Unit 03 . रोगी की प्रारंभिक आवश्यकताएँ

(Basic Needs of a Patient)

Q. आराम, निद्रा व व्यायाम को परिभाषित करें व इनका महत्व लिखिए।

Define comfort or rest, sleep and exercise. Write the importances of these.

उत्तर- 1. आराम (Comfort or Rest) -

किसी भी व्यक्ति या मरीज की आराम एक ऐसी अवस्था होती है जो व्यक्ति व मरीज की देखभाल के दौरान उसके स्वास्थ्य में विकास का काम करती है। मरीज को आरामदायक स्थिति प्रदान करनी चाहिए जिससे उसके स्वास्थ्य लाभ में उन्नति हो सके।

2. निद्रा (Sleep) -

निद्रा एक व्यक्तिगत आवश्यकता है जो व्यक्ति को आराम अथवा विश्राम की अनुभूति प्रदान करती है।

3. व्यायाम (Exercise)

स्वास्थ्य में सुधार के लिए अथवा शारीरिक विकृति को दूर करने के लिए किए गए शारीरिक परिश्रम को व्यायाम कहते हैं।

आराम, निद्रा व व्यायाम के महत्व (Importance of Comfort, Sleep and Exercise) -

1. स्वास्थ्य में वृद्धि होना

2. पीड़ा से मुक्ति मिलना

3. थकावट दूर होना

4. मानसिक व शारीरिक शान्ति पहुँचाना

5. शरीर की वृद्धि एवं विकास में सहायता मिलना

6. प्रसन्नता व स्फूर्ति के साथ शक्ति में बढ़ोतरी

7. ताजगी का अनुभव होना

8. कार्यक्षमता में वृद्धि होना

9. तनाव से मुक्ति मिलना

10. स्मरण शक्ति में वृद्धि होना

11. सौन्दर्य में वृद्धि होना।

Answer- 1. Comfort or Rest - Comfort of any person or patient is a state which helps in improving the health of the person or the patient during his care. The patient should be provided with a comfortable position.So that his health benefits can improve.

2. Sleep – Sleep is a personal need which provides a feeling of rest or relaxation to the person.

3. Exercise: Physical effort done to improve health or to remove physical deformity is called exercise.

Importance of Comfort, Sleep and Exercise -

1. Increase in health

2. To get relief from pain

3. To get rid of fatigue

4. Providing mental and physical peace

5. Help in growth and development of the body

6. Increase in strength along with happiness and enthusiasm

7. Feeling refreshed

8. Increase in efficiency

9. Get relief from stress

10. Increase in memory power

11. Increase in beauty.

Q. निद्रा और आराम में अवरोध करने वाले कारक कौन से हैं?

What are the factors inhibiting rest and sleep?

उत्तर- आराम में अवरोध करने वाले कारक (Factor inhibiting Physical Comfort)

1. किसी प्रकार का दर्द या पीड़ा होना।

2. तेज व तीव्र प्रकाश होना।

3. मरीज के आस-पास गंदगी होना।

4. वातावरण में अप्रिय गंध होना।

5. किसी भी प्रकार की चिंता, व्याकुलता या घबराहट होना।

6. पर्याप्त आराम के साधन न होना।

7. मरीज के शरीर का तापमान बड़ा होना।

8. मरीज के बिस्तर की चादर, गद्दे आदि की अव्यवस्था।

9. मरीज को असुरक्षित होने का भाव होना।

10. किसी प्रकार का तेज शोर होना।

Answer- Factors inhibiting physical comfort.

1. Any kind of pain or suffering.

2. Having bright and intense light.

3. Dirtiness around the patient.

4. Unpleasant smell in the environment.

5. Having any kind of worry, anxiety or nervousness.

6. Not having adequate means of comfort.

7. The patient's body temperature is high.

8. Disorganization of the patient's bed sheet, mattress etc.

9. The patient feeling unsafe.

10. Any kind of loud noise.

Q. निद्रा और आराम के उपाए एवं अवधि लिखिए।

Write technique and duration for rest and sleep.

उत्तर- निद्रा एवं आराम के कुछ उपाय (Some technique for Rest and Sleep) - अच्छी निद्रा व आराम के कुछ महत्वपूर्ण उपाए निम्नलिखित हैं-

1. विश्राम स्थल शोर, प्रकाश, गंदगी एवं धूल रहित होना चाहिए।

2. विश्राम स्थल हवादार होना चाहिए।

3. शाम के समय हल्का भोजन करें।

4. रात को सोते समय ढीले-ढाले वस्त्र पहनें।

5. निद्राकारी औषधियों का प्रयोग न करें।

6. बिस्तर साफ-सुथरा, सिलवटों रहित होना चाहिए।

7. सोने से पहले सिर की हल्की मालिश करने से अच्छी नींद का अनुभव होता है।

8. सोने से पहले मानसिक चिंता, अवसाद, आदि से दूर रहने का प्रयत्न करें।

9. सोने से पहले अच्छा ख्याल मन में लाएं, बुरा न सोचें।

10. रात को हल्का मनोरंजन, थोड़ा व्यायाम एवं पुस्तक आदि पढ़ना भी निद्रा लाने में सहायक होता है।

निद्रा एवं आराम की अवधि (Duration of Rest and Sleep) -

शिशु. 20 से 22 घंटे

बालक. 12 से 14 घंटे

विद्यार्थ. 9 से 10 घंटे

वयस्क. 7 से 9 घंटे तक

Answer - Some techniques for rest and sleep - Following are some important measures for good sleep and rest -

1. The resting place should be free from noise, light, dirt and dust.

2. The resting place should be ventilated.

3. Eat light food in the evening.

4. Wear loose-fitting clothes while sleeping at night.

5. Do not use sleeping medicines.

6. The bed should be clean and free from wrinkles.

7. Light massage of the head before sleeping helps in getting good sleep.

8. Try to stay away from mental anxiety, depression, etc. before sleeping.

9. Before sleeping, bring good thoughts to your mind, do not think bad.

10. Light entertainment at night, some exercise and reading a book etc. are also helpful in inducing sleep.

Duration of Rest and Sleep -

baby. 20 to 22 hours

Boy. 12 to 14 hours

student 9 to 10 hours

Adult 7 to 9 hours

Q. शारीरिक यांत्रिकता या देहयांत्रिकी को परिभाषित करें एवं इसके उद्देश्य, सिद्धांत एवं नियम लिखिए।

Define body mechanics and write its purpose, principle and rules.

उत्तर- परिभाषा (Definition)- देह यांत्रिकी पेशीय कंकाल और तंत्रिका तंत्र के समन्वय प्रयास को कहते हैं जो उठने, चलने, स्थिति और दैनिक जीवन की गतिविधियों के प्रदर्शन के दौरान मुद्रा, संतुलन और शरीर सीध को बनाए रखती हैं।

उद्देश्य (Purpose) -

1. मरीज को सुरक्षा प्रदान करता है।

2. मरीज के तनाव एवं चोट की संभावना को कम करता है।

3. मरीज के शरीर को होने वाली थकान को कम करता है।

4. शरीर में होने वाली विकृतियों से बचाता है।

5. देह यांत्रिकी व्यक्ति के सौन्दर्य में वृद्धि करती है।

6. यह रक्त संचार और पाचन क्रिया में सहायता करता है।

7. इससे शरीर सीध (align) में रहता है।

8. उपयुक्त संतुलन बनाए रखने में सहायता करता है।

9. यह शरीर की क्रियाओं को सुचारू रूप से करने में सहायक होता है।

10. शरीर की एकसूत्रता (alignment) थकान और कुरूपता को रोकती है।

सिद्धांत (Principle)

1. नर्स की स्थिरता के लिये अधिक से अधिक व्यापक समर्थन का आधार है।

2. देह यांत्रिकी काम के बल को कम कर चोट के जोखिम को भी कम कर देता है।

3. देह यांत्रिकी बनाए रखने से मांसपेशी समूहों की थकान कम हो जाती है।

4. शरीर के सभी भागों के उचित संतुलन के लिये ऊर्जा संरक्षण में मदद करता है।

देह यांत्रिकी के लिए नियम (Rules for Body Mechanics) -

अच्छी शरीर यांत्रिकता के लिये निम्नलिखित नियमों का पालन करना आवश्यक है-

1. किसी कार्य को करते समय अपने शरीर को कार्य से नजदीक रखें जैसे- डेस्क पर काम करते समय डेस्क के बिल्कुल पास बैठें, किसी चीज को सिर की ऊँचाई के ऊपर से निकालना हो तो उस स्थान के बिल्कुल नजदीक खड़े हों।

2. किसी कार्य को करते समय अपने पैरों को फैलाकर खड़े हों। इससे संतुलन बना रहने से आप अपना कार्य आरामपूर्वक कर सकते हो।

3. यदि आपको किसी वस्तु या चीज को उठाना हो तो अपने घुटनों को मोड़ लें बल्कि पीठ झुकाने के।

4. यदि किसी वस्तु को जगह से हटाना हो तो उसे उठाने के बजाय खींचकर या धक्का देकर हटाया जा सकता है।

5. जो वस्तुएँ आप ज्यादा से ज्यादा काम में लेते हैं उन्हें अपने नजदीक रखें जिससे अधिक मेहनत

न करनी पड़े।

6. किसी भी क्रिया को करने के लिए अच्छी सम्स्थिति (anatomical position) और मस्तिष्क का उपयोग करें।

7. किसी वस्तु को खींचने या धक्का देने के लिए शरीर को वस्तु के ऊपर रखें जिससे शरीर के भार को काम में ले सकें।

8. किन्हीं भी क्रियाओं को करते समय शरीर के दूरस्थ भागों (extremities) अर्थात् हाथ-पाँव की लम्बी एवं सशक्त पेशियों का उपयोग करें।

9. किसी कार्य को करते समय भौतिकी के नियमों का पालन करें, जिससे गुरूत्वाकर्षण बल का अधिक असर न हो सके।

10. दोनों पैरों को एक दूसरे से फैलाकर रखें जिससे एक विस्तृत (चौड़ा) आधारतल मिल सके।

Answer - Definition - Body mechanics refers to the coordinated efforts of the musculoskeletal and nervous systems that maintain posture, balance and body alignment during lifting, walking, standing and performing activities of daily living.

Purpose -

1. Provides safety to the patient.

2. Reduces the risk of patient stress and injury.

3. Reduces the fatigue caused to the patient's body.

4. Prevents disorders occurring in the body.

5. Body mechanics increases the beauty of a person.

6. It helps in blood circulation and digestion.

7. This keeps the body in alignment.

8. Helps in maintaining proper balance.

9. It is helpful in carrying out body functions smoothly.

10. Alignment of the body prevents fatigue and deformity.

Principle

1. There is a basis for greater widespread support for nurse sustainability.

2. Body mechanics also reduces the risk of injury by reducing the force of work.

3. Maintaining body mechanics reduces fatigue of muscle groups.

4. Helps in energy conservation for proper balance of all parts of the body.

Rules for Body Mechanics - For good body mechanics it is necessary to follow the following rules-

1. While doing any work, keep your body close to the work. For example, while working on a desk, sit very close to the desk. If you have to remove something above head height, then stand very close to that place.

2. While doing any work, stand with your legs spread. By maintaining balance, you can do your work comfortably.

3. If you have to lift any object or object, bend your knees rather than bending your back.

4. If an object has to be removed from its place, it can be removed by pulling or pushing it instead of lifting it.

5. Keep the things which you use the most, close to you so that you do not have to work too hard.

6. Use good anatomical position and brain to perform any action.

7. To pull or push an object, place the body above the object so that body weight can be used.

8. While doing any activities, the remote parts of the body (extremities) i.e. arms and legs should be long and strong.

Use muscles.

9. While doing any work, follow the laws of physics, so that the force of gravity does not have much effect.

10. Keep both the legs spread apart so as to provide a wide base.

Q. स्थिति को परिभाषित करें एवं इसके उद्देश्य लिखिए।

Define the position and write its purpose.

उत्तर - स्थिति की परिभाषा (Definition of Position) -

शरीर की स्थिति या आसन, जिसमें मरीज को आराम का अनुभव हो।

उद्देश्य (Purpose) - मरीज को बिस्तर पर प्रदान की जाने वाली स्थितियों के निम्न उद्देश्य हैं-

1. मरीज को आराम प्रदान करना।

2. मरीज को अच्छी नींद के लिए प्रेरित करना।

3. मरीज के नैदानिक उद्देश्य की प्राप्ति के लिये।

4. मरीज के उपचारात्मक उद्देश्य की प्राप्ति के लिये।

5. मरीज को होने वाले बिस्तरी घाव (bedsore) से बचाना।

6. मरीज के रक्त परिसंचरण (blood circulation) को सामान्य बनाए रखना।

7. श्वसन से सम्बन्धित समस्या को दूर करना।

8. मरीज की चिंता को दूर करना।

Answer - Definition of Position - The position or posture of the body, in which the patient feels comfortable.

Purpose – The conditions provided to the patient at the bed have the following purposes:

1. To provide comfort to the patient.

2. To encourage the patient to sleep well.

3. To achieve the clinical objective of the patient.

4. To achieve the therapeutic objective of the patient.

5. To protect the patient from bedsores.

6. To maintain normal blood circulation of the patient.

7. To eliminate problems related to respiration.

8. To relieve the patient's anxiety.

Q. आराम के लिए अपनाई जाने वाली स्थितियों का संक्षेप में वर्णन कीजिए।

Describe the positions used for comfort.

उत्तर- मरीज को विभिन्न नैदानिक (diagnostic) तथा उपचारात्मक (therapeutic) प्रक्रियाओं के दौरान आरामदायक व उपर्युक्त स्थिति प्रदान करना अति आवश्यक होता है। मरीज को बिस्तर पर आवश्यकतानुसार निम्न स्थितियाँ प्रदान की जा सकती हैं-

1. सुपाइन स्थिति (Supine Position)

2. अधोमुख स्थिति (Prone Position)

3. खड़ी हुई स्थिति (Standing Position)

4. बैठी हुई स्थिति (Sitting Position)

5. फाउलर्स स्थिति (Fowler's Position)

6. पार्श्व या करवट स्थिति (Lateral or side lying Position)

7. अर्द्धपार्श्व शाही स्थिति (Semi Recumbent Position)

8. सिम्स स्थिति (Sim's Position)

9. घुटना-वक्ष स्थिति (Knee-chest Position)

10. लिथोटोमी स्थिति (Lithotomy Position)

11. ट्रेन्डेलेनबर्ग स्थिति (Trendelenburg Position)

12. हृदीय स्थिति (Cardiac Position)

Answer: It is very important to provide comfortable and above mentioned position to the patient during various diagnostic and therapeutic procedures. The following positions can be provided to the patient as per requirement in bed-

1. Supine Position

2. Prone Position

3. Standing Position

4. Sitting Position

5. Fowler's Position

6. Lateral or side lying position

7. Semi Recumbent Position

8. Sim's Position

9. Knee-chest Position

10. Lithotomy Position

11. Trendelenburg Position

12. Cardiac Position

Q. सुपाइन या पृष्ठशायी स्थिति क्या है? इसके उपयोग एवं निषेध लिखिए।

What is supine position? Write its uses and contraindications.

उत्तर- यह मरीज की सीधी लेटने वाली स्थिति कहलाती है।

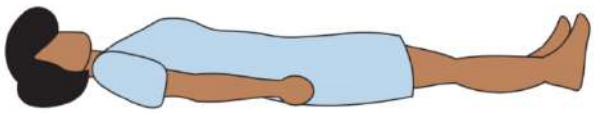
इसमें मरीज बिल्कुल सीधा लेटा रहता है उसके सिर के नीचे एक तकिया रहता है।

मरीज के शरीर में कुछ प्रैशर पोइंटस (pressure points) होते हैं।

जिस पर दबाव के कारण बिस्तरी घाव (bedsore) होने की संभावना होती है जैसे कोहनियाँ, एड़ियाँ, नितम्ब, टखने आदि।

इनके नीचे रूई की गोल गद्दियों (cotton rings) का प्रयोग करना चाहिए ताकि bed sore की रोकथाम हो सके।

मरीज के पैर बिल्कुल सीधे रहते हैं, दोनों हाथ शरीर के सामान्तर सीधे रहते हैं। आवश्यकतानुसार भुजाओं तथा हथेलियों के नीचे तकिया रखा जा सकता है।



Supine

उपयोग (Uses) -

• मरीज को आराम प्रदान करने हेतु।

• जैविक चिन्हों का आंकलन करने हेतु।

• शारीरिक परीक्षण करने हेतु।

• अच्छी निद्रा आने हेतु।

निषेध (Contraindication)

• कोई भी रीड की हड्डी की समस्या हो।

• पीठ की शल्यक्रिया आदि।

Answer- This is called straight lying position of the patient. In this, the patient lies straight and a pillow remains under his head. There are some pressure points in the patient's body. On which there is a possibility of bedsores due to pressure, such as elbows, heels, buttocks, ankles etc. Round cotton pads (cotton rings) should be used beneath them so that bed sores can be prevented.

The patient's legs remain straight, both arms remain straight parallel to the body. As per requirement, a pillow can be placed under the arms and palms.

Uses-

• To provide comfort to the patient.

• To assess biological signs.

• To conduct physical examination.

• To get good sleep.

Contraindication

• Any spinal problem.

• Back surgery etc.

Q. फाउलर्स स्थिति क्या है? इसके उपयोग एवं निषेध लिखिए।

What is fowler's position? Write its uses and contraindications.

उत्तर- यह मरीज की लगभग बैठी हुई स्थिति होती है।

इस स्थिति में मरीज को ऊर्ध्वाधर (upright) बैठी हुई स्थिति में रखने की कोशिश की जाती है। मरीज का सिर या बिस्तर का सिरा (head of the bed) 80° से 90° पर रखा जाता है।

इसमें मरीज को वैकरेस्ट (backrest) प्रदान किया जाता है तथा तकिए आवश्यकतानुसार प्रदान किये जाते हैं, नितम्बों (buttocks) के नीचे हवाई तकिया (air cushion) लगाया जाता है।

मरीज की भुजाओं के नीचे तकिया लगाकर सहारा दिया जाता है।

सेमी-फाउलर्स स्थिति (semi fowler's position) में मरीज का सिर या बिस्तर का सिरा 30° से 45° पर रखा जाता है।

Answer: This is almost a sitting position of the patient. In this situation, an attempt is made to keep the patient in an upright sitting position. The patient's head or head of the bed is kept at 80° to 90°. In this, the patient is provided with a backrest and pillows are provided as per requirement, an air cushion is placed under the buttocks. Support is provided by placing a pillow under the patient's arms. In semi-fowler's position, the patient's head or the head of the bed is kept at 30° to 45°.

उपयोग (Uses)

• मरीज को हृदय संबंधित समस्या में आराम दिलाने हेतु।

• मरीज को श्वसन सम्बन्धित समस्या में आराम दिलाने हेतु।

• मरीज की breathing problem को दूर या कम करना।

• मरीज की थकान व चिंता कम करना।

• हृदय अस्थमा (cardiac asthma) के मरीजों को आराम दिलाने हेतु।

• शल्यक्रिया के बाद तनाव कम करने हेतु।

• पेट से पानी निकालने या water seal drainage हेतु।

• Pulmonary oedema को कम करने हेतु।

निषेध (Contraindication)

• Hip Replacement

• पीठ की शल्यक्रिया (operation)

• मस्तिष्क या मेरुदण्ड शल्यक्रिया (brain and spinal surgery) के बाद इस स्थिति का उपयोग नहीं करना चाहिए।

Uses

• To provide relief to the patient in heart related problems.

• To provide relief to the patient in respiratory problems.

• To eliminate or reduce the patient's breathing problem.

• Reducing patient fatigue and anxiety.

• To provide relief to cardiac asthma patients.

• To reduce stress after surgery.

• To remove water from the stomach or water seal drainage.

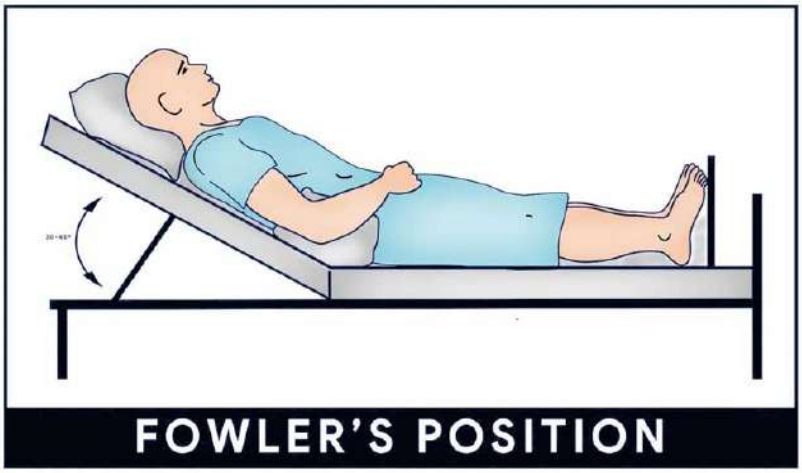
• To reduce pulmonary edema.

Contraindication

• Hip Replacement

• back surgery

• This position should not be used after brain and spinal surgery.



Q. हृदीय स्थिति क्या है? इसके उपयोग एवं निषेध लिखिए।

What is cardiac position? Write its uses and contraindications.

उत्तर- इसमें मरीज बैठी हुई स्थिति में रहता है।

इस स्थिति में बिस्तर का सिरहाना ऊँचा कर तकिया व बेकरेस्ट लगाकर मरीज को आरामपूर्वक स्थिति प्रदान की जाती है।

मरीज के सामने कार्डियक टेबल (cardiac table) लगा दी जाती है।

मरीज अपने हाथों को अपनी सुविधानुसार कहीं भी रख सकता है और घुटनों के नीचे तकिया लगा दिया जाता है।

उपयोग (Uses) -

• हृदयरोग ग्रस्त रोगियों को आराम दिलाने हेतु।

• श्वसन संबंधित समस्या के लिए।

• हृदीय अस्थमा के मरीजों के लिए।

• थकान एवं चिंता कम करने हेतु।

• रक्तस्त्रोत रोधन (embolism) को रोकने हेतु।

निषेध (Contraindications) -

• नितम्ब (buttocks) से संबंधित समस्या में।

• पीठ की शल्यक्रिया।

• स्पाइन की चोट (Spinal injury)

Answer- In this the patient remains in a sitting position. In this situation, the patient is provided with a comfortable position by raising the head of the bed and placing a pillow and backrest.

A cardiac table is placed in front of the patient.

The patient can place his hands anywhere as per his convenience and a pillow is placed under the knees.

Uses-

• To provide relief to patients suffering from heart disease.

• For respiratory problems.

• For cardiac asthma patients.

• To reduce fatigue and anxiety.

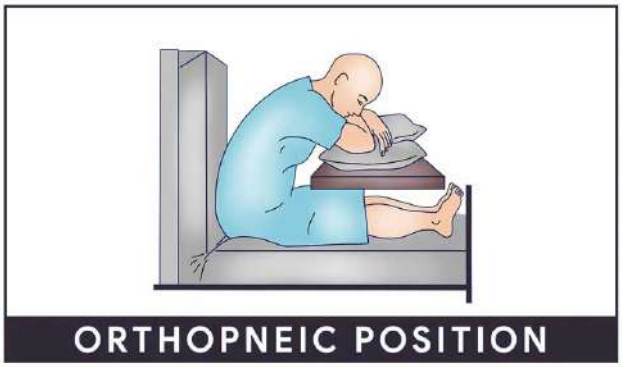
• To prevent embolism.

Contraindications -

• In problems related to buttocks.

• Back surgery.

• Spinal injury



Q. लिथोटोमी स्थिति क्या है? इसके उपयोग एवं निषेध लिखिए।

What is lithotomy position? Write its uses and contraindications.

उत्तर- इस स्थिति में मरीज को सुपाइन स्थिति व पीठ के बल लिटाते हैं।

मरीज को टेबल पर आगे की ओर खिसकने को कहते हैं जिससे कि उसके नितम्ब (buttocks) टेबल के किनारे तक आ जाएँ।

तकिया मरीज के सिर के नीचे लगा दिया जाता है।

मरीज की टांगों को अलग करके या चौड़ाकर ऊँचा करके रकाबों (stirrups) में डाल देते हैं। मरीज की दोनों भुजाएँ साइड में या छाती पर रख दी जाती हैं।

उपयोग (Uses) -

• स्त्री रोग शास्त्रीय परीक्षण एवं उपचार हेतु।

• जनन-मूत्र तंत्र की शल्य चिकित्सा प्रक्रिया हेतु।

• Vaginal examination के लिये।

• Normal delivery के लिये।

• Bladder को धोने (wash) हेतु।

निषेध (Contraindications) -

• रक्तस्त्रोत रोधन (Embolism)

• संधि विकृति (Joint deformities)

• Immobilizing arthritis

Answer- In this condition, the patient is made to lie down in supine position and on his back.

The patient is asked to slide forward on the table so that his buttocks reach the edge of the table.

A pillow is placed under the patient's head. The patient's legs are separated or widened and elevated and placed in stirrups.

Both the arms of the patient are placed at the sides or on the chest.

Uses-

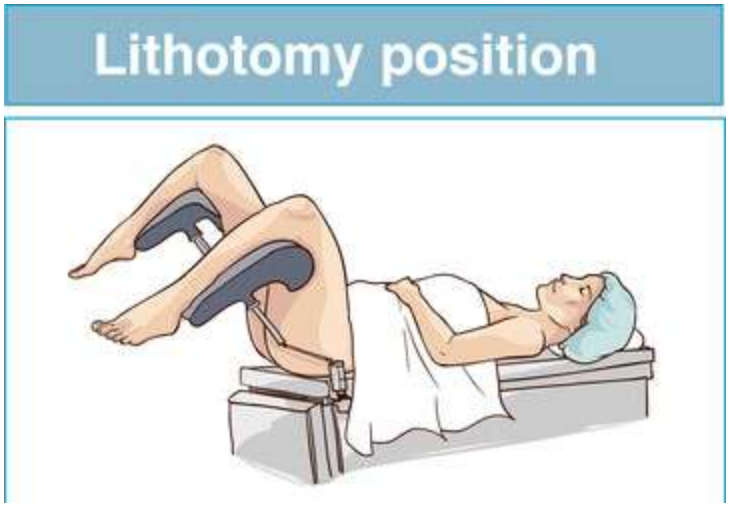
• For gynecological examination and treatment.

• For surgical procedures of the genitourinary system.

• For vaginal examination.

• For normal delivery.

• To wash the bladder.



Contraindications -

• Embolism

• Joint deformities

• Immobilizing arthritis

Q. ट्रेन्डेलेनबर्ग स्थिति क्या है? इसके उपयोग एवं निषेध लिखिए।

What is trendelenburg position? Write its uses and contraindications.

उत्तर- इसमें मरीज पीठ के बल लेटता है।

सिर के नीचे तकिया लगा दिया जाता है और बिस्तर का पयताना 45° के कोण पर ऊँचा उठा दिया जाता है।

इस स्थिति में मरीज का सिर नीचे की ओर रहता है। शरीर झुकी हुई सतह पर होता है और पैर ऊपर की ओर होते हैं।

उपयोग (Uses) -

• श्रोणि स्थित अंगों (pelvic organs) की शल्यक्रिया एवं परीक्षण हेतु।

• आघात (shock) की स्थिति में

• घटे हुए रक्तचाप हेतु।

• स्थैतिक निकास (postural drainage) के लिए।

निषेध (Contraindications) -

• पीठ की शल्यक्रिया होने पर

• स्पाइनल समस्या होने पर

Answer- In this the patient lies on his back. A pillow is placed under the head and the head of the bed is raised at an angle of 45°. In this position the patient's head remains downwards. The body is on an inclined surface and the legs are upward.

Uses-

• For surgery and examination of pelvic organs.

• In case of shock

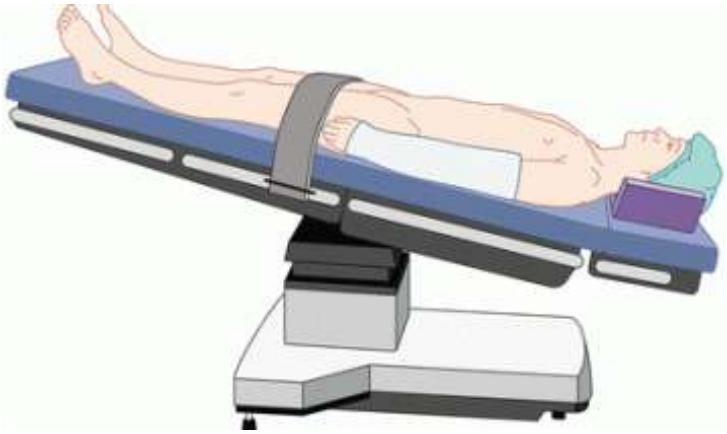
• For decreased blood pressure.

• For postural drainage.

Contraindications -

• After back surgery

• In case of spinal problem



Q. आराम के साधन से क्या आशय है? विभिन्न आराम के साधनों का वर्णन कीजिए।

What is comfort devices? Describe different comfort devices.

उत्तर- आराम के साधन (Comfort Devices)

अस्पताल में भर्ती मरीज को चिकित्सीय उपचार के साथ-साथ आराम के साधनों का भी उपयोग कर जल्द स्वास्थ्य लाभ पहुँचाया जा सकता है।

मरीज को आरामदायक स्थिति प्रदान करने के लिये एक नर्स कई प्रकार के आराम के साधनों का उपयोग करती है जिनसे मरीज को आराम की स्थिति का अनुभव होता है।

सामान्य रूप से प्रयुक्त किए जाने वाले आराम के साधन निम्न हैं-

1. बैंक रेस्ट (Back Rest) -

यह मरीज के बैठने के समय काम में आता है।

अतः इसे मरीज की पीठ को सहारा व आराम से बैठने के लिये इस्तेमाल किया जाता है। इसका

उपयोग मरीज को फाउलर्स (fowler's) या कार्डियक (cardiac) स्थिति प्रदान करने के लिये किया जाता है।

2. बैड क्रेडल (Bed Cradle)-

इसे मरीज के ओड़ने वाले कपड़ों (कम्बल, चादर) के भार से बचाने के लिये तथा मरीज द्वारा ओढ़े गये कपड़ों को मरीज के शरीर के संपर्क में आने से रोकने के लिये इस्तेमाल किया जाता है। जैसे- जले हुए मरीज के मामले में, प्लास्टर कास्ट को सुखाने के लिए, ऊष्मा प्रदान करने के लिये आदि।

3. बैड ब्लॉक्स (Bed Blocks)

यह मरीज के पलंग को सिरहाने अथवा पयताने की ओर से ऊँचा उठाने के उपयोग में आते हैं।

यह लकड़ी अथवा लोहे के बने होते हैं। इसका उपयोग आधात से बचाने, रक्तस्त्राव को रोकने, एनीमा को शरीर के अन्दर कुछ देर रखने के लिए, स्पाइनल एनेस्थीसिया (spinal anaesthesia) देने के बाद किया जाता है।

4. फुट र (foot rest)

यह मरीज के पैरों को आधार व सहारा प्रदान करता है। इससे मरीज के पैरों को आराम मिलता है तथा पादपात [(फुट-ड्राप) (foot drop)] को रोकने व बचाव का काम करता है।

यह पैरों की सामान्य स्थिति बनाए रखने में मदद करता है। कार्यालयों में भी लोगों द्वारा पैरों को सहारा देने के लिये भी फुट रेस्ट का इस्तेमाल किया जाता है।

5. हवाई गद्दा (Air cushion)

यह हवाई गद्दे रबर के बने होते हैं। इन्हें मरीज के शरीर की त्वचा के सीधे सम्पर्क में नहीं लाना चाहिए।

इस पर कोई खोल या कवर अवश्य चढ़ाकर रखना चाहिये।

इसमें हवा भरकर फुलाया जाता है। इसका उपयोग शरीर के किसी भाग पर से दबाव को हटाने

तथा शरीर के भार को हटाने के लिये किया जाता है।

6. पानी के गद्दे (Water Mattresses)

इसका उपयोग अधिक मोटे या अधिक दुबले शरीर वाले मरीज के लिये इस्तेमाल किया जाता है क्योंकि ऐसे मरीजों को बिस्तरी घाव होने की संभावना ज्यादा होती है।

इन गद्दों पर शरीर द्वारा लगाया जाने वाला दबाव सब जगह बराबर बँट जाता है इस कारण दाब व्रण होने की संभावना कम हो जाती है अथवा इनकी सतह मुलायम होने के कारण घर्षण (friction) भी नहीं होता है।

7. नी रेस्ट (Knee Rest)

यह मरीज के घुटनों के नीचे की पेशियों को सहारा देने के उपयोग में लाया जाता है।

नी रेस्ट की जगह हम तकिये का भी इस्तेमाल कर सकते हैं क्योंकि तकिया नी रेस्ट का भी कार्य करता है, परन्तु नी रेस्ट का लम्बे समय तक लगातार इस्तेमाल नहीं करना चाहिये क्योंकि रक्ततंत्र (thrombus) निर्माण एवं फुफ्फुसीय रक्तस्त्रोत रोधन (pulmonary embolism) होने की संभावना हो सकती है।

नी रेस्ट का उपयोग करते समय थोड़ी-थोड़ी देर में स्थिति बदलते रहना चाहिए।

8. रेत की थैली (Sand Bags)

इसका उपयोग मरीज के शरीर के किसी भी भाग को स्थिर करने या गतिहीन करने के लिये किया जाता है। जैसे- फ्रैक्चर में, फुट ड्राप व रिस्ट ड्राप को रोकने के लिये आदि।

9. कार्डियक टेबल (Cardiac Table) -

यह टेबल हृदयग्रस्त रोगी के उपयोग में लाई जाती है।

इस टेबल को मरीज के बिस्तर के ऊपर मरीज के सामने रखा जाता है। इस पर रोगी अपना सिर व हाथ रखकर आराम से बैठ सकता है।

10. रबर तथा कॉटन के छल्ले (Rubber and Cotton Rings)-

यह रबर के बने छल्ले होते हैं इनका इस्तेमाल मरीज की कोहिनियों या एडियों के नीचे लगाकर उन भागों से दबाव कम करने के लिये किया जाता है।

11. स्पटम कप (Sputum Cup) -

यह मरीज के थूक व बलगम को एकत्रित करने के काम आता है।

12. बेडपान व यूरिनल (Bedpan and Urinal) -

इनका उपयोग बिस्तर पर ही रहने वाले मरीजों के मल-मूत्र त्यागने के लिये किया जाता है।

13. काल सिग्नल (Call Signal)-

यह मरीज की किसी भी वक्त मदद करने में सहायक होती है इसके द्वारा मरीज नर्स को आवश्यकता पड़ने पर बैल (bell) करके बुला सकता है।

Answer- Comfort Devices:

Along with medical treatment, a hospitalized patient can also get quick recovery by using comfort devices.

To provide a comfortable condition to the patient, a nurse uses many types of comfort tools through which the patient experiences a relaxed state. Following are the commonly used means of comfort:

1. Back Rest – This is useful when the patient is sitting. Therefore, it is used to support the patient's back and make him sit comfortably. It is used to treat patients with Fowler's or cardiac conditions.

2. Bed Cradle - It is used to protect the patient from the weight of the clothes (blanket, sheet) and to prevent the clothes worn by the patient from coming in contact with the patient's body. For example, in case of a burnt patient, to dry the plaster cast, to provide heat etc.

3. Bed Blocks: These are used to raise the height of the patient's bed from the headboard or the headboard. These are made of wood or iron. It is used after giving spinal anesthesia to prevent congestion, to stop bleeding, to keep the enema inside the body for some time.

4. Foot rest: It provides support and support to the patient's feet. This provides relief to the patient's feet and works to prevent and prevent foot drop. It helps in maintaining the normal position of the feet. Foot rest is also used by people in offices to support their feet.

5. Air cushion: These air mattresses are made of rubber. These should not be brought in direct contact with the skin of the patient's body. Some shell or cover must be placed on it. It is inflated by filling air in it. It is used to remove pressure from any part of the body and to remove the weight of the body.

6. Water Mattresses: It is used for patients with overweight or lean body because such patients are more likely to get bed sores. The pressure applied by the body on these mattresses is distributed equally everywhere, due to which the chances of getting pressure ulcers are reduced or due to their soft surface, there is no friction.

7. Knee Rest: It is used to support the muscles below the knees of the

patient. We can also use a pillow instead of a knee rest because the pillow also works as a knee rest, but the knee rest should not be used continuously for a long time because there is a risk of thrombus formation and pulmonary embolism. There may be a possibility. While using the knee rest, the position should be changed every now and then.

8. Sand Bags: It is used to stabilize or immobilize any part of the patient's body. Like in case of fracture, to prevent foot drop and wrist drop etc.

9. Cardiac Table – This table is used for heart disease patients. This table is placed above the patient's bed in front of the patient. The patient can sit comfortably by placing his head and hands on it.

10. Rubber and Cotton Rings – These are rings made of rubber and are used to reduce pressure from those parts by placing them under the patient's elbows or heels.

11. Sputum Cup – It is used to collect sputum and mucus of the patient.

12. Bedpan and Urinal - These are used for bed-ridden patients to pass urine and feces.

13. Call Signal – It is helpful in helping the patient at any time, through this the patient can call the nurse by bell if needed.

Q. बिस्तर तैयार करना किसे कहते हैं? समझाइए एवं इसके उद्देश्य भी लिखिए।

What is bed making? Explain and write its purpose.

उत्तर- बिस्तर बनाना (bed making)

एक प्रक्रिया है जिसमें मरीज की स्थिति के अनुसार उसे अधिक आराम देने के लिए विशेष प्रकार से बिस्तर तैयार किया जाता है।

अस्तपताल में मरीज को भर्ती करने के बाद उसको एक ऐसा सुरक्षित एवं आरामदायक बिस्तर प्रदान करना होता है जिससे मरीज आराम से सो व बैठ सके।

अस्पताल में होने वाले पलंग घरों के पलंग से बिल्कुल भिन्न होते हैं।

पलंग मरीज की स्थिति या अस्पताल की व्यवस्था के अनुसार भिन्न प्रकार के हो सकते हैं। पलंग पर बिस्तर बनाने (bed making) के लिये जो सामान उपयोग में आते हैं, वो निम्न हैं-

• गद्दा (Mattress)

• मैकिनटोश (Mackintosh)

• चादर (Bed Sheet)

• तकिया (Pillow)

• ड्रा-शीट (Draw sheet)

• तकिए का कवर (Pillow cover)

• कंबल (Blanket)

बिस्तर तैयार करने के उद्देश्य (Purpose of Bed Making) - बिस्तर बनाने के प्रमुख उद्देश्य निम्न प्रकार हैं-

1. मरीज को सुरक्षित व आरामदायक बिस्तर प्रदान करना।

2. मरीज को साफ सुथरा, झुर्रियों से मुक्त बिस्तर प्रदान करना।

3. साफ बिस्तर वार्ड व यूनिट को भी साफ रखता है।

4. आरामदायक बिस्तर दाबव्रण (bed sore) होने से बचाता है।

5. मरीज और नर्स के बीच पास्परिक संबंध (NPR) स्थापित करता है।

6. मरीज को सक्रिय व निष्क्रिय व्यायाम करवाने हेतु।

7. मरीज को बीमारी विशेष में आराम दिलाने हेतु।

8. मरीज का विश्वास प्राप्त करने हेतु।

9. मरीज को उसकी स्थिति के अनुसार विशेष सुविधाजनक बिस्तर देने हेतु।

10. मरीज को स्वच्छ वातावरण प्रदान करने हेतु।

Answer- Bed making is a process in which a special kind of bed is prepared according to the condition of the patient to give him more comfort.

After admitting the patient in the hospital, he has to be provided with a safe and comfortable bed so that the patient can sleep and sit comfortably.

hospital beds from home beds Are completely different. Beds can be of different types depending on the condition of the patient or the hospital setting. The materials used for making bed are as follows-

• Mattress

• Mackintosh

• चादर (Bed Sheet)

• Pillow

• Draw sheet

• Pillow cover

• Blanket

Purpose of Bed Making – The main purposes of making bed are as follows -

1. To provide safe and comfortable bed to the patient.

2. To provide clean, wrinkle-free bedding to the patient.

3. Clean bedding also keeps the ward and unit clean.

4. Comfortable bed prevents bed sores.

5. Establishes interpersonal relationship (NPR) between the patient and the nurse.

6. To make the patient do active and passive exercises.

7. To provide relief to the patient in a particular disease.

8. To gain the confidence of the patient.

9. To provide special comfortable bed to the patient according to his condition.

10. To provide clean environment to the patient.

Q.बिस्तर तैयार करने के प्रमुख सिद्धांत क्या हैं?

What are the main principles of bed making?

उत्तर- बिस्तर बनाने के सिद्धांत (Principle of Bed Making) - बिस्तर बनाने के प्रमुख सिद्धांत निम्नलिखित

1. मरीज का बिस्तर साफ व पूरी तरह से सलवटों रहित (wrinkle free) होना चाहिये।

2. बिस्तर बनाते समय नर्स को व्यवस्थित रूप से कार्य करते हुए समय, ऊर्जा एवं सामग्री की बचत करनी चाहिये।

3. बिस्तर बनाते समय विसंक्रमित तकनीक का उपयोग करना चाहिये।

4. बिस्तर इस प्रकार तैयार करना चाहिये ताकि वह सूक्ष्म जीवों की वृद्धि को रोके।

5. बिस्तर तैयार करते समय देह यांत्रिकी (body mechanics) का ध्यान रखना चाहिये।

6. बिस्तर इस तरह तैयार करना चाहिये ताकि इस पर लेटने के बाद यह रोगी की सामान्य हलचल में किसी भी प्रकार की रूकावट उत्पन्न नहीं करे।

7. बिस्तर इस प्रकार तैयार करना चाहिये। ताकि वह रोगी में बिस्तरी घाव (bed sore) एवं फुट ड्राप (foot drop) की रोकथाम करे।

Answer- Principle of Bed Making – Following are the main principles of bed making.

1. The patient's bed should be clean and completely wrinkle free.

2. While making the bed, the nurse should work systematically and save time, energy and material.

3. Disinfected technique should be used while making the bed.

4. Bed should be prepared in such a way that it prevents the growth of micro-organisms.

5. While preparing the bed, body mechanics should be kept in mind.

6. The bed should be prepared in such a way that after lying on it, it does not create any kind of hindrance in the normal movement of the patient.

7. The bed should be prepared in this way. So that it prevents bed sore and foot drop in the patient.

Q. बिस्तर तैयार करने के सामान्य निर्देश लिखिए। बिस्तर बनाने के लिए आवश्यक सामान की सूची बनाइए।

Write down the general instructions for bed making. Make a list of necessary articles for bed making.

उत्तर- बिस्तर तैयार करने के सामान्य निर्देश (General instructions for Bed Making) -

1. बिस्तर तैयार करने से पहले व बाद में नर्स को हाथ धोना चाहिये।
2. बिना किसी कारण मरीज को expose नहीं करना चाहिये।
3. मरीज को चादर उड़ाते वक्त नर्स को ध्यान रखना चाहिये कि उसका चेहरा न बँके।
4. कपडों को ज्यादा जोर से न झटकें।
5. स्वच्छ कपडों को गंदे कपड़ों में न मिलाए।
6. चादर बिछाते समय ध्यान रखना चाहिये कि वह सलवट रहित (wrinkle free) हो।
7. बिस्तर प्रतिदिन तैयार किया जाना चाहिये।
8. बिस्तर की चादर को चारों ओर से अच्छी तरह गद्दे के नीचे दबाना चाहिये।
9. नर्स को बिस्तर तैयार करते समय देह यांत्रिकी (body mechanics) का ध्यान रखना चाहिये।
10. बिस्तर बनाते समय नर्स को मरीज से दूरी बनाए रखनी चाहिए।

बिस्तर बनाने के लिए सामान की सूची (List of articles for bed making) -

सामान (Article).	**उद्देश्य (Purpose)**
1. डस्टर (Duster)	धूल मिट्टी हटाने हेतु
2. पलंग (Cot).	बिस्तर तैयार करने हेतु
3. गद्दा (Mattress).	पलंग पर बिछाने के लिए
4. गद्दे का कवर.	गद्दे को गंदा होने से बचाने हेतु
5. दो चादरें.	एक बौटम शीट तथा एक टॉप शीट
6. मैकिनटोश (Mackintosh).	मल-मूत्र से गंदा होने से बचाने हेतु
7. ड्रा शीट (Draw sheet).	मैकिनटाश के ऊपर बिछाने हेतु
8. तकिया.	मरीज के सिरहाने लगाने हेतु

9. पलंगपोश (Counterpane). बिस्तर को ढंकने हेतु

10. बेड साइड टेबल. सामान रखने हेतु

11. कंबल (Blanket). गर्मी प्रदान हेतु

12. कुर्सी (Chair). बिस्तर बनाते समय सामान रखने हेतु

13. किडनी ट्रे (Kidney tray). धूल मिट्टी को डालने के लिए

14. लॉन्ड्री बैग (Laundry Bag). गंदे कपड़े डालने हेतु

15. एंटीसेप्टिक घोल (Antiseptic lotion). फर्नीचर आदि पोंछने के लिए

Answer- General instructions for Bed Making -

1. The nurse should wash hands before and after preparing the bed.

2. The patient should not be exposed without any reason.

3. While blowing the patient's bedsheet, the nurse should take care not to cover his face.

4. Do not shake the clothes too vigorously.

5. Do not mix clean clothes with dirty clothes.

6. While laying the bedsheet, care should be taken that it is wrinkle free.

7. The bed should be made daily.

8. The bed sheet should be pressed well under the mattress from all sides.

9. The nurse should keep body mechanics in mind while preparing the bed.

10. While making the bed, the nurse should maintain distance from the patient.

List of articles for bed making -

Goods (Article).	Purpose
1. Duster.	to remove dust
2. Cot.	to make the bed
3. Mattress.	to lay on the bed
4. Mattress cover.	To protect the mattress from getting dirty
5. Two sheets.	one bottom sheet and one top sheet
6.Mackintosh.	To prevent contamination from feces and urine
7. Draw sheet.	to stack on mackintash
8. Pillow.	to be placed at the patient's bedside
9. Counterpane.	to cover the bed
10. Bed side table.	to store luggage
11. Blanket.	to provide heat
12. Chair.	To keep things while making the bed
13. Kidney tray.	to put dust
14. Laundry Bag.	to put away dirty clothes
15. Antiseptic lotion.	to wipe furniture etc.

भरा हुआ बिस्तर (Occupied Bed)

इसमें मरीज बिस्तर पर ही रहता है यह बिस्तर ऐसे मरीज के लिये बनाया जाता है जो पहले से ही उपस्थित हो या बिस्तर से उतरने में असमर्थ हो।

सामान (Articles) -

• पलंग

• बॉटम शीट और टॉप शीट

• गद्दा

• मैकिनटोश

• तकिया

• ड्रॉ शीट

• टीपीआर ट्रे

• 2 डस्टर

• कुर्सी

• किडनी ट्रे

• स्पंज क्लोथ (spongecloth)

उद्देश्य (Purpose) -

1. मरीज के बिस्तर को सलवट रहित रखना

2. मरीज को आरामदायक बिस्तर प्रदान करना।

3. मरीज को बिस्तरीय घाव (bed sore) से बचाना।

4. संक्रमण के खतरे को कम करना।

5. अस्पताल के वातावरण को स्वच्छ रखना।

प्रक्रिया (Process) -

1. रोगी को प्रक्रिया की जाकारी दें व उसका सहयोग प्राप्त करें।

2. बिस्तर बनाने की सारी सामग्री रोगी के पलंग के पास एकत्रित कर लें।

3. सामग्री को प्रयोग के अनुसार लगाएँ।

4. एक तकिया छोड़कर सभी तकिए हटा दें।

5. बिस्तर को ढ़ीला कर दें एवं रोगी को अपने से दूर करवट दिला दें।

6. बिछे हुए बिस्तर को फैन फोल्ड कर रोगी की तरफ कर दें एवं नया बिस्तर उस तरफ लगा दें।

7. रोगी को बने हुए बिस्तर की तरफ करवट करा दें तथा दूसरी तरफ भी समान रूप से बिस्तर बना दें।

8. गंदे बिस्तर को धुलने के लिए लॉण्ड्री बैग में डाल दें।

9. तकिए के पुराने खोल को बदल कर नया खोल चढ़ा दें।

10. रोगी को आरामदायक स्थिति में लिटाकर उसके ऊपर की गंदी चादर निकाल कर रोगी को कंबल से ढँक दें।

11. रोगी की इकाई को सुव्यस्थित कर रोगी को आराम करने दें।

12. अपने हाथों को अच्छी प्रकार से धो लें।

Occupied Bed

In this, the patient remains on the bed. This bed is made for such a patient who is already present or is unable to get out of the bed.

Goods -

• bed

• Bottom sheet and top sheet

• Mattress

• macintosh

• Pillow

• draw sheet

• TPR tray

• 2 dusters

• Chair

• Kidney Tray

• Spongecloth

Purpose -

1. Keeping the patient's bed wrinkle-free

2. To provide comfortable bed to the patient.

3. To protect the patient from bed sore.

4. Reducing the risk of infection.

5. Keeping the hospital environment clean.

Process -

1. Inform the patient about the procedure and obtain his cooperation.

2. Collect all the materials for making bed near the patient's bed.

3. Apply the material as per use.

4. Remove all pillows except one pillow.

5. Loosen the bed and turn the patient away from you.

6. Fan fold the laid bed and turn it towards the patient and place the new bed on that side.

7. Make the patient turn towards the prepared bed and make the bed on the

other side also.

8. Put dirty bedding in a laundry bag to be washed.

9. Replace the old pillow case with a new one.

10. Make the patient lie down in a comfortable position, remove the dirty sheet from above and cover the patient with a blanket.

11. Set up the patient's unit and allow the patient to rest.

12. Wash your hands thoroughly

हृदय रोगी का बिस्तर (Cardiac Bed)

इस प्रकार का बिस्तर हृदय संबंधी रोगों से पीड़ित मरीजों को आरामदायक स्थिति में रखने के लिये तैयार किया जाता है तथा श्वसन में हो रही परेशानी को दूर करने के लिये प्रयुक्त किया जाता है।

सामान (Articles) -

• खुले बिस्तर हेतु आवश्यक सामान

• अतिरिक्त तकिए

• बैक रेस्ट (Back rest)

• कार्डियक टेबिल (Cardiac table)

• एअर कुशन (Air cushion)

• नी पिलो (Knee pillow)

• फुट रेस्ट (Footrest)

उद्देश्य (Purpose) -

1. हृदय रोग से पीड़ित मरीजों को आरामदायक स्थिति प्रदान करने हेतु।

2. कष्टपूर्ण श्वसन (dyspnoea) से मरीज को आराम दिलाने हेतु।

3. जटिलताओं से रोकने हेतु।

प्रक्रिया (Process) -

1. इसमें बिस्तर को खुले बिस्तर के समान ही तैयार करते हैं।

2. रोगी को फाउलर्स स्थिति प्रदान करें एवं पीछे तकिया लगाकर आराम से बिठाएं। रोगी को चादर से ढँककर बिठाएं।

3. रोगी के सामने कार्डियक टेबल लगाकर उस पर तकिया रखकर रोगी के हाथ टेबल पर रखकर आराम दें।

4. रोगी को आरामदायक स्थिति में रखने के लिए नी-पिलो और एअर कुशन का उपयोग करना चाहिए।

Cardiac Bed

This type of bed is prepared to keep the patients suffering from heart related diseases in a comfortable position and is used to remove the problems in breathing.

Goods -

• Necessary items for open bed

• Extra pillows

• Back rest

• Cardiac table

• Air cushion

• Knee pillow

• Footrest

Purpose -

1. To provide comfortable conditions to patients suffering from heart disease.

2. To provide relief to the patient from dyspnoea.

3. To prevent complications.

Process -

1. In this, the bed is prepared in the same way as an open bed.

2. Provide Fowler's position to the patient and make him sit comfortably by placing a pillow behind him. Cover the patient with a sheet and make him sit.

3. Place a cardiac table in front of the patient, place a pillow on it and rest the patient's hands on the table.

4. Knee-pillows and air cushions should be used to keep the patient in a comfortable position.

शल्य चिकित्सा बिस्तर (Operation Bed)

यह बिस्तर उन मरीजों के लिये तैयार किया जाता है जिन्हें शल्य चिकित्सा के पश्चात् आरामदायक वातावरण प्रदान किया जाता है और जो सर्जरी के दौरान एनेस्थीसीया (anaesthesia) के प्रभाव से लड़ रहा हो या recover कर रहे हों।

सामान (Articles) -

• खाली व खुले बिस्तर हेतु आवश्यक सामान।

• अतिरिक्त मैकिन्टोश एवं तौलिया

• गर्म पानी की बोतलें

• गाँज पीस (Gauze piece)

• आरट्री फोरसेप्स (Artery forceps)

• माउथ गेग (Mouth gag)

• ऐयरवे (Airway)

• टंग फोरसेप्स (Tongue forceps)

• टंग डिप्रेशर (Tongue depressor)

• टी.पी.आर. ट्रे (T.P.R. tray)

• बी.पी. एपेरटस (B.P. apparatus)

• आई.वी. स्टेन्ड (I.V. Stand)

• बेड ब्लॉक (Bed block)

• सक्शन मशीन (Suction machine)

• ऑक्सीजन सिलेन्डर (Oxygen cylinder)

• किडनी ट्रे (Kidney tray)

• पेपर बैग (Paper bag) आदि

उद्देश्य (Purpose) -

1. रोगी के बिस्तर को गर्म, सुरक्षित एवं आरामदायक रखना।

2. किसी भी समय मरीज को ट्राली से शीघ्र स्थानांतरित करना।

3. बिना समय नष्ट किए मरीज की देखभाल करना।

4. चोट एवं आघातों को रोकना।

5. किसी भी आपात स्थिति में निपटने के लिये तैयार रहना।

प्रक्रिया (Procedure) -

1. इसमें बिस्तर को खुले बिस्तर के रूप में तैयार करते हैं।

2. ड्रॉशीट एवं मैकिनटोश को बिस्तर के बीच में बिछाकर उसको साइड से गद्दे में खोसते हैं।

3. एक रबर की चादर एवं तौलिया बिस्तर पर सिर की तरफ को रखते हैं।

4. बिस्तर के ऊपर चादर बिछाकर एवं ऊपर की ओर उसका कॉर्नर बनाकर गद्दे के नीचे दबा देंगे तथा दूसरे पैर की ओर कॉर्नर बनाकर गद्दे में दबा देंगे।

5. बिस्तर को गर्म रखने के लिए गर्म पानी की बोतल का उपयोग करें।

6. कंबल को पीछे की ओर मोड़ दें तथा ऊपर की टॉपशीट से ढँक दें।

7. रोगी के बिस्तर पर आने पर उसे आराम से लिटाकर उसे आवश्यकतानुसार चादर या कंबल से ढक दें।

Operation Bed

This bed is designed to provide a comfortable post-operative environment for patients who are experiencing or recovering from the effects of anesthesia during surgery.

Goods -

• Supplies required for empty and open beds.

• Extra macintosh and towel

• Hot water bottles

• Gauze piece

• Artery forceps

• Mouth gag

• Airway

• Tongue forceps

• Tongue depressor

• T.P.R. Tray (T.P.R. tray)

• B.P. Apparatus (B.P. apparatus)

• I.V. Stand (I.V. Stand)

• Bed block

• Suction machine

• Oxygen cylinder

• Kidney tray

• Paper bag etc.

Purpose -

1. Keeping the patient's bed warm, safe and comfortable.

2. To quickly transfer the patient from the trolley at any time.

3. To take care of the patient without wasting time.

4. Preventing injuries and shocks.

5. Be prepared to deal with any emergency.

Procedure -

1. In this the bed is prepared in the form of an open bed.

2. Spread the drawsheet and mackintosh in the middle of the bed and push

it into the mattress from the sides.

3. A rubber sheet and towel are placed on the head side of the bed.

4. Spread a sheet over the bed and make a corner towards the top and press it under the mattress and make a corner towards the other leg and press it under the mattress.

5. Use a hot water bottle to keep the bed warm.

6. Fold the blanket backwards and cover it with a topsheet.

7. When the patient comes to bed, make him lie down comfortably and cover him with a sheet or blanket as required.

अस्थिभंग बिस्तर (Fracture Bed)

इस तरह के बिस्तर को उन रोगियों के लिये तैयार किया जाता है जिन्हें अस्थिभंग (fracture) हुआ हो। यह बिस्तर इस तरह बनाया जाता है कि मरीज को ठोस एवं सीधा आधार मिल सके, उसकी हलचल कम से कम हो और मरीज की स्थिति यथावत बनी रहे।

सामान (Article) -

• खुले बिस्तर के आवश्यक सामान

• फ्रेक्चर बोर्ड

• रेत की थैली (Sand bags)

• फ्रेक्चर बेडपेन (Fracture bedpan)

उद्देश्य (Purpose) -

1. मरीज को ठोस आधार प्रदान करना।

2. मरीज को कम से कम movement करवाना।

3. अस्थिभंग भाग को गतिशील (immobilize) करने के लिये।

4. अचानक झटकेदार गतिविधियों को सीमित रखना व स्थिति को बनाए रखना।

Fracture Bed

This type of bed is prepared for those patients who have suffered a fracture. This bed is made in such a way that the patient gets a solid and straight support, his movements are minimized and the patient's position remains the same.

Goods -

• Open bed essentials

• fracture board

• Sand bags

• Fracture bedpan

Purpose -

1. To provide solid foundation to the patient.

2. To ensure minimum movement of the patient.

3. To immobilize the fractured part.

4. Limiting sudden jerky movements and maintaining steady state.

Q. सुरक्षा के साधन से आप क्या समझते हैं ? वर्णन कीजिए।

What do you understand with safety devices? Explain it.

उत्तर- अस्पताल में भर्ती मरीज को आराम के कई साधन प्रदान किए जाते हैं जिनसे मरीज आराम का अनुभव करता है था स्वास्थ्य लाभ में भी उन्नति प्राप्त करता है।

इसी प्रकार सुरक्षा साधन भी मरीज के लिए उतने ही आवश्यक होते हैं।

सुरक्षा के साधनों द्वारा मरीज को, चाहे वह बच्चा हो, व्यस्क हो या बूढ़ा हो सभी को सुरक्षा प्रदान की जाती है। मरीज की सुरक्षा के साधन निम्न है-

A. बंधन (Restraint)

B. खपच्ची (Splint)

A. बंधन (Restraint) -

मरीज की देखभाल के दौरान मरीज को गतिहीन करने के लिए, चोट से बचाने के लिए, मरीज द्वारा दूसरे लोगों को चोट से बचाने के लिए बंधन (restraint) जैसे साधन का उपयोग किया जाता है।

बंधन एक ऐसा यांत्रिक तथा सुरक्षात्मक साधन है जिसके द्वारा मरीज की रक्षा व सुरक्षा की जाती है।

उद्देश्य (Purpose) - बंधन के निम्नलिखित उद्देश्य होते हैं-

1. मरीज को आराम की स्थिति का अनुभव कराने हेतु।

2. मरीज के परीक्षण करते समय उपयुक्त स्थिति प्रदान करने हेतु।

3. मानसिक रोगों से ग्रस्त मरीजों को अपने आपको व दूसरों को चोट लगने से बचाने हेतु।

4. मरीज को बिस्तर से गिरने से बचाने हेतु।

5. मरीज को गतिहीन (immobilise) करने हेतु।

6. मरीज को चोट लगने से बचाने हेतु।

बंधन के प्रकार (Types of Restraint) - बंधन के मुख्यतया पाँच प्रकार होते हैं-

1. मम्मी बंधन (Mummy restraint)

2. कोहनी बंधन (Elbow restraint)

3. घुटना बंधन (Knee restraint)

4. जैकेट बंधन (Jacket restraint)

5. क्लोव हिच बंधन (Clove hitch restraint)

B. खपच्ची (Splint) -

मरीज के शरीर के किसी भी विशिष्ट भाग को सहारा प्रदान करने के लिये अथवा गतिहीन बनाने के लिये खपच्ची (splint) का उपयोग किया जाता है जिससे शरीर के किसी भी भाग को सहारा मिल सके और फ्रेक्चर की दशा में भाग सीधा बना रहे।

खपच्ची के उद्देश्य (Purpose of Splint) - खपच्ची के निम्नलिखित उद्देश्य होते हैं-

1. मरीज को दर्द में आराम दिलाने हेतु।

2. मरीज के शरीर के भाग को सहारा दिलाने हेतु।

3. ट्रेक्शन (traction) लगाने हेतु।

4. विकृति (deformities) की रोकथाम एवं उसके उपचार हेतु।

Answer- Many means of comfort are provided to the patient admitted in the hospital, through which the patient experiences comfort and also gets progress in recovery.

Similarly, safety equipment is equally important for the patient. of security The patient, be it a child, an adult or an old person, is provided safety through the means.

The means of patient safety are as follows:

A. Restraint

B. Splint

A. Restraint - Restraints are used to immobilize the patient during patient care, to prevent injury, and to protect others from injury. Bandage is a mechanical and protective means by which the patient is protected and

protected.

Purpose – Bond has the following purposes-

1. To make the patient feel relaxed.

2. To provide suitable position while examining the patient.

3. To protect patients suffering from mental illnesses from hurting themselves and others.

4. To prevent the patient from falling from the bed.

5. To immobilize the patient.

6. To protect the patient from injury.

Types of Restraint - There are mainly five types of restraint

1. Mummy restraint

2. Elbow restraint

3. Knee restraint

4. Jacket restraint

5. Clove hitch restraint

B. Splint - Splint is used to provide support to any specific part of the patient's body or to make it immobile so that any part of the body can get support and in case of fracture. The part should remain straight.

Purpose of Splint – Splint has the following purposes:

1. To provide relief to the patient in pain.

2. To provide support to the patient's body part.

3. To apply traction.

4. For prevention and treatment of deformities.

Q. व्यायाम व सक्रियता से आप क्या समझते हैं? व्यायाम का महत्व व प्रकार लिखिए।

What do you understand with exercise and activity? Write importance and types of exercise.

उत्तर- स्वास्थ्य लाभ, रोगरहित एवं शारीरिक स्फूर्ति के लिये शारीरिक श्रम अथवा मांसपेशियों को क्रियाशील बनाना अति आवश्यक होता है व्यायाम एक ऐसी क्रिया है जिसके करने से या उपयोग से व्यक्ति सुन्दर, तन्दरूस्त एवं खुश रहने का अनुभव करता है।

व्यायाम तथा सक्रियता का महत्व (Importance of Exercise and Activity) -

1. शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य में सुधार होना।

2. चिन्ता व तनावों से मुक्ति मिलना।

3. व्यक्ति के स्मरण या याद रखने की शक्ति में वृद्धि होना।

4. व्यक्ति के वायु संवातन में सुधार होना।

5. फुफ्फुसों का मजबूत होना।

6. शारीरिक विकृतियों जैसे, पादपात (foot drop) आदि का उपचार एवं बचाव।

7. व्यक्ति की पेशीय तान बनी रहती है।

8. व्यक्ति की जोड़ों की गतिशीलता बनी रहती है।

9. व्यक्ति मोटापे से दूर रहता है।

10. शरीर के तापक्रम का नियमन होता है।

11. व्यक्ति की कब्ज व गैस की शिकायत दूर हो जाती है।

12. व्यक्ति की भूख में बढ़ोतरी होती है।

13. व्यक्ति का रक्त परिसंचरण तंत्र (blood circulation) सक्रिय रहता है।

14. व्यक्ति के शारीरिक व मानसिक शक्ति का विकास होता है।

15. व्यक्ति की माँसपेशियां मजबूत होती हैं तथा माँसपेशियाँ तान बढ़ती है।

16. व्यक्ति के सौन्दर्य में वृद्धि होती है।

17. थ्रोम्बोसिस, एम्बोलिज्म से बचाव करता है।

18. ईडीमा (edema) को कम करता है।

19. वृक्कों के रक्त परिवहन को उद्दीप्त करता है।

20. व्यक्ति मानसिक रूप से प्रसन्न रहता है।

व्यायाम के प्रकार (Types of Exercise) व्यायाम मुख्य दो प्रकार के होते हैं-

1. सक्रिय व्यायाम (Active Exercise)

2. निष्क्रिय व्यायाम (Passive Exercise)

1. सक्रिय व्यायाम (Active Exercise)-

सक्रिय व्यायाम वह कहलाता है जिसमें व्यक्ति स्वयं बिना किसी की सहायता के चिकित्सक द्वारा बताए गए व्यायाम को करता है।

अस्पताल में फिजियोथैरेपिस्ट (physiotherapist) द्वारा बताए जाने वाले व्यायाम मरीज को करवाए जाते हैं जिनसे मरीज को स्वास्थ्य लाभ मिलता है।

मरीज द्वारा किए जाने वाले सक्रिय व्यायाम निम्न हैं

• बिस्तर पर लेटकर ही अपनी टाँगों को घुटनों से मोड़ना तथा वापिस करना।

• बिस्तर पर लेटकर ही हाथों को हिलाना-डुलाना।

• बिस्तर पर अपनी स्थिति बदलना (कभी बैठना, कभी दायीं या बायीं करवट लेना)।

• बिस्तर पर बैठे-बैठे ही स्वयं अपनी क्षमता के अनुसार हाथ पैरों की मालिश करना।

• गर्दन का व्यायाम (nodding head) सिर हिलाना।

• गहरी सांस लेने वाला व्यायाम करना।

• मरीज को पैदल चलाने के लिये तैयार करना।

• पादपात (foot drop) एवं अन्य विकृतियों को रोकने के लिये व्यायाम।

2. निष्क्रिय व्यायाम (Passive Exercise)

वह व्यायाम निष्क्रिय कहलाता है जिसे मरीज स्वयं अपनी इच्छा से या शारीरिक असमर्थता की वजह से नहीं कर पाता है, इसमें नर्स द्वारा मरीज को व्यायाम कराया जाता है।

जो मरीज लम्बे समय से बिस्तर पर लेटे हुए हों या जो मरीज अपनी शरीर को हिलाने-डुलाने में असमर्थ हों ऐसे मरीजों के लिये नर्स या डॉक्टर द्वारा व्यायाम कराना आवश्यक होता है ताकि मरीज की जोड़ों की क्रियाशीलता बनी रहे व पेशीय तान (muscular tone) में वृद्धि हो सके।

निष्क्रिय व्यायाम के उदाहरण निम्न हैं-

• नर्स द्वारा मरीज की बिस्तर पर स्थिति बदलना।

• नर्स द्वारा मरीज को बिस्तर पर बिठाना या लिटाना।

• नर्स द्वारा मरीज के प्रेशर पोइंट (pressure point) की देखभाल करना।

• नर्स द्वारा मरीज की हाथ पैरों की exercise करवाना।

• नर्स द्वारा मरीज को बिस्तर पर ही व्यायाम कराना।

Answer: For health benefits, disease-free and physical vigor, it is very important to do physical work or make the muscles active.

Exercise is such an activity by doing or using which a person feels beautiful, healthy and happy.

Importance of Exercise and Activity -

1. Improvement in physical and mental health.

2. Getting relief from worries and stresses.

3. Increase in the person's memory power.

4. Improvement in air ventilation of the person.

5. Strengthening of lungs.

6. Treatment and prevention of physical deformities like foot drop etc.

7. The person's muscle tone remains intact.

8. Mobility of the person's joints remains intact.

9. The person stays away from obesity.

10. Body temperature is regulated.

11. The person's complaint of constipation and gas goes away.

12. The person's appetite increases.

13. The blood circulation system of the person remains active.

14. A person's physical and mental strength develops.

15. The muscles of the person become stronger and muscle tone increases.

16. The beauty of the person increases.

17. Prevents thrombosis, embolism.

18. Reduces edema.

19. Stimulates blood transport in the kidneys.

20. The person remains mentally happy.

Types of Exercise: There are two main types of exercise-

1. Active Exercise

2. Passive Exercise

1. Active Exercise -

Active exercise is called that in which the person himself does the exercise prescribed by the doctor without anyone's help.

In the hospital, the patient is given exercises prescribed by the physiotherapist, which provide health benefits to the patient. Active exercises to be done by the patient are as follows-

• Bending and returning your legs from the knees while lying on the bed.

• Moving hands only while lying on the bed.

• Changing your position in bed (sometimes sitting, sometimes turning to the right or left side).

• Massaging your hands and feet as per your capacity while sitting on the bed.

• Nodding head exercise.

• Doing deep breathing exercises.

• Preparing the patient for walking.

• Exercise to prevent foot drop and other deformities.

2. Passive Exercise:

The exercise which the patient is not able to do on his own will or due to physical inability is called passive exercise. In this, the patient is made to

exercise by the nurse.

For those patients who are lying on the bed for a long time or who are unable to move their body, it is necessary for such patients to get exercise done by a nurse or doctor so that the patient's joints function is maintained and muscular tone is maintained. Can increase.

Following are examples of passive exercise:

• Changing the position of the patient on the bed by the nurse.

• Making the patient sit or lie down on the bed by the nurse.

• Taking care of the pressure points of the patient by the nurse.

• Getting the patient's arms and legs exercised by the nurse.

• The nurse should make the patient do exercises in bed.

Q. स्वच्छता से आप क्या समझते हैं?

What do you understand with hygiene?

उत्तर- स्वच्छता (hygiene)

शब्द की उत्पत्ति यूनानी शब्द "Hygeia" से हुई है जिसका अर्थ होता है "स्वास्थ्य की देवी"।

स्वास्थ्य लाभ एवं आरोग्य होने के लिए स्वच्छता का महत्वपूर्ण योगदान होता है।

व्यक्ति के सुख और अच्छे स्वास्थ्य के लिए स्वच्छता को कायम रखना अति आवश्यक होता है। स्वच्छता वह विज्ञान व कला है जो कि स्वास्थ्य की सुरक्षा एवं उन्नति से संबंधित होता है।

स्वच्छता के मुख्य दो क्षेत्र होते हैं-

1. व्यक्तिगत स्वच्छता

2. पर्यावरणीय स्वच्छता

Answer- The word hygiene originates from the Greek word “Hygeia” which means “Goddess of Health”. Cleanliness plays an important role in health

benefits and wellness. Maintaining cleanliness is very important for a person's happiness and good health. Hygiene is the science and art that is related to the protection and improvement of health. There are two main areas of cleanliness-

1. Personal hygiene

2. Environmental sanitation

Q. व्यक्तिगत स्वच्छता का अर्थ, उद्देश्य व महत्व लिखिए।

Write down the meaning, purpose and importance of personal hygiene.

उत्तर- अर्थ (Meaning) -

व्यक्तिगत स्वच्छता विशेष रूप से स्वच्छता के विकास हेतु प्रयुक्त की गई है।

जिससे शरीर के सभी अंगों की स्वच्छता पर ध्यान दिया जाता है। व्यक्तिगत स्वच्छता में व्यक्ति के सम्पूर्ण शरीर की उपयुक्त तरीके से देखभाल शामिल होती है।

अस्पताल में भर्ती मरीज की व्यक्तिगत स्वच्छता बहुत जरूरी होती है क्योंकि वहाँ वह कई बीमारियों से लड़ रहा होता है अतः उसकी साफ-सफाई व उसके आस-पास की भी साफ-सफाई करना बहुत जरूरी होता है जिससे उसके स्वास्थ्य में उन्नति हो और वह जल्द ठीक होकर अपने घर जा सके।

कुछ मरीज स्वयं अपनी स्वच्छता का ध्यान रखने में असमर्थ होते हैं उनके लिए एक नर्स को अपने रोगी की व्यक्तिगत स्वच्छता को बनाए रखने के लिये पूर्ण प्रयास करना चाहिए।

व्यक्तिगत स्वच्छता के उद्देश्य (Purpose of Personal Hygiene) -

1. स्वास्थ्य लाभ में वृद्धि होना।

2. स्वयं को रोगों से बचाना।

3. दूसरों को रोगों से बचाना।

4. अस्वस्थता को कम करना।

5. सर्वोत्तम स्वास्थ्य की प्राप्ति होना।

6. संक्रमणों पर नियंत्रण करना।

7. आँख, कान, नाक, हाथ, पैर आदि की स्वच्छता बनाए रखना।

8. प्रतिरक्षा क्षमता में वृद्धि होना।

9. स्वास्थ्य की पुर्नस्थापना।

10. व्यक्तिगत स्वास्थ्य स्तर में वृद्धि होना।

व्यक्तिगत स्वच्छता के महत्व (Importance of Good Personal Hygiene)

1. यह व्यक्ति को साफ-सुथरा रखने के लिये आवश्यक होती है।

2. व्यक्तिगत स्वच्छता व्यक्ति को सुन्दर बनाए रखती है।

3. व्यक्तिगत स्वच्छता से व्यक्ति की त्वचा (skin) सामान्य रहती है।

4. व्यक्तिगत साफ-सफाई से रोगों को दूर करने में मदद मिलती है।

5. व्यक्तिगत साफ-सफाई से मरीज के सारे अंगों की देखभाल हो जाती है।

6. व्यक्तिगत स्वच्छता मरीज की भूख बढ़ाने में सहायक होती है।

7. व्यक्तिगत स्वच्छता मरीज को अच्छी नींद लाने में सहायक होती है।

8. व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखने से समाज में भी अच्छा प्रभाव पड़ता है।

9. व्यक्तिगत स्वच्छता बनाए रखने से मरीज को संक्रमण (infection) होने से बचाया जा सकता है।

10. व्यक्तिगत स्वच्छता मरीज के स्वास्थ्य की उन्नति बनाए रखने में मदद करती है।

Answer: Meaning – Personal hygiene has been especially used for the development of cleanliness. Due to which attention is paid to the cleanliness of all parts of the body. Personal hygiene involves proper care

of a person's entire body.

Personal hygiene of a patient admitted in the hospital is very important because he is fighting many diseases there, hence it is very important to keep him clean and his surroundings clean so that his health improves and he recovers soon. He could recover and go home.

Some patients are unable to take care of their own hygiene, for them a nurse should make every effort to maintain the personal hygiene of his patient.

Purpose of Personal Hygiene -

1. Increase in health benefits.

2. To protect oneself from diseases.

3. To protect others from diseases.

4. Reducing morbidity.

5. To achieve best health.

6. Controlling infections.

7. Maintaining cleanliness of eyes, ears, nose, hands, feet etc.

8. Increase in immunity.

9. Restoration of health.

10. Increase in personal health level.

Importance of Good Personal Hygiene

1. It is necessary to keep the person clean.

2. Personal hygiene keeps a person beautiful.

3. Personal hygiene keeps a person's skin normal.

4. Personal cleanliness helps in eliminating diseases.

5. Through personal hygiene, all the body parts of the patient are taken care of.

6. Personal hygiene helps in increasing the appetite of the patient.

7. Personal hygiene helps the patient in getting good sleep.

8. Maintaining personal hygiene also has a good impact on the society.

9. By maintaining personal hygiene the patient can be protected from infection.

10. Personal hygiene helps in maintaining the health of the patient.

Q. व्यक्तिगत स्वच्छता हेतु गतिविधियां कौन-कौन सी हैं?

What are the activities of personal hygiene?

उत्तर- व्यक्तिगत स्वच्छता हेतु गतिविधियां निम्नलिखित हैं-

1. शरीर के सभी अंगों की स्वच्छता का ध्यान रखना।

2. शरीर के वजन पर नियंत्रण रखना।

3. अच्छी आदतों का निर्माण करना।

4. बुरी आदतों से दूर रहना जैसे- धूम्रपान, तंबाकू खाना आदि।

5. बीमार होने पर उपर्युक्त उपचार करवाना।

6. आहार, निद्रा, व्यायाम में संतुलन रखना।

7. समय-समय पर शारीरिक परीक्षण करवाते रहना।

8. व्यक्तिगत स्वास्थ्य से संबंधित शिक्षा प्राप्त करना।

9. स्वच्छता के प्रति जागरूक (aware) रहना।

10. स्वास्थ्य नियमों का पालन करना।

Answer- Following are the activities for personal hygiene-

1. Take care of the cleanliness of all parts of the body.

2. To control body weight.

3. Building good habits.

4. Stay away from bad habits like smoking, consuming tobacco etc.

5. To get the above mentioned treatment done in case of illness.

6. Maintaining balance in diet, sleep and exercise.

7. Getting physical tests done from time to time.

8. To receive education related to personal health.

9. To be aware of cleanliness.

10. Following health rules.

Q. व्यक्तिगत एवं पर्यावरणीय स्वच्छता को बनाए रखने में नर्स की क्या भूमिका होती है?

What are the roles of nurse in maintaining good personal and environmental hygiene?

उत्तर- व्यक्तिगत एवं पर्यावरणीय स्वच्छता बनाए रखने में नर्स की निम्नलिखित भूमिका होती है-

1. नर्स मरीज की सभी व्यक्तिगत स्वच्छता की प्रक्रियाओं में मदद करती है।

2. मरीज की देखभाल करने में नर्स का बहुत बड़ा योगदान होता है।

3. नर्स मरीज को बिस्तरी घाव (bed sore) होने की संभावना को कम करती है।

4. नर्स मरीज को होने वाले बिस्तरी घाव में देखभाल करती है।

5. नर्स मरीज की त्वचा की देखभाल कर उसे स्वच्छ महसूस कराती है।

6. नर्स मरीज को संक्रमण के खतरे से दूर करती है।

7. नर्स मरीज के बालों व सिर की देखभाल करती है।

8. नर्स मरीज को नाक, कान, मुँह व दाँतों को स्वच्छता प्रदान करती है।

9. नर्स मरीज के जननागों (genitalia) की देखभाल करती है।

10. नर्स अस्पताल के वातावरण को स्वच्छ रखती है।

11. नर्स पर्यावरणीय और व्यक्तिगत अस्वच्छता से होने वाली परेशानियों के बारे में शिक्षा प्रदान करती है।

12. नर्स समुदाय (community) के लोगों को प्रदूषित हवा, पानी, भोजन से होने वाली बीमारी के बारे में जागरूक (aware) करती है।

13. नर्स मरीज के आस-पास की सभी चीजों को साफ-सुथरा रखती है।

14. नर्स समुदाय (community) के लोगों को पर्यावरणीय एवं व्यक्तिगत स्वच्छता के बारे में शिक्षा प्रदान करती है।

15. नर्स वैज्ञानिक दृष्टिकोण अपनाते हुए मरीज को स्वच्छता प्रदान करती है।

Answer- The nurse has the following role in maintaining personal and environmental hygiene-

1. The nurse helps the patient in all personal hygiene procedures.

2. Nurses have a huge contribution in taking care of the patient.

3. The nurse reduces the chances of the patient getting bed sores.

4. The nurse provides care to the patient for bedsores.

5. The nurse takes care of the patient's skin and makes him feel clean.

6. The nurse removes the patient from the risk of infection.

7. The nurse takes care of the patient's hair and head.

8. The nurse provides hygiene to the patient's nose, ears, mouth and teeth.

9. The nurse takes care of the patient's genitalia.

10. The nurse keeps the hospital environment clean.

11. The nurse provides education about the problems caused by environmental and personal uncleanliness.

12. The nurse makes the people of the community aware about the diseases caused by polluted air, water and food.

13. The nurse keeps everything around the patient clean.

14. The nurse provides education to people in the community about environmental and personal hygiene.

15. The nurse provides hygiene to the patient adopting a scientific approach.

Q. रोगी की आँखों की देखभाल में नर्स का क्या उत्तरदायित्व है? समझाइए।

Describe the nurse's responsibility in care of eyes of patient.

उत्तर- प्राथमिक मूल्यांकन (Preliminary Assessment) -

1. मरीज के आँखों की जांच करें।

2. मरीज के आँखों के रोग का निदान करें।

3. मरीज की स्थिति का मूल्यांकन करें।

4. मरीज की यूनिट में उपलब्ध सामान को जांच लें।

5. मरीज को शारीरिक व मानसिक रूप से तैयार करें।

6. मरीज को मनोवैज्ञानिक सहारा दें।

सामान की तैयारी (Preparation of the Article).

सामान (Article).		**उद्देश्य (Purpose)**
मैकिनटोश एवं तौलिय.	-	बिस्तर एवं तकिए की सुरक्षा हेतु
विसंक्रमित बाउल (bowl) जिसमें रूई के फोहे रखे हों।		- आँखों की सफाई के लिये।
विसंक्रमित नॉर्मल सलाइन (normal saline) या अन्य कोई घोल	-	आँखों की सफाई हेतु।
किडनी ट्रे (kidney tray) या paper bag.	-	व्यर्थ पदार्थों को एकत्रित करने हेतु
एक स्वच्छ तौलिया.	-	चेहरा पोंछने हेतु।
डिस्पोजेबल ग्लव्ज.	-	हाथों में पहनने के लिये।

प्रक्रिया (Procedure) -

1. सबसे पहले हाथों को साफ करें।

2. एक बाउल (bowl) में विसंक्रमित नॉर्मल सलाइन (normal saline) लें।

3. उसमें रूई के फोए (cotton swabs) भिगों लें।

4. बेड साइड टेबल पर सारा सामान जमा लें।

5. मरीज के सामने खड़े होकर विसंक्रमित फोए (swab) से आँखें साफ करें। एक आँख के लिये एक swab का उपयोग करें।

6. आँखें आंतरिक कनखी (inner canthus) से साफ करना प्रारम्भ करें और बाह्य कनखी (outer canthus) की ओर खत्म करें।

7. एक बार में एक ही swab का इस्तेमाल करें।

8. पपड़ी बने स्रावों को निकालने के लिये आँख बंद करवाकर उन पर गुनगुने पानी में गीला गाँज का टुकड़ा रखें जिससे पपड़ी नर्म होकर आसानी से निकल जाए।

9. प्रक्रिया समाप्त होने के बाद तौलिए (face towel) से चेहरा पोंछ दें एवं हाथ धो लें।

Answer- Preliminary Assessment -

1. Examine the patient's eyes.

2. Diagnose the patient's eye disease.

3. Assess the patient's condition.

4. Check the items available in the patient's unit.

5. Prepare the patient physically and mentally.

6. Provide psychological support to the patient.

Preparation of the Article

Goods (Article).		**Purpose**
macintosh and towel.	-	to protect the bed and pillow.
Disinfected bowl containing cotton swabs.	-	For cleaning the eyes.
Sterile normal saline or other solution.	-	To clean the eyes
kidney tray or paper bag.	-	to collect waste materials
a clean towel.	-	To wipe the face.
disposable gloves.	-	To wear in hands.

Procedure -

1. First clean your hands.

2. Take sterilized normal saline in a bowl.

3. Soak cotton swabs in it.

4. Collect all the stuff on the bed side table.

5. Stand in front of the patient and clean the eyes with a sterile swab. Use a swab for one eye.

6. Start cleaning the eyes from the inner canthus and finish towards the outer canthus.

7. Use only one swab at a time.

8. To remove the secretions formed by scabs, close your eyes and place a piece of hemp soaked in lukewarm water on them so that the scab becomes soft and can be easily removed.

9. After the process is over, wipe your face with a towel and wash your hands.

Q. रोगी की मुँह की देखभाल से आप क्या समझते हैं तथा इसके उद्देश्य बताइए।

What do you understand with care of mouth of patient or oral hygiene? Write its purpose?

उत्तर- यह विधि मुँह को स्वस्थ रखने की प्रक्रिया कहलाती है।

इस विधि के द्वारा मुख को बुरे स्वाद, दुर्गंध और जीवाणु वृद्धि से मुक्त किया जाता है।

मुख की देखभाल के अंर्तगत, दांतों, मसूड़ों एवं होठों की स्वच्छता भी शामिल होती हैं।

मुख व्यक्ति के शरीर में रोगजनक सूक्ष्म जीवों के प्रवेश का एक मुख्य द्वार या मार्ग होता है।

यदि मुख की पर्याप्त स्वच्छता नहीं रखी जाए तो बीमारी फैलाने वाले रोगाणु शरीर में प्रविष्ट हो जाते हैं तथा बीमारी उत्पन्न करते हैं।

कई बार अस्वस्थता के कारण मरीज अपनी मुखीय स्वच्छता बनाये रखने में असमर्थ होता है ऐसी स्थिति में नर्स को मरीज के दांत तथा मुख गुहा की उपर्युक्त देखभाल करनी चाहिए।

मुख की अस्वच्छता के कारण मुख, दाँत, जीभ, मसूड़े आदि से संबंधित कई समस्याएँ उत्पन्न हो सकती हैं जिनमें से कुछ मुख्य निम्न हैं-

1. दंत शोथ (Gingivitis) - मसूड़ों का प्रवाह।

2. जिव्हाशोथ (Glossitis) - जिव्हा का प्रवाह।

3. दंत मूल व्रण (Root abscess)- दंत मूल में मवाद बनना।

4. मुख शोथ (Stomatitis) मुख गुहा की श्लेष्मा झिल्ली का प्रवाह।

5. रक्तस्त्रावयुक्त मसूड़े (Bleeding gums) - मसूड़ों से रक्तस्त्राव।

6. कीलोसिस (Cheilosis) होठों का फट जाना आदि।

इस प्रकार स्पष्ट है कि मुँह की उपर्युक्त साफ-सफाई से समस्याओं की आसानी से रोकथाम की जा सकती है।

उद्देश्य (Purpose) -

1. मरीज के मुख गुहा एवं संबंधित अंगों के संक्रमण की रोकथाम करना।

2. मरीज के मुँह से बदबू आने से रोकना।

3. मरीज के दाँतों को साफ रखने हेतु।

4. मरीज के मुख, दाँतों एवं मसूड़ों को स्वस्थ रखने हेतु।

5. मरीज के लारमयता (salivation) को बढ़ाने हेतु।

6. मरीज को तरो-ताजा महसूस करवाना।

7. मरीज की भूख बढ़ाने हेतु।

8. मरीज के मुख में स्थित श्लेष्मा झिल्ली को सूखने से बचाना।

Answer- This method is called the process of keeping the mouth healthy.

By this method the mouth gets rid of bad taste, odor and bacteria Is freed from growth. Oral care also includes cleanliness of teeth, gums and lips.

face of person There is a main gate or route for the entry of pathogenic microorganisms into the body.

If adequate oral hygiene is not maintained, disease causing germs enter the body and cause disease. Many times, due to illness, the patient is unable to maintain his oral hygiene. In such a situation, the nurse has to take care of the patient.

The above mentioned care of teeth and oral cavity should be taken. Due to oral uncleanliness, many problems related to mouth, teeth, tongue, gums etc. can arise, some of the main ones are as follows-

1. Gingivitis – Gingivitis.

2. Glossitis - flow of tongue.

3. Root abscess – Formation of pus in the tooth root.

4. Stomatitis: Inflammation of the mucous membrane of the oral cavity.

5. Bleeding gums (Bleeding gums) - Bleeding from the gums.

6. Cheilosis: Cracking of lips etc.

Thus, it is clear that the problems can be easily prevented by the above mentioned cleanliness of the mouth.

Purpose -

1. To prevent infection in the patient's oral cavity and related organs.

2. To prevent bad breath from the patient.

3. To keep the patient's teeth clean.

4. To keep the patient's mouth, teeth and gums healthy.

5. To increase salivation of the patient.

6. To make the patient feel fresh.

7. To increase the appetite of the patient.

8. To protect the mucous membrane present in the patient's mouth from drying out.

Q. किन-किन रोगियों को मुखीय स्वच्छता की आवश्यकता होती है?

Which patients require or need most oral hygiene?

उत्तर- रोगी जिन्हें विशेष मुखीय स्वच्छता की आवश्यकता होती है निम्नलिखित हैं-

1. मुँह से सांस ले रहे मरीज के लिए।

2. बेहोश या अचेत (unconscious) मरीज के लिए।

3. लक्वाग्रस्त रोगी के लिये।

4. पोस्ट ऑपरेटिव (postoperative) रोगी के लिये।

5. ऐसे रोगी जो लम्बे समय से गहरे सेडेशन (sedation) के प्रभाव में हो।

6. कुपोषित और निर्जलीकरण से ग्रसित रोगी।

7. असहाय रोगी।

8. मुँह की बीमारी से पीड़ित रोगी।

9. रोगी जो कि ट्यूबफीडिंग (tube feeding) या गेस्ट्रोस्टोमी फीडिंग (gastrostomy feeding) ले रहे हों।

Answer- Patients who require special oral hygiene are the following-

1. For mouth breathing patients.

2. For unconscious or unconscious patient.

3. For a paralyzed patient.

4. For post-operative patient.

5. Patients who are under the influence of deep sedation for a long time.

6. Patients suffering from malnutrition and dehydration.

7. Helpless patient.

8. Patient suffering from oral disease.

9. Patients who are taking tube feeding or gastrostomy feeding.

Q. रो**गी की मुख की देखभाल में नर्स का क्या उत्तरदायित्व है?**

What is the responsibility of nurse in care of mouth?

Or

रोगी की मुख की देखभाल की नर्सिंग केयर को विस्तार से समझाइए।

Explain the nursing care of patient's oral hygiene.

उत्तर- प्राथमिक मूल्यांकन (Preliminary Assessment) -

1. मुख गुहा की स्थिति को जाँचें।

2. मरीज की चेतन्य स्थिति को जाँचें।

3. मरीज स्वयं देखभाल करने योग्य है या नहीं इसकी भी जाँच करें।

4. मरीज की यूनिट में उपलब्ध सामान को जाँचें।

5. चिकित्सक द्वारा आदेश का पालन करें।

6. मरीज की सामान्य स्थिति कैसी है देखें।

सामान की तैयारी (Preparation of the Articles) -

सामान (Article). उद्देश्य (Purpose)

मैकिनटोश. - बिस्तर एवं वस्त्रों को खराब होने से बचाने के लिये।

फेस टॉवल. - मुँह पोंछने हेतु।

आरट्री फोरसेप्स (Artery forceps). - swab पकड़ने हेतु

डिसेक्टिंग फोरसेप्स (Dissecting forceps)

2 छोटे जग. - गर्म व ठंडा पानी भरने हेतु।

किडनी ट्रे (Kidney tray). - बेकार पानी एकत्रित करने के लिये।

पेपर बैग. - गंदे फोहों (swabs) को रखने के लिये।

2 कटोरे. - नकली दांत रखने हेतु।

माउथ गैंग (Mouth gag). - उचित मुँह खोलने के लिये।

गाँज के टुकड़े. - मुँह साफ करने हेतु।

फीडिंग कप (Feeding cup). - लेटी हुई स्थिति में मुँह में पानी डालने हेतु।

दंतमंजन (Dentifrice). - दांत साफ करने हेतु।

प्रशामक (Emollients). - होठों पर लगाने हेतु।

मुख प्रक्षालक (Mouth wash). - दुर्गंध को नष्ट करने हेतु।

मुँह साफ करने के लिये उपयोग में लाये जाने वाले घोल (Solution used for oral care)

1. पोटेशियम परमेनगनेट (Potassium permanganate) का 1: 5000 का घोल।

2. हाइड्रोजन परओक्साइड (Hydrogen peroxide H,O_2) का 1:8 का घोल।

3. नॉर्मल सलाइन (Normal saline) or सोडियम क्लोराइड (sodium chloride)।

उपयोग में लाये जाने वाले प्रशामक (Emollients)

1. मलाई या मक्खन (Cream or butter)

2. सफेद वैसलीन (White vaseline)

3. तरल पैराफिन (Liquid Paraffin)

4. जैतून का तेल (Olive oil)

5. ग्लिसरीन बॉरेक्स (Glycerine Borax)

मरीज एवं यूनिट की तैयारी (Preparation of the patient and unit) -

1. यदि मरीज conscious हो तो पहले उसे इस प्रक्रिया के बारे में समझाएँ।

2. मरीज को आरामदायक स्थिति प्रदान करें।

3. मरीज यदि शर्मीला (shy) हो तो उसे एकांत प्रदान करें।

4. यदि मरीज चेतन्य (conscious) हो तो उसे बैठी हुई स्थिति में लाएँ यानि फाउलर्स स्थिति (fowler's position) प्रदान करें।

5. उसके सामने कार्डियक टेबल रखकर उस पर सारा सामान रख लें।

6. मरीज एवं नर्स के सुविधानुसार सामान रखें ताकि सामान लेने में परेशानी न हों।

7. यदि मरीज ने नकली दांत (denture) लगा रखा हैं तो उसे निकालकर स्वच्छ जल से भरे कटोरे में रख दें।

8. मेकिनटोश एवं फेस टॉवल (तोलिया) को वक्ष पर बिछा दें।

9. यदि मरीज अचेतन हो या स्वयं साफ-सफाई करने में असमर्थ हो तो मरीज को side lying position या left lateral position में लेटा दें।

10. किडनी ट्रे को मरीज के गाल के पास रखें ताकि उसमें व्यर्थ जल एकत्रित हो सके।

चेतन्य मरीज के लिये मुँह की देखभाल की प्रक्रिया (Oral care procedure for the conscious patient) -

1. सबसे पहले हाथ धो लें।

2. गर्म व ठंडा पानी मिलाकर रखें।

3. प्रयुक्त घोल तैयार करें।

4. मरीज के कुल्ला करने में और मुँह धोने में मरीज की सहायता करें।

5. व्यर्थ पानी को एकत्रित करने के लिये किडनी ट्रे तैयार रखें।

6. टूथ ब्रश पानी में भिगोकर उस पर पेस्ट लगाकर मरीज को दें।

7. मरीज को ब्रश अच्छी तरह से करने के लिये निर्देश दें या उसे अच्छी तरह से ब्रश करवाएँ।

8. ब्रश करने के बाद उसे अच्छी तरह से धोकर वापिस रख दें।

9. मरीज को कुल्ला करने के लिये निर्देश दें।

10. मरीज को अपना मुँह अच्छी तरह से धोने में उसकी सहायता करें।

11. मरीज को मसूड़ों की मालिश करने को कहें।

12. मरीज को अपना चेहरा धोने व हाथ धोने में उसकी सहायता करें तथा टॉवल से पोंछ दें।

13. मरीज के होंठों पर प्रशामक का उपयोग करें।

14. मरीज को आरामदायक स्थिति प्रदान करें।

अचेतन्य मरीज के मुँह की देखभाल करने की प्रक्रिया (Oral care procedure for the unconscious patient) -

1. सबसे पहले हाथ धो लें।

2. मुँह धोने के लिये घोल (antiseptic lotion) तैयार करें।

3. सारा सामान अपनी सुविधानुसार तैयार रखें।

4. मरीज को करवट वाली स्थिति में लेटा लें।

5. किडनी ट्रे को गाल के पास रखें।

6. अचेतन्य मरीज के मुँह में पानी न डालें।

7. आरट्री फोरसेप्स से गाँज के पीस पकड़कर मुँह के अन्दर साफ करें।

8. गॉज पीस फोरसेप्स पर अच्छी तरह लपेटें जिससे उसके कोने ढँक जाएँ।

9. गॉज को घोल से गीला कर अच्छी तरह से सफाई करें।

10. दाँतों के सभी भागों को एवं सतहों को अच्छे से साफ करें।

11. दाँतों के अन्दर की ओर की सतहों को साफ करने के लिये माउथ गैंग का उपयोग करें।

12. प्रत्येक भाग की सफाई के लिये अलग-अलग गाँज पीस का इस्तेमाल करें।

13. जीभ को भी अच्छी तरह साफ करें।

14. प्रक्रिया पूर्ण होने के बाद स्वच्छ टॉवल से चेहरे एवं होठों को पोंछ दें।

15. अब मरीज को सीधा लेटा दें।

Answer- Preliminary Assessment -

1. Check the condition of the oral cavity.

2. Check the patient's conscious state.

3. Also check whether the patient is capable of taking care of himself or not.

4. Check the supplies on the patient's unit.

5. Follow orders by the doctor.

6. See the general condition of the patient.

Preparation of the Articles -

Goods (Article).	Purpose
macintosh.	- To protect bedding and clothes from getting spoiled.
face towel.	- To wipe the mouth.
Artery forceps.	- to hold the swab
Dissecting forceps	
2 small jugs.	- To fill hot and cold water.
Kidney tray.	- To collect waste water.
paper bag.	- To store dirty swabs.
2 bowls.	- To keep false teeth.
Mouth gag.	- To open the mouth appropriately.
pieces of marijuana.	- To clean the mouth.
Feeding cup.	- To pour water into the mouth while lying down.
Dentifrice.	- To clean teeth.
Emollients.	- To apply on lips.
Mouth wash.	- To eliminate bad odor.

Solution used for oral care

1. 1:5000 solution of potassium permanganate.
2. 1:8 solution of hydrogen peroxide (H,O_2).
3. Normal saline or sodium chloride.

Emollients used

1. Cream or butter

2. White vaseline

3. Liquid Paraffin

4. Olive oil

5. Glycerine Borax

Preparation of the patient and unit -

1. If the patient is conscious then first explain this procedure to him.

2. Provide comfortable position to the patient.

3. If the patient is shy, provide him solitude.

4. If the patient is conscious, bring him to a sitting position i.e. provide Fowler's position.

5. Place a cardiac table in front of it and keep all the items on it.

6. Keep the items as per the convenience of the patient and nurse so that there is no problem in taking the items.

7. If the patient is wearing a denture, then remove it and keep it in a bowl filled with clean water.

8. Spread macintosh and face towel on the chest.

9. If the patient is unconscious or unable to clean himself, then make the patient lie in side lying position or left lateral position.

10. Keep the kidney tray near the patient's cheek so that waste water can collect in it

Oral care procedure for the conscious patient -

1. First of all wash your hands.
2. Mix hot and cold water.
3. Prepare the solution to be used.
4. Help the patient gargle and wash the mouth.
5. Keep a kidney tray ready to collect waste water.
6. Soak the toothbrush in water, apply paste on it and give it to the patient.
7. Instruct the patient to brush properly or get him to brush properly.
8. After brushing, wash it thoroughly and put it back.
9. Instruct the patient to gargle.
10. Help the patient to wash his/her mouth thoroughly.
11. Ask the patient to massage the gums.
12. Help the patient to wash his face and hands and wipe them with a towel.
13. Use sedatives on the patient's lips.
14. Provide comfortable position to the patient.

Oral care procedure for the unconscious patient -

1. First of all wash your hands.
2. Prepare antiseptic lotion for washing the mouth.
3. Keep all the stuff ready as per your convenience.
4. Make the patient lie down in the side position.
5. Place the kidney tray near the cheek.

6. Do not pour water into the mouth of an unconscious patient.

7. Hold the pieces of marijuana with artery forceps and clean them inside the mouth.

8. Wrap the gauze piece tightly around the forceps so that its corners are covered.

9. Wet the gauze with the solution and clean thoroughly.

10. Clean all parts and surfaces of the teeth thoroughly.

11. Use a mouth gangue to clean the inner surfaces of the teeth.

12. Use different gauze pieces to clean each part.

13. Clean your tongue thoroughly.

14. After completion of the process, wipe the face and lips with a clean towel.

15. Now make the patient lie straight.

Q. बिस्तरी घाव क्या है? बेहोश रोगी के बिस्तरी घाव की रोकथाम कैसे की जाए? What is bed sore? How we prevent bed sore in unconscious patient?

Or

दाब व्रण या शय्या व्रण किसे कहते हैं? इसके सामान्य स्थान, कारण व लक्षण लिखिए।

What is decubitus ulcer? Write its common sites, causes and symptoms.

Or

बेड सोर को परिभाषित करें। इसके सामान्य स्थान व कारण लिखिए एवं इसकी रोकथाम व उपचार कैसे कर सकते हैं?

Define bed sore. Write its common sites and causes. How we treat and prevent bed sore?

उत्तर- किसी व्यक्ति या मरीज के लम्बे समय तक बिस्तर पर लेटे रहने या कुर्सी पर बैठे रहने से या फिर एक ही स्थिति में बने रहने से उसके शरीर के कुछ ऊतक क्षेत्रों पर दबाव पड़ने के कारण उन अंगों की ओर रक्त संचार कम हो जाता है जिससे ऊतकों की क्षति (necrosis) हो जाती है और वहाँ घाव बन जाते हैं।

इस तरह होने वाले घावों को दाब व्रण, बिस्तर व्रण या बिस्तरी घाव कहते हैं। इन्हें शय्याव्रण (decubitus ulcer) भी कहा जाता है।

बिस्तरी घाव होने के सामान्य स्थान (Common sites of Bed Sore)

1. सुपाइन स्थिति (Supine position)

सिर का पश्च भाग (Posterior portion of head), कंधे (Shoulder), कोहनियाँ (elbows), कमर (waist), नितम्ब (buttocks), एड़ियाँ (heels)

2. अधोमुख स्थिति (Prone Position) -

कान (Ear), छाती (Chest), गाल (Cheeks), घुटने (Knees), महिलाओं में स्तन (Breast), पुरूषों में जननांग, पाँव की अंगुलियाँ (Toes)

3. पार्श्व स्थिति (Lateral Position) -

कान (Ear), कंधों (Shoulder), गाल (Cheeks), पसलियाँ (Ribs), नितम्ब का ग्रेटर ट्रोकेन्टर घुटने का पार्श्व (Lateral side of knees), रखना (Ankle)

4. फाउलर्स स्थिति (Fowler's position)

सिर का पिछला भाग (Posterior portion of head), कन्चे (Shoulder), कोहनियाँ (Elbow), सेक्रम (Sacrum), नितम्ब (Buttocks), एड़ियाँ (Heels)

5. बैठी हुई स्थिति (Sitting Position)

सैकरम (Sacrum), कंधे (Shoulder), नितम्ब (Buttocks), एड़ियों के पीछे वाला हिस्सा (Back of heel),

दबाव व्रणों के कारण (Causes of Pressure Sore) दाब व्रण दो प्रकार के हो सकते हैं-

A. प्रत्यक्ष या तात्कालिक कारण (Direct or immediate causes)

B. रोग प्रवण या रोगोन्मुख कारण (Pre-disposing factor causes)

A. प्रत्यक्ष या तात्कालिक कारण (Director immediate causes) -

1. दबाव (Pressure) मरीज का लम्बे समय से एक ही स्थिति में लेटे रहने से शरीर के ऊतक, अंग या दाब बिन्दु पर दबाव पड़ने से घाव उत्पन्न हो जाते हैं।

2. घर्षण (Friction) - मरीज के शरीर का कोई भी ऊतक, अंग यदि किसी कठोर या खुरदरी सतह के घर्षण या रगड़ में आता है तब भी ऊतकों की क्षति हो जाती है और घाव उत्पन्न होते हैं।

3. नमी (Moisture) लम्बे समय से किसी मरीज के शरीर के ऊतक अंग यदि नमी के सम्पर्क में रहते हैं तो उसकी त्वचा नम होने के कारण आसानी से गल सकती है और त्वचा का मृदुकरण (maceration) भी हो जाता है। ऐसे मरीज जिन्हें पसीना ज्यादा आता हो उन्हें भी दाबव्रण होने की संभावना होती है।

4. रोगजनक जीवों की उपस्थिति (Presence of pathogenic organism) नियमित रूप से साफ सफाई न होने से शरीर में सूक्ष्म जीव उत्पन्न या उपस्थित हो जाते हैं। अतः त्वचा पर संक्रमण (infection) हो जाता है।

B. रोगोन्मुख कारण (Pre-disposing causes) -

1. घटी हुई जीवन शक्ति

2. दुर्बलता

3. इडीमा (oedema)

4. स्थूलता (obesity)

5. क्षतिग्रस्त रक्त संचार (improper blood circulation)

Q. दाब व्रणों के लक्षण (Sign and symptoms of bed sore) -

1. लालपन (Redness)

2. जलन (Burning sensation)

3. दाबवेदना (Tenderness)

4. बैचेनी (Irritation)

5. नीला पड़ जाना (Cyanosis)

6. असुविधा (Uneasiness)

7. स्थानीय ईडीमा (Oedema)

8. प्रभावित क्षेत्र ठंडा तथा संवेदनशील लगता है।

बिस्तरी घाव की स्टेज (Stage of Bed sore) -

1. स्टेज I - रोगी की त्वचा लाल हो जाती है और त्वचा में चमक आने लगती है। इसमें रोगी की एपिडरमिस (epidermis) त्वचा सम्मिलित होती है तथा त्वचा नरम व पीड़ाजनक हो जाती है।

2. स्टेज II – इसमें त्वचा का रंग नीला पड़ जाता है तथा epidermis के साथ-साथ dermis layer भी प्रभावित हो जाती है। त्वचा पर पानी से भरे फफोले उत्पन्न हो जाते हैं तथा खुले घाव की तरह दिखाई देने लगते हैं।

3. स्टेज III – इसमें त्वचा की तीनों परतें epidermis, dermis तथा subcutaneous प्रभावित हो जाती हैं। घाव में से रिसाव शुरू हो जाता है तथा त्वचा का रंग भूरा व नीला-पीला पड़ जाता है।

4. स्टज IV - ये बड़ी ही गम्भीर अवस्था होती है। इस अवस्था में घाव बहुत ही गहरा हो जाता है तथा हड्डियाँ दिखने लग जाती हैं। घाव से बदबू आने लगती है तथा ऊतक नष्ट हो जाते हैं और त्वचा का रंग काला हो जाता है।

दाब व्रण ग्रहणशील मरीज (Bed sore susceptible patient) -

1. अचेतन्य मरीज (Unconscious patient)
2. स्थूल मरीज (Obese patient)
3. अत्यधिक दुबले-पतले मरीज (Very thin patient)
4. संवेदनहीनता से पीड़ित मरीज
5. कुपोषणग्रस्त मरीज
6. शल्यक्रिया ग्रस्त मरीज
7. अतिज्वरग्रस्त मरीज जिन्हें अधिक पसीना आता हो।
8. अत्यधिक उम्र के शय्याग्रस्त मरीज
9. मधुमेह के मरीज
10. मूत्र एवं मल के असंयम से पीड़ित मरीज।

बिस्तरी घाव में नर्सिंग देखभाल (Nursing care in Bed Sore) -

1. रिस्क ग्रुप वाले मरीजों की पहचान करें।
2. मरीज को बिस्तरी घाव होने के कारण पता करें।
3. मरीज की त्वचा का दैनिक व नियमित रूप से परीक्षण करें।

4. मरीज के बिस्तरी घाव का अवलोकन करें।

5. मरीज की स्थिति समय-समय पर बदलते रहें।

6. बिस्तर को साफ-सुथरा एवं सलवट रहित व नमी रहित रखें।

7. मरीज तथा उसके परिजनों को मनोवैज्ञानिक सहारा प्रदान करें।

8. मरीज की व्यक्तिगत स्वच्छता का ध्यान रखें।

9. मरीज को हवाई गद्दे या हवाई कुशन (air cushion) प्रदान करें।

10. मरीज को प्रतिदिन सुविधानुसार व्यायाम करवाएँ।

11. मरीज के घावों की सख्त विसंक्रमित तकनीक के साथ ड्रेसिंग करें।

12. मरीज के घाव के आस-पास के क्षेत्र को शुष्क एवं साफ रखें।

13. मरीजों को पर्याप्त मात्रा में तरल तथा उच्च प्रोटीन एवं विटामिनयुक्त आहार दें।

14. मरीज की पीठ पर पाउडर लगाएँ।

15. त्वचा की आरोग्य कारक शिक्षा के बारे में मरीज एवं उसके परिजनों को शिक्षित करें।

16. गीले कपड़े या बिस्तर तुरन्त बदल दें।

दाब व्रणों की रोकथाम एवं उपचार (Prevention and Treatment of Bed Sore) -

1. घाव को साफ करने के लिये नार्मल सलाइन (normal saline) का प्रयोग करें।

2. घाव को बोरिक एसिड लोशन या हाइड्रोजन परऑक्साइड (hydrogen peroxide) से साफ करना चाहिए।

3. घाव की उचित दूरी से 100 वॉट के बिजली के बल्ब द्वारा सिकाई करें।

4. चिकित्सीय निर्देशानुसार मरीज को एन्टीबायोटिक थैरेपी (antibiotic therapy) देनी चाहिए।

5. घाव की सतह पर जिंक ऑक्साइड लगाना चाहिये।

Answer: When a person or patient lies on a bed or sits on a chair for a long

time or remains in the same position, blood circulation to those organs reduces due to pressure on some tissue areas of the body. Due to which tissue damage (necrosis) occurs and wounds are formed there. Wounds occurring in this manner are called pressure ulcers, bed ulcers or bed sores. These are also called decubitus ulcers.

Common sites of Bed Sore

1. Supine position Posterior portion of head, shoulders, elbows, waist, buttocks, heels

2. Prone Position – Ears, Chest, Cheeks, Knees, Breasts in women, Genitals in men, Toes.

3. Lateral Position – Ear, Shoulder, Cheeks, Ribs, Greater Trochanter of the hip, Lateral side of knees, Ankle

4. Fowler's position Posterior portion of head, Shoulders, Elbows, Sacrum, Buttocks, Heels.

5. Sitting Position - Buttocks, Back of heel, Sacrum, Shoulder

Causes of Pressure Sore: Pressure ulcers can be of two types-

A. Direct or causes immediate

B. Pre-disposing factor causes

A. Direct or immediate causes -

1. Pressure on the tissue, organ or pressure point of the body due to the patient lying in the same position for a long time. Wounds occur due to pressure.

2. Friction - If any tissue or organ of the patient's body comes under friction or rubbing against any hard or rough surface, then the tissues get damaged and wounds occur.

3. Moisture: If the tissue parts of a patient's body remain in contact with moisture for a long time, then his

Due to the skin being moist, it can melt easily and maceration of the skin also occurs. Patients who sweat excessively are also likely to develop pressure ulcers.

4. Presence of pathogenic organisms: Due to lack of regular cleanliness, micro-organisms are produced or present in the body. Therefore, infection occurs on the skin.

B. Pre-disposing causes -

1. Decreased vitality

2. Weakness

3. Edema

4. Obesity

5. Improper blood circulation

Symptoms of pressure ulcers (Sign and symptoms of bed sore) -)-

1. Redness

2. जलन (Burning sensation)

3. Tenderness

4. Irritation

5. Cyanosis

6. Uneasiness

7. Local edema

8. The affected area feels cold and sensitive.

Stage of bed sore -

1. Stage I – The patient's skin becomes red and the skin starts glowing. In this, the epidermis of the patient's skin is involved and the skin becomes soft and painful.

2. Stage II – In this the skin color turns blue and along with the epidermis, the dermis layer also gets affected. Water-filled blisters develop on the skin and appear like open wounds.

3. Stage III – In this, all three layers of the skin – epidermis, dermis and subcutaneous – are affected. The wound starts oozing and the skin color turns brown and blue-yellow.

4. Stage IV – This is a very serious stage. In this stage the wound becomes very deep and bones become visible. The wound starts smelling, the tissues get destroyed and the skin color becomes black.

Bed sore susceptible patient -

1. Unconscious patient
2. Obese patient
3. Very thin patients
4. Patients suffering from anesthesia
5. Malnourished patients
6. Surgery patient
7. Patients suffering from high fever who sweat excessively.
8. Bedridden patients of very old age
9. Diabetic patients
10. Patients suffering from urinary and fecal incontinence.

Nursing care in Bed Sore -

1. Identify risk group patients.
2. Find out the reason for the patient having bed sores.
3. Examine the patient's skin daily and regularly.
4. Observe the patient's bed sore.
5. Keep changing the condition of the patient from time to time.
6. Keep the bed clean, wrinkle-free and moisture-free.
7. Provide psychological support to the patient and his family.
8. Take care of the patient's personal hygiene.
9. Provide air mattress or air cushion to the patient.

10. Make the patient exercise every day as per his convenience.

11. Dress the patient's wounds with strict sterile technique.

12. Keep the area around the patient's wound dry and clean.

13. Give patients adequate amount of liquid and high protein and vitamin rich diet.

14. Apply powder on the patient's back.

15. Educate the patient and his family about skin health factors.

16. Change wet clothes or bedding immediately.

Prevention and Treatment of Bed Sore -

1. Use normal saline to clean the wound.

2. The wound should be cleaned with boric acid lotion or hydrogen peroxide.

3. Foment the wound with a 100 watt electric bulb from a suitable distance.

4. Antibiotic therapy should be given to the patient as per medical instructions.

5. Zinc oxide should be applied on the surface of the wound.

Q. बिस्तर स्नान से आप क्या समझते हैं? इसके उद्देश्य भी लिखिए।

What do you understand with bed bath? Write its purposes.

उत्तर- बिस्तर स्नान उन मरीजों को कराया जाता है जो मरीज स्वयं स्नान करने में असमर्थ होते हैं तथा जिन मरीजों में स्वयं नहाने की शारीरिक व मानसिक क्षमता की कमी होती है।

जैसे- अचेतन मरीज, शल्य चिकित्सा प्राप्त मरीज, प्लास्टर धारण मरीज आदि।

उद्देश्य (Purpose) - बिस्तर स्नान के निम्नलिखित प्रमुख उद्देश्य होते हैं-

1. रक्त परिवहन को बढ़ाना।

2. थकान व चिंता दूर करना।

3. सक्रिय एवं निष्क्रिय व्यायाम हेतु।

4. अच्छी निद्रा को प्रेरित करना।

5. शारीरिक तापक्रम नियंत्रण हेतु।

6. मरीज को स्वयं स्वच्छ, स्वस्थ एवं तरोताजा महसूस कराना।

7. शरीर से धूल मिट्टी एवं जीवाणुओं को निकालकर शरीर को स्वच्छ करना।

8. मरीज को आराम प्रदान करने हेतु।

Answer: Bed bath is given to those patients who are unable to take bath on their own and those patients who lack the physical and mental capacity to take bath on their own. Such as unconscious patients, patients undergoing surgery, patients wearing plaster etc.

Purpose - Bed bath has the following main purposes-

1. Increasing blood transport.

2. To remove fatigue and anxiety.

3. For active and passive exercise.

4. Inducing good sleep.

5. To control body temperature.

6. To make the patient himself feel clean, healthy and fresh.

7. To clean the body by removing dust and bacteria from the body.

8. To provide comfort to the patient.

Q. शिशु स्नान क्या होता है? इसके प्रकार व उद्देश्य लिखिए।

What is baby bath? Write its types and purpose.

उत्तर- नवजात शिशुओं को स्नान करवाना ही शिशु स्नान कहलाता है।

नवजात शिशु को स्नान कराते समय विसंक्रमित तकनीक का इस्तेमाल करना चाहिए।

अलग-अलग अस्पतालों में नवजात शिशुओं की आरोग्यकारी परिचर्या अलग-अलग ढंग से की जाती है।

शिशु स्नान के लिये क्षारयुक्त साबुन चुनें। नर्स को शिशु को स्नान कराने में और वस्त्र पहनाने में सही निर्णय एवं विवेक का इस्तेमाल करना चाहिये।

शिशु स्नान के प्रकार (Types of Bath) - शिशु स्नान के निम्नलिखित प्रकार हैं-

1. स्पाँजिंग (Sponging) – जब शिशु स्वस्थ न हो तब उसे एक स्पंज क्लॉथ का उपयोग कर बिस्तर पर ही स्नान कराया जाता है। स्पाँजिंग का मतलब यह है कि एक स्पंज से शिशु के शरीर को पोंछना।

2. टब स्नान (Tub bath) - इसमें शिशु को बड़ी आसानी से स्नान कराया जाता है एक टब में पानी भर कर नर्स शिशु को स्नान करवाती है।

3. गोदी स्नान (Lap bath) - इसमें माँ स्वयं या नर्स अपनी गोदी में लिटाकर शिशु को स्नान करवाती है।

4. तेल स्नान (Oil bath) - जब शिशु जन्म लेता है तब उसके शरीर पर वर्निक्स कैसिओसा (vernix caseosa) लगा रहता है तो उसे हटाने के लिये उसके पूरे शरीर पर तेल लगा दिया जाता है फिर रूई के फोडे से या कपड़े से पोंछ दिया जाता है इसलिये यह तेल स्नान कहलाता है।

उद्देश्य (Purpose) -

1. शिशु को साफ एवं स्वच्छ रखने हेतु।

2. शिशु जन्म के बाद व्यर्थ पदार्थ हटाने हेतु।

3. शिशु को संक्रमण से बचाने हेतु।

4. शिशु के तापक्रम को नियंत्रित करने हेतु।

5. शिशु के रक्त परिसंचरण को बढ़ाने हेतु।

6. सक्रिय एवं निष्क्रिय व्यायाम कराने हेतु।

Answer- Bathing of newborn babies is called infant bathing. While bathing a newborn baby, sterile technique should be used.

The recuperative care of newborn babies is done in different ways in different hospitals. Choose alkaline soap for bathing your baby.

The nurse should use good judgment and discretion in bathing and dressing the baby.

Types of Baby Bath – Following are the types of baby bath

1. Sponging – When the baby is not well, he is bathed in bed using a sponge cloth. Sponging means wiping the baby's body with a sponge.

2. Tub bath - In this, the baby is bathed very easily. The nurse fills a tub with water and bathes the baby.

3. Lap bath – In this, the mother herself or the nurse bathes the baby by placing him in her lap.

4. Oil bath - When a baby is born, there is vernix caseosa on his body, so to remove it, oil is applied all over his body and then wiped with a cotton swab or cloth. Because it is given, it is called oil bath.

Purpose -

1. To keep the baby clean and neat.

2. To remove waste materials after childbirth.

3. To protect the baby from infection.

4. To control the temperature of the baby.

5. To increase the blood circulation of the baby.

6. To provide active and passive exercise.

Q. आहार क्या है? रोगी के लिए कितने प्रकार के आहार की व्यवस्था की जाती है?

What is diet? How many types of diet planned for patient?

उत्तर- आहार (Diet)

आहार एक ऐसी आवश्यकता होती है जिसके नियमित एवं प्रतिदिन ग्रहण करने से व्यक्ति अपने जीवन को स्वस्थ ढंग से, प्रसन्नतापूर्वक व्यतीत कर सकता है।

आहार का पौष्टिक होना अति आवश्यक होता है। रोगी के लिए बीमारी में जितनी आवश्यक औषधियाँ होती हैं उतना ही आवश्यक पौष्टिक आहार होता है।

आहार अथवा पोषक तत्वों में परिवर्तन कर कुछ बीमारियों को ठीक किया जा सकता है।

मरीज की बीमारी व उसकी स्थिति को देखते हुए उसे अस्पताल में आहार दिया जाता है जिससे कि उसके स्वास्थ्य में जल्द लाभ हो सके।

अस्पताल में मरीज की बीमारी को देखते हुए आहार तैयार किया जाता है अलग-अलग मरीज की स्थिति के अनुसार व अवस्थानुसार कई प्रकार के भोजन व आहार की तैयारी की जाती है।

1. तरल आहार (Liquid Diet)

तरल आहार उन मरीजों को दिया जाता है जो ठोस पदार्थ व आहार लेने में असमर्थ होते हैं व जो किसी असामान्यता (abnormality) की वजह से ठोस आहार नहीं ले सकते हों, जैसे- दूध, फलों का रस, चाय, कॉफी, पानी आदि।

2. नरम आहार (Soft Diet) -

यह आहार आसानी से पचने वाला व चबाने वाला होता है। जिन मरीजों के मुँह में छाले या कोई शल्यक्रिया हुई हो या दाँतों में दर्द आदि के लिये नरम आहार दिया जाता है। जैसे- पके हुए चावल, पकी हुई सब्जी, कस्टर्ड, पका हुआ केला, दलिया, खिचड़ी आदि।

3. अनुत्तेजक आहार (Bland Diet) -

अनुत्तेजक आहार मिर्च मसाले व तेल रहित होता है। इसमें ऐसे पदार्थ होते हैं जो कि मरीज की अमाशय या आँत की म्यूकोसा (mucosa) को उत्तेजित नहीं करते।

यह उन मरीजों के लिए दिया जाता है जिन्हें पेट में छाले (ulcer), ग्रेस्ट्राइटिस (gastritis) आदि हो। यह आसानी से पच जाने वाला मिर्च-मसाला रहित आहार होता है।

4. सम्पूर्ण आहार (Full Diet) -

यह एक सामान्य व संतुलित आहार होता है। सम्पूर्ण आहार उन मरीजों को दिया जाता है जिनके भोजन में किसी भी प्रकार के परिवर्तन की आवश्यकता नहीं होती है।

यह सामिष या निरामिष (non-vegetarian or vegetarian) दोनों ही हो सकते हैं। इस आहार में सभी पदार्थ निश्चित मात्रा में एवं उचित अनुपात में शामिल होते हैं।

5. संतुलित आहार (Balanced Diet) -

ऐसा भोजन जिसमें पर्याप्त पोषण प्राप्त करने के लिए उचित अनुपात में कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, फैट, विटामिन एवं मिनरल होते हैं।

6. रफेज आहार (Roughage Diet)

इस आहार के अन्तर्गत सभी हरी पत्तेदार, रेशेदार सब्जियाँ व फल शामिल होते हैं। जिन्हें कब्ज की शिकायत होती है उन मरीजों के लिये यह बहुत ही महत्वपूर्ण आहार होता है।

7. विशेष आहार (Special Diet) -

• डायबेटिक आहार (diabetic diet) शुगर रहित आहार

• हाई कैलोरी आहार (high calorie diet) प्रतिदिन 4000 से अधिक कैलोरी वाला आहार

• लो कैलोरी आहार (low calorie diet) प्रतिदिन 1200 calorie से भी कम वाला आहार

• हाई फैट आहार (high fat diet)

• लो फैट आहार (low fat diet)

• हाई फाइबर आहार (high fibre diet)

• हाई प्रोटीनयुक्त या लो प्रोटीनयुक्त आहार (high and low protein diet)

Answer - Diet: Diet is such a necessity, by consuming it regularly and daily, a person can live his life in a healthy and happy manner.

It is very important for the diet to be nutritious. For the patient, nutritious food is as important as the medicines required for the disease.

Some diseases can be cured by changing diet or nutrients.

Considering the patient's illness and condition, he is given food in the hospital so that his health can improve quickly.

In the hospital, the diet is prepared keeping in mind the illness of the patient. Various types of food and diet are prepared according to the condition and condition of the different patients.

1. Liquid Diet: Liquid diet is given to those patients who are unable to take solid food or food and who cannot take solid food due to any abnormality, such as milk, fruit juice. , Tea, Coffee, Water etc.

2. Soft Diet – This diet is easily digestible and chewable. Soft diet is given to patients who have mouth ulcers or any surgery or have toothache etc. Like- cooked rice, cooked vegetables, custard, ripe banana, porridge, khichdi etc.

3. Bland Diet – A non-stimulating diet is without chilli, spices and oil. It contains substances that do not irritate the mucosa of the patient's stomach or intestine. It is given to those patients who have stomach ulcers, gastritis etc. It is an easily digestible food without chilli and spices.

4. Complete Diet – This is a normal and balanced diet. Complete diet is given to those patients whose diet does not require any changes. It can be either samish or niramish (non-vegetarian or vegetarian). In this diet, all the substances are included in fixed quantity and in proper proportion.

5. Balanced Diet - A food which contains carbohydrates, proteins, fats, vitamins and minerals in appropriate proportions to get adequate nutrition.

6. Roughage Diet: This diet includes all green leafy, fibrous vegetables and fruits. This is a very important diet for those patients who suffer from constipation.

7. Special Diet -

• Diabetic diet Sugar free diet

• High calorie diet: Diet with more than 4000 calories per day.

• Low calorie diet: Diet with less than 1200 calories per day.

• High fat diet

• Low fat diet

• High fiber diet

• High and low protein diet

Q. बीमारी में पोषण को प्रभावित करने वाले कारक कौन-कौन से हैं?

What are the factors affecting nutrition in sickness?

उत्तर- बीमारी के कारण मरीज का पाचन तंत्र बिगड़ जाता है जिससे उसकी भोजन के प्रति रुचि कम हो जाती है तथा उसकी भूख कम हो जाती है। भोजन स्वीकार करने में जो कारक बाधा उत्पन्न करते हैं वे निम्न प्रकार हैं-

1. पर्यावरणीय कारक (Environmental Factor) -

• भोजन स्थल का अस्वच्छ होना या अप्रिय दृश्य होना।

• भोजन स्थल पर गन्दगी होना।

• भोजन स्थल पर बदबू आना।

• भोजन स्थल पर कोई शोर-शराबा होना आदि।

2. सांस्कृतिक कारक (Cultural Factor) -

• भोजन शैली में परिवर्तन होना।

• शाकाहारी रोगी का मांसाहारी भोजन से परहेज होना।

• अन्य कोई धार्मिक मान्यता आदि।

3. मनोवैज्ञानिक कारक (Psychological Factor) -

• मरीज की भोजन में रुचि न होना।

• मरीज को नापसंद का भोजन प्रदान करना।

• मरीज का भोजन आकर्षक न होना।

• मरीज का चिंता, क्रोध या अवसाद में होना।

• मरीज का नींद में रहना।

4. अन्य कारक (Other Factor) -

• मरीज का शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य ठीक न होना।

• भोजन का समय अनिश्चित होना।

• मरीज की अवस्था यदि चेतन्य न हो।

• मरीज को शारीरिक दुर्बलता।

• मरीज की मानसिक अवस्था आदि।

Answer: Due to the disease, the patient's digestive system gets disturbed due to which his interest in food decreases and His appetite decreases. The factors which create obstacles in accepting food are as follows-

1. Environmental Factor -

• Eating place being unhygienic or having unpleasant view.

• Dirtiness at the eating place.

• Bad smell at the eating place.

• Any noise at the dining place etc.

2. Cultural Factor -

• Change in eating style.

• Vegetarian patient's abstinence from non-vegetarian food.

• Any other religious belief etc.

3. Psychological Factor -

• Patient's lack of interest in food.

• Providing food the patient dislikes.

• The patient's diet not being attractive.

• Patient being anxious, angry or depressed.• Patient remaining asleep.

4. Other Factors -

• The physical and mental health of the patient is not good.

• Uncertain timing of meals.

• If the patient is not conscious.

• Physical weakness of the patient.

• Mental condition of the patient etc

Q. अ**समर्थ रोगी को मुख द्वारा भोजन करवाने में नर्स की क्या भूमिका है?**

What is the role of nurse in oral feeding for helpless patient?

उत्तर- प्राथमिक मूल्यांकन (Preliminary Assessment) -

1. सबसे पहले चिकित्सक आदेश देखें यदि कोई सावधानी बरतनी हो तो।
2. मरीज की स्थिति का अवलोकन करें।
3. मरीज की पसंद, नापसंद, उसकी भूख, आदि के बारे में पता करें।
4. यह सुनिश्चित करें कि भोजन मरीज की पसंद के अनुसार तैयार किया जा रहा है या नहीं।

सामान की तैयारी (Preparation of the Article) -

1. मैकिनटोश एवं तौलिया - बिस्तर एवं वस्त्रों की सुरक्षा हेतु
2. फीडिंग कप - भोजन कराने का प्याला (तरल आहार देने के लिये)
3. चम्मच व गिलास
4. नैपकिन चेहरा पोंछने के लिये
5. पानी भरा हुआ कप एवं किडनी ट्रे भोजन के पूर्व एवं पश्चात मुँह धुलवाने के लिये
6. एक टेबल - भोजन की प्लेट रखने हेतु।

मरीज एवं सामान की तैयारी (Preparation of the Patient and Articles)

1. मरीज को उसके हाथ धोने में सहायता करें।
2. मरीज के वस्त्रों पर तौलिया लगाकर सुरक्षित करें।
3. टेबल पर भोजन की थाली रखें।
4. मरीज को फाउलर्स स्थिति (fowler's position) में बिठा दें।

प्रक्रिया (Procedure) -

1. हाथ धोएँ।

2. मरीज को आराम-आराम से छोटे-छोटे निवाले खिलाएँ।

3. भोजन कराते समय मरीज से अच्छी-अच्छी बातें कर उसका ध्यान परिवर्तित करें।

4. नेत्रहीन मरीजों को भोजन कराते समय यह बता दें कि वह क्या खा रहा है।

5. मरीज के मुँह में आराम से चम्मच डालें।

6. भोजन कराते समय मरीज के पसंद का वातावरण रखें।

7. मरीज को जो नापसंद हो उसे खाने के लिए विवश न करें।

8. मरीज को पानी फीडिंग कप या ड्रिंकिंग ट्यूब से पिलाएँ।

9. भोजन कराने के बाद मरीज के ऊपर से तौलिया आदि हटा लें

10. मरीज का चेहरा नैपकिन से पोंछकर उसे आरामदायक स्थिति प्रदान करें।

11. भोजन की प्लेट, टेबल आदि सारा सामान मरीज के सामने से हटा लें।

12. मरीज के हाथ धोने में उसकी मदद करें।

13. बिस्तर को सुव्यवस्थित करें।

14. अपने हाथों को अच्छी तरह धो लें।

15. नर्स रिकॉर्ड में इस प्रक्रिया को दर्ज कर लें।

Answer- Preliminary Assessment -

1. First check the doctor's order if any precaution is required.

2. Observe the patient's condition.

3. Find out about the patient's likes, dislikes, appetite, etc.

4. Ensure that the food is being prepared as per the patient's liking.

Preparation of the Article -

1. Mackintosh and towel – to protect bedding and clothes

2. Feeding Cup - Cup for feeding (for giving liquid food)

3. Spoon and glass

4. Napkin to wipe face

5. Cup filled with water and kidney tray for washing mouth before and after meals.

6. A table - to keep the food plate.

Preparation of the Patient and Articles

1. Help the patient wash his hands.

2. Secure the patient's clothes by placing a towel on them.

3. Place a plate of food on the table.

4. Make the patient sit in Fowler's position.

Procedure -

1. Wash hands.

2. Feed the patient small bites slowly.

3. While feeding the patient, divert his attention by talking nice things to him.

4. While feeding food to blind patients, tell them what they are eating.

5. Gently insert the spoon into the patient's mouth.

6. While feeding, maintain the environment of the patient's choice.

7. Do not force the patient to eat anything he does not like.

8. Give water to the patient through a feeding cup or drinking tube.

9. After feeding, remove towel etc. from the patient.

10. Provide a comfortable position to the patient by wiping his face with a napkin.

11. Remove all items like food plate, table etc. from in front of the patient.

12. Help the patient wash his hands.

13. Organize the bed.

14. Wash your hands thoroughly.

15. Document this procedure in the nurse record.

Q. नलिका पोषण से आप क्या समझते हैं? असहाय रोगी को नली द्वारा भोजन देने के उद्देश्य एवं प्रक्रिया बताइए।

What do you understand with tube feeding? Explain purpose and process of tube feeding for helpless patient.

उत्तर- नलिका पोषण (Tube Feeding)

यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा असमर्थ मरीज को नलिका द्वारा तरल एवं पोषक तत्वों को आमाशय तक पहुंचाया जाता है। जिसमें नली को मुंह व नाक से होते हुए ग्रासनली एवं आमाशय तक पहुंचाया जाता है एवं मरीज को पर्याप्त आहार दिया जाता है।

नलिका पोषण कब करें (Indication of Tube Feeding).

1. जब मरीज मुँह से भोजन ग्रहण करने में असमर्थ हो।

2. जब मरीज अचेत (unconscious) स्थिति में हो।

3. जब मरीज लकवाग्रस्त (paralysed) हो।

4. जब मरीज भोजन को चबाने में या निगलने में असमर्थ हो।

उद्देश्य (Purpose) -

1. मरीज का पोषण स्तर बनाए रखना।

2. मरीज के जल्द स्वास्थ्य लाभ हेतु।

3. मरीज को कई दिनों तक इस विधि द्वारा बिना किसी खतरे के आहार दिया जा सकता है।

4. मरीज को तरल पदार्थ की काफी अधिक मात्रा दी जा सकती है।

मरीज एवं सामान की तैयारी (Preparation of the Patient and Articles)

1. मरीज को प्रक्रिया के बारे में समझाएँ।

2. ट्यूब डालने के क्रम की जानकारी मरीज को दें जिससे वह अपना सहयोग दे सके।

3. मरीज को बिठाकर फाउलर्स स्थिति प्रदान करें।

4. यदि मरीज की स्थिति ठीक न हो तो उसे अतिरिक्त तकिए लगाकर उसका सिर ऊँचा करें।

5. मरीज को एकांत प्रदान करें।

6. मरीज का मुँह धुलवा दें एवं उसकी नासाछिद्रों को साफ करें।

7. यदि मरीज के नकली दाँत लगे हों तो उसे निकालकर पानी से भरे बाउल में डाल दें।

8. मरीज को एक नैपकिन पकड़ा दें जिससे वह आवश्यकता होने पर अपना मुँह पोंछ सके।

9. बैड साइड टेबल पर सारा सामान जमा लें।

10. नर्स अपनी सुविधानुसार किडनी ट्रे मरीज के पास रखे।

11. मरीज के वक्ष एवं ठुड्डी के नीचे तक मैकिनटोश एवं तौलिया बिछा दें।

सामान की तैयारी (Preparation of the Articles)

सामान (Article). उद्देश्य (Purpose)

सही माप की ट्यूब लें. - मरीज को डालने हेतु

1 फीडिंग कप पानी से भरा. - प्रक्रिया से पहले व बाद में टयूब साफ करने हेतु

स्टेथोस्कोप, सौरिन्ज. - ट्यूब को सही जगह जांचने हेतु

चिपकाने वाला प्लास्टर एवं कैंची. - ट्यूब को सही जगह चिपकाने हेतु

वाटर सोल्यूबल जैली (xylocaine 2%). - ट्यूब पर लगाने हेतु

किडनी ट्रे या पेपर बैग. - व्यर्थ पदार्थ एकत्रित करने हेतु

मेकिनटोश एवं तौलिया. - बिस्तर एवं वस्त्रों की सुरक्षा हेतु

रूई के फोहे (swab). - नाकछिद्र साफ करने हेतु

ऑउंस गिलास (ounce glass). - आहार की मात्रा ज्ञात करने हेतु

गाँज पीस (gauze piece). - सीक्रेशन को पोंछने हेतु।

प्रक्रिया (Procedure)

1. सर्वप्रथम हाथ अच्छी तरह से धो लें।

2. नली को चैक करें कि वह ठीक है या नहीं।

3. नली की दूरी नाक से कान तक और कान से जिफीर्स्टनम तक नाप कर चिन्हांकित कर लें।

4. नली का लगभग 15 से 30 से.मी. तक के भाग पर जैली लगा लें।

5. नली को सीधे हाथ में पकड़कर हल्के हाथ से परन्तु शीघ्र गति से बाएँ नासाछिद्र में डालें।

6. जब नली ग्रसनी में पहुँचती है तब उससे क्षणिक प्रतिरोध उत्पन्न हो सकता है अतः क्षणभर

आराम दें तथा रोगी को लंबी-लंबी एवं जल्दी-जल्दी साँस लेने को कहें।

7. मरीज को सिर झुकाने के लिये कहें और निर्देश दें कि वह पानी के घूँट निगलने समान क्रिया करे।

8. प्रत्येक घूँट लेने की क्रिया के साथ नली को 8 से 10 से.मी. धीरे से आगे खिसकाते रहें।

9. नली को तब तक खिसकाते रहे जब तक कि नली चिन्हित स्थान तक न पहुँच जाए।

10. नली आमाशय में अपने निर्धारित स्थान पर है या नहीं यह जाँच लें।

11. आमाशयिक द्रवों को एक सिरिन्ज द्वारा बाहर aspirate करें।

12. नली के सिरे पर एक सिरिंज की बैरल या फनैल लगाकर उसे एक पानी से भरे बाउल में उलट दें। निकलने वाले बुलबुलं की लय ज्ञात करें।

13. नली के निर्धारित स्थान की जांच करने के बाद उसे टेप से फिक्स कर दें।

14. पोषण देने से पूर्व नली की हवा निकाल लें।

15. तत्पश्चात मरीज के लिये तैयार किया गया पोषण एवं औषधियाँ दें।

16. पोषण देने के बाद नली में थोड़ा पानी डालें एवं क्लेम्प (clamp) कर दें जिससे द्रवों का रिसाव न हो।

Answer: Tube Feeding - This is a process by which fluids and nutrients are delivered to the stomach of an incapacitated patient through a tube. In which the tube is passed through the mouth and nose to the esophagus and stomach and the patient is given adequate food.

When to do tube feeding (Indication of Tube Feeding).

1. When the patient is unable to take food by mouth.

2. When the patient is in an unconscious state.

3. When the patient is paralyzed.

4. When the patient is unable to chew or swallow food.

Purpose -

1. Maintaining the nutritional status of the patient.

2. For the speedy recovery of the patient.

3. The patient can be fed by this method for several days without any danger.

4. The patient may be given large amounts of fluids.

Preparation of the Patient and Articles

1. Explain the procedure to the patient.

2. Inform the patient about the order of inserting the tube so that he can cooperate.

3. Position the patient and provide Fowler's position.

4. If the patient's condition is not good then elevate his head by placing extra pillows.

5. Provide privacy to the patient.

6. Wash the patient's mouth and clean his nostrils.

7. If the patient is wearing false teeth, remove them and put them in a bowl filled with water

8. Hand the patient a napkin so that he can wipe his mouth if necessary.

9. Collect all the stuff on the bed side table.

10. The nurse should keep the kidney tray near the patient as per her convenience.

11. Spread a mackintosh and towel below the patient's chest and chin.

Preparation of the Articles

Goods (Article).		Purpose
get the right size tube.	-	to put the patient
1 feeding cup filled with water.	-	To clean the tubes before and after the procedure
Stethoscope, Sauringe.	-	To check the correct position of the tube
adhesive plaster and scissors.	-	To stick the tube in place
Water Soluble Jelly (xylocaine 2%).	-	to put on tube
kidney tray or paper bag.	-	to collect waste material
macintosh and towel.	-	To protect bedding and clothes
cotton swabs.	-	to clean nostrils
ounce glass.	-	To determine the amount of food
gauze piece.	-	To wipe off secretions.

Procedure

1. First of all, wash hands thoroughly.

2. Check the hose whether it is fine or not.

3. Measure and mark the distance of the tube from nose to ear and from ear to pharynx.

4. Approximately 15 to 30 cm of hose. Apply jelly on the affected area.

5. Holding the tube in the right hand, gently but quickly insert it into the left nostril.

6. When the tube reaches the pharynx, momentary resistance may arise, hence give rest for a moment and ask the patient to take long and quick breaths.

7. Ask the patient to bow his head and instruct him to perform an action similar to swallowing a sip of water.

8. With each sip, the tube should be moved 8 to 10 cm. Keep moving forward slowly.

9. Continue moving the tube until the tube reaches the marked position.

10. Check whether the tube is at its designated place in the stomach or not.

11. Aspirate out the gastric fluids with a syringe.

12. Attach a syringe barrel or funnel to the end of the tubing and invert it into a bowl filled with water. Find the rhythm of the bubbles coming out.

13. After checking the designated location of the hose, fix it with tape.

14. Remove air from the tube before giving nutrition.

15. After that give nutrition and medicines prepared for the patient.

16. After giving nutrition, pour some water in the tube and clamp it so that there is no leakage of fluids.

Q. कब्ज क्या है? कब्ज के कारण व इससे बचाव के उपाए एवं उपचार का वर्णन कीजिए।

What is constipation? Describe its causes and prevention and management of constipation.

उत्तर- कब्ज वह स्थिति होती है जिसमें व्यक्ति का मल कठोर हो जाता है अतः मल त्यागने में परेशानी एवं अनियमित रूप से मल बाहर निकलता है।

मल त्यागने में अत्यधिक बल (straining) का उपयोग करना पड़ता है।

कब्ज़ के कारण (Causes) कब्ज के निम्नलिखित मुख्य कारण हैं-

1. अपर्याप्त मात्रा में द्रव अंतर्ग्रहण (Inadequate fluid intake)
2. गरिष्ठ पदार्थों का भोजन में सेवन करना।
3. बदहजमी
4. भोजन सही चबाकर न खाना।
5. चाय, कॉफी ज्यादा पीना।
6. धूम्रपान करना, शराब पीना।
7. मानसिक तनाव।
8. बवासीर
9. दीर्घकालीन विश्राम अवस्था में रहना।
10. कम व्यायाम करना।
11. कोलोन में अवरोध।
12. नियमित रूप से भोजन न कर पाना।
13. मल त्याग करते वक्त एकांत न होना।
14. आँत में किसी प्रकार का घाव होना।

15. उपवास व ज्यादा भूखा रहना आदि।

16. निश्चित दवा का इस्तेमाल करना जैसे sedative drugs |

कब्ज से बचाव के उपाय एवं उपचार (Prevention and Management of Constipation)

1. पर्याप्त मात्रा में पानी का सेवन करना चाहिए।

2. पर्याप्त मात्रा में तजे फलों का सेवन एवं फलों का रस पीना चाहिए।

3. ज्यादा से ज्यादा तरल पदार्थ या आहार का सेवन करना चाहिये।

4. भोजन में रेशेदार सब्जियों का ज्यादा सेवन करना चाहिये।

5. व्यक्ति को अधिक व्यायाम करना चाहिये।

6. भोजन ग्रहण करने के कुछ देर बाद पानी पीना चाहिये।

7. भोजन ग्रहण करने का निश्चित समय तय करना चाहिये।

8. शौच के लिये एकांत होना चाहिये।

9. पर्याप्त मात्रा में तरल ग्रहण करना चाहिये जैसे एक व्यक्ति द्वारा 24 घंटों में 2000 से 3000 मि.ली. तरल लिया जाना चाहिये।

10. शौच करने के लिये सर्वाधिक उपर्युक्त बैठी हुई स्थिति का प्रयोग करें।

11. मलोत्सर्ग के क्रिया विज्ञान (physiology) एवं मलोत्सर्ग को प्रभावित करने वाले कारकों के बारे में मरीजों को शिक्षि करें।

12. नियमित रूप से सुबह उठकर शौच के लिये अवश्य बैठें।

13. सुबह उठकर गुनगुना पानी पीएँ।

14. चिंता, तनाव, क्रोध आदि से दूर रहना चाहिये।

15. चिकित्सक निर्देशानुसार विरेचकों, गुदवर्तियों, एनीमा (laxatives, suppositories and enemas) का प्रयोग करें।

Answer: Constipation is a condition in which a person's stool becomes hard, hence there is difficulty in passing stool and stool comes out irregularly. Excessive straining has to be used to pass stool.

Causes of Constipation: Following are the main causes of constipation-

1. Inadequate fluid intake
2. Consuming heavy foods in food.
3. Indigestion
4. Do not chew food properly.
5. Drinking too much tea and coffee.
6. Smoking, drinking alcohol.
7. Mental stress.
8. Piles
9. To remain in a state of prolonged rest.
10. Exercising less.
11. Blockage in the colon.
12. Not being able to eat regularly.
13. Lack of privacy while defecating.
14. Any kind of wound in the intestine.
15. Fasting and excessive hunger etc.
16. Using certain medicines like sedative drugs.

Prevention and Management of Constipation

1. Adequate amount of water should be consumed.

2. Fresh fruits should be consumed in sufficient quantity and fruit juice should be drunk.

3. As much liquid or food as possible should be consumed.

4. More fibrous vegetables should be consumed in the diet.

5. A person should do more exercise.

6. Water should be drunk some time after taking food.

7. A fixed time should be fixed for taking food.

8. There should be privacy for defecation.

9. Adequate amount of fluid should be consumed like 2000 to 3000 ml by a person in 24 hours. Liquids should be taken.

10. Use the above mentioned sitting position for defecation.

11. Educate patients about the physiology of bowel movements and factors affecting bowel movements.

12. Make sure to wake up in the morning and sit for defecation regularly.

13. Drink lukewarm water after waking up in the morning.

14. One should stay away from worry, stress, anger etc.

15. Use laxatives, suppositories and enemas as per doctor's instructions.

Q. अतिसार से क्या आशय है? अतिसार के कारण, लक्षण व नर्सिंग देखभाल को समझाइए।

What is diarrhoea? Explain causes, symptoms and nursing care.

उत्तर- यह कब्ज के विपरीत होता है इसमें मल पतला हो जाता है। कई बार मल त्याग करते-करते

मरीज बहुत परेशान हो जाता है। आँतों द्वारा द्रव का अवशोषण कार्य सही ढंग से न हो पाने के कारण अतिसार या डायरिया की स्थिति उत्पन्न हो जाती है।

कारण (Causes) - अतिसार के प्रमुख कारण निम्नलिखित हैं-

1. आत्रिय संक्रमण (intestinal infection, enteritis)
2. भोजन विषाक्तता (food poisoning)
3. कुछ औषधियों के अनुषंगी प्रभाव के कारण (side effect of any medicine)
4. विरेचकों का दुरूपयोग (abuse of cathartics)
6. आँतों द्वारा जल का अवशोषण न हो पाना
7. कोलोन की बीमारी या ऑपरेशन
8. भावनात्मक तनाव (emotional distress) आदि

लक्षण (Symptoms) -

1. पेट में ऐंठन होना
2. बार-बार पतले दस्त होना
3. कमजोरी व थकान होना
4. पानी की कमी होना (Dehydration)
5. मल क्षेत्र में जलन (Burning sensation)
6. बेचैनी, दुर्बलता (Fatigue)
7. मितली, उल्टी (Nausea, vomiting)

अतिसार में नर्सिंग देखभाल (Nursing Care in Diarrhoea) -

1. मरीज को ज्यादा से ज्यादा पानी पिलाते रहें जैसे ORS का घोल आदि।

2. मरीज को पानी की कमी न होने दें।

3. मरीज को थोड़ा-थोड़ा भोजन देते रहें, ज्यादातर तरल आहार दें।

4. मरीज को पर्याप्त मात्रा में पोषण एवं द्रव और इलेक्ट्रोलाइट्स (electrolytes) दें।

5. चिकित्सक आदेशानुसार ऐन्टी डायरियल दवाई (anti-diarrhoea), ऐन्टीस्याजमोडिक (antispasmodic drugs) दें।

6. मरीज को मिर्च मसाले युक्त एवं अधिक गर्म व अधिक ठंडा भोजन न दें।

7. मरीज को ज्यादा से ज्यादा विश्राम करने दें।

8. मरीज को मनोवैज्ञानिक सहारा प्रदान करें।

9. मरीज की पैरीनियल (perineal) देखभाल करें।

10. मरीज को पर्याप्त मात्रा में fluid and electrolytes देते रहें।

11. मरीज को बैडपेन या कमोड की सुविधा प्रदान करें।

12. मरीज की त्वचा की देखभाल करते रहें।

Answer: It is the opposite of constipation in which the stool becomes thin. Many times the patient becomes very distressed while passing stool. Diarrhea occurs due to the intestines not absorbing fluid properly.

Causes - Following are the main causes of diarrhea-

1. Intestinal infection, enteritis

2. Food poisoning

3. Due to side effects of some medicines (side effect of any medicine)

4. Abuse of cathartics

6. Inability to absorb water through intestines

7. Colon disease or operation

8. Emotional distress etc.

Symptoms -

1. Stomach cramps

2. Frequent loose stools

3. Weakness and fatigue

4. Dehydration

5. Burning sensation in the stool area

6. Restlessness, weakness (Fatigue)

7. Nausea, vomiting

Nursing Care in Diarrhea -

1. Keep giving as much water as possible to the patient like ORS solution etc.

2. Do not let the patient suffer from dehydration.

3. Keep giving small amounts of food to the patient, give mostly liquid diet.

4. Give adequate nutrition, fluids and electrolytes to the patient.

5. Give anti-diarrhoea, antispasmodic drugs as per doctor's orders.

6. Do not give the patient food containing chillies, spices or too hot or too cold food.

7. Let the patient rest as much as possible.

8. Provide psychological support to the patient.

9. Provide perineal care to the patient.

10. Keep giving adequate amount of fluid and electrolytes to the patient.

11. Provide bedpan or commode facility to the patient.

12. Keep taking care of the patient's skin.

Q. मूत्र अवरोध किसे कहते हैं? इसके कारण भी लिखिए।

What is retention of urine? Write down its causes also.

उत्तर- मूत्र अवरोध से यह तात्पर्य है कि किसी व्यक्ति या मरीज का मूत्र मूत्राशय में रूक जाना यानि मूत्र त्याग न कर पाना। इसमें किडनी द्वारा मूत्र का तो निर्माण होता रहता है परन्तु मरीज मूत्र को उत्सर्जित नहीं कर पाता है।

कारण (Causes) - मूत्र अवरोध के निम्नलिखित मुख्य कारण हैं-

1. मूत्रमार्गीय अवरोध (urethral obstruction)

2. पेशीय तान का कम होना।

3. अवरूद्ध मल द्वारा मूत्राशय पर दबाव पड़ने से।

4. मूत्रमार्गीय संक्रमण (urinary tract infection)

5. कुछ औषधियों के side effect के द्वारा

6. कम मात्रा में तरल लेना

7. प्रोस्टेट ग्रन्थि (prostate gland) के बढ़ जाने से

8. मूत्रीय तंत्र संबंधित शल्यक्रिया के बाद।

Answer: Urinary obstruction means that a person's or patient's urine stops in the bladder, that is, inability to pass urine. In this, urine continues to be produced by the kidneys but the patient is not able to excrete urine.

Causes – The following are the main causes of urinary blockage-

1. Urethral obstruction

2. Decrease in muscle tone.

3. Due to pressure on the bladder due to blocked stool.

4. Urinary tract infection

5. Through side effects of some medicines

6. Taking small amounts of liquid

7. Due to enlargement of prostate gland

8. After surgery related to urinary system.

Q. मूत्र का असंयम किसे कहते हैं? इसके कारण व उपचार एवं बचाव का वर्णन करें।

What is incontinence of urine? Describe its causes, treatment and prevention.

उत्तर- इस स्थिति में मरीज मूत्र को मूत्राशय से निकलने से रोक नहीं पाता। यानि मूत्राशयी संवरणी पेशियों की असमर्थता ही मूत्रीय असंयम कहलाता है।

पूर्ण असंयम (complete incontinence) में मूत्राशय पूरी तरह खाली हो जाता है तथा आंशिक असंयम (partial incontinence) में मूत्राशय पूर्ण रूप से खाली नहीं होता बल्कि बूंद-बूंद करके मूत्र टपकता रहता है एवं मरीज रोकने में असमर्थ होता है।

कारण (Causes) -

1. प्रोस्टेट ग्रन्थि में वृद्धि होना (enlargement of prostate gland)

2. वृद्धावस्था (old age)

3. बेहोशी की स्थिति (unconsciousness)

4. गर्भावस्था (pregnancy)

5. अवरूद्ध मल

6. शरीर का पक्षाघात (paralysed)

7. तंत्रकीय अवस्थाएँ (neurological condition)

8. मूत्रमार्गीय संक्रमण (urinary tract infection)

9. संवरणी पेशी की क्षति

10. कमजोर मूलाधारीय पेशियाँ

उपचार एवं बचाव (Treatment and Prevention) -

1. मूलाधार की पेशियों को मजबूती प्रदान करने के लिये व्यायाम करवाएँ।

2. मरीज के पास बैडपेन एवं यूरिनल तैयार रखें।

3. मरीज को हर 2 घंटे में मूत्र त्याग करवाएँ।

4. मरीज को टॉयलेट ट्रेनिंग करवाएँ।

5. मरीज की नियमित रूप से मूलाधारीय देखभाल (perineal care) करें।

6. मरीज को मूत्र त्याग के लिये एकांत प्रदान करें।

7. मरीज को उत्सर्जन सम्बन्धित शिक्षा प्रदान करें।

8. मरीज को पर्याप्त मात्रा में द्रव पदार्थ दें।

9. जो मरीज मल-मूत्र उत्सर्जित करने में असमर्थ हों उन्हें चिकित्सक आदेशानुसार एनीमा या यूरीनरी कैथेटर (urinary catheter) डाल देना चाहिये।

10. मरीज के असंयम के कारण मूत्र त्याग बिस्तर पर भी हो सकता है। अतः मरीज की साफ-सफाई का ध्यान रखें।

Answer: In this condition the patient is unable to stop urine from coming out of the bladder. That is, the inability of the bladder sphincter muscles is called urinary incontinence. In complete incontinence, the bladder empties completely and in partial incontinence, the bladder does not empty completely but urine keeps dripping drop by drop and the patient is unable to stop it.

Causes -

1. Enlargement of prostate gland
2. Old age
3. Unconsciousness
4. Pregnancy
5. Blocked stool
6. Paralysed body
7. Neurological conditions
8. Urinary tract infection
9. Damage to sphincter muscle
10. Weak perineum muscles

Treatment and Prevention -

1. Get exercise done to strengthen the muscles of the perineum.

2. Keep bedpan and urinal ready with the patient.

3. Make the patient urinate every 2 hours.

4. Get the patient toilet trained.

5. Provide perineal care to the patient regularly.

6. Provide privacy to the patient for urination.

7. Provide education related to excretion to the patient.

8. Give adequate amount of fluids to the patient.

9. Patients who are unable to excrete urine and feces should be given an enema or a urinary catheter as per doctor's orders.

10. Due to incontinence of the patient, urination can happen even in bed. Therefore, take care of the patient's hygiene.

Q. एनीमा क्या है? एनीमा देने के क्या उद्देश्य हैं?

What is enema? What are the objectives of giving enema?

उत्तर- इसके अन्तर्गत मरीज की आंत्र की सफाई हेतु मलाशय द्वारा द्रव प्रविष्ट कराना अथवा औषधि या पोषण प्रवेश करवाना शामिल है।

उद्देश्य (Purpose) - एनीमा देने के निम्नलिखित मुख्य उद्देश्य हैं-

1. कब्ज के दौरान मल को नरम करता है जैसे- oil enemal

2. मरीज को शामक या शांतिदायक औषधियाँ देने हेतु जैसे- sedative enemal

3. आँतों की श्लेष्मा झिल्ली (mucous membrane) की सुरक्षा एवं प्रशमन हेतु soothing emollient enema |

4. मल त्याग को प्रोत्साहित करने हेतु। जैसे- साधारण दस्तावर जुलाब एनीमा (simple evacuant enema)

5. गैसीय आफरा से आराम दिलाने हेतु जैसे- carminative enemal

6. क्रमांकुचन (paristalsis movement) को अभिप्रेरित करने हेतु जैसे- मृदु विरेचक (purgatives enema)।

7. प्रदाह कम करने हेतु जैसे- स्स्रावरोधक एनीमा (astringent enema inflammation)।

8. तापक्रम कम करने हेतु जैसे- शीतल एनीमा (cold enema)।

9. आंत्रिक परजीवियों को नष्ट करने हेतु जैसे- हेलमिन्धनाशक ऐनीमा।

10. द्रव एवं पोषण देने हेतु जैसे- पोषक (nutritive) एनीमा।

11. शॉक एवं अवपात (collapse) में मरीज को उद्दीपन प्रदान करने हेतु

12. एक्स-रे (x-ray) परीक्षण, आँतों की शल्यक्रिया, शिशु जन्म से पूर्व आँतों की सफाई हेतु जैसे- सेलाइन (saline) एनीमा।

13. रोग निदान हेतु जैसे- बेरियम (barium) एनीमा।

14. संवेदनाहरण को अभिप्रेरित करने हेतु जैसे- anaesthesia enema ।

Answer: This includes introducing liquid through the rectum for cleaning the patient's bowels or introducing medicine or nutrition. Getting it done is included.

Purpose – Following are the main purposes of giving enema –

1, Softens the stool during constipation like- oil enamel

2. To give sedative or tranquilizing medicines to the patient like- sedative enamel

3. Soothing emollient enema to protect and soothe the intestinal mucous membrane.

4. To encourage bowel movement. Like- simple evacuant enema

5. To provide relief from gaseous indigestion like- carminative enamel.

6. To induce peristalsis movement, such as mild purgatives enema.

7. To reduce inflammation like astringent enema.

8. To reduce temperature, such as cold enema.

9. To destroy intestinal parasites like anti-helminthic enema.

10. To give fluids and nutrition like nutritional enema.

11. To provide stimulation to the patient in case of shock and collapse.

13. For diagnosis of diseases like barium enema.

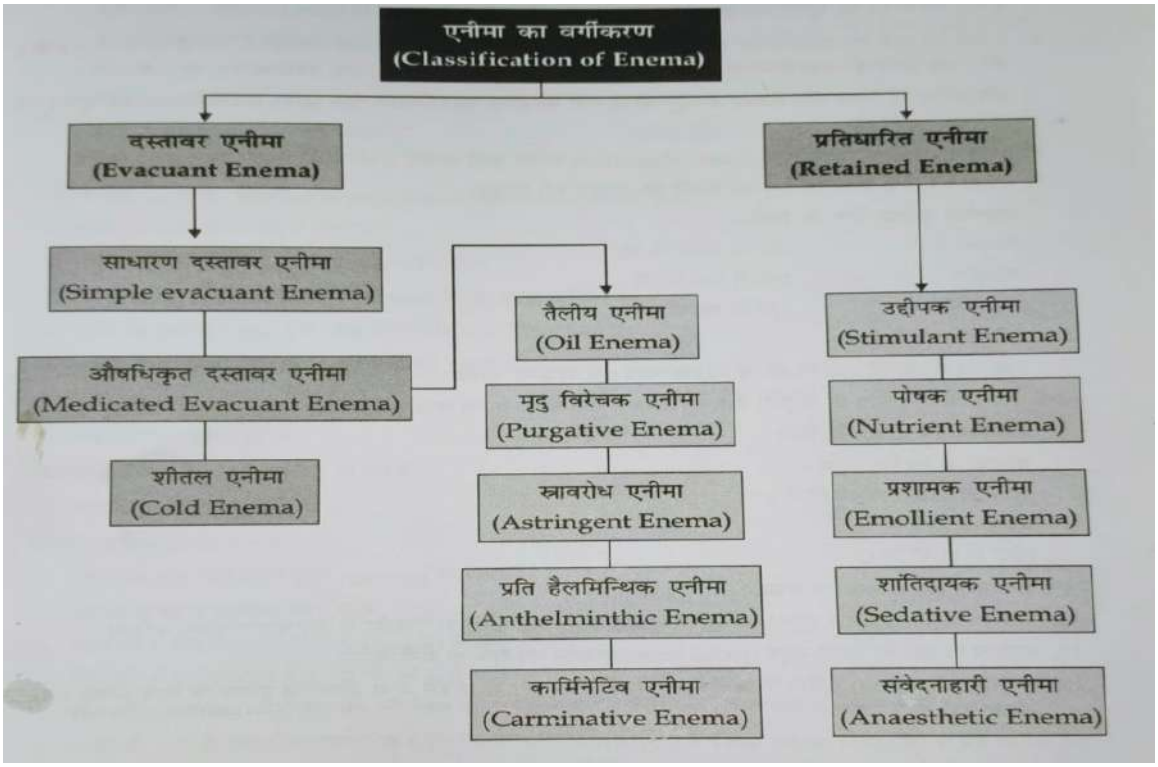
12. X-ray test, intestinal surgery, such as saline enema for cleaning the intestines before childbirth.

14. To induce anesthesia, such as anesthesia enema.

एनीमा का वर्गीकरण कीजिए।

Classify the enema.

उत्तर-



Q. एनीमा या गुदवस्ति देने संबंधित सामान्य निर्देशों का वर्णन कीजिए।

Describe the general instruction for giving enema.

उत्तर- एनीमा या गुदवस्ति देने के लिए निम्नलिखित निर्देशों का पालन करना चाहिए-

1. मरीज के लिये उपयुक्त आकार (size) की मलाशय नलिका (rectal tube) का चयन करना चाहिये। जैसे- वयस्को में 22 न. फ्रेंच, शिशुओं एवं स्कूली छात्रों के लिए 14 से 18 नं. फ्रेंच।

2. एनीमा देने से पूर्व चिकित्सक निर्देश अवश्य पढ़ना चाहिए।

3. एनीमा देते समय मरीज को किसी भी प्रकार की परेशानी हो तो उसकी उपेक्षा न करें।

4. एनीमा देते समय ध्यान रखें कि किसी भी तरह से हवा मलाशय में न पहुँच पाए।

5. एनीमा देने से पूर्व यह सुनिश्चित कर लें कि उपयोग में आने वाले सभी सामान या साधन सही हों।

6. एनीमा की नली का प्रवेश उसके आकार एवं रोगी की आयु को देखकर करें जैसे वयस्कों में 7.5 से 10 से.मी. (3 से 4 इंच) तक प्रवेश करें तथा बच्चों में केवल 2.5 से 3.75 से.मी. (1 से 1.5 इंच) तक प्रवेश करें।

7. यदि एनीमा देते समय बीच में कोई अवरोध हो तो नली को तुरन्त बाहर निकाल लेना चाहिए एवं चिकित्सक को सूचना देनी चाहिए।

8. ऐनीमा देने के लिए मरीज को left lateral position अथवा बायीं करवट से लेटने की स्थिति प्रदान करनी चाहिए।

9. एनीमा की मात्रा मरीज की उम्र एवं स्थिति के अनुरूप देनी चाहिए।

दस्तावर एनीमा देने के लिये-

वयस्को में - 500 से 1000 मि.ली.

बच्चों में - 250 से 500 मि.ली.

शिशुओं में - 250 मि.ली. से कम

प्रतिधारित एनीमा में- एक बार में 100 से 150 मि.ली. से अधिक मात्रा नहीं दी जानी चाहिए।

10. एनीमा देने के उद्देश्य के अनुरूप घोल का तापक्रम समायोजित करना चाहिये। जैसे- वस्तावर

एनीमा देने के लिये- वयस्कों के लिये तापक्रम - 105° से 110°F या 40.5° से 43°C बच्चों के लिये - 100° F या 37.7° C प्रतिधारित एनीमा शारीरिक तापक्रम पर दिया जाता है।

11. मलाशय नलिका (रेक्टल ट्यूब) को किसी लुब्रिकेन्ट (lubricant) या वैसलीन से स्निग्धीकृत करना चाहिये।

12. मलाशय नलिका या रेक्टल ट्यूब (rectal tube) मुलायम एवं लचीली होनी चाहिये।

13. पक्षालक (cleaning) एनीमा के लिये कैन की ऊँचाई मलद्वार से 18 इंच, तथा प्रतिधारित एनीमा के लिये ऊँचाई 8 इंच से अधिक नहीं होनी चाहिए।

14. एनीमा देने से पूर्व दस्ताने अवश्य पहनने चाहिए।

15. घोल के प्रकार को एनीमा के अनुरूप नियंत्रित करें।

Answer- Following instructions should be followed for giving enema or gudvasti-

1. Rectal tube of appropriate size should be selected for the patient. Like in adults

22 no. French, for infants and school students, Nos. 14 to 18. French.

2. Before giving enema, doctor's instructions must be read.

3. If the patient has any kind of problem while giving enema, do not ignore it.

4. While giving enema, keep in mind that air should not reach the rectum in any way.

5. Before giving enema, make sure that all the items or instruments used are correct.

6. Insert the enema tube considering its size and the age of the patient, such as 7.5 to 10 cm in adults. (3 to 4 inches) and in children only 2.5 to 3.75 cm. (1 to 1.5 inches) penetration.

7. If there is any obstruction while giving the enema, the tube should be

taken out immediately and the doctor should be informed.

8. To give enema, the patient should be given left lateral position or lying position on left side.

9. The quantity of enema should be given according to the age and condition of the patient.

To give manual enema-

In adults – 500 to 1000 ml.

In children – 250 to 500 ml.

In infants – 250 ml. fewer

In retained enema-

100 to 150 ml at a time. Should not be given in excess of.

10. The temperature of the solution should be adjusted according to the purpose of giving the enema. As-

To give the actual enema - Temperature for adults - 105° to 110°F or 40.5° to 43° C. For children - 100° F or 37.7° C. Retained enema is given at body temperature.

11. The rectal tube should be lubricated with some lubricant or vaseline.

12. Rectal tube should be soft and flexible.

13. For cleaning enema, the height of the can should not exceed 18 inches from the anus, and for retained enema, the height should not exceed 8 inches.

14. Gloves must be worn before giving enema.

15. Control the type of solution to suit the enema.

Q. गुदवर्ती क्या है? इसके उद्देश्य, प्रकार एवं प्रक्रिया लिखिए।

What is suppositories? Write down its purpose, types and process.

उत्तर- गुदवर्ती (Suppositories) -

गुदवर्ती एक औषधिकृत कोन के आकार या अंडाकार पिंड की तरह दिखाई देता है जिसे मलाशय अथवा योनि में प्रवेश कराते हैं और यह शरीर के तापमान से घुल या पिघल जाता है।

गुदवर्तियों को रेफ्रिजरेटर में रखा जाता है क्योंकि यह अधिक तापमान से पिघल सकते हैं। उदाहरण- ग्लिसरीन गुदवर्ती, डल्कोलेक्स गुदवर्ती आदि।

गुदवर्ती के प्रकार (Types of Suppositories) -

1. मलाशय गुदवर्ती (Rectal Suppositories) -

यह गुदवर्ती मलाशय में प्रवेश कराई जाती है। जैसे- ग्लिसरीन गुदवर्ती (glycerine suppositories), प्रोमीथाजिन या ऐसप्रिन (promethazine or aspirin)।

2. योनि गुदवर्ती (Vaginal Suppositories) -

इसे योनि में प्रवेश कराया जाता है यह मलाशय गुदवर्ती से बड़ी होती है। इसका आकार रोड जैसा (rod shaped) होता है।

इसका उपयोग गाइनेकोलोजीकल (gynecological) संबंधित उपचार के लिये किया जाता है। जैसे- केनडीडियासिस (candidiasis) आदि।

3. मूत्रमार्गीय गुदवर्ती (Urethral Suppositories)

इसे मूत्र मार्ग में प्रवेश कराया जाता है यह पेन्सिल के आकार का होता है। इसका उपयोग severe erectile dysfunction के उपचार के लिये किया जाता है।

उद्देश्य (Purpose)

1. अतिसार के उपचार हेतु।

2. मलाशय के संक्रमण के उपचार हेतु।

3. मलाशय प्रदाह को रोकने एवं उपचार हेतु।

4. श्लेष्मीय स्राव को बढ़ाने हेतु।

प्रक्रिया (Procedure) -

1. सर्वप्रथम मरीज को प्रक्रिया के बारे में समझाएँ।

2. मरीज को आरामदायक स्थिति प्रदान करें एवं वाम पार्श्व स्थिति में रखें।

3. दस्ताने पहन लें।

4. गुदवर्ती का पैकेट खोलें एवं गुदवर्ती को दाहिने हाथ की अगुली से पकड़ें।

5. बाएँ हाथ से नितम्बों को अलग करके गुदवर्ती को अन्दर प्रवेश कराएँ।

6. जैसे ही गुदवर्ती बाह्य संवरणी पेशी (external sphincter) को पार करें। उसे तर्जनी अँगुली से आगे बढ़ाकर आतंरिक संवरणी पेशी (internal sphincter) के पार करा दें। 7. गुदवर्ती मल पदार्थ के बीच में न होकर मलाशय की भित्ति के समीप स्थित हो क्योंकि गुदवर्ती की आत्रिय भित्ति पर ही क्रिया होती है।

8. मरीज को कहें कि वह गुदवर्ती को लगभग 20 से 30 मिनट या और अधिक रोक कर रखे।

9. यदि मरीज को असुविधा हो तो उसे जोर न दें।

Answer- Suppositories - Suppositories appear like a medicated cone-shaped or oval body which is inserted into the rectum or vagina and it dissolves or melts at body temperature. Gudvartis are kept in the refrigerator as they can melt due to high temperatures. Example- Glycerin Gudvarti, Dulcolax Gudvarti etc.

Types of Suppositories -

1. Rectal Suppositories – This suppository is inserted into the rectum. Such as glycerine suppositories, promethazine or aspirin.

2. Vaginal Suppositories - It is inserted into the vagina. It is larger than rectal suppositories. Its shape is rod shaped. It is used for gynecological related treatments. Like- candidiasis etc.

3. Urethral Suppositories: These are inserted into the urinary tract and are pencil shaped. It is used to treat severe erectile dysfunction.

Purpose

1. For the treatment of diarrhea.

2. For the treatment of rectal infection.

3. To prevent and treat colitis.

4. To increase mucous secretion.

Procedure -

1. First explain the procedure to the patient.

2. Provide comfortable position to the patient and keep him in left lateral position.

3. Wear gloves.

4. Open the Gudvarti packet and hold the Gudvarti with the finger of your right hand.

5. Separate the buttocks with the left hand and enter the anus.

6. As soon as the anus crosses the external sphincter. by moving it forward

with the index finger and moving it internally Pass through the internal sphincter.

7. The anus should not be located in the middle of the fecal matter but should be located near the wall of the rectum because it is on the anterior wall of the anus. Action takes place.

8. Ask the patient to hold the anus for about 20 to 30 minutes or more.

9. If the patient has discomfort, do not force him.

Q. कैथेटेराइजेशन से आप क्या समझते हैं? इसके उद्देश्य, प्रमुख प्रकार एवं सामान्य निर्देशों का वर्णन कीजिए।

What do you understand with catheterization? Describe its purpose, types and general instructions.

उत्तर- वे रोगी जिन्हें किसी भी समस्या के कारण मूत्र त्याग करने में परेशानी हो या असमर्थ हों उन्हें कैथेटरीकरण की आवश्यकता होती है।

इसके अन्तर्गत मूत्राशय में मूत्रमार्ग (urethra) से होकर एक नली (कैथेटर) प्रवेश कराते हैं जिससे मूत्राशय से मूत्र की निकासी हो सके।

उद्देश्य (Purpose) -

1. मूत्राशय को खाली करने हेतु।

2. बेहोश मरीजों में मूत्र असंयम का प्रबंध करने हेतु।

3. लम्बे समय तक बीमार रहने वाले मामलों में जो मरीज बिस्तर से उठ नहीं सकते।

4. नैदानिक उद्देश्यों के लिये मूत्र का नमूना एकत्रित करने हेतु।

5. मूलाधार में घाव के ऊपर मूत्र गिरने से रोकने हेतु।

6. मूत्राशय के अपूर्ण रूप से खाली होने की स्थिति में अवशिष्ट मूत्र (residual urine) की मात्रा ज्ञात करने हेतु।

कैथेटर के प्रकार (Types of Catheter) -

1. सीधा कैथेटर (Straight Single Use Catheter)-

इस कैथेटर का उपयोग मरीज को अस्थायी रूप से आराम देने के लिये किया जाता है। इसमें एक ल्यूमन (single lumen) होता है जोकि 14 cm खुला रहता है।

2. 2-Way फौली कैथेटर (Two-way Foley's Catheter)-

इस कैथेटर का उपयोग मरीज में लम्बे समय तक कर सकते हैं तथा retention of urine के मरीज में भी इसका उपयोग किया जाता है।

3. टिप से हल्का मुड़ा हुआ कैथेटर (Curved or Coude Catheter) -

इस कैथेटर का उपयोग मरीज के यूरेथ्रा (urethra) में रूकावट होने की स्थिति में किया जाता है और TURP के रोगी हेतु भी किया जाता है। ज्यादातर यह वृद्ध मरीजों (old age patient) के उपयोग में आता है।

4. 3-Way फौली कैथेटर (3-way Foley Catheter) -

इसे रिटेन्शन (retention) कैथेटर भी कहा जाता है। इसमें 2 या 3 ल्यूमन (lumen) होते हैं। एक lumen से मूत्र निकलकर कैथेटर बैग में एकत्रित होता है, दूसरे lumen से कैथेटर नली अन्दर टिकी रहती है और तीसरा lumen कोई दवा डालने या bladder को धोने के काम में आता है।

सामान्य निर्देश (General Instruction) -

1. कैथेटीकरण चिकित्सीय आदेश पर ही करें।

2. कैथेटरीकरण के दौरान विसंक्रमित तकनीक का प्रयोग करें।

3. अधिक आवश्यकता पड़ने पर ही कैथेटीकरण करें।

4. कैथेटीकरण के पश्चात मरीज की मूलाधारीय देखभाल करते रहें।

5. सदैव उपयुक्त प्रकाश व्यवस्था में कैथेटर डालें।

6. कैथेटर डालते वक्त कभी ताकत या जोर नहीं डालना चाहिये।

7. बच्चों, गर्भवती महिला, अचेतन मरीजों एवं पुरूषों में सदैव रबर के कैथेटर का प्रयोग करना चाहिए।

Answer: Those patients who have trouble or are unable to urinate due to any problem, they need to undergo catheterization.Is required. Under this, a tube (catheter) is inserted into the bladder through the urethra so that urine can be drained from the bladder.

Purpose -

1. To empty the bladder.

2. To manage urinary incontinence in unconscious patients.

3. In cases of prolonged illness, patients who cannot get up from bed.

4. To collect urine sample for diagnostic purposes.

5. To prevent urine from falling on the wound in the perineum.

6. To determine the amount of residual urine in case of incomplete emptying of the bladder.

Types of Catheter -

1. Straight Single Use Catheter – This catheter is used to provide temporary

relief to the patient. It has a single lumen which is 14 cm open.

2. 2-Way Foley's Catheter - This catheter can be used in the patient for a long time and is also used in the patient with retention of urine.

3. Curved or Coude Catheter - This catheter is used in case of blockage in the urethra of the patient and is also used for TURP patients. Mostly it is used by old age patients.

4. 3-Way Foley Catheter – It is also called retention catheter. 2 in this Or there are 3 lumens. Urine comes out from one lumen and collects in the catheter bag, the catheter tube remains inside from the second lumen and the third lumen is used to put any medicine or wash the bladder.

General Instruction -

1. Catheterization should be performed only on medical orders.

2. Use sterile technique during catheterization.

3. Do catheterization only when absolutely necessary.

4. Continue basic care of the patient after catheterization.

5. Always insert the catheter in appropriate lighting.

6. One should never use force or force while inserting the catheter.

7. Rubber catheters should always be used in children, pregnant women, unconscious patients and men.

Q. अंतिम अवस्था में बीमार रोगी से क्या आशय है? अंतिम अवस्था में बीमार रोगी के लक्षण क्या है?

What is terminally ill patient? What are the sign and symptoms of terminally ill patient?

उत्तर- अंतिम अवस्था में बीमार रोगी (Terminally III Patient)

इस अवस्था में मरीज की बीमारी इस हद तक बढ़ चुकी होती है कि उसे इलाज द्वारा ठीक कर पाना चिकित्सक के लिए असम्भव हो जाता है।

इस अवस्था में मरीज को जीवन आयु घट जाती है और चिकित्सक जबाव दे देते हैं कि अब मरीज के जीवन के कुछ महीने, सप्ताह या दिन बचे हैं।

ये रोगी ऐसी बीमारियों से पीड़ित होते हैं कि जिनका इलाज व उपचार असम्भव होता है उसके उपरान्त मरीज को केवल एक अच्छी देखभाल की आवश्यकता होती है।

जैसे- कैंसर, एड्स आदि बीमारी मरीज की जीवन आयु को कम कर देती है।

मरीज के लक्षणों को देखकर उसकी देखभाल करने पर मरीज को कुछ दिनों तक और जीवित रखा जा सकता है।

अन्त्य रोगी में दिखाई देने वाले कुछ लक्षण (Sign and Symptoms of Terminally III Patient) -

1. भूख प्यास न लगना। (Loss of appetite)
2. निगलने में परेशानी [(Difficulty in swallowing (dysphagia)]
3. निर्जलीकरण (Dehydration)
4. मितली एवं वमन (Nausea and vomiting)
5. अतिसार (Diarrhoea)
6. कब्ज (Constipation)
7. कमजोरी व थकान (Weakness and fatigue)

8. शारीरिक तापमान का बढ़ना (Raise of body temperature)

9. बिस्तरी घाव (Bed sore)

10. शरीर में दर्द (Body pain)

11. चिंता व भय (Anxiety and fear)

12. फेफड़ों में म्यूकस का संकुलन (Mucous congestion in lungs)

13. साँस लेने में परेशानी (Difficulty in breathing)

14. उत्सर्जन संबंधित परेशानी (Problem associate elimination)

Answer: Terminally III Patient: In this stage, the patient's illness has progressed to such an extent that it becomes impossible for the doctor to cure it through treatment.

In this condition, the life expectancy of the patient decreases and the doctors reply that the patient has only a few months, weeks or days left to live.

These patients suffer from such diseases which are impossible to treat and cure, after which the patient only needs good care.

Diseases like cancer, AIDS etc. reduce the life span of the patient.

By observing the symptoms of the patient and taking care of him, the patient can be kept alive for a few more days.

Some symptoms seen in terminally ill patients (Sign and Symptoms of Terminally III Patient) -

1. Not feeling hungry or thirsty. (Loss of appetite)

2. Difficulty in swallowing (dysphagia)

3. Dehydration

4. Nausea and vomiting

5. Diarrhoea

6. Constipation

7. Weakness and fatigue

8. Increase of body temperature

9. Bed sore

10. Body pain

11. Anxiety and fear

12. Mucus congestion in lungs

13. Difficulty in breathing

14. Problem associated elimination

Q. अंतिम अवस्था में बीमार रोगी की देखभाल समझाइए।

Describe the care of terminally ill patient.

उत्तर- अंतिम अवस्था में बीमार रोगी की देखभाल निम्न प्रकार करनी चाहिए-

1. मरीज को संतुलित एवं उच्च कैलोरी युक्त भोजन प्रदान करें।

2. मरीज को उसकी पसंद का भोजन प्रदान करें एवं भोजन कम मात्रा में थोड़ी-थोड़ी देर में दें।

3. मरीज को थोड़ी-थोड़ी देर में पानी पिलाते रहें।

4. मरीज को अधिकतर तरल पदार्थ दें।

5. मरीज को हल्का आहार (soft diet) दें जिसे वह आसानी से ले सके।

6. मरीज के मुँह की देखभाल करें अर्थात् मुँह को स्वच्छ रखें।

7. मरीज को आरामदायक स्थिति प्रदान करें एवं 2-3 घंटे में स्थिति बदलते रहें।

8. मरीज को गहरी साँस (deep breathing) लेने वाली व्यायाम (exercise) करवाएँ।

9. मरीज को साफ सुथरा वातावरण प्रदान करें।

10. मरीज का इनपुट-आउटपुट (input-output) चार्ट बनाएँ।

11. मरीज की श्वसन संबंधित परेशानी में फाउलर्स स्थिति (fowler's position) प्रदान करें।

12. मरीज को मनोवैज्ञानिक सहारा दें।

13. यदि तापमान बड़ा हुआ हो तो cold sponging करें तथा तापमान को सामान्य बनाए रखने की कोशिश करें।

14. मरीज के बिस्तरी घाव (bed sore) होने की सम्भावना को न बढ़ने दें।

15. मरीज के दर्द में उसका ध्यान परिवर्तित करें।

16. चिकित्सक निर्देशानुसार लक्षणों के आधार पर मरीज को दवाई दें।

17. मरीज की चिन्ता व डर को कम करने की कोशिश करें।

18. मरीज के सवालों का प्रेमपूर्वक उत्तर दें।

19. मरीज के सामने ऐसी बात न करें जिससे उसे किसी प्रकार का सदमा (shock) पहुँचे।

Answer: The terminally ill patient should be taken care of in the following manner:

1. Provide balanced and high calorie food to the patient.

2. Provide food of his choice to the patient and give food in small quantities at short intervals.

3. Keep giving water to the patient at regular intervals.

4. Give plenty of fluids to the patient.

5. Give light diet to the patient which he can take easily.

6. Take care of the patient's mouth, i.e. keep the mouth clean.

7. Provide comfortable position to the patient and keep changing the position every 2-3 hours.

8. Make the patient do deep breathing exercises.

9. Provide a clean and tidy environment to the patient.

10. Make an input-output chart of the patient.

11. Provide Fowler's position to the patient in respiratory distress.

12. Provide psychological support to the patient.

13. If the temperature has increased then do cold sponging and try to maintain the temperature normal.

14. Do not allow the patient's chances of getting bed sores to increase.

15. Divert the patient's attention to his pain.

16. Give medicine to the patient as per the doctor's instructions based on the symptoms.

17. Try to reduce the patient's anxiety and fear.

18. Answer the patient's questions lovingly.

19. Do not talk in front of the patient in a way that may cause him any kind of shock.

Q. मरणासन्न मरीज किसे कहते हैं? निकट या आसन मृत्यु के चिन्ह व लक्षण लिखिए।

Who is called dying patient? Write down the signs of approaching death.

उत्तर- मरणासन्न रोगी (Dying Patient)-

इस अवस्था में मरीज अपनी मृत्यु के निकट पहुँच जाता है एवं मरीज की स्थिति बहुत खराब हो जाती है। उसके शरीर में अधिक परेशानियाँ उत्पन्न हो जाती हैं उसका जीवन कुछ दिनों या घंटों का

शेष बचा होता है उसके बाद मरीज की कभी भी मृत्यु हो सकती है।

इस अवस्था में मरीज की हृदय गति अथवा शरीर के सभी प्राणभूत कार्यों के रूकने का समय आ जाता है अतः मरीज अपनी अंतिम साँस ले रहा होता है।

निकट मृत्यु के चिन्ह् व लक्षण (Sign of Approaching Death) -

1. मृत्यु के निकट मरीज के चेहरे के भाव बदल जाते हैं जैसे- चेहरा लटका हुआ, पेशीय तान कम होना, गाल चिपके हुए तथा आँखे धँसी हुई रहती हैं।

2. मरीज अचानक चुपचाप व उदास हो जाता है।

3. मरीज अधिकतर नींद में रहता है।

4. मरीज की पहचानने की शक्ति खत्म होने लगती है।

5. मरीज बोलने एवं पुकारने में अस्पष्ट भाषा प्रयुक्त करता है।

6. मरीज अपने anal sphincter और bladder sphincter पर नियंत्रण नहीं कर पाता अतः वह बिस्तर पर ही मल-मूत्र त्याग करने लगता है।

7. मरीज उठने-बैठने में असमर्थ हो जाता है।

8. मरीज को साँस लेने में कठिनाई होती है।

9. मरीज का खाना पीना कम हो जाता है।

10. मरीज का शरीर ठंड़ा पड़ जाता है।

11. मरीज की आवाज धीमी हो जाती है एवं धीरे-धीरे बन्द हो जाती है।

12. श्वसन दर धीमी व अनियमित हो जाती है।

13. मूत्राशय का फूलना, मूत्र का असंयम होना एवं मूत्रीय अवधारणा आदि स्थिति उत्पन्न हो जाती हैं।

Answer- Dying Patient- In this stage the patient reaches near his death and the condition of the patient becomes very bad. More problems arise in his body, his life is left for a few days or hours, after that the patient can die at

any time. In this stage, the time comes for the patient's heart rate or all the vital functions of the body to stop, hence the patient is taking his last breath.

Signs and symptoms of approaching death -

1. Near death, the patient's facial expressions change, such as the face hangs, muscle tone decreases, cheeks stick out and eyes remain sunken.

2. The patient suddenly becomes silent and sad.

3. The patient remains mostly asleep.

4. The patient's ability to recognize begins to wane.

5. The patient uses unclear language while speaking and calling.

6. The patient is unable to control his anal sphincter and bladder sphincter, hence he starts urinating while in bed.

7. The patient becomes unable to get up and sit.

8. The patient has difficulty in breathing.

9. The patient's eating and drinking reduces.

10. The patient's body becomes cold.

11. The patient's voice becomes slow and gradually stops.

12. Respiratory rate becomes slow and irregular.

13. Conditions like bloating of bladder, urinary incontinence and urinary retention etc. occur.

Q. मरणासन्न की विभिन्न अवस्थाएँ कौन सी हैं? मरणासन्न रोगी की नर्सिंग देखभाल समझाइए।

What are the different stages of dying? Describe the nursing care of dying patient.

उत्तर- मरणासन्न मरीज निम्न पाँच अवस्थाओं से होकर गुजरता है-

1. अस्वीकृति (Denial)

इस अवस्था में मरीज को अस्वीकृति का अनुभव होता है अत: उसे विश्वास नहीं होता है या वह अस्वीकार करता है कि उसे यह बीमारी हुई है और वह कुछ दिनों का मेहमान है।

2. क्रोध (Anger) -

इस अवस्था में मरीज क्रोधित होता है कि यह बीमारी मुझे ही क्यों हुई अत: मैं नहीं मर सकता हूँ। मरीज क्रोध को व्यक्त करता है।

3. सौदेबाजी (Bargaining)-

इस अवस्था में मरीज ठीक होने के हर एक उपचार को अपनाने को तैयार होता है। वह उपचार के नए रूपों को स्वीकार करता है अतः वह सोचता है कि कोई चमत्कार हो और मैं स्वस्थ हो जाऊँ।

4. अवसाद (Depression) -

जब अस्वीकृति, क्रोध, सौदेबाजी की अवस्था समाप्त होने पर मरीज को असंतुष्टि होती है तब मरीज अवसाद में चला जाता है।

5. स्वीकृति (Acceptance)-

इस अवस्था में मरीज को विश्वास हो जाता है कि वह अब जीवित नहीं रह पायेगा। अतः वह अपनी मृत्यु स्वीकार करने के लिये तैयार हो जाता है।

मरणासन्न मरीज की नर्सिंग देखभाल (Nursing Care of Dying Patient) -

1. मरीज को ऑक्सीजन दी जाती है।

2. मरीज की स्थिति थोड़ी-थोड़ी देर में बदलते रहें।

3. मरीज को चम्मच से द्रव पदार्थ दिये जा सकते हैं।

4. सूखे हुए होठों पर कोई प्रशामक (emollients) लगाएँ।

5. यदि दाँत नकली (artificial denture) हो तो उन्हें निकाल कर सुरक्षित रख दें।

6. मरीज की मूलाधार की नियमित साफ-सफाई रखें।

7. मरीज की परिचर्या करने से पहले मरीज को बता देना चाहिये कि वह क्या करने जा रही है।

8. मरीज के सामने खुसर-पुसर न करें तथा स्पष्ट बोले।

9. जब मरीज आराम कर रहा हो तब उसे परेशान न करें।

10. मरीज की व्यक्तिगत स्वच्छता पर ध्यान देना चाहिये।

11. मरीज को स्वच्छ वस्त्र धारण करने में मदद करनी चाहिये।

12. चिकित्सक आदेशानुसार दवाईयाँ मरीज को देनी चाहिए।

Answer: A dying patient passes through the following five stages:

1. Denial: In this stage the patient experiences rejection, hence he does not believe or rejects that he has this disease and that he is a guest for a few days.

2. Anger - In this condition the patient gets angry that why he got this disease and hence he cannot die. The patient expresses anger.

3. Bargaining- In this stage the patient is ready to adopt every treatment for

recovery. He accepts new forms of treatment so he thinks that some miracle will happen and I will get cured.

4. Depression – When the stage of rejection, anger, bargaining ends, the patient feels dissatisfied. Then the patient goes into depression.

5. Acceptance – In this stage the patient believes that he will no longer be able to survive. Therefore he gets ready to accept his death.

Nursing Care of Dying Patient -

1. Oxygen is given to the patient.

2. Keep changing the condition of the patient every now and then.

3. Liquids can be given to the patient with a spoon.

4. Apply some emollients on dry lips.

5. If you have artificial denture, remove them and keep them safe.

6. Maintain regular cleanliness of the patient's perineum.

7. Before taking care of the patient, the patient should be told what she is going to do.

8. Do not whisper in front of the patient and speak clearly.

9. Do not disturb the patient when he is resting.

10. Attention should be paid to the personal hygiene of the patient.

11. The patient should be helped to wear clean clothes.

12. Medicines should be given to the patient as per doctor's orders.

Q. मृत्यु के वास्तविक चिन्ह क्या हैं?

What are the sign of clinical death?

उत्तर- मृत्यु के वास्तविक चिन्ह निम्नलिखित हैं-

1. नाड़ी स्पन्दन (pulse) का महसूस न होना।

2. हृदय की धड़कन एवं श्वसन की अनुपस्थिति।

3. आँखों की पुतलियाँ स्थिर हो जाती हैं।

4. प्रकाश के प्रति कोई प्रतिक्रिया न होना।

5. सभी प्रतिवर्त (reflexes) का अनुपस्थित हो जाना।

6. शरीर का कड़ापन या अकड़न (stiffness) विकसित हो जाना।

7. शरीर का तापक्रम कम हो जाता है।

8. आँखों का एक जगह स्थिर हो जाना।

9. पलकों का न झपकना।

10. किसी उद्दीपन के प्रति कोई प्रतिक्रिया न देना।

11. पुतलियों का फैल जाना।

12. जबड़े का शिथिल पड़ जाना और मुँह थोड़ा खुला होना।

Answer: The actual signs of death are as follows-

1. Not feeling the pulse.

2. Absence of heartbeat and respiration.

3. The pupils of the eyes become stable.

4. No reaction to light.

5. Absence of all reflexes.

6. Development of stiffness in the body.

7. Body temperature decreases.

8. Fixation of eyes at one place.

9. Non-blinking of eyelids.

10. Not reacting to any stimulus.

11. Dilation of pupils.

12. Jaw becoming loose and mouth slightly open.

Q. मृत्यु के बाद शरीर की देखभाल समझाइए।

Describe the care of body after death.

उत्तर- व्यक्ति की मृत्यु के बाद शरीर की देखभाल निम्न प्रकार करनी चाहिए-

1. मरीज की मृत्यु की घोषणा चिकित्सक द्वारा प्रमाणित की जाती है।

2. मरीज की मृत्यु के बाद चिकित्सक द्वारा मृत्यु का प्रमाण पत्र तैयार किया जाता है।

3. प्रमाण पत्र पाने के बाद मरीज के शरीर को घर ले जाया जा सकता है।

5. मृत शरीर को नीचे से ऊपर मुँह तक चादर से ढँक देना चाहिये।

6. यदि मरीज की आँखें खुली रह गई हों तो उसे बंद कर देनी चाहिए।

7. मृत शरीर को पीठ के बल (supine position) में लिटा देते हैं।

8. मृत्यु के बाद सारी नलिकाएँ आदि बंद कर देनी चाहिए। जैसे- राइल्स ट्यूब, ऑक्सीजन ट्यूब।

9. यदि नकली दाँत लगे हों तो निकाल दें।

10. नाक व कान में रूई लगाना चाहिए।

11. शरीर पर लेबल लगाना चाहिए ताकि मरीज की पहचान हो सके।

12. मृत्यु की प्रमाण पत्र की एक कापी स्थानीय अधिकारी को भेजनी चाहिए।

13. यदि मृत्यु किसी दुर्घटना या आत्महत्या की वजह से हुई हो तो कानूनी अधिकारी को इसकी सूचना देनी चाहिए।

14. यदि संक्रामक बीमारी की वजह से मृत्यु हुई हो तो बीमारी फैलने से रोकने के लिये विशेष देखभाल करनी चाहिए।

15. मृत शरीर से सारे आभूषण निकाल देना चाहिए।

16. मृत्यु के पंजीकरण हेतु (registration) मृत्यु के प्रमाण पत्र को जन्म-मृत्यु पंजीयक (registrar birth and death) के कार्यालय में भेज देते हैं।

18. मृत-देह को सुव्यवस्थित एवं स्वच्छ रूप में शवग्रह (mortuary) में भेजना चाहिए।

19. मृत-शरीर को कमरे से हटाने के बाद, कमरे को सामान्य मरीज की छट्टी के समान ही व्यवस्थित व उपचार करना चाहिए।

20. मृत शरीर को स्नान करवाकर, बालों में कंघी करके स्वच्छ वस्त्र पहनाकर भेजें तथा समस्त छिद्र द्वारों (orifices) में रूई के गोले लगाकर बन्द कर दें ताकि दैहिक स्राव बाहर न आ सके।

Answer- After the death of a person, the body should be taken care of in the following manner-

1. The declaration of death of the patient is certified by the doctor.

2. After the death of the patient, the death certificate is prepared by the doctor.

3. After getting the certificate, the patient's body can be taken home.

5. The dead body should be covered with a sheet from bottom to top.

6. If the patient's eyes are left open, they should be closed.

7. The dead body is made to lie on the back (supine position).

8. After death, all the tubes etc. should be closed. Like- Ryle's tube, oxygen tube.

9. If you have false teeth, remove them.

10. Cotton should be applied in the nose and ears.

11. The body should be labeled so that the patient can be identified.

12. A copy of the death certificate should be sent to the local authority.

13. If the death is due to an accident or suicide, the legal authority should be informed about it.

14. If death is due to an infectious disease, special care should be taken to prevent the spread of the disease.

15. All jewelery should be removed from the dead body.

16. For registration of death, the death certificate is sent to the office of the registrar birth and death.

18. The dead body should be sent to the mortuary in an organized and clean manner.

19. After removing the dead body from the room, the room should be arranged and treated in the same manner as a normal patient is discharged.

20. Send the dead body after bathing it, combing the hair, wearing clean clothes and closing all the orifices by placing cotton balls so that the bodily secretions cannot come out.