Introduction to Nursing – नर्सिंग का परिचय

□ Nursing Concept – नर्सिंग की संकल्पना

Nursing is both an art and a science that involves caring for individuals, families, and communities to help them achieve optimal health.
नर्सिंग एक कला और विज्ञान दोनों है, जिसमें व्यक्तियों, परिवारों और समुदायों की देखभाल की जाती है ताकि वे सर्वोत्तम स्वास्थ्य प्राप्त कर सकें।

It includes physical, emotional, social, and spiritual care to promote, maintain, and restore health.
यह शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक देखभाल को शामिल करता है ताकि स्वास्थ्य को बढ़ावा दिया जा सके, बनाए रखा जा सके और पुनः स्थापित किया जा सके।

□ Meaning of Nursing – नर्सिंग का अर्थ

Nursing means helping a person in need by providing care, comfort, and support during illness or disability.
नर्सिंग का अर्थ है किसी व्यक्ति की बीमारी या विकलांगता के समय उसकी सहायता करना, देखभाल करना और उसे आराम प्रदान करना।

It also means promoting health and preventing diseases through education and awareness.
यह स्वास्थ्य को बढ़ावा देना और शिक्षा व जागरूकता के माध्यम से बीमारियों को रोकने का कार्य भी है।

□ Definitions of Nursing – नर्सिंग की परिभाषाएं

1. **Florence Nightingale:**
   "Nursing is putting the patient in the best condition for nature to act upon him."
   "नर्सिंग का कार्य रोगी को इस स्थिति में लाना है जिससे प्रकृति उसके स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव डाल सके।"
2. **ICN (International Council of Nurses):**
   "Nursing includes the promotion of health, prevention of illness, and care of ill, disabled, and dying people."
   "नर्सिंग में स्वास्थ्य संवर्धन, बीमारी की रोकथाम और बीमार, विकलांग और मृत्यु की ओर अग्रसर लोगों की देखभाल शामिल है।"
3. **Virginia Henderson:**
   "Nursing is assisting the individual, sick or well, in the performance of activities contributing to health or recovery."
   "नर्सिंग एक व्यक्ति की (बीमार या स्वस्थ) उन गतिविधियों में सहायता करना है जो स्वास्थ्य में योगदान देती हैं या स्वास्थ्य की पुनः प्राप्ति में सहायक होती हैं।"

www.nursingyan.com

□ Scope of Nursing – नर्सिंग का क्षेत्र

The scope of nursing is vast, covering a wide range of roles in hospitals, clinics, communities, homes, schools, industries, and disaster areas.
नर्सिंग का क्षेत्र बहुत व्यापक है, जो अस्पतालों, क्लीनिकों, समुदायों, घरों, स्कूलों, उद्योगों और आपदा क्षेत्रों में विभिन्न भूमिकाओं को शामिल करता है।

Nursing is not limited to bedside care but includes public health, mental health, maternal and child care, geriatric care, and education.
नर्सिंग केवल बिस्तर के पास की देखभाल तक सीमित नहीं है, बल्कि इसमें जनस्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, मातृ एवं शिशु देखभाल, वृद्धजन देखभाल और शिक्षा भी शामिल है।

□ Functions of Nursing – नर्सिंग के कार्य

1. **Care Provider – देखभाल करने वाला:**
   Provides direct care to patients physically and emotionally.
   मरीज को शारीरिक और मानसिक रूप से प्रत्यक्ष देखभाल प्रदान करता है।
2. **Communicator – संवादक:**
   Acts as a link between doctor, patient, and family.
   डॉक्टर, मरीज और परिवार के बीच एक सेतु का कार्य करता है।
3. **Teacher – शिक्षक:**
   Educates patients and families about disease, treatment, and healthy living.
   मरीजों और उनके परिवारों को बीमारी, उपचार और स्वस्थ जीवन के बारे में शिक्षित करता है।
4. **Advocate – वकील:**
   Protects patient rights and ensures ethical treatment.
   मरीज के अधिकारों की रक्षा करता है और नैतिक उपचार सुनिश्चित करता है।
5. **Counselor – सलाहकार:**
   Provides emotional and psychological support to patients.
   मरीजों को भावनात्मक और मानसिक सहारा देता है।
6. **Manager – प्रबंधक:**
   Manages nursing staff and healthcare resources.
   नर्सिंग स्टाफ और स्वास्थ्य संसाधनों का प्रबंधन करता है।
7. **Researcher – शोधकर्ता:**
   Participates in studies to improve care practices.
   देखभाल की प्रक्रियाओं को बेहतर बनाने के लिए शोध में भाग लेता है।

www.nursinggyan.com

History of Nursing in India – भारत में नर्सिंग का इतिहास

□ Introduction – परिचय

The history of nursing in India is ancient and deeply rooted in traditional practices of care and healing. Over time, nursing evolved from informal caregiving to a well-established, respected profession.
भारत में नर्सिंग का इतिहास प्राचीन है और यह पारंपरिक देखभाल और उपचार की विधियों से गहराई से जुड़ा हुआ है। समय के साथ, यह अनौपचारिक सेवा से एक व्यवस्थित और प्रतिष्ठित पेशे के रूप में विकसित हुआ।

□ Ancient Period – प्राचीन काल

In ancient India, the concept of caring for the sick existed in the form of traditional Ayurvedic practices. Temples and ashrams served as healing centers.
प्राचीन भारत में बीमारों की देखभाल की अवधारणा आयुर्वेदिक परंपराओं के रूप में मौजूद थी। मंदिरों और आश्रमों को उपचार केंद्र के रूप में उपयोग किया जाता था।

- **Charaka and Sushruta Samhita (Ayurvedic texts)** mentioned the importance of attendants (nursing aides) in the healing process.
  चरक और सुश्रुत संहिता (आयुर्वेदिक ग्रंथ) में उपचार प्रक्रिया में परिचारकों (नर्सों) के महत्व का उल्लेख मिलता है।
- Nurses were called **"Paricharakas"**, and they provided assistance in hygiene, medicine administration, and food.
  नर्सों को "परिचारक" कहा जाता था और वे स्वच्छता, औषधि देना और भोजन प्रदान करने का कार्य करते थे।

□ Medieval Period – मध्यकालीन काल

During this period, nursing practices declined due to frequent invasions and wars. Healthcare became more spiritual and charity-based, mostly done in temples, mosques, and by saints.
इस काल में लगातार आक्रमणों और युद्धों के कारण नर्सिंग सेवाओं में गिरावट आई। स्वास्थ्य देखभाल अधिकतर धार्मिक और दान आधारित हो गई थी, जो मंदिरों, मस्जिदों और संतों द्वारा की जाती थी।

□ British Era – ब्रिटिश शासनकाल

The formal and modern system of nursing was introduced in India during British rule, especially after the arrival of Florence Nightingale's influence during the Crimean War (1854–56).

www.nursingyan.com

ब्रिटिश शासनकाल में भारत में औपचारिक और आधुनिक नर्सिंग प्रणाली की शुरुआत हुई, विशेषकर फ्लोरेंस नाइटिंगेल के प्रभाव के बाद जो क्रिमियन युद्ध (1854–56) में सामने आया।

- **First Nursing School** was established in 1871 at Government General Hospital, Chennai (Madras).
  पहला नर्सिंग स्कूल 1871 में मद्रास (अब चेन्नई) के गवर्नमेंट जनरल हॉस्पिटल में शुरू हुआ।
- Early nursing students were mostly Christian women, as it was considered inappropriate for Hindu and Muslim women to take up nursing.
  शुरुआती नर्सिंग छात्राएं मुख्यतः ईसाई महिलाएं थीं, क्योंकि हिन्दू और मुस्लिम महिलाएं इस पेशे में आने से कतराती थीं।

□ Post-Independence Period – स्वतंत्रता के बाद का काल

After 1947, nursing education and services expanded rapidly in India. The government formed councils and policies to regulate nursing.
1947 के बाद, भारत में नर्सिंग शिक्षा और सेवाओं का तेजी से विकास हुआ। सरकार ने नर्सिंग को नियमित करने के लिए परिषदें और नीतियाँ बनाईं।

- **Indian Nursing Council (INC)** was established in **1947** to maintain uniform standards in nursing education and registration.
  भारतीय नर्सिंग परिषद (INC) की स्थापना **1947** में नर्सिंग शिक्षा और पंजीकरण में समानता बनाए रखने के लिए की गई।
- **State Nursing Councils** were also formed to manage state-level nursing regulation.
  राज्यों में नर्सिंग नियमन के लिए राज्य स्तरीय नर्सिंग परिषदों की स्थापना की गई।
- Courses like **Auxiliary Nurse Midwife (ANM)**, **General Nursing and Midwifery (GNM)**, and **BSc Nursing** were developed.
  ANM, GNM और BSc नर्सिंग जैसे पाठ्यक्रमों की शुरुआत हुई।
- Nursing colleges started admitting male students as well.
  नर्सिंग कॉलेजों में पुरुष विद्यार्थियों को भी प्रवेश मिलने लगा।

□ Present Scenario – वर्तमान स्थिति

Today, nursing in India is a highly respected, professional career. Nurses work in hospitals, clinics, community health, education, research, and administration.
आज भारत में नर्सिंग एक प्रतिष्ठित और पेशेवर करियर है। नर्सें अस्पतालों, क्लीनिकों, सामुदायिक स्वास्थ्य, शिक्षा, अनुसंधान और प्रशासन में कार्यरत हैं।

www.nursingyan.com

- Nursing has various specializations like **Pediatric Nursing, Psychiatric Nursing, ICU Nursing, Oncology Nursing, etc.**
  नर्सिंग में आज विभिन्न विशेषज्ञताएं हैं जैसे – बाल रोग नर्सिंग, मनोरोग नर्सिंग, आईसीयू नर्सिंग, कैंसर नर्सिंग आदि।
- Use of **modern technology**, **telemedicine**, and **e-health records** has enhanced the role of nurses.
  आधुनिक तकनीक, टेलीमेडिसिन और ई-हेल्थ रिकॉर्ड्स के प्रयोग से नर्सों की भूमिका और भी महत्वपूर्ण हो गई है।

Nursing as a Profession – **नर्सिंग एक पेशा** (Profession) **के रूप में**

□ Introduction – परिचय

Nursing is more than just a job — it is a **profession** that requires a combination of education, ethics, skills, and dedication.
नर्सिंग केवल एक नौकरी नहीं, बल्कि एक **व्यवसायिक पेशा (Profession)** है जिसमें शिक्षा, नैतिकता, कौशल और समर्पण का संयोजन आवश्यक होता है।

A profession is a field of work that has a specialized body of knowledge, a code of ethics, and commitment to public service.
एक पेशा वह क्षेत्र होता है जिसमें विशिष्ट ज्ञान, आचार संहिता और समाज सेवा के प्रति प्रतिबद्धता होती है।

□ Characteristics of Nursing as a Profession – नर्सिंग को एक पेशा बनाने वाली विशेषताएं

1. Formal Education – औपचारिक शिक्षा

Nursing requires structured education and training through recognized institutions like nursing schools, colleges, and universities.
नर्सिंग के लिए मान्यता प्राप्त संस्थानों में संरचित शिक्षा और प्रशिक्षण अनिवार्य होता है।

Example: GNM, ANM, B.Sc Nursing, M.Sc Nursing, Ph.D in Nursing

---

2. Specialized Body of Knowledge – विशेष ज्ञान का क्षेत्र

Nursing involves scientific knowledge related to human anatomy, physiology, pharmacology, psychology, community health, etc.

www.nursinggyan.com

नर्सिंग में मानव शरीर रचना, कार्य विज्ञान, औषधि विज्ञान, मनोविज्ञान, सामुदायिक स्वास्थ्य आदि से संबंधित वैज्ञानिक ज्ञान होता है।

---

3. Licensing and Registration – लाइसेंस और पंजीकरण

To practice as a nurse, registration under the **Indian Nursing Council (INC)** and **State Nursing Council** is mandatory.
नर्सिंग का अभ्यास करने के लिए भारतीय नर्सिंग परिषद (INC) और राज्य नर्सिंग परिषद में पंजीकरण आवश्यक होता है।

---

4. Code of Ethics – आचार संहिता

Professional nursing follows ethical principles like patient confidentiality, respect, dignity, and informed consent.
पेशेवर नर्सिंग में मरीज की गोपनीयता, सम्मान, गरिमा और सूचित सहमति जैसे नैतिक सिद्धांतों का पालन किया जाता है।

---

5. Service to Humanity – मानवता की सेवा

Nursing is service-oriented and focuses on the well-being of patients without discrimination.
नर्सिंग सेवा प्रधान कार्य है और इसमें बिना किसी भेदभाव के मरीजों की भलाई पर ध्यान दिया जाता है।

---

6. Continuous Learning – सतत शिक्षा

Nurses are expected to keep updating their knowledge and skills through **continuing nursing education (CNE)**, seminars, workshops, etc.
नर्सों से अपेक्षा की जाती है कि वे कार्यकाल के दौरान अपने ज्ञान और कौशल को निरंतर अपडेट करें।

---

7. Autonomy and Accountability – स्वायत्तता और उत्तरदायित्व

Nurses often make independent decisions in patient care and are accountable for their actions.
नर्सें कई बार मरीज की देखभाल में स्वतंत्र निर्णय लेती हैं और अपने कार्यों के लिए उत्तरदायी होती हैं।

www.nursinggyan.com

□ Differences Between Occupation and Profession – व्यवसाय और पेशा में अंतर

Basis	Occupation (व्यवसाय)	Profession (पेशा)
Training	May not require formal training	Requires specialized training
Knowledge	General knowledge	Scientific, technical knowledge
Code of Ethics	Not compulsory	Strict code of ethics
Registration	Not needed	Compulsory registration
Purpose	Earning money	Service and public welfare

□ Professional Development in Nursing – नर्सिंग में पेशेवर विकास

- **Clinical Specialization**: ICU, Pediatrics, Psychiatry, Cardiology, Oncology, etc.
- **Administrative Roles**: Nurse Manager, Head Nurse, Nursing Superintendent
- **Teaching & Research**: Nurse Educator, Lecturer, Research Nurse
- **Community Health**: Public health nurse, ASHA worker, ANM, CHO

Nursing Professional, Qualities and Preparation (नर्सिंग पेशेवर, गुण और तैयारी)

□ Introduction – परिचय

A nurse is not just someone who provides care, but a **trained healthcare professional** who holds knowledge, compassion, responsibility, and commitment to serve humanity.
नर्स केवल देखभाल करने वाली नहीं होती, बल्कि एक **प्रशिक्षित स्वास्थ्य पेशेवर** होती है जिसमें ज्ञान, करुणा, जिम्मेदारी और मानवता की सेवा के प्रति समर्पण होता है।

A professional nurse must have specific **personal qualities** and **professional preparation** to fulfill the demands of the profession.
एक पेशेवर नर्स के पास कुछ विशेष **व्यक्तिगत गुण** और **पेशेवर तैयारी** होनी चाहिए ताकि वह इस क्षेत्र की आवश्यकताओं को पूरा कर सके।

□ Qualities of a Professional Nurse – एक पेशेवर नर्स के गुण

www.nursingyan.com

1. Compassion (करुणा / सहानुभूति)

The ability to feel and understand the pain and emotions of patients.
रोगियों के दर्द और भावनाओं को महसूस कर समझने की क्षमता।

A compassionate nurse earns the trust of the patient.

---

2. Communication Skills (संचार कौशल)

Ability to effectively communicate with patients, families, and the healthcare team.
मरीजों, उनके परिवारों और चिकित्सा टीम के साथ प्रभावी ढंग से संवाद करने की क्षमता।

Good communication helps reduce patient anxiety and confusion.

---

3. Patience (धैर्य)

The ability to remain calm in difficult or stressful situations.
कठिन या तनावपूर्ण परिस्थितियों में शांत रहने की क्षमता।

Patients may be demanding, aggressive, or slow to recover — patience is key.

---

4. Observational Skills (पर्यवेक्षण क्षमता)

Being alert and attentive to minor changes in the patient's condition.
रोगी की स्थिति में छोटे बदलावों को भी नोटिस करने की सजगता।

Quick observation can prevent complications.

---

5. Emotional Stability (भावनात्मक स्थिरता)

Staying mentally strong during emergencies, death, or emotional trauma.
आपातकाल, मृत्यु या भावनात्मक स्थिति में मानसिक रूप से मजबूत रहना।

A nurse must be emotionally balanced, especially in critical care units.

---

6. Sense of Responsibility (जिम्मेदारी की भावना)

www.nursinggyan.com

Being accountable for one's actions and committed to providing the best care.
अपने कार्यों के लिए उत्तरदायी होना और सर्वोत्तम देखभाल के लिए समर्पित रहना।

Nurses handle lives — responsibility is non-negotiable.

---

7. Honesty and Integrity (ईमानदारी और नैतिकता)

Truthful in documentation, medication, and patient interaction.
दस्तावेज़, दवाइयों और रोगी से बातचीत में ईमानदारी रखना।

A dishonest nurse can risk a patient's life.

---

8. Teamwork (टीमवर्क)

Willingness to work collaboratively with doctors, fellow nurses, and staff.
डॉक्टरों, अन्य नर्सों और स्टाफ के साथ मिलकर काम करने की भावना।

□ Preparation of a Nurse – नर्स बनने की तैयारी

1. Educational Qualifications – शैक्षिक योग्यता

Course	Duration	Eligibility
ANM (Auxiliary Nurse Midwife)	2 years	10+2 (any stream)
GNM (General Nursing and Midwifery)	3 years	10+2 (any stream, preferably Science)
B.Sc Nursing	4 years	10+2 with Science (PCB)
Post Basic B.Sc Nursing	2 years	GNM + Registration

Higher education options: M.Sc Nursing, Ph.D. in Nursing, Nurse Practitioner

---

2. Clinical Training – नैदानिक प्रशिक्षण

During the nursing course, students undergo hands-on training in hospitals, operation theatres, maternity wards, ICUs, and community health centers.
नर्सिंग पाठ्यक्रम के दौरान छात्रों को अस्पतालों, ऑपरेशन थियेटरों, प्रसव वार्डों, आईसीयू और सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों में व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया जाता है।

www.nursingyan.com

---

3. Registration – पंजीकरण

After completing the course, the nurse must be registered with the **State Nursing Council** and **Indian Nursing Council (INC)**.
पाठ्यक्रम पूरा करने के बाद, नर्स को राज्य नर्सिंग परिषद और भारतीय नर्सिंग परिषद में पंजीकृत होना होता है।

---

4. Internship – इंटर्नशिप / अभ्यास कार्य

Nursing students must complete a compulsory internship of 6 months to 1 year depending on the course.
नर्सिंग छात्रों को कोर्स के अनुसार 6 महीने से 1 साल तक की अनिवार्य इंटर्नशिप करनी होती है।

---

5. Continuous Learning – सतत अध्ययन

Nurses must update their knowledge through continuing nursing education (CNE), workshops, seminars, and online courses.
नर्सों को निरंतर शिक्षा, कार्यशालाओं, सेमिनार और ऑनलाइन पाठ्यक्रमों के माध्यम से अपना ज्ञान अपडेट करते रहना चाहिए।

□ Career Opportunities After Preparation – तैयारी के बाद करियर विकल्प

- Staff Nurse
- Community Health Nurse
- Nurse Educator
- School Health Nurse
- Ward In-Charge
- Nurse Practitioner
- Nursing Superintendent
- Research Nurse
- Military/Army Nurse
- Telehealth Nurse

Duties of Nursing, Roles and Responsibilities of a Nurse

(नर्सिंग के कर्तव्य, नर्स की भूमिकाएं और जिम्मेदारियां)

□ Introduction – परिचय

www.nursingyan.com

Nurses play a vital role in healthcare by providing care, support, education, and advocacy for patients. Their duties, roles, and responsibilities are diverse and essential for effective patient management.
नर्सें स्वास्थ्य देखभाल में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं, जो मरीजों को देखभाल, समर्थन, शिक्षा और वकालत प्रदान करती हैं। उनके कर्तव्य, भूमिकाएं और जिम्मेदारियां व्यापक और प्रभावी रोगी प्रबंधन के लिए आवश्यक हैं।

□ Duties of Nursing – नर्सिंग के कर्तव्य

1. **Patient Care (रोगी की देखभाल)**
   Providing comprehensive physical, emotional, and psychological care to patients.
   मरीजों को शारीरिक, भावनात्मक और मानसिक देखभाल प्रदान करना।
2. **Medication Administration (दवाओं का सही सेवन)**
   Giving prescribed medicines correctly and monitoring their effects.
   डॉक्टर द्वारा निर्धारित दवाओं को सही तरीके से देना और उनके प्रभावों पर नजर रखना।
3. **Monitoring Vital Signs (जीवन संकेतों की निगरानी)**
   Checking pulse, blood pressure, temperature, respiration, and other vital signs regularly.
   नियमित रूप से नाड़ी, रक्तचाप, तापमान, श्वसन और अन्य जीवन संकेतों की जांच करना।
4. **Maintaining Hygiene (स्वच्छता बनाए रखना)**
   Ensuring patient's personal hygiene and cleanliness of the surrounding environment.
   रोगी की व्यक्तिगत स्वच्छता और आस-पास के क्षेत्र की सफाई सुनिश्चित करना।
5. **Assisting in Procedures (प्रक्रियाओं में सहायता करना)**
   Helping doctors during medical examinations, surgeries, or treatments.
   चिकित्सकीय परीक्षाओं, सर्जरी या उपचार के दौरान डॉक्टर की सहायता करना।
6. **Record Keeping (रिकॉर्ड का रखरखाव)**
   Maintaining accurate patient records including treatment details, medications, and progress.
   मरीज के उपचार, दवाओं और प्रगति का सटीक रिकॉर्ड रखना।
7. **Patient Education (रोगी शिक्षा)**
   Teaching patients and families about health maintenance, disease prevention, and post-treatment care.
   मरीजों और उनके परिवारों को स्वास्थ्य रखरखाव, बीमारी से बचाव और उपचार के बाद देखभाल के बारे में शिक्षित करना।

□ Roles of a Nurse – नर्स की भूमिकाएं

1. **Caregiver (देखभालकर्ता)**
   Primary role to provide holistic care to patients.
   रोगियों को समग्र देखभाल प्रदान करना उनकी मुख्य भूमिका है।
2. **Communicator (संवादक)**
   Acting as a bridge between patients, families, and other healthcare team members.
   मरीजों, परिवारों और स्वास्थ्य सेवा टीम के बीच संपर्क स्थापित करना।
3. **Teacher (शिक्षक)**
   Educating patients about their illness, medication, and health practices.
   मरीजों को उनकी बीमारी, दवाइयों और स्वास्थ्य आदतों के बारे में जानकारी देना।
4. **Advocate (वकील / रक्षक)**
   Protecting patient's rights and interests.
   मरीज के अधिकारों और हितों की रक्षा करना।

www.nursingyan.com

5. **Counselor (सलाहकार)**
   Providing emotional support and guidance to patients and families.
   मरीजों और परिवारों को भावनात्मक समर्थन और सलाह देना।
6. **Manager (प्रबंधक)**
   Supervising nursing staff, managing resources, and coordinating care delivery.
   नर्सिंग स्टाफ की देखरेख करना, संसाधनों का प्रबंधन करना और देखभाल को समन्वित करना।
7. **Researcher (शोधकर्ता)**
   Participating in nursing research to improve healthcare practices.
   स्वास्थ्य सेवा को बेहतर बनाने के लिए नर्सिंग शोध में भाग लेना।

□ Responsibilities of a Nurse – नर्स की जिम्मेदारियां

- **Maintaining Confidentiality (गोपनीयता बनाए रखना)**
  Respecting patient privacy and keeping information confidential.
  मरीज की निजता का सम्मान करना और जानकारी गोपनीय रखना।
- **Following Hospital Protocols (अस्पताल के नियमों का पालन)**
  Adhering to guidelines, policies, and procedures of the healthcare facility.
  स्वास्थ्य सेवा संस्थान के नियमों, नीतियों और प्रक्रियाओं का पालन करना।
- **Professional Development (पेशेवर विकास)**
  Updating knowledge and skills through continuous education.
  निरंतर शिक्षा के माध्यम से ज्ञान और कौशल को अपडेट करना।
- **Emergency Care (आपातकालीन देखभाल)**
  Providing immediate care during emergencies and critical situations.
  आपातकालीन और गंभीर परिस्थितियों में तत्काल देखभाल प्रदान करना।
- **Safety Measures (सुरक्षा उपाय)**
  Ensuring safety of patients and self by following infection control and safety protocols.
  संक्रमण नियंत्रण और सुरक्षा प्रक्रियाओं का पालन कर मरीजों और स्वयं की सुरक्षा सुनिश्चित करना।

Health and Disease: Definition of Health, Determinants of Health Status, Basic Human Needs, Illness and Its Effect on the Individual

(स्वास्थ्य और रोग: स्वास्थ्य की परिभाषा, स्वास्थ्य स्थिति के निर्धारक, मूलभूत मानवीय आवश्यकताएँ, बीमारी और इसका व्यक्ति पर प्रभाव)

□ Definition of Health (स्वास्थ्य की परिभाषा)

- **WHO (World Health Organization) के अनुसार:**
  Health is a state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

www.nursingyan.com

अर्थात् स्वास्थ्य केवल रोग या कमजोरी का अभाव नहीं, बल्कि शारीरिक, मानसिक और सामाजिक कल्याण की पूर्ण स्थिति है।

- **आम समझ:**
  स्वास्थ्य का मतलब है शरीर का स्वस्थ होना, मन का शांत और खुशहाल होना, और सामाजिक रूप से सक्रिय और समर्थ होना।

□ Determinants of Health Status (स्वास्थ्य स्थिति के निर्धारक)

स्वास्थ्य कई कारकों पर निर्भर करता है, जिन्हें 'निर्धारक' कहा जाता है। ये होते हैं:

1. **जैविक कारण (Biological Factors):**
   उम्र, लिंग, वंश, आनुवांशिकी, शारीरिक संरचना आदि।
2. **पर्यावरणीय कारण (Environmental Factors):**
   स्वच्छता, जलवायु, आवास, प्रदूषण, सामाजिक वातावरण।
3. **आर्थिक कारण (Economic Factors):**
   आय स्तर, रोजगार, जीवन यापन की स्थिति।
4. **सामाजिक कारण (Social Factors):**
   शिक्षा, संस्कृति, पारिवारिक स्थिति, सामाजिक समर्थन।
5. **व्यक्तिगत व्यवहार (Personal Behavior):**
   खान-पान, व्यायाम, धूम्रपान, शराब, दवाइयों का सेवन।
6. **स्वास्थ्य सेवा (Health Services):**
   चिकित्सा सुविधा, नर्सिंग सेवा, टीकाकरण, रोग निवारण।

□ Basic Human Needs (मूलभूत मानवीय आवश्यकताएँ)

मानव जीवन के लिए कुछ मूलभूत आवश्यकताएँ होती हैं, जो स्वास्थ्य और जीवन रक्षा के लिए जरूरी हैं। इन्हें सामान्यतः तीन स्तरों में बांटा जाता है:

1. **शारीरिक आवश्यकताएँ (Physiological Needs):**
   भोजन, पानी, हवा, नींद, पोषण, शारीरिक सुरक्षा।
2. **सुरक्षा की आवश्यकता (Safety Needs):**
   सुरक्षा, आवास, स्थिरता, खतरे से बचाव।
3. **सामाजिक आवश्यकताएँ (Social Needs):**
   प्रेम, अपनापन, दोस्ती, परिवार, सामाजिक संपर्क।

Note: अगर ये आवश्यकताएं पूरी नहीं होतीं तो व्यक्ति की स्वास्थ्य स्थिति प्रभावित होती है।

□ Illness (बीमारी)

www.nursinggyan.com

- **परिभाषा:**
  बीमारी एक ऐसी स्थिति है जिसमें शरीर या मन सामान्य काम करने में असमर्थ होता है, और व्यक्ति को अस्वस्थता महसूस होती है।
- **Types of Illness (बीमारी के प्रकार):**
  - Acute (तीव्र): जल्दी शुरू होने वाली और थोड़े समय की बीमारी, जैसे फ्लू।
  - Chronic (दीर्घकालीन): लंबे समय तक चलने वाली बीमारी, जैसे डायबिटीज़।
  - Communicable (संक्रामक): एक व्यक्ति से दूसरे में फैलने वाली।
  - Non-communicable (असंक्रामक): जो नहीं फैलती, जैसे हृदय रोग।

□ Effect of Illness on Individual (बीमारी का व्यक्ति पर प्रभाव)

बीमारी व्यक्ति के जीवन के कई पहलुओं को प्रभावित करती है:

1. **Physical Impact (शारीरिक प्रभाव):**
   कमजोरी, दर्द, थकान, कार्य करने की क्षमता में कमी।
2. **Psychological Impact (मनोवैज्ञानिक प्रभाव):**
   चिंता, डिप्रेशन, भय, तनाव।
3. **Social Impact (सामाजिक प्रभाव):**
   परिवार और दोस्तों से दूरी, सामाजिक सक्रियता में कमी।
4. **Economic Impact (आर्थिक प्रभाव):**
   काम करने में असमर्थता, आय में कमी, चिकित्सा खर्च।
5. **Spiritual Impact (आध्यात्मिक प्रभाव):**
   जीवन के प्रति दृष्टिकोण में बदलाव, विश्वास और आशा का स्तर।

Modern Approaches to Nursing Care, Including Holistic Nursing Care

(नर्सिंग देखभाल के आधुनिक दृष्टिकोण, जिसमें समग्र नर्सिंग देखभाल शामिल है)

□ Introduction – परिचय

नर्सिंग का क्षेत्र लगातार विकसित हो रहा है। पारंपरिक नर्सिंग से आगे बढ़कर अब आधुनिक दृष्टिकोण अपनाए जा रहे हैं, जो मरीज के शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक, सामाजिक और आध्यात्मिक पक्षों को ध्यान में रखते हैं। ऐसे नर्सिंग दृष्टिकोण को **Holistic Nursing Care (समग्र नर्सिंग देखभाल)** कहा जाता है।

□ Modern Approaches to Nursing Care – नर्सिंग देखभाल के आधुनिक दृष्टिकोण

1. Patient-Centered Care (रोगी-केंद्रित देखभाल)

- मरीज की जरूरतों, इच्छाओं, और स्वास्थ्य लक्ष्यों के आधार पर देखभाल प्रदान करना।
- मरीज के साथ संवाद करके निर्णय लेना और उनकी पसंद का सम्मान करना।

www.nursinggyan.com

2. Evidence-Based Practice (EBP) (साक्ष्य-आधारित प्रैक्टिस)

- वैज्ञानिक अनुसंधान और प्रमाणों के आधार पर नर्सिंग निर्णय लेना।
- यह सुनिश्चित करता है कि देखभाल सबसे प्रभावी और सुरक्षित हो।

3. Technology Integration (प्रौद्योगिकी का समावेश)

- इलेक्ट्रॉनिक हेल्थ रिकॉर्ड (EHR), टेलीमेडिसिन, मोबाइल हेल्थ ऐप्स का उपयोग।
- आधुनिक उपकरणों और तकनीकों से बेहतर रोगी निगरानी और उपचार।

4. Interdisciplinary Teamwork (अंतर-विषयक टीमवर्क)

- डॉक्टर, फार्मासिस्ट, फिजियोथेरेपिस्ट, सोशल वर्कर सहित विभिन्न स्वास्थ्य पेशेवरों के साथ सहयोग।
- मरीज की देखभाल में समन्वय और सहयोग बढ़ाना।

5. Health Promotion and Disease Prevention (स्वास्थ्य संवर्धन और रोग रोकथाम)

- नर्सें केवल बीमारी का इलाज नहीं करतीं, बल्कि स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित करती हैं।
- टीकाकरण, पोषण शिक्षा, व्यायाम, और मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान देना।

□ Holistic Nursing Care (समग्र नर्सिंग देखभाल)

Definition (परिभाषा):

Holistic nursing is a comprehensive approach that treats the patient as a whole person — body, mind, spirit, and environment.
समग्र नर्सिंग देखभाल एक व्यापक दृष्टिकोण है जो मरीज को सम्पूर्ण व्यक्ति के रूप में देखती है — शरीर, मन, आत्मा और पर्यावरण सहित।

Principles of Holistic Nursing (समग्र नर्सिंग के सिद्धांत):

1. **Treating the Whole Person (समग्र व्यक्ति की देखभाल)**
   - नर्स मरीज के शारीरिक लक्षणों के साथ-साथ भावनात्मक, मानसिक और आध्यात्मिक जरूरतों को भी समझती है।
2. **Individualized Care (व्यक्तिगत देखभाल)**
   - हर मरीज की अलग-अलग जरूरतों और अनुभवों को ध्यान में रखते हुए देखभाल देना।
3. **Promoting Self-Care (स्वयं-देखभाल को बढ़ावा देना)**
   - मरीज को अपनी देखभाल में सक्रिय रूप से शामिल करना और आत्मनिर्भर बनाना।
4. **Healing Environment (उपचारात्मक वातावरण बनाना)**
   - आरामदायक, शांत, और सकारात्मक वातावरण प्रदान करना।
5. **Complementary and Alternative Therapies (पूरक और वैकल्पिक उपचार)**
   - योग, ध्यान, आरोमाथेरेपी, संगीत थेरेपी जैसे तरीकों को शामिल करना।

□ Components of Holistic Nursing Care (समग्र नर्सिंग देखभाल के घटक)

www.nursinggyan.com

Component	Explanation
Physical Care	रोगी के शरीर की देखभाल जैसे दवा देना, घाव साफ़ करना
Emotional Care	भावनात्मक समर्थन देना, तनाव कम करना
Mental Care	मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना, चिंता प्रबंधन
Spiritual Care	आध्यात्मिक सहायता देना, विश्वास और आशा बढ़ाना
Social Care	सामाजिक संपर्क और समर्थन सुनिश्चित करना

□ Benefits of Holistic Nursing Care (समग्र नर्सिंग देखभाल के लाभ)

- बेहतर रोगी संतुष्टि
- तेजी से स्वस्थ होने की प्रक्रिया
- रोगी के आत्म-विश्वास और जीवन की गुणवत्ता में सुधार
- रोग के पुनरावृत्ति की संभावना कम होना
- मानसिक और भावनात्मक स्थिरता प्राप्त होना

www.nursinggyan.com