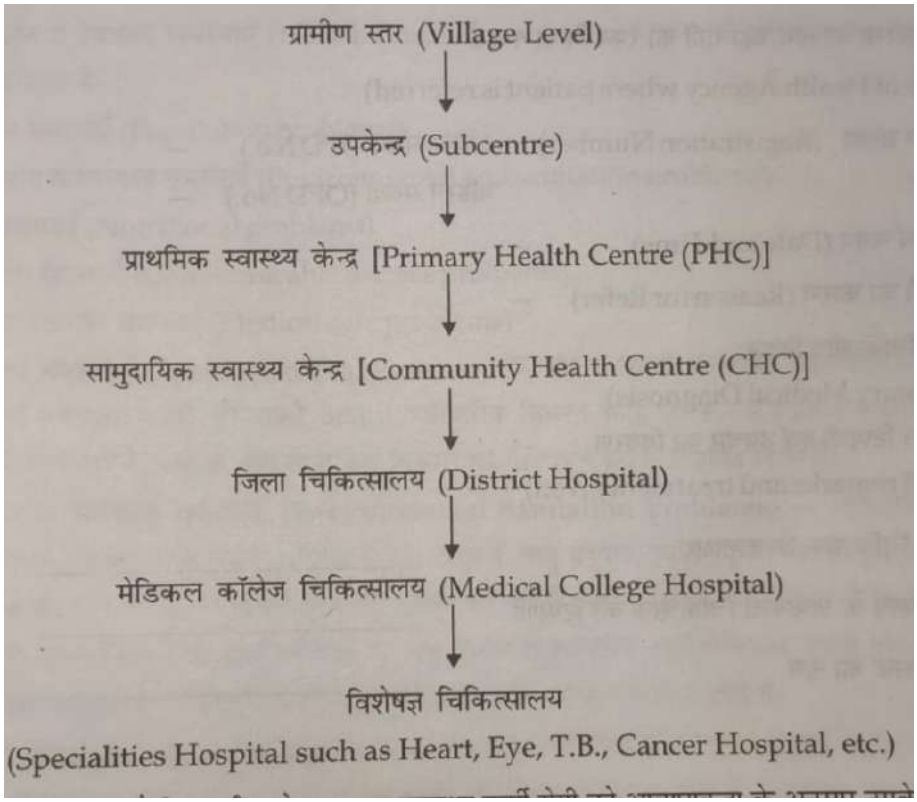
आवश्यकता के अनुसार उपकेन्द्र पर भेज देते हैं। उसी तरह समस्या का समाधान नहीं होने पर उसे उचित चिकित्सा सुविधा के लिए आगे भेज दिया जाता है।

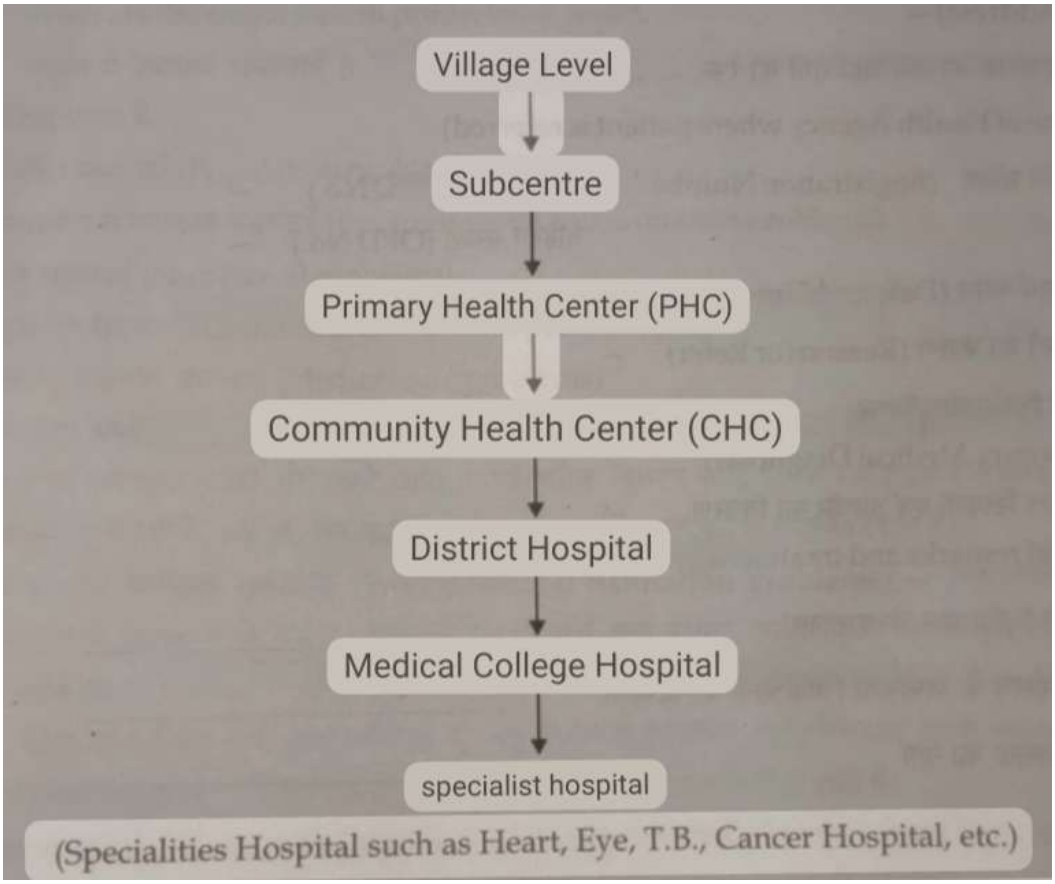
रैफरल हेतु मरीज का चयन करते समय इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि केवल जरूरतमंद रोगियों को ही उच्च स्वास्थ्य संस्थाओं के लिए रैफर किया जाए।

रोगियों को अनावश्यक रूप से रैफर करने से धन, समय तथा मानव शक्ति का अपव्यय होता है किन्तु जरूरतमंद रोगियों के रैफरल में अनावश्यक रूप से विलम्ब करने से रोगी की बीमारी गम्भीर रूप धारण कर सकती है।

अत: गम्भीर बीमारी वाले रोगियों को तुरन्त रैफर करने की व्यवस्था करनी चाहिए।

Answer -





It is clear from the above table that at the rural area level, the health workers send the patient to the sub-centre as per the requirement. Similarly, if the problem is not resolved, it is sent forward for appropriate medical facility.

While selecting patients for referral, it should be kept in mind that only needy patients should be referred to higher health institutions.

Referral of patients unnecessarily leads to wastage of money, time and manpower, but unnecessary delay in

referral of needy patients can lead to serious illness of the patient. Therefore, arrangements should be made to immediately refer patients with serious illness.

Q. रैफरल स्लिप या कार्ड का नमूना बनाइए।

Make specimen of referral slip or referral card.

उत्तर- रैफरल स्लिप/कार्ड (Referral Slip/Card).

1. रैफर करने वाली स्वास्थ्य संस्था का नाम (Name of Referral Agency). -

2. रोगी का नाम (Patient's Name). -

3. उम्र व लिंग (Age and Sex) -

4. पिता/पति का नाम (Name of Father/Husband) -

5. पता (Address) -

6. स्वास्थ्य संस्था का नाम जहां रोगी को रैफर किया गया है - (Name of Health Agency where patient is referred) -

7. पंजीकरण संख्या (Registration Number) -

अंतरंग संख्या (IPD No.) -

बहिरंग संख्या (OPD No.) -

8. दिनांक एवं समय (Date and Time) -

9. रैफर करने का कारण (Reason for Refer) -

10. अस्थायी चिकित्सीय निदान (Temporary Medical Diagnosis) -

11. क्लीनिकल टिप्पणी एवं उपचार का विवरण (Clinical remarks and treatment given) -

रैफर करने वाले चिकित्सक के हस्ताक्षर .....

रैफरल चिकित्सालय के प्राप्तकर्ता चिकित्सक की टिप्पणी.....

प्राप्तकर्ता चिकित्सक का नाम .....

हस्ताक्षर .....

दिनांक .....

समय .....

Answer- **Referral Slip/Card**

1. Name of Referral Agency -

2. Patient's Name -

3. Age and Sex -

4. Name of Father/Husband -

5. Address -

6. Name of Health Agency where patient is referred -

7. Registration Number

Internal Number (IPD No.) -

Outstation Number (OPD No.) -

8. Date and Time -

9. Reason for Refer -

10. Temporary Medical Diagnosis -

11. Clinical remarks and treatment given -

Signature of referring physician .....

Comment of the receiving doctor of the referral hospital .....

name of receiving physician .....

Signature .....

dated .....

Time.....