സി ലെവൽപരീക്ഷ

(10-ാംസ്റ്റാൻഡേർഡിൽ പഠിയ്ക്കുന്ന ജെ.ആർ.സി കേഡുകൾക്ക്)

അന്താരാഷ്ട്ര റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ ഉത്ഭവം, ജൂനിയർ റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ ഉത്ഭവം കേരളാ റെഡ്ക്രോസ്സ് എന്നീ വിഷയങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് സ്റ്റാൻഡേർഡ് 8 ലും ഇൻഡ്യൻ റെഡ്ക്രോസ് സൊസൈറ്റിയുടെ ഉത്ഭവം, ഘടന, പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നിവയെ സംബന്ധിച്ച് സ്റ്റാൻഡേർഡ് 9 ലും പഠിച്ചുകഴിഞ്ഞു. 10-ാം സ്റ്റാൻഡേർഡിൽ സി ലെവൽപരീക്ഷക്കായി റെഡ്ക്രോസ് സൊസൈറ്റിയെ സംബന്ധിച്ച വിശദപഠനമാണ് തയ്യാറായിരിക്കുന്നത്.

1864 ആഗസ്റ്റ് 22 ന് 15 രാഷ്ട്രങ്ങളുടെ പ്രതിനിധികൾ ഒപ്പ് വച്ച ജനീവാകരാർ ലോകത്തിന്റെ മഹാഭാഗ്യമായി മാറി. അന്നുമുതൽ യുദ്ധത്തിൽ പരുക്കേറ്റുവീണവരെ ആരോരും നോക്കാനില്ലാത്ത അവസ്ഥ ഉണ്ടായിട്ടില്ല. ജനീവകരാറിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ സൊസൈറ്റി ഫോർ ദി റിലീഫ് ഓഫ് വൂണ്ടഡ് കോം ബാട്ടന്റ്സ് എന്ന പേരിൽ അറിയപ്പെട്ട പ്രസ്ഥാനം 1867 ൽ നെതർലെന്റ്സ് ഔദ്യോഗികമായി അംഗീകരിച്ചശേഷമാണ് റെഡ്ക്രോസ്സ് സൊസൈറ്റി എന്ന പേരിൽ അറിയാൻ തുടങ്ങിയത്.

ജനീവ പ്രമാണത്തിൽ ഒപ്പുവയ്ക്കുന്ന രാജ്യങ്ങൾ യുദ്ധകാലത്ത് മുറിവേൽക്കുകയോ രോഗം ബാധിയ്ക്കുകയോ ചെയ്യുന്ന സൈനികരുടെ കാര്യം നോക്കാൻ ബാദ്ധ്യസ്ഥകാണ്. പരുക്കേറ്റവരെ ശുശ്രൂഷിക്കുന്നവർക്ക് സംരക്ഷണം നൽകും,ആശുപത്രികളെയും ആശുപത്രി ഉപകരണങ്ങളേയും ആംബുലൻസുകളേയും ആക്രമിയ്ക്കാൻ പാടില്ല. കഴിയുമ്പോഴെല്ലാം യുദ്ധത്തടവുകാരെ കൈമാറും. വെള്ളപയാത്തലത്തിൽ ചെമന്ന കുരിശ് നിഷ്പക്ഷതയുടെ ചിഹ്നമായി അംഗീകരിയ്ക്കണം. ഈ ചിഹ്നം തിരിച്ചറിയുമെന്നതിനാൽ ഡോക്ടർമാർ, നഴ്സുമാർ തുടങ്ങിയവർ രണാങ്കണത്തിൽ പരുക്കേറ്റു വീണവരെ സമീപിയ്ക്കുമ്പോൾ ഈ ചിഹ്നം ധരിച്ചിരിയ്ക്കണം. ഐവർ സംഘത്തിലെ ഡോക്ടർമാരിൽ ഒരാളായ ലൂയിആപ്പിയ ചെമന്ന കുരിശ് അടയാളം ആദ്യം ഉൾക്കൊണ്ടു.

1864 ലെ കരാറിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ പലരാജ്യങ്ങളും ദേശീയ സൊസൈറ്റികൾ രൂപീകരിച്ചു. യൂറോപ്പിലെ രാഷ്ട്രത്തലവന്മാരുടെ യുദ്ധക്കൊതി ജനീവാ കരാറിന് ആദ്യകാലത്ത് വേണ്ടത്ര ഫലമുണ്ടാക്കിയില്ല. റെഡ്ക്രോസ് സൊസൈറ്റിയുടെ ആദ്യത്തെ പ്രധാന സേവനം 1870-71 ലെ ഫ്രാങ്കോ-പ്രഷ്യൻ യുദ്ധവേളയിലാണ്, റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ പ്രവർത്തകർ 50 ലക്ഷം പേരെ പരിചരിച്ചു. റെഡ്കോസ്സിന്റെ പ്രസിദ്ധി ലോകമെമ്പാടും പരന്നു.

ബോബർ യുദ്ധകാലത്ത് (1899-1902) ഗാന്ധിജി റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ ഉത്സുകനായ ഒരു വോളന്റീയറായി പ്രവർത്തിച്ചിട്ടുണ്ട്. റെഡ്ക്രോസ്സ് ചിഹ്നവും പട്ടാളത്തൊപ്പിയും ധരിച്ച് ഒരു സ്ട്രെച്ചർ വാഹകന്റെ വേഷത്തിൽ നിൽക്കുന്ന ഗാന്ധിജിയുടെ ഒരു പെൻസിൽ ചിത്രം ഡെൽഹിയിലുള്ള റെഡ്ക്രോസ് ആഫീസിൽ കാണാവുന്നതാണ്. മുപ്പത്തേഴു വയസുള്ള ഗാന്ധിജി തെക്കേ ആഫ്രിക്കൻ ഇൻഡ്യാക്കാരുടെ നേതാവെന്ന് അംഗീകരിക്കപ്പെട്ടിരുന്ന കാലമായിരുന്നു അന്ന്.

നാവികയുദ്ധങ്ങളിലെ ഭാഗഭാക്കുകൾക്ക് സഹായം ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിനായി രണ്ടാമത് ജനീവാപ്രമാണം 1902 ൽ ഒപ്പുവച്ചു. യുദ്ധങ്ങളോരോന്നും റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ സേവനപരിധി വിപുലമാക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നു. യുദ്ധത്തിൽ മുറിവേറ്റവരേയും യുദ്ധതടവുകാരേയും യുദ്ധക്കെടുതി അനുഭവിയ്ക്കുന്നവരേയും സഹായിക്കേണ്ട ചുമതല റെഡ്ക്രോസ്സ് ഏറ്റെടുത്തു.

റെഡ്ക്രോസ്സ് ഉണ്ടാകുന്നതിന് മുൻപ് യുദ്ധത്തടവുകാരോടുള്ള പെരുമാറ്റം തീർത്തും മോശമായിരുന്നു. ചിലപ്പോൾ അവരെ കൊല്ലുകയും ഉണ്ടായി. കുടുംബങ്ങൾക്ക് പട്ടാളക്കാരുമായി എഴുത്തുകുത്തിന് സൗകര്യമില്ലായിരുന്നു. പട്ടാളക്കാരായ ഭർത്താക്കന്മാരുടെ വിവരമറിയാൻ കഴിയാത്ത ഭാര്യമാരും പുത്രന്മാരെ കാത്തിരിക്കുന്ന അമ്മമാരും സാധാരണമായിരുന്നു. പ്രിയപ്പെട്ടവരുടെ സ്ഥാതിയറിയാൻ നിർവ്വാഹമില്ലാത്ത അവസ്ഥയ്ക്ക് റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ ഉത്ഭവത്തോടെ മാറ്റമുണ്ടായി. യുദ്ധകാലത്ത് പട്ടാളക്കാരുടെ വിവരം ശേഖരിച്ച് നൽകുന്നതിനായി ഇൻഫർമേഷൻ ഏജൻസി തുടങ്ങി. ഉൽക്കണ്ഠാഭരിതരായ ബന്ധുജനങ്ങളുടെ അന്വേഷണങ്ങൾക്ക് പലപ്പോഴും മറുപടി നൽകാൻ വിഷമമാണ്. എങ്കിൽ തന്നെയും ഏറെ പണിപ്പെട്ട് ആശാവഹമായ മറുപടി നൽകാൻ റെഡ്ക്രോസ് വോളന്റിയേഴ്സിന് സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഗാന്ധിജിയുടെ ഉറ്റസുഹൃത്തും ഉജ്ജ്വലഫ്രഞ്ച് സാഹിത്യകാരനുമായ റൊമേൻ റോളണ്ട് റെഡ്ക്രോസ്സ് വോളന്റിയറുടെ ജോലി ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ഒന്നാംലോകമഹായുദ്ധകാലത്ത് റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ ആഫീസിൽ എന്നും അദ്ദേഹം ചെല്ലുകയും ഗുമസ്തൻ പണിചെയ്യുകയും തന്റെ സേവനം സാമൂഹ്യനന്മയ്ക്കായി അർപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു.

ഒന്നാം ലോകമഹായുദ്ധം രണ്ടോ മൂന്നോ രാജ്യങ്ങളിലല്ല. പലഭൂഖണ്ഡങ്ങളിലേക്കും വ്യാപിച്ചു. ലക്ഷക്കണക്കിന് സൈനികർ യുദ്ധത്തിൽ പങ്കെടുത്തു. ലക്ഷക്കണക്കിന് റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ വോളന്റീയർമാർ വിപത്തുകളെ വെല്ലുവിളിച്ചുകൊണ്ട് മുറിവേറ്റവർക്കും മരിയ്ക്കാറായവർക്കും സഹായമെത്തിച്ചു കൊടുത്തു. ഈ വോളന്റീയർമാരുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ മാനിച്ച് 1917 ൽ റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ അന്തർദേശീയ സമിതിയ്ക്ക് നോബൽ സമ്മാനം നൽകി.

നോബൽസമ്മാനം ഏർപ്പെടുത്തിയത് 19-ാം നൂറ്റാണ്ടിൽ ജീവിച്ചിരുന്ന ഡൈനാമിറ്റ് രാജാവ് എന്ന് പ്രശസ്തനായ ആൽഫ്രഡ് നോബൽ ആയിരുന്നു. പടക്കോപ്പുകൾ നിർമ്മിച്ച് ഏറെ സമ്പാദിച്ചു. എന്നാൽ ജീവിത സായാഹ്നത്തിൽ അദ്ദേഹം താൻ പണമുണ്ടാക്കിയ രീതിയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചു. കുറ്റബോധത്താൽ തന്റെ സമ്പാദ്യമെല്ലാം സമാധനത്തിന് വേണ്ടി പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നവർക്ക് സമ്മാനമായി നൽകാൻ അദ്ദേഹം തീരുമാനിച്ചു.

ഒന്നാംലോകമഹായുദ്ധത്തെക്കാൾ ഭീകരമായിരുന്നു രണ്ടാംലോകമഹായുദ്ധം. ഇക്കാലത്ത് നാല് ലക്ഷത്തിഅമ്പതിനായിരം ടൺ ദുരിതാശ്വാസ സാമഗ്രികൾ റെഡ്ക്രോസ് പ്രവർത്തകൾ സംഭരിച്ച് വിതരണം ചെയ്തു. യുദ്ധത്തടവുകാരെപ്പറ്റിയുള്ള വിവരശേഖരണത്തിനായി പതിമൂന്നുകോടി ഡോളർ ചെലവിട്ടു. റെഡ്ക്രോസ് പ്രവർത്തകർ തടങ്കൽ പാളയങ്ങൾ സന്ദർശിച്ചു. യുദ്ധത്തടവുകാരുടെ അവസ്ഥയും അവരോടുള്ള പെരുമാറ്റവും മെച്ചപ്പെടുത്താൻ യത്നിക്കുകയും ചെയ്തു. റെഡ്ക്രോസ് ഇന്റർനാഷണൽകമ്മറ്റി 1939 ൽ യുദ്ധത്തടവുകാർക്ക് ഒരു കേന്ദ്രഏജൻസി ആരംഭിച്ചു. ലക്ഷോപലക്ഷം തടവുകാർ എവിടെ എന്നറിയിക്കുന്ന ഒരു കാർഡ് ഇൻഡക്സ് രീതി റെഡ്ക്രോസ് ഏർപ്പെടുത്തി. യാത്രചെയ്യുന്ന പട്ടാളക്കാർക്ക് വേണ്ടി റെയിൽവേ സ്റ്റേഷനുകളിൽ കാന്റീനുകളും യുദ്ധംകൊണ്ട് തളർന്നവർക്ക് വേണ്ടി വിനോദകേന്ദ്രങ്ങളും പ്രവർത്തിപ്പിച്ചു. ദുരിതാശ്വാസത്തിന്റേയും പുനരധിവസിപ്പിയ്ക്കലിന്റേയും ചുമതല ഏറ്റോടുത്തു. യുദ്ധം ഇല്ലാത്ത ഒരവസ്ഥ സ്വപ്നം കാണാനല്ലാതെ പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ റെഡ്ക്രോസ് സൊസൈറ്റിയ്ക്ക് ഇതുവരെയും സാധിച്ചിട്ടില്ല. ശത്രുവും മനുഷ്യനാണെന്നും മനുഷ്യനെ മാനിച്ചാദരിയ്ക്കണമെന്നും റെഡ്ക്രോസ് ലോകത്തെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. റെഡ്ക്രോസ് ഉള്ളിടത്തോളം. യുദ്ധമധ്യത്തിലെ കാരുണ്യപൂരമായി തുടരും.

കാലാന്തരത്തിൽ മിക്കരാഷ്ട്രങ്ങളിലും ദേശീയ സൊസൈറ്റികൾ രൂപംകൊണ്ടു. 1870 ന് മുമ്പായി 22 രാഷ്ട്രങ്ങൾ ജനീവാ കരാർ ഒപ്പുവച്ചു. ഇന്ന് 193 അംഗരാജ്യങ്ങളുണ്ട്. പ്രകൃതിജന്യവും അല്ലാത്തതുമായ വിപത്തുകളുണ്ടായാൽ മറ്റ് രാജ്യങ്ങളുടെ റെഡ്ക്രോസ് സംഘങ്ങൾ സഹായത്തിനെത്തും. ഫീൽഡ് ആശുപത്രികളും ക്യാമ്പുകളും ഏർപ്പെടുത്തും. അധിവാസകേന്ദ്രങ്ങളുണ്ടാകും. പ്രതിരോധകുത്തിവെയ്പുകൾ നടത്തും. വേണ്ടുന്ന എല്ലാസഹായങ്ങളും സഹോദരസംഘങ്ങൾ നൽകി വരുന്നു. ആഗോളവ്യാപകമായി ജീവകാരുണ്യപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്ന ഈ പ്രസ്ഥാനത്തിന് ഏഴ് അടിസ്ഥാനപ്രമാണങ്ങളുണ്ട്.

1. Humanity (ദീനകാരുണ്യം)
2. Impartiality (ചേരിചേരായ്മ)
3. Neutrality (നിഷ്പക്ഷത)
4. Independance (സ്വാതന്ത്ര്യം)
5. Voluntary Service (സന്നദ്ധസേവനം)
6. Unity (ഐക്യമത്യം)
7. Universality (സർവ്വലൗകികത)

ലോകവ്യാപകരമായി റെഡ്ക്രോസ്സ് പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഫലപ്രദമായി നടത്തുന്നതിനുള്ള ഭരണ ചുമതല മൂന്നു ഘടകങ്ങളെ ഏല്പിച്ചിരിക്കുന്നു.

1) International Committee of Red Cross (I.C.R.C) അന്താരാഷ്ട്ര റെഡ്ക്രോസ് സമിതി
2) The International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (I.F.R.C.S) റെഡ്ക്രോസ് സൊസൈറ്റി ലീഗ്.
3). നാഷണൽ സൊസൈറ്റികൾ (N.S) National Societies എന്നിവയാണ് മൂന്ന് ഘടകങ്ങൾ.

International Committee of the Red Cross (I.C.R.C)
അന്താരാഷ്ട്ര റെഡ്ക്രോസ് സമിതി

സ്വിറ്റസർലന്റിലെ ജനീവയിലാണ് ഈ സംഘടനയുടെ ആസ്ഥാനം. 25 സ്വിസ് പൗരന്മാർ അടങ്ങുന്ന ഒരു സ്വതന്ത്ര കൗൺസിൽ ഇതിനുണ്ട്. പുതുതായി രൂപം കൊള്ളുന്ന റെഡ്ക്രോസ്സ് സൊസൈറ്റികൾക്ക് അംഗീകാരം നൽകുക എന്നതാണ് ഈ സമിതിയുടെ പ്രധാന ചുമതല. സമഗ്രമായ അന്വേഷണത്തിനുശേഷമേ ഈ സമിതി അംഗീകാരതീരുമാനം കൈകൊള്ളാറുള്ളു. യുദ്ധത്തിൽ മുറിവേറ്റ് ഭടന്മാർ, യുദ്ധത്തടവുകാർ, യുദ്ധത്തിന്റെ കെടുതി അനുഭവിക്കുന്ന സാധാരണ ജനം എന്നിവർക്ക് ശുശ്രൂഷ സൗകര്യം എത്തിച്ചു കൊടുക്കണമെന്ന് ഈ സമിതി വ്യവസ്ഥ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. യുദ്ധത്തിൽ ഏർപ്പെടുന്ന രാഷ്ട്രങ്ങൾ അന്താരാഷ്ട്ര നിയമങ്ങൾ ലംഘിച്ചാൽ അത് നിലനിറുത്തുവാൻ ഉപദേശിക്കുന്നത് ഈ സമിതിയാണ്. യുദ്ധത്തിനിടയിൽ വിജനപ്രദേശങ്ങളിൽ അകപ്പെട്ടുപോകുന്ന ഭടന്മാരെ തേടിപ്പിടിച്ച് അവരുടെ ഗവൺമെന്റുകളെ ഏൽപ്പിക്കുന്ന ചുമതലയും ഈ സമിതിയുടേതാണ്. ഒന്നും രണ്ടും മഹായുദ്ധങ്ങളിൽ ലക്ഷക്കണക്കിന് യുദ്ധപീഡിതരെ സഹായിക്കുന്നതിന് ഈ സമിതിയ്ക്ക് സാധിച്ചു.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRCS)

1919 ലാണ് റെഡ്ക്രോസ്സ് സൊസൈറ്റി ലീഗ് സ്ഥാപിതമായത്. ബ്രിട്ടൺ, ഫ്രാൻസ്, ഇറ്റലി, ജപ്പാൻ, യു.എസ്.എ എന്നീ രാഷ്ട്രങ്ങൾ ലീഗിൽ അംഗങ്ങളായി. മൂന്ന് വർഷത്തിനുള്ളിൽ അംഗസംഖ്യ നൂറുകവിഞ്ഞു. രണ്ടുകോടിയിലധികം അംഗങ്ങൾ നാഷണൽ സൊസൈറ്റികൾക്ക് വേണ്ടുന്ന നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകിക്കൊണ്ട് സേവന കാര്യങ്ങൾ നിർവ്വഹിക്കുന്നു. അന്താരാഷ്ട്ര തലത്തിൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് ഐക്യരൂപമുണ്ടാക്കുക, സമാധാനകാലത്ത് മാനവരാശിയുടെ ആരോഗ്യകരമായ വികസനത്തിന് അവസരങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുക തുടങ്ങിയവയും ലീഗിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിൽപ്പെടുന്നു. ആരോഗ്യ പ്രവർത്തനത്തിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നതിനും ദുരിതാ

ശ്വാസ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ജാഗ്രതപുലർത്തുന്ന സംഘടനകളെ കോർത്തിണക്കി അവയുടെ യത്നങ്ങൾ സഫലമാക്കി തീർക്കുന്നതിനും ലീഗ് ശ്രദ്ധ പുലർത്തുന്നു. നഴ്സിംഗ് ബ്യൂറോ ലീഗുമായി ബന്ധപ്പെട്ടാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. 1919-ൽ സ്ഥാപിതമായ നഴ്സിംഗ് ബ്യൂറോയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഹെൽത്ത് ബ്യൂറോയാണ് കാലാകാലങ്ങളിൽ വിവരങ്ങൾ എത്തിയ്ക്കുന്നത്. റെഡ്ക്രോസ്സ് ഏർപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള സ്കോളർഷിപ്പുകളിലേക്ക് തെരഞ്ഞെടുപ്പ് നടത്തുന്നത് ഹെൽത്ത് ബ്യൂറോയാണ്. ലീഗിന്റെ കീഴിൽ ചില ജൂനിയർ വിഭാഗങ്ങളും പ്രവർത്തനമുണ്ട്. നാഷണൽ സൊസൈറ്റികളുമായി ആശയവിനിയമം നടത്തുക, പ്രാദേശിക സമ്മേളനങ്ങൾ നടത്തുക, ലോകാരോഗ്യ സംഘടന, അന്താരാഷ്ട്ര അഭയാർത്ഥി സംഘടന എന്നിവയുമായി സമ്പർക്കം പുലർത്തുക തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളാണ് ലീഗ് നിർവ്വഹിക്കുന്നത്.

National Societies നാഷണൽ സൊസൈറ്റികൾ

193-ൽ അധികം രാഷ്ട്രങ്ങൾക്ക് ദേശിയ റെഡ്ക്രോസ്സ് സൊസൈറ്റികളുണ്ട്. ജാതിമതവർണ്ണ ദേശഭാഷകൾക്കതീതമായി മാനുഷിക മൂല്യങ്ങൾക്ക് പ്രാമുഖ്യം നൽകിക്കൊണ്ട് താൽപര്യമുള്ളവരെയെല്ലാം അംഗങ്ങളാക്കാനുള്ള ചുമതല നാഷണൽ റെഡ്ക്രോസ്സ് സൊസൈറ്റിക്കുള്ളതാണ്. ഒരു രാജ്യത്ത് ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒരു സമിതിയേ അകാവൂ എന്ന് വ്യവസ്ഥ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ആദ്യമായി നാഷണൽ സൊസൈറ്റികൾ ആരംഭിച്ചത് ബൽജിയം, ഫ്രാൻസ്, ഇറ്റലി, സ്പെയിൻ എന്നീ രാജ്യങ്ങളിലാണ് ഇന്ന് മിക്ക ലോകരാഷ്ട്രങ്ങളിലും നാഷണൽ സൊസൈറ്റികളുണ്ട്.

1920-ൽ ഇൻഡ്യൻ ലെജിസ്ലേറ്റീവ് കൗൺസിൽ പാസ്സാക്കിയ ആക്ട് തഢ അനുസരിച്ചാണ് ഇൻഡ്യൻ റെഡ്ക്രോസ്സ് സൊസൈറ്റി സ്ഥാപിതമായത്. ഇൻഡ്യൻ റെഡ്ക്രോസ്സ് സൊസൈറ്റിയുടെ പ്രസിഡന്റ് രാഷ്ട്രപതിയാണ്. ചെയർമാൻ പ്രധാനമന്ത്രിയോ ആരോഗ്യമന്ത്രിയോ ആയിരിക്കണമെന്നാണ് ആക്ടിലെ വ്യവസ്ഥ. ഓരോ സംസ്ഥാനത്ത് നിന്നും കേന്ദ്രഭരണ പ്രദേശത്തു നിന്നും തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്ന ഓരോ പ്രതിനിധി വീതമുള്ള ഒരു ഇലക്ടറൽ കോളേജ് 12 അംഗങ്ങളുള്ള ഒരു മാനേജിംഗ് ബോഡിയെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നു. ഭാരതത്തെ തെക്ക്, വടക്ക്, കിഴക്ക്, പടിഞ്ഞാറ് എന്നിങ്ങനെ നാല് മേഖലകളായി തിരിച്ച് ഓരോ മേഖലയ്ക്കും മൂന്ന് പ്രതിനിധികൾ എന്ന വ്യവസ്ഥപ്രകാരമാണ്. 12 പേരെ ഡൽഹിയിലെ ഹെഡ്ക്വാർട്ടേഴ്സിൽ വച്ച് തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്നത്. പ്രസ്തുത മാനേജിംഗ് ബോഡിയ്ക്കാണ് സംഘടനയുടെ ദേശീയതല ഭരണച്ചുമതല. രാഷ്ട്രത്തിലെ അത്യുന്നത സ്ഥാനങ്ങൾ അലങ്കരിക്കുന്ന ആറ് പ്രതിനിധികളെ രാഷ്ട്രപതി നോമിനേറ്റ് ചെയ്യാറുണ്ട്. മാനേജിംഗ് ബോഡിയിൽ നിന്ന് ഒരു അഞ്ചംഗ എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മിറ്റിയെ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു.

ക്ലാരാബാർട്ടൺ എന്ന കാരുണ്യദേവത

ക്ലാരാബാർട്ടൺ ആണ് അമേരിക്കൻ റെഡ്ക്രോസ്സ് സ്ഥാപിച്ചത്. ന്യൂഇംഗ്ലണ്ടിൽ ഒരു അദ്ധ്യാപികയായിരുന്നു. അമേരിക്കൻ ആഭ്യന്തര കലാപകാലത്ത് അവർ മുന്നണിയിലെ ഒരു സന്നദ്ധ സേവികയി. കാരുണ്യദേവത എന്ന് അവർ അറിയപ്പെട്ടു. അവരുടെ ശ്രമഫലമായി 1882-ൽ ജനീവ പ്രമാണം അമേരിയ്ക്ക അംഗീകരിച്ചു. അമേരിക്കൻ റെഡ്ക്രോസ്സിന്റെ ആദ്യ പ്രസിഡന്റ് ക്ലാരാബർട്ടൺ ആയിരുന്നു. മഹായുദ്ധങ്ങളും യുദ്ധാന്തരക്കെടുതി വരുത്തുന്ന നാശത്തെക്കാൾ സഹായം ആവശ്യമായി വരുന്നത് പ്രകൃതിജന്യമായ അത്യാഹിതങ്ങൾക്കും ക്ഷാമത്തിനും പ്ലേഗിനും ഇരയാകുന്നവർക്കാണെന്ന് ആദ്യം മനസ്സിലാക്കിയത് ക്ലാരാബാർട്ടനാണ്. സമാധാനകാലത്ത് പലതരം രക്ഷാപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ ക്ലാര പ്രേരിപ്പിച്ചു. പ്രകൃതിജന്യമായ അത്യാഹിതങ്ങളെയും മഹാമാരികളെയും അതീവ ജാഗ്രതയോടെ നേരിടാൻ മാതൃക കാട്ടിയ വനിതയാണ് ക്ലാരാബാർട്ടൺ.

ഡാൻസ് വില്ലെ എന്ന ചെറിയ അമേരിക്കൻ പട്ടണത്തിലെ സ്വവസതിയിൽ പത്രപാരായണത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടിരുന്ന അവർ അസ്വസ്ഥയായിരുന്നു. ഒരു കാട്ടുതീയുടെ വാർത്ത പത്രങ്ങളിൽ വളരെ പ്രാധാന്യം നൽകിക്കൊടുത്തിരുന്നു. മിച്ചിഗണിലെ ഉണക്കു ബാധിച്ച വനങ്ങളിലും വയലുകളിലുമാണ് തീ തുടങ്ങിയത്. ദിവസങ്ങൾകൊണ്ട് തീ പടർന്ന് ചുറ്റുപാടും വെണ്ണീറായി. ശക്തിയായ കാറ്റ് തീ പടർത്തി. ഏകദേശം 180 ചതുരശ്ര മൈൽ പ്രദേശം തീ വിഴുങ്ങി. ആയിരക്കണ

ക്കിന് ആളുകൾ ഭവനങ്ങൾ ഉപേക്ഷിച്ച് രക്ഷപ്രാപിച്ചു. വൃക്ഷങ്ങൾ വെന്തുകരിഞ്ഞു. അത്യുഗ്രമായ ചൂടു കാരണം ആകാശത്തുകൂടെ പറന്ന പറവകൾ മയങ്ങിവീണു. പുഴകളിലെ മത്സ്യങ്ങൾ ചത്തൊടുങ്ങി. അനേകം മൈൽ അകലെയുള്ള മുന്തിരത്തോപ്പുകൾ അക്കാലത്ത് പുഷ്പിച്ചു.

കാട്ടുതീ മൂലമുണ്ടായ ഭയങ്കര നാശനഷ്ടങ്ങളെപ്പറ്റിയുള്ള ഹൃദയഭേദകമായ ഒരു വിവരണം അവർ പത്രങ്ങളിൽ പ്രസിദ്ധപ്പെടുത്തി. തീ കത്തിപ്പോയ ഇടങ്ങളിൽ ഒരു മുയലിന് തിന്നാനുള്ളതും ബാക്കിയില്ല. എന്നല്ല അങ്ങനെ വല്ലതും ബാക്കി വന്നാൽ തന്നെ അതു തിന്നാൻ മുയലുമില്ല. ഹൃദയസ്പർശിയായ ആ വിവരണം തീമൂലം എല്ലാം നഷ്ടപ്പെട്ടവർക്ക് സമ്മാനങ്ങളുടെയും സഹായവാഗ്ദാനത്തിന്റെയും ഒരു പ്രളയം തന്നെ ഉണ്ടാക്കി. ആഹാരവും വസ്ത്രവും മരുന്നും വേണ്ടുവോളം ലഭിച്ചു. കേടു വന്ന വീടുകൾ നന്നാക്കാനും പുതിയ വീടുകൾ നിർമ്മിക്കാനും തടിയും മറ്റ് നിർമ്മാണ സാമഗ്രികൾ അയച്ചുകിട്ടി.

കാട്ടുതീ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ വെള്ളപ്പൊക്കമായി. മഞ്ഞുരുകി വെള്ളം പൊങ്ങിയ ഓഹിയോ നദി കരകവിഞ്ഞു. ഒപ്പം പേമാരിയും വെള്ളപ്പൊക്കവും, വീടുകളും, മരങ്ങളും കടപുഴകി വീണു. ലക്ഷോപലക്ഷം ഏക്കർ കരിമ്പിൻ തോട്ടങ്ങളും പരുത്തിവിളകളും നശിച്ചു. വീടുകൾ നദിയുലൂടെ ഒഴുകി നടന്നു. ഭീകരമായ ജലപ്രവാഹത്തിൽ മനുഷ്യരും മൃഗങ്ങളും ഒഴുകി നടന്നു. ക്ലാരാ ബാർട്ടൺ ജോഷ് വി ത്രൂപ്പ് എന്ന് പേരുള്ള കപ്പൽ വാടകയ്ക്കെടുത്തു. നിറയെ ദുരിതാശ്വാസ സാമഗ്രികൾ നിറച്ച് ഓഹിയയോ നദിയിലൂടെ സഞ്ചരിച്ച് ദുരിതാശ്വാസ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ മുഴുകി. ഏതാനും സ്ത്രീ-പുരുഷന്മാരെ സഹായത്തിന് കൂട്ടിക്കൊണ്ട് അവർ സ്വന്തം നിലയ്ക്കാണ് ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആരംഭിച്ചത്. അമേരിയ്ക്കൻ മേഖലയിലെ ആദ്യത്തെ റെഡ്ക്രോസ്സ് കപ്പലായിരുന്നു ജോഷ് വി ത്രൂപ്പ്.

പ്രഥമശുശ്രൂഷ എന്നാൽ എന്ത്?

ഒരു അപകടത്തിനോ രോഗത്തിനോ ഇടയാകുന്നവർക്ക് പ്രഥമവും താത്കാലികവുമായി നൽകുന്ന ശുശ്രൂഷയ്ക്ക് പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ എന്ന് പറയും. ഒരു ഡോക്ടറുടെ സേവനം ലഭ്യമാകുന്നതുവരെയോ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുന്നത് വരെയോ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ ആവശ്യമാണ്. ആപത്തിന്റെ തീവ്രത കുറയ്ക്കുന്നതിന് സഹായിക്കും.

പ്രഥമശുശ്രൂഷയുടെ ഉദ്ദേശ്യങ്ങൾ തത്വങ്ങൾ എന്നിവ ആവർത്തനം

ഒടിവുകൾ (Fracture) നമ്മുടെ അവയവങ്ങൾക്ക് സുരക്ഷിതത്വം ശരീരത്തിന് ബലവും ആകൃതിയും നൽകുന്നത് അസ്ഥികളാണ്. ചില പ്രത്യേക സാഹചര്യങ്ങളിൽ അസ്ഥി ഒടിയാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. റോഡപകടങ്ങൾ സംഭവിക്കുമ്പോഴും, ഉയരത്തിൽ നിന്ന് വീഴുമ്പോഴും യന്ത്രങ്ങളിൽപ്പെട്ടും അടിപിടികളിൽപ്പെട്ടും അസ്ഥികൾ ഒടിയാറുണ്ട്. ഇത്തരത്തിൽ അസ്ഥികൾ ഒടിയുന്നതിനെ ഒടിവുകൾ (Fracture) എന്ന് പറയും.

ഒടിവുകൾ സാധാരണ നാല് തരം

1. Simple or closed Fracture
2. Compound Fracture
3. Comminuted Fractre
4. Complicated Fracted

1. <u>Simple of Closed Fractre</u>

അസ്ഥികൾക്ക് ഒടിവുണ്ടാകുന്നെങ്കിലും തൊലി പൊട്ടി വെളിയിൽ വരാതിരിക്കുന്ന ഒടിവാണിത്. രോഗിയെ ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാക്കാത്തവിധം പൂർവ്വസ്ഥിതിയിലാക്കുന്നതാണ് നന്ദ്. അനാവശ്യ ചലനങ്ങൾ ഒഴിവാക്കണം. വളരെ സൂക്ഷ്മമായി കൈകാര്യം ചെയ്യണം. എത്രയും പെട്ടന്ന് ഡോക്ടറുടെ അടുത്തെത്തിക്കണം.

2. <u>Compound Fracture</u>

അസ്ഥി ഒടിയുമ്പോൾ പുറം തൊലി മുറിയുന്നു. ഒടിഞ്ഞ ഭാഗം വെളിയിൽ കാണുന്നു. രോഗാണുക്കളും പൊടിയും ഉള്ളിൽ കടക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. അസ്ഥി ഒടിഞ്ഞ് വെളിയിൽ വന്നാൽ മുറിവ് വൃത്തിയുള്ള തുണികൊണ്ട് കെട്ടുക. രക്തസ്രാവമുണ്ടെങ്കിൽ മുറുക്കി കെട്ടണം.

അസ്ഥി പഴയരീതിയിലാക്കാൻ ശ്രമിക്കരുത്. തടിക്കഷണമോ, സ്കെയിലോ വെച്ചുകെട്ടി അനങ്ങാത്ത രീതിയിലാക്കിയ ശേഷമേ ആശുപത്രിയിൽ കൊണ്ടുപോകാവൂ. വിവരം രോഗിയുടെ ബന്ധുക്കളെ അറിയിക്കേണ്ടതും പ്രഥമ ശുശ്രൂഷകന്റെ കടമയാണ്.

3. Comminuted Fracture

അസ്ഥി പലകഷണങ്ങളായി നുറുങ്ങിപ്പോകുന്നതിനെ കമ്മിന്യൂട്ടഡ് ഫ്രാക്ചർ എന്ന് പറയുന്നു.

4. Complicated Fracture

അസ്ഥി പെട്ടുന്നതിനൊപ്പം ആന്തരികാവയവങ്ങൾക്കും മുറിവ് സംഭവിക്കുന്നതാണ് രീാുഹശരമലേറ ള്യമരൗ്യേല.

പൊള്ളൽ

ശരീരത്തിൽ കഠിനമായ ചൂട് ഏൽക്കുമ്പോഴാണ് പൊള്ളൽ ഉണ്ടാകുന്നത്. തീക്കനൽ, തീജ്ജ്വാല, പഴുപ്പിച്ച ലോഹം, സൂര്യാഘാതം, മിന്നൽ, തിളപ്പിച്ച വെള്ളം, നീരാവി, തിളച്ച എണ്ണ, ഉരുക്കിയ കീല് തുടങ്ങിയവയിൽ നിന്നും പൊള്ളൽ ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. രാസവസ്തുക്കൾ നിമിത്തവും പൊള്ളലേൽക്കാം. സൾഫ്യൂരിക്ക് ആസിഡ്, നൈട്രിക് ആസിഡ്, ശക്തിയുള്ള ആൽക്കലികൾ, കാസ്റ്റിക് പൊട്ടാഷ് ഇവയിൽ നിന്നും പൊള്ളലേൽക്കാം.

പൊള്ളലുകളെ മൂന്നായി തിരിക്കാം

1. ഫസ്റ്റ് ഡിഗ്രി 2. സെക്കന്റ് ഡിഗ്രി 3. തേഡ് ഡിഗ്രി

1. ഫസ്റ്റ് ഡിഗ്രി

പൊള്ളൽ പുറം തൊലിയിൽ മാത്രമായിരിക്കും. പൊള്ളിയ ഭാഗം ചുവക്കും. കുമിള ഉണ്ടാകില്ല.

2. സെക്കന്റ് ഡിഗ്രി

തൊലിയുടെ എല്ലാ ഭാഗങ്ങളും പൊള്ളും. പുറം തൊലി വേർപെടാനും സാദ്ധ്യതയുണ്ട്. പൊള്ളൽ ഏറ്റ ഭാഗത്ത് വെള്ളം പോലുള്ള ദ്രാവകം ഒലിക്കും.

പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ

പൊള്ളലിന്റെ പ്രഥമശുശ്രൂഷ കൊണ്ട് വേദന കുറയും. പൊള്ളലേറ്റ ഭാഗം പഴുക്കാതിരിക്കാതിരിക്കും. പൊള്ളൽ ചെറുതായാലും വലുതായാലും പ്രഥമശുശ്രൂഷ വളരെ ശ്രദ്ധയോടെ ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

ആദ്യം ചെയ്യേണ്ടത് പൊള്ളൽ ഏറ്റ സ്ഥലത്ത് നിന്നും രോഗിയെ മാറ്റുക എന്നതാണ്. വസ്ത്രത്തിന് തീ പിടിച്ചാൽ ഓടാൻ പാടില്ല. ഓടിയാൽ തീ ആളിപ്പടരും. നിലത്ത് കിടത്തി കട്ടിയുള്ള ബ്ലാങ്കറ്റോ, ചാക്കോ കൊണ്ട് ശരീരം ആകെ ചുറ്റിപ്പിടിയ്ക്കണം. നനഞ്ഞതായാൽ നന്ന്. കത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുമ്പോൾ വസ്ത്രങ്ങൾ അഴിച്ചുമാറ്റാൻ ശ്രമിക്കരുത്. അത് കൂടുതൽ പൊള്ളലിന് കാരണമാകും. പൊള്ളിയഭാഗം തണുത്തവെള്ളത്തിൽ മുക്കുകയോ, വെള്ളമൊഴുകുന്ന ടാപ്പിനടിയിൽ പിടിക്കുകയോ ചെയ്യുക. രണ്ട് മൂന്ന് മിനിറ്റ് സമയം ഇങ്ങനെ ചെയ്യാം. പത്ത് പതിനഞ്ച് മിനിറ്റ് സമയം ഐസ് കട്ട വയ്ക്കുന്നത് നല്ലതാണ്. പൊള്ളലേറ്റ ആളിന്റെ വള, മോതിരം, ബെൽറ്റ്, ഷൂസ് എന്നിവ (ഉള്ളപക്ഷം) ഊരി മാറ്റുക.

വേദന ശമിച്ചാൽ പൊള്ളലേറ്റ ഭാഗം ശുദ്ധമായ തുണി കൊണ്ട് പൊതിയണം. അതിനുമുകളിൽ കട്ടിയുള്ള ബ്ലാങ്കറ്റ് ഇടണം. ശരീരത്തിന്റെ ചൂട് നിലനിറുത്താനാണ് ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നത്. നിസ്സാരമായ പൊള്ളലാണെങ്കിൽ ആശുപത്രിയിൽ കൊണ്ട്പോകേണ്ടതില്ല. സോഫ്രോമൈസിൻ, ഫ്യൂറാസിൻ, സിൽവർ സൽഫാഡയാജീൻ മുതലായവ ക്രീമുകൾ പുരട്ടണം. പൊള്ളൽ കൂടുടതലാണെങ്കിൽ രോഗിയെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിച്ചേ തീരൂ. വളരെ സൂക്ഷ്മതയോടെ മൃദുവായി വേണം രോഗിയെ സ്പർശിക്കാൻ. അല്ലെങ്കിൽ തൊലി ഇളകിപ്പോകും.

രാസവസ്തുക്കൾ കൊണ്ടുള്ള പൊള്ളൽ (Chemical Burns)

സാധാരണയായി ലബോറട്ടറികളിലാണ് രാസവസ്തുക്കൾ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന പൊള്ളലുണ്ടാകുന്നത്. നൈട്രിക് ആസിഡ്, സൾഫ്യൂരിക് ആസിഡ്, കോസ്റ്റിക് പൊട്ടാഷ്, അമോണിയ എന്നിവ കൈകാര്യം ചെയ്യുമ്പോൾ അപകടം സംഭവിക്കാറുണ്ട്. രാസവസ്തുവിനെ നിർവ്വീര്യമാക്കുകയാണ് ആദ്യം ചെയ്യേണ്ടത്. ഒഴുകുന്ന ടാപ്പ് വെള്ളത്തിൽ പത്തു പതിനഞ്ചു മിനിറ്റ് കഴുകിയാൽ വേദന ശമിക്കും. രാസവസ്തു നിർവ്വീര്യമാകും. ആൽക്കലി വെള്ളവും ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്.

ചിലപ്പോൾ രാസവസ്തുക്കൾ വീണ് കണ്ണിൽ പൊള്ളൽ സംഭവിക്കാറുണ്ട്. അങ്ങനെ സംഭവിച്ചാൽ ഇരുപത് മിനിറ്റോളം മുഖവും കൺപോളകളും കഴുകണം. ഒരു കണ്ണിൽ മാത്രമേ പൊള്ളൽ ഏറ്റിട്ടുള്ളു എങ്കിൽ രാസവസ്തു കഴുകി കളയുമ്പോൾ മറ്റേ കണ്ണിൽ വീഴാതെ ശ്രദ്ധിക്കണം. ഉണങ്ങിയ ഐപാഡ് അല്ലെങ്കിൽ ബാൻഡേജ് ഉപയോഗിച്ച് കണ്ണ് മൂടിക്കെട്ടണം. എന്നിട്ട് എത്രയും വേഗം ഡോക്ടറിന്റെ സഹായം തേടണം.

വൈദ്യുതാഘാതം (Electric Shock)

വൈദ്യുതാഘാതം പലപ്പോഴും മരണകാരണമാകാറുണ്ട്. അശ്രദ്ധ കൊണ്ടാണ് മിക്കപ്പോഴും വൈദ്യുതാഘാതം ഏൽക്കേണ്ടി വരുന്നത്. ഇൻസുലേഷൻ ഇല്ലാത്ത വയർ സ്പർശിക്കാൻ ഇടയായാൽ വൈദ്യുതാഘാതം ഉണ്ടാകും. ചെരുപ്പില്ലാതെയോ നനഞ്ഞ കൈ കൊണ്ട് പിടിക്കുകയോ ചെയ്താൽ ആഘാതത്തിന് ശക്തികൂടും. ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രവർത്തനം നിന്നും പോകാനും ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നിന്നു പോകാനും വൈദ്യുതാഘാതം ഇടയാകും.

മനുഷ്യ ശരീരത്തിൽ ഒന്നു മുതൽ എട്ടു വരെ മില്ലി ആംപ്സ് വൈദ്യുതി പ്രവേശിച്ചാൽ ചെറിയ ഷോക്ക് മാത്രമേ അനുഭവപ്പെടുകയുള്ളു. ആഘാതം ഏറ്റ ഭാഗത്ത് നിന്നും കൈയ്യോ കാലോ തനിയെ വേർപെടുത്താൻ കഴിയും. വേദന ഉണ്ടാവില്ല. 9 മുതൽ 12 വരെ മില്ലി ആംപ്സ് വൈദ്യുതി ശരീരത്തിൽ കടന്നാൽ ഷോക്ക് ഉണ്ടാകുന്നതിനൊപ്പം വേദന അനുഭവപ്പെടും. കൈകാലുകൾ വേർപെടുത്തുവാൻ സാധിക്കും. 15 മുതൽ 20 വരെ മില്ലി ആംപ്സ് വൈദ്യുതി ഏറ്റാൽ ഷോക്ക് അതിശക്തമായിരിക്കും. വൈദ്യുതി ലൈനിൽ നിന്നും തനിയെ വേർപെടുത്തുക അസാധ്യമായിരിക്കും. 20 മുതൽ 50 വരെ മില്ലി ആംപ്സ് വൈദ്യുതി പ്രവേശിച്ചാൽ കഠിനമായ വേദന അനുഭവപ്പെടും. ശക്തമായ ഷോക്ക് ആയിരിക്കും. ശ്വാസതടസ്സം ഉണ്ടാകും. വേർപെടുത്താൻ സാധിക്കാതെ പറ്റിച്ചേർന്നിരിക്കും. 50 മുതൽ 100 വരെയാണെങ്കിൽ ഹൃദയമിടിപ്പ് നിൽക്കും, മരണത്തിന് ഇടയാക്കും. വൈദ്യുതി 200 മില്ലി ആംപ്സിൽ കൂടുതലാണെങ്കിൽ പൊള്ളൽ കഠിനമാകും. മാംസപേശികൾ ചുരുങ്ങും. മരിക്കും.

പ്രഥമശുശ്രൂഷ

പ്രഥമശുശ്രൂഷയുടെ ആരംഭത്തിൽ വേണ്ടത് മെയിൻ സ്വിച്ച് ഓഫാക്കുകയാണ്. രേഗിയുടെ തല ഒരു വശത്തേക്ക് ചരിച്ച് കിടത്തണം. കട്ടിയുള്ള ബ്ലാങ്കറ്റ് കൊണ്ട് ശരീരം മൂടണം. ശരീരത്തിന്റെ ഊഷ്മാവ് നിലനിറുത്താൻ വേണ്ടിയാണിങ്ങനെ ചെയ്യുന്നത്.

ശ്വാസതടസ്സം നേരിടുക, അബോധാവസ്ഥയിലാവുക തുടങ്ങിയ സാഹചര്യങ്ങളിൽ കൃത്രിമ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നൽകണം. ആഘാതം ശക്തമാവുകയും ഹൃദയമിടിപ്പ് നിന്നു പോകുകയും ചെയ്യത്തക്ക സാഹചര്യമുണ്ടായാൽ രോഗിയെ മലർത്തിക്കിടത്തി നെഞ്ചിൽ ശക്തിയായി അമർത്തണം. അമർത്തുമ്പോൾ ശുശ്രൂഷകന്റെ വലതുകൈ രോഗിയുടെ നെഞ്ചിന്റെ ഇടത് ഭാഗത്ത് വേണം വെയ്ക്കാൻ. ശുശ്രൂഷകന്റെ ഇടതുകൈ വലതുകൈയ്ക്ക് മുകളിൽ വച്ചിട്ട് താഴോട്ട് അമർത്തണം. ഓരോ പ്രാവശ്യവും അമർത്തി കഴിഞ്ഞു കൈകൾ വേർപെടുത്തണം. മിനുട്ടിൽ 60 പ്രാവശ്യത്തിൽ കുറയാതെ ഇങ്ങനെ ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കണം. അമർത്തലിന് ശക്തി കൂടിയാൽ വാരിയെല്ല് ഒടിഞ്ഞു പോകാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. രോഗി ശ്വസിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ കൃത്രിമശ്വാസോച്ഛ്വാസം നൽകണം. ഹൃദയവും ശ്വാസകോശവും ഇത്തരത്തിൽ കൃത്രിമമായി പ്രവർത്തിപ്പിക്കുന്ന പ്രക്രിയയെ Cardio Pulmonary Resuscitation (CPR) എന്ന് പറയുന്നു. സി.പി.ആർ ആരംഭിച്ചാൽ രോഗിയെ എത്രയും വേഗം ആശുപത്രിയിൽ എത്തിയ്ക്കണം.

വിഷവായു ശ്വസിച്ചാൽ

കാർബൺ മോണോക്സൈഡ്, കാർബൺഡയോക്സൈഡ്, സ്റ്റീം ഓഫ് അമോണിയ എന്നിവ ശ്വസിച്ചാൽ നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ പല പ്രത്യാഘാതങ്ങളുമുണ്ടാകാറുണ്ട്. ഇവ ശ്വസിച്ചു പോയാൽ വായുവിലെ ഓക്സിജന്റെ അളവ് കുറയുകയും, അത് രക്തത്തിലെ ഓക്സിജന്റെ അളവ് കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. ശ്വാസകോശങ്ങളിലെ പേശികൾ നശിപ്പിക്കും. ഓക്സിജനെ രക്തത്തിലേക്ക് വലിച്ചെടുക്കാൻ കഴിയാതെ പോകും.

പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ

വിഷവായു നിറഞ്ഞ സ്ഥലത്തുനിന്നും ഉടൻ രോഗിയെ മാറ്റണം. തുറസ്സായ സ്ഥലത്തേയ്ക്കാണ് മാറ്റേണ്ടത്. ശുശ്രൂഷകനും അപടകം സംഭവിയ്ക്കാം. ശ്വാസതടസ്സം നേരിടുകയാണെങ്കിൽ കൃത്രിമ ശ്വാസാച്ഛ്വാസം നൽകണം. രോഗിയുടെ ശരീരോഷ്മാവ് കുറയാതിരിക്കാൻ പുതപ്പ്കൊണ്ട് മൂടണം. എത്രയും പെട്ടെന്ന് രോഗിയെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിയ്ക്കണം.

ശ്വാസംമുട്ടൽ

ശുദ്ധവായു ശ്വാസകോശത്തിൽ എത്തിയില്ലെങ്കിൽ ശ്വാസംമുട്ടൽ അനുഭവപ്പെടും. തലച്ചോറിലെ പ്രധാന രക്തവാഹികൾക്ക് (ധമനികൾ) പ്രാണവായു (ഓക്സിജൻ) കിട്ടാതാകും. മിനിറ്റുകൾക്കുള്ളിൽ ശ്വാസം നിലയ്ക്കും. ഹൃദയസ്പന്ദനം നിൽക്കും. മരണം സംഭവിയ്ക്കും.

ശ്വസിക്കുന്ന വായുവിൽ ഓക്സിജൻ കുറയുമ്പോൾ അധികം ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങളിൽ കൽക്കരി ഖനികളും അടച്ച ഓടകളിലും ശ്വാസംമുട്ട് അനുഭവപ്പെടും.

ശ്വാസം മുട്ടലിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ

ശ്വസിയ്ക്കാനുള്ള വെപ്രാളം, വേഗതയിലുള്ള ശ്വാസോച്ഛ്വാസം, തലചുറ്റൽ, മുഖം, ചുണ്ട്, നഖങ്ങൾ, വിരലുകൾ, മൂക്കിന്റെ അറ്റം തുടങ്ങിയ ഭാഗങ്ങളിൽ നീല നിറം കഴുത്തിലെ ഞരമ്പുകൾക്ക് വീക്കം, നാഡീസ്പന്ദന വേഗത, ബോധക്ഷയം എന്നിവയാണ് ലക്ഷണങ്ങൾ.

മുങ്ങിച്ചാകാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ

ശ്വാസകോശങ്ങളിലും ശ്വാസനാളത്തിലും വെള്ളം കയറി ശ്വാസകോശത്തെ അടയ്ക്കുന്നു. ഇതിന് അടിയന്തിര ശുശ്രൂഷ ആവശ്യമാണ്. അത്യാഹിതത്തിൽപ്പെട്ട വ്യക്തിയെ വെള്ളത്തിൽ നിന്നും മാറ്റുക. തല ഒരു വശത്തായി കമഴ്ത്തി കിടത്തുക. കൈകൾ തലയ്ക്ക് മുകളിൽ നീട്ടി വയ്ക്കുക. കൈകൾ കൊണ്ട് ശരീരത്തിന്റെ മധ്യഭാഗം ഉയർത്തുക. വെള്ളം പുറത്തേക്ക് പോകും. കൃത്രിമശ്വാസോച്ഛ്വാസം നടത്തുക. നനഞ്ഞ വസ്ത്രം മാറ്റി ശരീരത്തിന് ചൂടു നൽകുക. ബോധമുള്ളപക്ഷം ചൂടു പാനീയം കൊടുക്കണം. പിടിച്ചിരുത്തരുത്.

വീർപ്പുമുട്ടൽ

ഭക്ഷണം കഴിക്കുമ്പോൾ അന്യപദാർത്ഥങ്ങൽ ശ്വാസനാളത്തിൽ കുടുങ്ങിയാൽ വീർപ്പുമുട്ടൽ സംഭവിയ്ക്കും. പദാർത്ഥമെടുത്തുമാറ്റി ശ്വാസനാളത്തിലെ തടസ്സം ഇല്ലാതാക്കുകയാണ് ഇതിന്റെ പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ.

ഇടതുകൈ നെഞ്ചിനു കുറുകെ വെച്ച് രോഗിയെ താങ്ങിപ്പിടിച്ച് വലതു മുഷ്ടികൊണ്ട് നട്ടെല്ലിൽ തോളുകൾക്ക് നടുവിലായി നാലഞ്ചു തവണ ശക്തിയായി അടിയ്ക്കണം. രോഗിയുടെ പിന്നിൽ നിന്നും കൈകൾ കൊണ്ട് ഉദരത്തിന് മുകളിൽ പിടിക്കുക. പ്രഥമ ശുശ്രൂഷകൻ സ്വന്തം കൈകൊണ്ട് മുഷ്ടി മുറുകെ പിടിച്ച് രോഗിയുടെ ഉദരത്തിൽ മുകളിലേക്ക് തള്ളി പെട്ടന്ന് അമർത്തണം. ശ്വാസനാളത്തിലെ അന്യപദാർത്ഥം പുറത്തു കൊണ്ടു വരുന്നതിന് ഇത് പലതവണ ആവർത്തിക്കണം. നെഞ്ചിലും ഇതേ പ്രയോഗം ആവർത്തിക്കണം.

ഹൃദയാഘാതം

ഹൃദയപേശികൾക്ക് ഓക്സിജന്റെ ലഭ്യത ഏതെങ്കിലും കാരണവശാൽ തടസ്സപ്പെടുമ്പോൾ ഹൃദയാഘാതം ഉണ്ടാകുന്നു.

പ്രഥമശുശ്രൂഷ

1) വ്യക്തിയെ സുഖമായി ഒരു സ്ഥലത്തിരുത്തുക. 2) വ്യക്തിയ്ക്ക് ബോധമുണ്ടെങ്കിൽ ഒരു ആസ്പിരിൻ ഗുളിക പതുക്കെ ചവയ്ക്കാൻ കൊടുക്കുക. 3) വ്യക്തിയെ എത്രയും പെട്ടെന്ന് ആശുപത്രിയിലെത്തിക്കുക. 4) ശ്വസനവും പൾസും നിരന്തരം നിരീക്ഷിക്കുക. 5) കാർഡിയോ പൾമൊണറി റിസസിറ്റേഷൻ ചെയ്യാൻ തയ്യാറായിരിക്കുക.

ഹൃദയസ്തംഭനം

പെട്ടെന്ന് ഹൃദയം നിലച്ചു പോകുന്ന അവസ്ഥയാണ് ഹൃദയസ്തംഭനം. ഹൃദയാഘാതത്തെ തുടർന്നോ, അമിതമായ രക്തസ്രാവത്തെ തുടർന്നോ ഇതു സംഭവിയ്ക്കാം.

പ്രഥമശുശ്രൂഷ

എത്രയും പെട്ടെന്ന് കാർഡിയോ പൾമൊണറി റിസസിറ്റേഷന് ആരംഭിക്കുക. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ ഓക്സിജന്റെ അഭാവത്തിൽ ഹൃദയപേശികളും തലച്ചോറും നശിച്ചുപോകും. എത്രയും പെട്ടന്ന് രോഗിയെ ആശുപത്രിയിലെത്തിക്കണം.

അഞ്ചയിനാ പെക്റ്റോറിസ്

ഹൃദയപേശികൾക്ക് ആവശ്യമായ ഓക്സിജൻ കിട്ടാതെ വരുമ്പോൾ ഹൃദയത്തിലുണ്ടാകുന്ന വേദയനാണ് അഞ്ചയിനാ പെക്റ്റോറിസ്. സാധാരണ രീതിയിൽ വിശ്രമത്തോടെ ഈ വേദന കുറയും.

ലക്ഷണങ്ങൾ

1) നെഞ്ചിന്റെ ഇടതുഭാഗത്ത് ഞെരിഞ്ഞിരിക്കുന്നതു പോലുള്ള വേദന 2) വേദന ഇടതു കയ്യിലോ താടിയിലോ ചിലപ്പോൾ അനുഭവപ്പെടാം. 3) കൈ കഴപ്പോ, വേദനയോ തോന്നൽ 4) ശ്വാസം മുട്ടൽ അനുഭവപ്പെടാം. 5) പെട്ടന്നുണ്ടാകുന്ന കടുത്ത ക്ഷീണം

പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ

1) വ്യക്തിയെ സുഖമായി ഒരു സ്ഥലത്ത് സ്വസ്ഥമായും സമാധാനിപ്പിക്കുകയും വേണം. 2) വ്യക്തിയുടെ കൈവശം മരുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അത് കഴിക്കാൻ സഹായിക്കുക. 3) വ്യക്തിയെ വിശ്രമിക്കാൻ നിർദ്ദേശിക്കുക.

മരുന്നു കഴിച്ചോ ചിലപ്പോൾ അല്ലാതെയോ വേദന കുറയാം. വേദന കുറയാത്ത സാഹചര്യത്തിൽ രോഗിയെ എത്രയും ആശുപത്രിലെത്തിക്കണം. വ്യക്തിയുടെ ശ്വസനവും പൾസും നിരന്തരം നിരീക്ഷണവിധേയമാക്കണം. കാർഡിയോ പൾമൊണറി റിസസിറ്റേഷൻ ചെയ്യാൻ തയ്യാറായിരിക്കുക.

കാർഡിയോ പൾമൊണറി റിസസിറ്റേഷൻ

വ്യക്തിയ്ക്ക് ശ്വസനവും പൾസും ഇല്ലന്ന് കണ്ടാൽ കൃത്രിമ ശ്വാസാച്ഛ്വാസവും നെഞ്ചിൽ അമർത്തുക എന്ന പ്രക്രിയയും ഒരുമിച്ച് ചെയ്യണം. ഇതിനെ കാർഡി പൾമൊണറി റസിസിറ്റേഷൻ എന്നു പറയുന്നു.

1) രോഗിയുടെ താടി ഉയർത്തി തല ഒരു വശത്തേക്ക് ചരിക്കുമ്പോൾ ശ്വാസനാളം തുറക്കും. വായിൽ മണ്ണോ, ഛർദ്ദിയുടെ അവശിഷ്ടമോ ഉണ്ടെങ്കിൽ അത് തുടച്ച് മാറ്റിയ ശേഷം രണ്ട് പ്രാവശ്യം കൃത്രിമ ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നൽകുക. 2) നെഞ്ചിൽ പതിനഞ്ചു പ്രാവശ്യം ശക്തിയായി അമർത്തുക. 3) രണ്ടു പ്രാവശ്യം ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നൽകുക. 4) ആശുപത്രിയിലെത്തുന്നതുവരെ ഈ രീതി തുടർന്നു കൊണ്ടിരിക്കുക. 5) പൾസും ശ്വസനവും തുടർച്ചയായി നിരീക്ഷിക്കുക. 6) രോഗി സ്വയം ശ്വസിക്കാൻ തുടങ്ങിയാൽ അയാളെ റിക്കവറി പൊസിഷനിൽ കിടത്തുക. 7) എത്രയും പെട്ടന്ന് ആശുപത്രിയിലെത്തിക്കുക.

വിവിധ തരത്തിലുള്ള ഡ്രസ്സിംഗുകൾ

അഡ്ഹസീവ് ഡ്രസ്സിംഗ് (ബാന്റ് എയിഡ്) ഇത് വിവിധ തരത്തിലുണ്ട്. ഒട്ടിപ്പിടിക്കാൻ കഴിവുള്ള വസ്തുവിന്മേൽ ആഗീരണ ശക്തിയുള്ള ഗോസ് വെച്ചാണ് ഇത് നിർമ്മിച്ചിരിക്കുന്നത്. വ്രണത്തിന് ചുറ്റുമുള്ള ത്വക്ക് ഉണങ്ങിയശേഷം ഈ ഡ്രസ്സിംഗിന്റെ എല്ലാ വശങ്ങളും നന്നായി ഞെക്കി ഒട്ടിയ്ക്കുന്നു. അണുവിമുക്തമായ ഈ ഡ്രസ്സിംഗ് പേപ്പറിലോ പ്ലാസ്റ്റിക് കവറിലോ വാങ്ങാൻ സാധിക്കും.

നോൺ അഡ്ഹസീവ് ഡ്രസ്സിംഗ്

റെഡിമെയ്ഡ് സ്റ്റൈറൽ ഡ്രസിംഗ് ബാൻഡേജ് വച്ച് ഗോസിനെ ചുറ്റിക്കെട്ടി സ്ഥാനത്തു തന്നെ നിറുത്തുന്നു. ഡ്രസ്സിംഗിനെ കവറിലടച്ച് സീൽ ചെയ്തിരിക്കുന്നു. പല വലിപ്പത്തിൽ ലഭ്യമാണ്.

ഗോസ്സ് ഡ്രസ്സിംഗ്

ഗോസ് ലയറുകളായി വച്ച് വലിയ മുറിവുകൾ ഡ്രസ്സ് ചെയ്യുന്നു. ഇതിന് മൃദുത്വവും ആഗീകരണ ശക്തിയും ഒതുക്കവുമുണ്ട്. ഇത് മുറിവിനോട് ചേർന്നിരിയ്ക്കുന്നതിനാൽ രക്തം വേഗത്തിൽ കട്ട പിടിയ്ക്കാനും സഹായിക്കും. ഇത്തരം ഡ്രസ്സിംഗ് പഞ്ഞികൊണ്ട് പൊതിയേണ്ടതാണ്.

നൂതനതരം ഡ്രസ്സിംഗ്

വൃത്തിയുള്ളതും മൃദുവും ആഗീരണ ശക്തിയുള്ളതുമായ വസ്തുക്കൾ ഉദാ: വൃത്തിയുള്ള തൂവാല, ലിനൻ, വൃത്തിയുള്ള പേപ്പർ, സെല്ലുലോസ് ഇവയെല്ലാം ഡ്രസ്സിംഗിനായി ഉപയോഗിക്കാവുന്നതാണ്. മറ്റ് ലഭ്യമായ വസ്തുക്കൾ കൊണ്ട് ഇതിനെ പൊതിഞ്ഞ് സ്ഥാനത്തുറപ്പിച്ച് നിറുത്തണം.

ഡ്രസ്സ് ചെയ്യുന്ന വിധം

ഡ്രസ്സിംഗ് ചെയ്യുമ്പോൾ വളരെയധികം ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്. കൈ നന്നായി കഴുകുക. കൈവിരലുകൾ കൊണ്ട് മുറിവിനെയോ മുറിവിൽ വെയ്ക്കാൻ പോകുന്ന ഡ്രസ്സിംഗിനെയോ തൊടരുത്. ഡ്രസ്സിംഗിന്റെയോ മുറിവിന്റെയോ അടുത്തേക്ക് തുമ്മുകയോ സംസാരിക്കുകയോ ചുമയ്ക്കുകയോ ചെയ്യരുത്. ഡ്രസ്സിംഗിനെ പഞ്ഞികൊണ്ട് പൊതിഞ്ഞ് മുറിവിന്റെ വശങ്ങളെല്ലാം കവിഞ്ഞു നിൽക്കുന്നവിധം പൊതിഞ്ഞ് ബാൻഡേജോ സ്ട്രാപ്പിംഗോ കൊണ്ട് സ്ഥാനചലനം സംഭവിക്കാതെ നിറുത്തുകയും വേണം.

ഡ്രസ്സിംഗ് മുറിവിനോട് ചേർന്നു പോയെങ്കിൽ അതിനെ ബലമായി പറിച്ചുമാറ്റാൻ ശ്രമിക്കരുത്. മുറിച്ച് കളയാൻ പറ്റുന്നത്ര മാറ്റിയ ശേഷം ഡ്രസ്സ് ചെയ്യുക. വളരെയധികം മുറിഞ്ഞ മുറിവിൽ നിന്നും അണുവിമുക്ത സലൈൻ ലായനി കൊണ്ട് നനച്ച ശേഷം ഒട്ടിപ്പിടിച്ച ഡ്രസ്സിംഗ് മാറ്റുക.

മുറിവ് കെട്ടുന്നതെങ്ങനെ

മുറിവിൽ അണുബാധ ഉണ്ടാകാതിരിയ്ക്കുന്നതിനും കൂടുതൽ മുറിവ് ഉണ്ടാകാതിരിക്കുന്നതിനും പഴുപ്പുണങ്ങുന്നതിനുമാണ് മുറിവ് വച്ചു കെട്ടുന്നത്. ഇതിനെ ഡ്രസ്സിംഗ് എന്ന് പറയും.

സ്റ്റെറിലൈസ് ചെയ്തും ഈർപ്പം വലിച്ചെടുക്കുന്നതുമായിരിക്കണം ഡ്രസ്സിംഗ്. ആവശ്യഘട്ടങ്ങളിൽ സ്റ്റെറിലൈസ് ചെയ്ത ഡ്രസ്സിംഗ് കിട്ടാതെ വന്നാൽ വൃത്തിയുള്ള തൂവാലയുടെ അകവശമോ പേപ്പർ ടിഷ്യുവോ ഉപയോഗിക്കാം. ഡ്രസ്സിംഗ് തുടങ്ങുന്നതിന് മുമ്പ് പ്രഥമശുശ്രൂഷകൻ കൈകൾ വൃത്തിയായി കഴുകണം. മുറിവിൽ തൊടരുത്. മുറിവിൽ സ്പർശിക്കുന്ന ഡ്രസ്സിംഗിന്റെ ഭാഗത്തും തൊടാൻ പാടില്ല. പാഡ്, പഞ്ഞി, മടക്കിയ വൃത്തിയുള്ള തുണി എന്നിവയിൽ എന്തെങ്കിലും കൊണ്ട് ആയിരിക്കണം.

ബാന്റേജ്

വൃത്തിയുള്ള തുണി, സ്റ്റോക്കിംഗ്സ്, ടൈ എന്നിവയിൽ നിന്നോ ഫ്ളാനൽ, കാലിക്കോ,

ഇലാസ്റ്റിക് നെറ്റ്, പ്രത്യേകതരം കടലാസ്സ് എന്നിവ കൊണ്ടാണ് ബാന്റേജ് ഉണ്ടാക്കുന്നത്. മുറിവ് കെട്ടിയതിൻരെ മീതെ സമ്മർദ്ദം ചെലുത്തി രക്തസ്രാവം നിറുത്തുന്നതിന് ബാന്റേജ് ഉപയോഗിക്കാറില്ല. ഡ്രസ്സിംഗ് മുളം ചീളുകൾ (Splints) എന്നിവ ഉറപ്പിച്ച് വയ്ക്കുന്നതിനും അവയവമോ സന്ധിയോ സപ്പോർട്ട് ചെയ്യുന്നതിനും നീർവീക്കം തടയാനും അത്യാഹിതത്തിൽപ്പെട്ടവരെ എടുത്തുമാറ്റാനും ബാന്റേജ് ഉപയോഗിക്കുന്നു.

ബാന്റേജുകൾ രണ്ടുതരം

1) ത്രികോണാകൃതിയിലുള്ളവ 2) റോളർ ബാൻഡേജ്

1) ത്രികോണാകൃതിയിലുള്ളവ :- ഒരു മീറ്റർ ചതുരത്തിലുള്ള പരുത്തിത്തുണികൊണ്ടാണ് ത്രികോണാ ബാന്റേജ് നിർമ്മിയ്ക്കേണ്ടത്. അത് കോണോടു കോൺ മുറിയ്ക്കുക. അഗ്രങ്ങളും മുറിയ്ക്കണം. ഒരു തുണിയിൽ രണ്ടു ത്രികോണ ബാന്റേജുകൾ കിട്ടു. നീളമുള്ള അടിഭാഗം ആമലെ. എതിരെയുള്ള ഭാഗം Point ബാന്റേജ് തുറന്നോ വീതിയുള്ളതും വീതി കുറഞ്ഞതുമായി മടക്കിയോ ഉപയോഗിക്കാം. നെഞ്ച്, മുതുക്, തല എന്നീ ശരീരഭാഗങ്ങളിലും മുറിവേറ്റ വലിയ അവയവങ്ങളിലും ബാൻഡേജുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നു. വീതി കുറഞ്ഞവയും വീതി കൂടിയവയും ആവശ്യാനുസരണം വേണമെന്ന് മാത്രം.

വാരിയെല്ലിലും കൈത്തണ്ടയിലും ഉണ്ടാകുന്ന ഒടിവിന് സ്ലിംഗ് ഉപയോഗിക്കുന്നു. കൈത്തണ്ടയ്ക്ക് ശരിയായ താങ്ങു ലഭിക്കത്തക്ക വിധം അഗ്രം മാത്രം പുറത്തു കാണത്തക്കവിധമാണ് ഇത് ഉപയോഗിക്കേണ്ടത്.

തോളെല്ലും കൈക്കുഴയും ചേർന്നത് (Collar and cuff sling)

കൈക്കുഴയ്ക്ക് താങ്ങു നൽകുന്നതിന് വേണ്ടിയാണിത്. മുറിവ് പറ്റിയ ആളിന്റെ കണം കൈ മടക്കി വിരലുകൾ എതിരെയുള്ള ചുമലിൽ തൊട്ടിരിക്കും. വീതികുറഞ്ഞ ബാൻഡേജ് കൈക്കുഴയിൽ കെട്ടുന്നു. ബാൻഡേജിന്റെ അറ്റങ്ങൾ കഴുത്തിനു പുറകിൽ ചുറ്റി തോളെല്ലിനു താഴെയുള്ള കുഴിഞ്ഞ ഭാഗത്ത് വരത്തക്കവിധത്തിൽ കെട്ടണം. രണ്ട് വളയങ്ങൾ ഒന്നിനു മുകളിൽ ഒന്നായി വരണം. മുന്നിലത്തെ വളയത്തെ രണ്ടാമത്തെ വളയത്തിനു പിന്നിൽ വയ്ക്കുക.

ത്രികോണാകൃതിയിലുള്ള സ്ലിംഗ് നെഞ്ചിലെ ഗുരുതരമായ മുറിവിനും ചുമലിലെ മുറിവിനും കൈയിൽ നിന്നും രക്തസ്രാവമുണ്ടായാൽ താങ്ങു നൽകി കണം കൈ ഉയർത്തി വയ്ക്കുന്നതിനും ഉപയോഗിക്കുന്നു. തോളെല്ലു പൊട്ടിയാൽ വേദന ശമിപ്പിക്കാനും ഇത് സഹായകമാകും.

പ്രയോഗിക്കേണ്ട രീതി

മുറിവേറ്റ ആളോട് ഇരിക്കാനും മുറിവേറ്റ ഭാഗം താങ്ങിപ്പിടിയ്ക്കാനും പറയുക. കണംകൈ നെഞ്ചോട് ചേർത്ത് വിരലുകളുടെ അറ്റം എതിർ ചുമലിൽ തൊട്ടിരിയ്ക്കത്തക്കവിധം വയ്ക്കുക. ഒരു തുറന്ന ബാന്റേജ് അഗ്രം കൈമുട്ടിന് വെളിയിലും മുകളറ്റം അപടകമല്ലാത്ത വശത്തെ തോളിനുമുകളിലുമായി വരത്തക്കവണ്ണം പിടിക്കണം. മുറിവേറ്റ വ്യക്തിയുടെ കണം കൈ താങ്ങിപ്പിടിച്ച് ബൻഡേജിന്റെ അടിവശം കൈമുട്ടിൻവരെയും കണം കൈയുടേയും അടിയിൽ കൂടി പുറത്തെടുക്കുക. താഴത്തെ അറ്റം മുതുകിനു കുറുകെ മുറിവേൽക്കാത്ത വശത്തെ ചുമലിനു മുന്നിൽ കൊണ്ടുവരിക. ഒരു HCP reef knot ഉപയോഗിച്ച് തോളെല്ലിനു മുകളിലെ താണ സ്ഥലത്ത് വരത്തക്കവണ്ണം അറ്റങ്ങൾ കൂട്ടി കെട്ടണം. സ്ലിംഗിന്റെ ഉയരം ആവശ്യാനുസരണം ക്രമീകരിക്കാം. ത്രികോണ ബാൻഡേജിന്റെ വലത്തെ അറ്റം ഇടത്തെ ചുമലിലലും ഇടത്തെയറ്റം വലത്തെ ചുമലിലുമാണ് HCP reef knot കെട്ടുന്നത്. കെട്ട് വളരെ ഉയരത്തിലാകാൻ പാടില്ല. മറ്റ് അസൗകര്യങ്ങലോ ചൊറിച്ചിലോ ഉണ്ടാകാതിരിക്കാനാണ് ഇങ്ങനെ ചെയ്യുന്നത്. കണം കയ്യുടെയും ബാൻഡേജിന്റെയും അറ്റം വലിച്ച് കൈക്കു നേരെയാക്കി സേഫ്റ്റി പിൻ കൊണ്ട് ഉറപ്പിക്കുക. കൈയിലെ രക്തചംക്രമണം പരിശോധിക്കുക. തടസ്സമുണ്ടെന്ന് കണ്ടാൽ ബാൻഡേജുകൾ ക്രമീകരിക്കുക.

താത്കാലിക സ്ലിംഗുകൾ

മുറിവേറ്റയാളുടെ കോട്ടിന്റെയോ ഷർട്ടിന്റെയോ അറ്റം മുകളിലേക്കുയർത്തി കൈക്ക് താങ്ങ്

ലഭിയ്ക്കുമാറ് പിൻകൊണ്ട് ഉറപ്പിക്കുക. അല്ലെങ്കിൽ ബട്ടണിട്ട് കോട്ടിനടിയിൽ കൈ കടത്തിയും താങ്ങ് നൽകാം. കൈയുടെ താങ്ങിന് മഫ്ളർ, ടൈ, അല്ലെങ്കിൽ മറ്റേതെങ്കിലും വസ്ത്രം എന്നിവയും ഉപയോഗിക്കണം.

മുറിവേറ്റ ഭാഗങ്ങളിൽ ത്രികോണ ബാൻഡേജ് കെട്ടുന്നവിധം

1. തലയോട്

മടക്കിയ ബാൻഡേജ് നെറ്റിയിൽ പുരികത്തിന് മുകളിലായി വയ്ക്കുക. രണ്ടറ്റവും പിന്നിലേയ്ക്കെടുക്കുക. രണ്ടറ്റവും കഴുത്ത് ചുറ്റി മുന്നിൽ കൊണ്ട് വന്ന് നെറ്റിയിൽ കെട്ടുക.

2. കൈ

ബാൻഡേജ് പരന്ന തലത്തിൽ വച്ചശേഷം വിരലുകൾ ത്രികോണത്തിന്റെ അഗ്രത്തിലേക്ക് ലക്ഷ്യമാക്കി കൈ അതിനു മുകളിൽ വയ്ക്കണം. ത്രികോണത്തിന്റെ അറ്റം വിരലുകൾക്ക് മുകളിലൂടെ പിന്നിലേയ്ക്ക് മടക്കണം. രണ്ടറ്റവും ഒന്നിനുമുകളിൽ ഒന്നായി പിന്നിലേക്ക് കൊണ്ട് വന്ന് കൈയുടെ മണിബന്ധത്തിന് മുകളിൽ കെട്ടുക. കെട്ടിയതിനു മുകളിൽ പിൻകൊണ്ട് ഉറപ്പിക്കുക.

3. നെഞ്ച്

ബാൻഡേജിന്റെ മധ്യഭാഗം നെഞ്ചിന് മുകളിൽ വെച്ച് അഗ്രം തോളിലൂടെ മുറിവേൽക്കാത്ത വശത്ത് കൊണ്ടു വരണം. മറ്റ് രണ്ട് അഗ്രങ്ങളും പിന്നിലേയ്ക്കെടുത്ത് മുതുകിൽ കെട്ടണം. ഒരറ്റം മറ്റേതിനേക്കാൽ നീണ്ടിരിയ്ക്കണം. നീണ്ട അഗ്രം ത്രികോണത്തിന്റെ അഗ്രവുമായി ബന്ധിയ്ക്കണം. മുറിവ് പിൻവശാത്താണെങ്കിൽ ഇത് നേരെ തിരിച്ച് ചെയ്യണം.

4. കൈമുട്ട്

കൈ 90^0 വളയ്ക്കണം. ത്രികോണത്തിന്റെ അഗ്രം ഭുജത്തിലും അടിഭാഗത്തിന്റെ മധ്യം കണം കയ്യിലും വയ്ക്കുക. മറ്റ് രണ്ടറ്റങ്ങളും കൈമുട്ടിന് മുകളിലൂടെ ചുറ്റിയെടുത്ത് ഭുജത്തിൽ കൈമുട്ടിനു മുകളിൽ കെട്ടുക.

കാർമുട്ട്

കാൽമുട്ട് 90^0 വളയ്ക്കുക. കാൽമുട്ടിന് മുകളിൽ അഗ്രം ഇടയിൽ വരത്തക്കവണ്ണം ബാൻഡേജ് വയ്ക്കുക. അഗ്രങ്ങൾ മുകളിലേയ്ക്കെടുത്ത് തുടയുടെ പിന്നിൽ നിന്നും മുൻവശത്തേക്ക് കൊണ്ടു വരിക. രണ്ടും കൂടി കെട്ടുക. അഗ്രം താഴേയ്ക്ക് കൊണ്ട് വരിക.

5. പാദം

ബാൻഡേജ് നിലത്തുവയ്ക്കുക. രോഗിയുട പാദം ബാൻഡേജിന്റെ നടുവിൽ വയ്ക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക. പെരുവിരൽ അഗ്രത്തിന് നേർക്കായിരിക്കണം. അഗ്രം കണങ്കാലിനു നേർക്കു പിന്നിലേക്ക് മടക്കുക. കണങ്കാൽ ചുറ്റി മുന്നിലേക്ക് വലിച്ച് പിന്നുകുത്തി ഉറപ്പിക്കുക.

ചുഴലി (Epilepsy) ഹിസ്റ്റീരിയ (Hysteria) ബോധക്ഷയം (coma) ആലസ്യം (fainting) എന്നിവയുടെ ലക്ഷണവും പ്രഥമശുശ്രൂഷയും പഠിച്ചിരിക്കണം.

വ്യക്തി ശുചിത്വവും പരിസര ശുചീകരണവും പഠിച്ചിരിക്കേണ്ടതാണ്.

ട്രാഫിക് അടയാളങ്ങളും നിയമങ്ങളും സ്റ്റാൻന്റേർഡ് കത ൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരുന്നത് പഠിയ്ക്കണം.

ട്രാഫിക് റഗുലേഷൻസ് (സെക്ഷൻ 128)

1. ഡ്രൈവർ റോഡിന്റെ ഇടതുവശം ചേർത്ത് വാഹനം ഓടിയ്ക്കുകയും എതിർദിശയിൽ നിന്നു വരുന്ന വാഹനങ്ങളെ വലതു വശത്ത്കൂടി കടന്നു പോകാൻ അനുവദിക്കുകയും വേണം.
2. വാഹനം ഇടത്തേയ്ക്ക് തിരിയുമ്പോൾ ഇടതുവശം ചേർന്നും, വലതുവശത്തേക്ക് തിരിയുമ്പോൾ റോഡിന്റെ മദ്ധ്യഭാഗത്തായി ഒരു പോയിന്റ് കണക്കാക്കി ചുറ്റിത്തിരിയേണ്ടതും പ്രവേ

ശിക്കുന്ന റോഡിന്റെ ഇടതുവശത്ത് പ്രവേശിക്കേണ്ടതുമാണ്.

3. മുൻപിൽ പോകുന്ന വാഹനത്തിന്റെ വലതുവശത്തുകൂടെ മാത്രമെ ഓവർടേക്ക് ചെയ്യാവൂ.

4. മുൻപേ പോകുന്ന വാഹനത്തിന്റെ ഇടതുവശത്തുകൂടി ഓവർടേക്ക് ചെയ്യണമെങ്കിൽ ആ വാഹനം വലത്തേക്ക് തിരിയാൻ പോകുന്നു എന്ന് സിഗ്നൽ കിട്ടി പകുതി തിരിഞ്ഞതിനുശേഷമേ ഓവർടേക്കു ചെയ്യാവൂ. ട്രാം വണ്ടിയുടെ ഇടതുവശത്തുകൂടിയും കടന്നു പോകാം. എന്നാൽ അവ നിറുത്തി ആളുകൾ ഇറങ്ങുമ്പോഴും കയറുമ്പോഴും കടന്നു പോകരുത്.

5. മറ്റുള്ളവർക്ക് അപകടവും അസൗകര്യവും വരത്തക്കവിധത്തിൽ വണ്ടി ഓവർടേക്ക് ചെയ്യരുത്. ജംഗ്ഷനോ, കയറ്റമോ കയറുന്ന സന്ദർഭങ്ങളിലും റോഡ് ശരിയായി കാണാൻ കഴിയാത്ത അവസരങ്ങളിലും ഓവർടേക്കു ചെയ്യുവാനും, ചെയ്യാൻ അനുവദിക്കുവാനും പാടില്ല. പിറകിൽ വരുന്ന വാഹനം തന്റെ വാഹനത്തെ ഓവർടേക്ക് ചെയ്യുവാൻ തുടങ്ങിക്കഴിഞ്ഞാൽ മറ്റൊരു വാഹനത്തെ ഓവർടേക്കു ചെയ്യാൻ സിഗ്നൽ തരാത്തപക്ഷവും ഓവർടേക്ക് ചെയ്യാൻ പാടില്ല.

6. മറ്റു വണ്ടികളെ കടത്തി വിടുമ്പോൾ സ്പീഡു വർദ്ധിപ്പിച്ചോ മറ്റു തരത്തിലോ തടസ്സം ഉണ്ടാക്കരുത്.

7. റോഡ് യോജിക്കുന്നടത്തോ, ജംഗ്ഷനിലോ, കാൽനടക്കാർക്ക് റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കാനുള്ളിടത്തോ എത്തുമ്പോൾ ഡ്രൈവർ വാഹനത്തിന്റെ വേഗത കുറയ്ക്കേണ്ടതാണ്. ഇത്തരം സന്ദർഭങ്ങളിൽ മറ്റ് വ്യക്തികൾക്ക് അപകടം സംഭവിയ്ക്കാനിടയില്ലെന്ന് ശരിയായി ഉറപ്പു വരുത്തിയതിന് ശേഷമേ കടന്നു പോകാവൂ.

8. ഫയർ സർവ്വീസ് വാഹനങ്ങളെയും ആംബുലൻസുകളെയും സ്വതന്ത്രമായി കടത്തി വിടുന്നതിന് വേണ്ടി നമ്മുടെ വാഹനം റോഡിന്റെ വശത്തേയ്ക്ക് ഒതുക്കേണ്ടതാണ്.

9. മറ്റുള്ളവർക്ക് അസൗകര്യമോ അപകടമോ ഉണ്ടാകുന്ന വിധത്തിൽ വാഹനം പാർക്കു ചെയ്യാൻ പാടില്ല. പാർക്കിംഗ് പ്രദേശത്ത് ഏതെങ്കിലും വിധത്തിലുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങളുണ്ടെങ്കിൽ അത് പാലിക്കേണ്ടതാണ്.

10. താഴെപ്പറയുന്ന സ്ഥലങ്ങളിൽ വാഹനം പാർക്ക് ചെയ്യാൻ പാടില്ല.

ജംഗഷനിലും വളവിലും മലമുകളിലും പാലത്തിലും വഴിയാത്രക്കാർ ക്രോസ്സ് ചെയ്യുന്നിടത്തും ട്രാഫിക് ലൈറ്റിനകത്തും, മെയിൻ റോഡിലും, തിരക്കേറിയ വീഥികളിലും വാഹനങ്ങൾ പാർക്കു ചെയ്യാൻ പാടില്ല. കൂടാതെ പാർക്കു ചെയ്തിരിക്കുന്ന വാഹനത്തിനെതിരായും മറ്റു വാഹനങ്ങൾക്ക് തടസ്സമുണ്ടാക്കുന്ന വിധത്തിലും പാർക്ക് ചെയ്യരുത്. തുടർച്ചയായി വെള്ളവരയിട്ട സ്ഥലങ്ങളിലും ഇടവിട്ട് വെള്ളവരയിട്ട സ്ഥലങ്ങളിലും പാർക്ക് ചെയ്യരുത്.

ബസ് സ്റ്റോപ്പിനടുത്തോ, സ്കൂളുകളുടെയും, ആശുപത്രികളുടെയും പ്രവേശന കവാടങ്ങൾക്കടുത്തോ പാർക്കു ചെയ്യാൻ പാടില്ല. ട്രാഫിക് സൈനുകൾ മറയ്ക്കുന്ന വിധത്തിലോ, ഫയർ ഹോഴ്സിന്റെ ആവശ്യത്തിലേയ്ക്കുള്ള പൈപ്പ് മറയ്ക്കുന്ന വിധത്തിലോ പാർക്ക് ചെയ്യാൻ പാടില്ല. റോഡിന്റെ വലതു വശത്തും പാർക്കിംഗ് നിരോധന മേഖലയിലും ഫുട്പാത്തിന്റെ എൻഡിലും പാർക്ക് ചെയ്യാൻ പാടില്ല.

11. (1)വാഹനത്തിന്റെ രജിസ്ട്രേഷൻ നമ്പരും ലൈറ്റുകളും വാഹനത്തിൽ എഴുതി പ്രദർശിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന കാര്യങ്ങലും മറയത്തക്ക വിധത്തിൽ സാധനങ്ങൾ കയറ്റാൻ പാടില്ല. (2) വാഹനത്തിന്റെ രജിസ്ട്രേഷൻ നമ്പർ മറ്റു മാർക്കുകൾ എന്നിവ എപ്പോഴും വ്യക്തമായും ശരിയായും വായിക്കത്തക്കവിധത്തിൽ സൂക്ഷിക്കണം.

12. വൺവേ റോഡുകളിൽ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ള ദിശയിലൂടെ മാത്രമേ വാഹനങ്ങൽ ഓടിക്കാവൂ. കൂടാതെ വൺവേയിലൂടെ വാഹനങ്ങൾ പുറകോട്ട് ഓടിയ്ക്കാൻ പാടില്ല.

13. (1) ഗതാഗതത്തിന് പ്രത്യേക ലൈനുകൾ ഉള്ള റോഡിലൂടെ വാഹനം ഓടിക്കുമ്പോൾ ഡ്രൈവർ സിഗ്നൽ നൽകിയതിനുശേഷം മാത്രമേ ലൈനിൽ മാറ്റം വരുത്താവൂ. (2) മഞ്ഞ വരകൾ കൊണ്ട് വിഭജിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള റോഡുകളിൽ ഓവർ ടേക്ക് ചെയ്യുമ്പോൾ വാഹനം മഞ്ഞ വര ക്രോസ്സ് ചെയ്യാൻ പാടില്ല.

14. ആവശ്യമില്ലാത്ത ഉച്ചത്തിലും തുടർച്ചയായും ഹോൺ ഉപയോഗിക്കാൻ പാടില്ല. നിശബ്ദ മേഖലകളിൽ ഹോൺ അടിക്കാൻ പാടില്ല. സൈലൻസറിൽ കൂടെയല്ലാതെ എക്സ്ഹോസ്റ്റ് ഗ്യാസ് പുറത്ത് വിടാൻ പാടില്ല. അപശബ്ദങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്ന വാഹനങ്ങൾ റോഡിൽ ഉപയോഗിക്കാൻ പാടില്ല.

ടാക്സി ബാഡ്ജ് & ഹെവി ടെസ്റ്റ് ചോദ്യോത്തരങ്ങൾ

I ടാക്സി സ്റ്റാന്റ് നിയമങ്ങൾ എന്തെല്ലാം

1. സ്റ്റാന്റിൽ വാഹനം ഒന്നിനു പുറകിൽ ഒന്നായി നിറുത്തണം.
2. ആദ്യത്തെ രണ്ടു വാഹനത്തിന്റെ ഡ്രൈവർ യൂണിഫോം ധരിച്ച് സവാരിയ്ക്ക് തയ്യാറായി നിൽക്കണം.
3. മുൻപേ സവാരി പോകുന്ന വാഹനത്തിന്റെ ഡ്രൈവർ സവാരി കഴിഞ്ഞ് വന്നാൽ പുറകെ അറ്റത്ത് നിറുത്തണം.
4. സ്റ്റാന്റിലിട്ട് വാഹനം കഴുകാനോ റിപ്പയർ ചെയ്യാനോ പാടില്ല.
5. കണ്ടീഷനല്ലാത്ത വാഹനം സ്റ്റാന്റിൽ പാർക്കു ചെയ്യാൻ പാടില്ല.
6. ഡ്രൈവർ യാത്രക്കാരോട് മര്യാദയായി പെരുമാറണം.
7. മദ്യപിച്ചിട്ട് വാഹനത്തിൽ സവാരിയ്ക്കായി ഇരിക്കുവാൻ പാടില്ല.

II ടാക്സിയിൽ എന്തെല്ലാം റിക്കാർഡുകൾ സൂക്ഷിക്കണം

ടാക്സി പെർമിറ്റിന്റെ ബി പാർട്ട് ഇൻഷുറൻസ് സർട്ടിഫിക്കറ്റ്, കറന്റ് ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസ്, ടാക്സി ബാഡ്ജ്, രജിസ്ട്രേഷൻ സർട്ടിഫിക്കറ്റ്, ട്രിപ്പ് ഷീറ്റ് എന്നിവ സൂക്ഷിക്കണം.

III ടാക്സികൾ എത്ര തരം? ഏതെല്ലാം?

ടാക്സികൾ നാല് തരം.- ഹെവി, മീഡിയം, ബേബി, ആട്ടോറിക്ഷ

IV T.T.F.R എന്നാലെന്ത്?

ചാർജ്ജ് ഈടാക്കുന്നതിലേയ്ക്കായി ടൂറിസ്റ്റ് ടാക്സിയിൽ യാത്രക്കാർക്ക് ഡ്രൈവർ നൽകുന്ന രസീതാണ് T.T.F.R.

V ജി.വി.ആർ പുസ്തകം എന്നാലെന്ത്?

ലോറി പുറപ്പെടുന്ന സമയം, ചെന്നു ചേരുന്ന സമയം, സഞ്ചരിച്ച ദൂരം, ലോഡ് കയറ്റിയിരിക്കുന്ന സാധനം, ഭാരം എന്നിവയുടെ പൂർണ്ണ ലോറിയിൽ എന്തെല്ലാം റിക്കാർഡുകൾ സൂക്ഷിക്കണം.

രജിസ്ട്രേഷൻ സർട്ടിഫിക്കറ്റ്, ടാക്സ് രസീത്, ജി,വി.ആർ പുസ്തകം, ടാക്സുള്ള സാധനമാണെങ്കിൽ ബില്ലുകൾ, ഡ്രൈവിംഗ് ലൈസൻസുകൾ, ഇൻഷുറൻസ് സർട്ടിഫിക്കറ്റ്, പെർമിറ്റിന്റെ പാർട്ട് ബി എന്നിവ സൂക്ഷിക്കണം.

VI നാഷണൽ പെർമിറ്റ് എന്നാലെന്ത്?

ഇന്ത്യയിൽ എവിടെ വേണമെങ്കിലും ട്രിപ്പടിയ്ക്കാനുള്ള അധികാരത്തെയാണ് നാഷണൽ പെർമിറ്റ് എന്ന് പറയുന്നത്.

1 ഡബിൾ പെർമിറ്റ് എന്നാലെന്ത്?

രണ്ട് സ്റ്റേറ്റിനകത്ത് കൂടി മാത്രം സഞ്ചരിക്കാനുള്ള അധികാരം നൽകുന്ന പെർമിറ്റാണ് ഡബിൾ പെർമിറ്റ് ടാക്സി എന്നു പറയുന്നത്.

കാൽ നടക്കാർ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട റോഡു നിയമങ്ങൾ

1. നടപ്പാതയിലൂടെ മാത്രം നടക്കുക
2. നടപ്പാത പ്രത്യേകമായി ഇല്ലാത്തപക്ഷം വലതുവശം ചേർന്നു നടക്കുക.
3. റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കുമ്പോൾ ഓടാൻ ശ്രമിക്കാതെ ഇരുവശത്തിലേക്കും നോക്കി വാഹനങ്ങൾ വരുന്നില്ല എന്ന് ഉറപ്പ് വരുത്തുക.
4. വികലാംഗരും വൃദ്ധരും റോഡുപയോഗിക്കുമ്പോൾ അവരുടെ കഴിവുകേടിനെക്കുറിച്ച് ബോധവാന്മാരാകേണ്ടതാണ്. ആവശ്യമെന്നു കണ്ടാൽ മറ്റൊരാളുടെ സഹായം തേടേണ്ടതാണ്.
5. വാഹനങ്ങളുടെ പിന്നിലൂടെ റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കാതിരിക്കുക.
6. റോഡിൽ കൂട്ടം കൂടി നിന്ന് മാർഗ്ഗതടസ്സം സൃഷ്ടിക്കാതിരിക്കുക.
7. നിറുത്തിയിട്ടിലിക്കുന്ന വലിയ വാഹനങ്ങളുടെ (ബസ്, ലോറി) തൊട്ട് മുന്നിലൂടെയും പിന്നിലൂടെയും കടക്കാതിരിക്കുക.
8. നിറുത്തിയിട്ടിരിക്കുന്ന വാഹനങ്ങളുടെ ഇടയിലൂടെ റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കാതിരിക്കുക.
9. കാൽനടക്കാർക്ക് റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കുവാൻ പ്രത്യേക സംവിധാനമില്ലാത്ത സ്ഥലത്ത് വാഹന ഡ്രൈവർമാർക്ക് കാൽനടക്കാരെയും കാൽനടക്കാർക്ക് വാഹനങ്ങളെയും അൻപത് മീറ്റർ അകലെ വച്ചെങ്കിലും കാണാൻ കഴിയുന്നത്ര ദൂരത്തിൽ വെച്ചേ മുറിച്ച് കടക്കാവൂ.
10. മഴ പെയ്ത് റോഡിൽ നനവുള്ളപ്പോൾ റോഡിൽ തെന്നൽ ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യതയുള്ളതുകൊണ്ട് വാഹനം ബ്രേക്ക് ചെയ്താലും നിൽക്കാൻ ഉദ്ദേശിയ്ക്കുന്നതിൽ കൂടുതൽ ദൂരം വേണ്ടി വരുന്നതിനാൽ റോഡു മിറിച്ചു കടക്കുമ്പോൾ റോഡിലൂടെ വരുന്ന വാഹനങ്ങളിലെ ഡ്രൈവർമാർക്ക് നിങ്ങളെ വ്യക്തമായി കാണാൻ കഴിയുന്ന വിധത്തിൽ സുരക്ഷിതമായി വേണം റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കാൻ.
11. മഴ പെയ്യുമ്പോൾ റോഡിലൂടെ വരുന്ന വാഹനത്തിന്റെ ഡ്രൈവർക്ക് കാഴ്ച തടസ്സം വരുന്നതിനാൽ, ഡ്രൈവറുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കുന്ന വിധത്തിൽ കുട ഉയർത്തി പിടിക്കുകയും വരുന്ന വാഹനങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുന്ന വിധത്തിൽ, കാഴ്ച മറയാത്ത വിധത്തിൽ കുട പിടിക്കുകയും വേണം.
12. കുട്ടികലെക്കൊണ്ട് യാത്ര ചെയ്യുമ്പോൾ കുട്ടികളുടെ സുരക്ഷിതത്വം കൂടി ഏറ്റെടുക്കേണ്ടതാണ്. കുട്ടികൾ കൂടെയുള്ളപ്പോൾ റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കേണ്ട അവസരങ്ങളിൽ അവരുടെ കൈകളിൽ പിടിച്ച് റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കാൻ അവരെ സഹായിക്കുക.
13. രാത്രി കാലങ്ങളിൽ റോഡിലൂടെ നടക്കുമ്പോൾ ടോർച്ച് ഉപയോഗിക്കുക. അല്ലാത്തപക്ഷം വെളുത്തതോ, ഇളം നിറത്തിലുള്ളതോ ആയ വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിക്കുക.
14. രണ്ടു പേരിൽ കൂടുതൽ ചേർന്ന് നടക്കാതിരിക്കുക.
15. മേൽപ്പാലം ഉണ്ടെങ്കിൽ അവ ഉപയോഗിക്കുക.
16. റോഡുപയോക്താക്കളുടെ പ്രത്യേകിച്ച് ഡ്രൈവർമാരുടെ ശ്രദ്ധ തിരിക്കുന്ന രീതിയിലുള്ള ഒരു നടപടിയും കാൽനടക്കാരുടെ ഭാഗത്ത് നിന്നുണ്ടാകരുത്.

ട്രാഫിക് നിമയങ്ങൾ ഒരെത്തിനോട്ടം

1. വാഹനങ്ങൾ റോഡിന്റെ ഇടതുവശം ചേർന്ന് പോകുക.
2. മറ്റ് വാഹനങ്ങൾ മുന്നിൽ കയറുന്നത് വലതു വശത്തു കൂടിയാകണം.
3. മുന്നിൽ പോകുന്ന വാഹനം വലതുവശത്തേക്ക് തിരിയ്ക്കുമ്പോൾ മാത്രമേ ഇടതു വശത്തു കൂടി മുന്നേറാൻ പാടുള്ളു.
4. നേരെ മുന്നോട്ട് കാണാൻ കഴിയാത്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ ഓവർടേക്ക് ചെയ്യാൻ പാടില്ല.
5. ഇടത് വശത്തുകൂടി ഓവർടേക്ക് ചെയ്യരുത്.
6. ഇടുങ്ങിയ പാലങ്ങളിൽ ഓവർടേക്ക് ചെയ്യരുത്.
7. ജംഗ്ഷനുകളിൽ ഓവർടേക്ക് ചെയ്യരുത്

8. സീബ്രാ ക്രോസിംഗിൽ ഓവർടേക്ക് ചെയ്യരുത്
9. നാൽക്കവലകളിൽ വളരെ ശ്രദ്ധയോടെ വശത്തേയ്ക്ക് തിരിക്കുക.
10. നിർത്തിയിരിക്കുന്ന വാഹനങ്ങളെ സാവധാനം ഓവർടേക്ക് ചെയ്യുക.
11. അതീവ ജാഗ്രതയോടെ മാത്രം സൈക്കിൾ യാത്രക്കാരെ ഓവർടേക്ക് ചെയ്യുക.
12. തിരക്കേറിയ ജംഗ്ഷനുകളിൽ സാവധാനം വാഹനങ്ങളോടിക്കുക.
13. റോഡിന്റെ ഇടതുവശം ചേർന്ന് വാഹനം ഓടിയ്ക്കുക.
14. അമിതവേഗം ആയുസ്സ് കുറയ്ക്കും, മിതവേഗം അപകടം കുറയ്ക്കും.
15. വാഹനം തിരിയ്ക്കുമ്പോൾ ഇൻഡിക്കേറ്റർ ഇടുക. ഒരിയ്ക്കലും വെട്ടിത്തിരിയ്ക്കരുത്.
16. വളവിൽ ഓവർടേക്ക് പാടില്ല. വേഗത കുറച്ച് ഹോൺ മുഴക്കി മുന്നോട്ട് പോകുക.
17. മദ്യം മരണത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്നു. മദ്യപിച്ച് വാഹനം ഓടിക്കാതിരിക്കുക.
18. തിരക്കേറിയ ജംഗ്ഷനുകളിൽ സാവധാനം വാഹനങ്ങളോടിക്കുക.
19. സ്റ്റിയറിംഗ് വീലിൽ രണ്ട് കൈയും യഥാസ്ഥാനം പിടിച്ച് വാഹനം ഓടിക്കുക.
20. എതിരെ വാഹനം വരുമ്പോൾ ഹെഡ്ലൈറ്റ് ഡിം ആക്കുക.
21. ഉറക്കം വന്നാൽ വാഹനം നിറുത്തി ഉറക്കം മാറ്റി മാത്രം വാഹനം ഓടിക്കുക.
22. ശ്രദ്ധയോടും സാവധാനവും മാത്രം റിവേഴ്സ് എടുക്കുക.
23. യാത്രയ്ക്ക് മുമ്പ് വാഹനം കണ്ടീഷനിലാണോ എന്ന് പരിശോധിക്കുക.
24. റോഡിലെ വരകൾ മാനിച്ച് വാഹനം ഓടിക്കുക. മഞ്ഞവര ക്രോസ് ചെയ്യരുത്.
25. റോഡിൽ സ്ഥാപിച്ചിട്ടുള്ള ട്രാഫിക് സൈനുകൾ മാനിക്കുക.
26. വിട്ട് വിട്ട് മിന്നുന്ന മഞ്ഞ സിഗ്നൽ ലൈറ്റ് കാണുമ്പോൾ വേഗത കുറച്ച് സുരക്ഷിതമെങ്കിൽ മാത്രം പോകുക.
27. മറ്റുള്ളവർ എല്ലാം അശ്രദ്ധരാണെന്ന് കരുതി പ്രതിരോധബുദ്ധ്യാ വാഹനം ഓടിക്കുക.
28. സ്കൂട്ടർ, മോട്ടോർ സൈക്കിൾ യാത്രക്കാർ ഹെൽമെറ്റ് ധരിക്കുക. ജീവൻ രക്ഷിക്കുക.
29. തലയ്ക്ക് പരിക്കേറ്റാൽ മരണമോ നിത്യമായ തളർച്ചയോ സംഭവിക്കുന്നു.
30. റോഡപകടങ്ങളിൽ പെടുന്നവരെ ഉപേക്ഷിച്ച് പോകാതിരിക്കുക. മരണ വക്രത്തിൽ കിടക്കുന്നത് നാളെ നമ്മളോ നമ്മുടെ മക്കളോ ആകാം.
31. കാൽനടക്കാർക്ക് റോഡ് മുറിച്ച് കടക്കാൻ, സീബ്രാ വരകൾ ഉള്ള സ്ഥലത്ത് അതിൽ കൂടി മാത്രം ക്രോസ് ചെയ്യുക. സീബ്രാ ക്രോസിംഗിൽ കാൽ നടക്കാർക്ക് മുൻഗണന.
32. വാഹനത്തിലെ പുക നിയന്ത്രിക്കുക, പ്രകൃതിയെ സംരക്ഷിക്കുക.
33. മൊബൈൽ ഫോൺ ഉപയോഗിച്ച് കൊണ്ട് വാഹനം ഓടിയ്ക്കരുത്. പ്രത്യേകിച്ച് ഇരുചക്ര വാഹനങ്ങൾ.

സെക്ഷൻ 194

അനുവദനീയമായതിൽ കൂടുതൽ ലോഡ് കയറ്റി വാഹനങ്ങൾ ഓടിയ്ക്കുവാൻ പാടില്ല. ഇപ്രകാരം ഓവർലോഡ് കയറ്റിയതായി ഉദ്യോഗസ്ഥന് സംശയം തോന്നിയാൽ പരിശോധന നടത്തുന്ന സ്ഥലത്ത് നിന്നും വാഹനവും ലോഡും കൂടി തൂക്കി നോക്കുന്ന സ്ഥലം 10 കി.മീ പരിധിക്കുള്ളിലാണെങ്കിൽ അവിടം വരെ വാഹനം കൊണ്ട് പോകുവാൻ ഡ്രൈവറോട് ആവശ്യപ്പെടാം.

സെക്ഷൻ 196

ശരിയായ രീതിയിൽ മാനസികമായോ ശാരീരികമായോ ഉള്ള അസുഖം ബാധിച്ച ആൾ വാഹനം ഓടിയ്ക്കാൻ പാടില്ല.

സെക്ഷൻ 207

നിയമാനുസൃതമായ രജിസ്ട്രേഷനോ പെർമിറ്റോ ഇല്ലാത്ത വാഹനത്തെ കസ്റ്റഡിയിലെടുത്തു സൂക്ഷിക്കാൻ അധികാരപ്പെട്ട ഉദ്യോഗസ്ഥന് അവകാശം ഉണ്ടായിരിക്കും.

ട്രാഫിക് സൈനുകൾ