



## দশম অধ্যায় খেলাধুলার দুর্ঘটনা



### ভূমিকা

দৃশ্যমান ও অদৃশ্যমান নানা রকম দুর্ঘটনা জীবনের গতিপথে সাময়িক বাধার সৃষ্টি করে। এসব দুর্ঘটনা নানাভাবে ঘটেতে পারে। খেলাধুলা বা ব্যায়াম করার সময় আকস্মিকভাবে পায়ে ব্যথা পাওয়া, পা মচকে বা হাড় ভেঙে যাওয়া, কেটে যাওয়ার মতো দুর্ঘটনা ঘটে থাকে। দুর্ঘটনা অকস্মাৎ ঘটে। তখন আশপাশে কোনো ডাক্তার পাওয়া যায় না। এ সময় রোগীকে তাৎক্ষণিক প্রতিবিধান দিতে হয়। সেজন্য আমাদের প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে সম্যক জ্ঞান থাকা জরুরি। প্রাথমিক প্রতিবিধানের মাধ্যমে আমরা সুস্থ জীবনযাপনে সক্ষম হব।



### অনুশীলনার প্রশ্ন ও উত্তর

**প্রশ্ন ১। সঠিক উত্তরের পাশে টিক (✓) চিহ্ন দাও।**

- ১.১ প্রাথমিক প্রতিবিধানের উপকরণ নয় কোনটি?  
 ক. প্যাড ● ড্রেসিং গ. কাঁচ ঘ. তুলা
- ১.২ প্রাথমিক প্রতিবিধানের উদ্দেশ্য কী?  
 ক. রোগীকে পুরোপুরি সুস্থ করা ঘ. রোগীকে বরফ লাগানো  
 ● রোগীকে সুস্থ করার পথ সুগম করা ঘ. ডাক্তারের কাছে দ্রুত প্রেরণ করা
- ১.৩ শরীরের ভিতরের হাড় ভেঙে গেলে তাকে কী ভাঙা বলে?  
 ● সাধারণ হাড় ভাঙা ঘ. জটিল হাড় ভাঙা  
 গ. কম্পাউন্ড হাড় ভাঙা ঘ. হাত ভাঙা

**প্রশ্ন ২। উপযুক্ত শব্দ দিয়ে শূন্যস্থান পূরণ কর।**

ক. আঘাতে শরীরের রক্ত ভিতরে জমে থাকে বেরোতে পারে না তাকে — বত বলে।

খ. বেরড বা ধারালো বস্তু দ্বারা কেটে যাওয়াকে — বত বলে।

গ. সুচ বা পেরেক শরীরে ঢুকে গেলে তাকে — বলে।

ঘ. মেশিনে ঝেঁতলে গেলে তাকে — বলে।

উত্তর : ক. পিষ্ট; খ. কর্তনজনিত; গ. বিদ্ধবত; ঘ. ছিন্নভিন্ন বত।

**প্রশ্ন ৩। বাম পাশের শব্দের সাথে ডান পাশের শব্দের মিল কর।**

- |                           |                 |
|---------------------------|-----------------|
| ক. ফুলে যাওয়া            | ক. ড্রেসিং      |
| খ. গ্রিন স্টিক            | খ. বরফ          |
| গ. কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস | গ. হাড় ভাঙা    |
| ঘ. প্রাথমিক চিকিৎসা       | ঘ. সেফার পদ্ধতি |

উত্তর :

ক. ফুলে যাওয়া — বরফ

খ. গ্রিন স্টিক — হাড়ভাঙা

গ. কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস — সেফার পদ্ধতি

ঘ. প্রাথমিক চিকিৎসা — ড্রেসিং

**প্রশ্ন ৪। সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন ও উত্তর**

**প্রশ্ন ১। ড্রেসিং কী?**

উত্তর : বতস্থানকে ঢেকে রাখার জন্য যে গজ, ব্যান্ডেজ, তুলা ব্যবহার করা হয় তাকে ড্রেসিং বলে।

**প্রশ্ন ২। কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস প্রক্রিয়া কাকে বলে?**

উত্তর : রোগীর শ্বাস ক্রিয়া বন্ধ হয়ে গেলে বা বন্ধ হওয়ার উপক্রম হলে হাত বা যন্ত্র দিয়ে কৃত্রিম উপায়ে শ্বাস-প্রশ্বাস দেওয়ার প্রক্রিয়াকেই বলে কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস প্রক্রিয়া।

**প্রশ্ন ৩। নাক দিয়ে রক্তপড়া বন্ধের উপায় কী?**

উত্তর : নাক দিয়ে রক্তপড়া বন্ধের অন্যতম উপায় হলো রোগীকে চেয়ারে বসিয়ে বা চিং করে শুইয়ে মুখ পিছনের দিকে সামান্য হেলিয়ে রাখতে হবে। নিঃশ্বাস মুখ দিয়ে নিতে হবে, হালকাভাবে নাক চেপে ধরতে হবে। তাছাড়া বরফ বা ঠান্ডা পানি লাগালে রক্ত পড়া তাড়াতাড়ি বন্ধ হবে।

**প্রশ্ন ৪। মচকানো কাকে বলে?**

উত্তর : অস্থি বা হাড়ের জোড়া লাগানো স্থানে শক্ত লিগামেন্ট হাড়ের জোড়াকে এক সাথে রাখে। কোনো কারণে যদি লিগামেন্ট টানটান হয় কিংবা ছিঁড়ে যায় তাহলে হাড়ের সন্ধিস্থলে প্রচণ্ড ব্যথা হয় এবং আহত স্থানের চারপাশ ফুলে ওঠে। একে অস্থিসন্ধির মচকানো বলে।

**প্রশ্ন ৫। রচনামূলক প্রশ্ন উত্তর**

**প্রশ্ন ১। সন্ধিচ্যুতির লবণগুলো বর্ণনা কর।**

উত্তর : হাড়ের সংযোগ স্থানকে সন্ধি স্থান বলে। সন্ধি স্থান থেকে যদি হাড়ের বিচ্যুতি ঘটে তাকে সন্ধি চ্যুতি বলে। কাঁধ, কনুই, কজি, বৃদ্ধাঙ্গুল নিম্ন চোয়াল, হাঁটু ও পায়ের গোড়ালি ইত্যাদি সন্ধিস্থানের সন্ধিচ্যুতি হলে কতগুলো লবণ প্রতীয়মান হয়। এগুলো নিম্নরূপ :

**সন্ধিস্থান ফুলে যাওয়া :** সন্ধিস্থানে সন্ধিচ্যুতি ঘটলে প্রাথমিকভাবে যে লবণ পরিলক্ষিত হয়, তা হচ্ছে আঘাতপ্রাপ্ত স্থান অর্থাৎ সন্ধিস্থান ফুলে যায়।

**ব্যথা অনুভব করা :** সন্ধিচ্যুতি ঘটলে আঘাতপ্রাপ্ত স্থানে ফুলে যাওয়ার সাথে সাথে প্রচণ্ড ব্যথা অনুভূত হয়।

**সন্ধি স্থান নড়াচড়া করা যায় না :** আঘাতপ্রাপ্ত অংশের হাড় পজিশন থেকে সরে যায় বলে সন্ধিস্থানে সামান্য নড়াচড়াতেই প্রচণ্ড ব্যথা হয়। তাই আঘাতপ্রাপ্ত স্থানটি কোনোরূপে নড়াচড়া করা যায় না।

**সন্ধিস্থানের হাড় সরে গিয়ে বিকৃত রূপ ধারণ করা :** অনেক সময় সন্ধিচ্যুতির কারণে সন্ধিস্থানের হাড় সরে গিয়ে এ স্থানের বিকৃত রূপ ধারণ করে।

**প্রশ্ন ২। কমপিরকেটেড বা জটিল হাড়ভাঙা কাকে বলে?**

**উত্তর :** যদি কোনো কারণে শরীরের কোনো হাড় ভেঙে যায় তখন তাকে হাড়ভাঙা বলে। এই হাড়ভাঙা বিভিন্ন ধরনের হতে পারে। এদের মধ্যে অন্যতম একটি প্রকারভেদ হলো কমপিরকেটেড বা জটিল হাড়ভাঙা।

**জটিল হাড়ভাঙা :** এ ধরনের হাড়ভাঙা দেহের গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গসমূহে বতি করে বলেই একে বলা হয় কমপিরকেটেড বা জটিল হাড়ভাঙা। জটিল হাড়ভাঙায় ভাঙা হাড়ের প্রান্ত কিডনি, লিভার, ফুসফুস বা রক্তনালিকে বতিগ্রস্ত করে। তাই এ প্রকার হাড়ভাঙা ব্যক্তির মৃত্যুরও কারণ হতে পারে। সাধারণত শরীরের গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গের কাছাকাছি হাড়সমূহের মধ্যে যখন অত্যধিক চাপ পড়ে তখন হাড় ভেঙে যায়। পরিশেষে বলা যায়, প্রতিটি মানুষেরই উচিত জটিল হাড়ভাঙা সম্পর্কে সচেতন থাকা।

**প্রশ্ন ১৩ ৥ বিম্ববত কাকে বলে? বিম্ববতের প্রতিবিধান বর্ণনা কর।**

**উত্তর :** শরীরের কোনো তন্তু ছিন্ন অথবা দুই বা ততোধিক অংশে বিভক্ত হলে বা তন্তু ছিন্ন হলে তাকে বত বলা হয়। বিভিন্ন ধরনের বতের মধ্যে একটি হলো বিম্ববত।

**বিম্ববত :** যে বতটা অনেক গভীর হয় কিন্তু গভীরতার তুলনায় মুখের পরিসর বড় হয় না তাকে বিম্ববত বলে। বিম্ববতের অন্যতম বৈশিষ্ট্য হলো—এবেত্রে প্রচুর রক্তপাত নাও হতে পারে। সুচ, ছুরি দ্বারা বিম্ববত হয়।

**প্রতিবিধান :** বিম্ববতের বেত্রে বেশ কিছু প্রাথমিক প্রতিবিধান রয়েছে। এগুলো হলো :

১. আহত হওয়ার সাথে সাথে বতস্থানে যত দ্রুত সম্ভব বরফ লাগাতে হবে যাতে রক্তপাত বন্ধ হয়।
২. রোগীকে যথাসম্ভব কম নড়াচড়া করানো উচিত যেন বতস্থানে কোনো প্রকার চাপ সৃষ্টি না হয়।

৩. পরবর্তীতে বতস্থানটি এন্টিসেপটিক পদার্থ দিয়ে পরিষ্কার করতে হবে।

৪. রক্তবরণ বন্ধ না হলে বতস্থানের আশপাশে প্রত্যব বা পরোবভাবে চাপ দিতে হবে।

৫. বতস্থানে স্বাভাবিকভাবে কিছু ঢুকলে তা তুলার ব্যবস্থা করতে হবে।

৬. আহত অঙ্গটিকে ব্যাণ্ডেজ দ্বারা বেঁধে স্থির রাখতে হবে।

উপরিউক্ত বিষয়গুলো করার পরও যদি বিম্ববতের অবস্থা গুরুতর হয় তবে দ্রুত রোগীকে ডাক্তারের কাছে পাঠাতে হবে।

**প্রশ্ন ১৪ ৥ সিলভেস্টার পদ্ধতিতে কীভাবে শ্বাস-প্রশ্বাস প্রদান করা হয় তা সংক্ষেপে আলোচনা কর।**

**উত্তর :** কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস দেওয়ার যে কয়টি প্রচলিত পদ্ধতি আছে তাদের মধ্যে অন্যতম একটি হলো সিলভেস্টার পদ্ধতি। এ পদ্ধতিতে রোগীকে কীভাবে শ্বাস-প্রশ্বাস প্রদান করা হয়, তা নিচে সংক্ষেপে আলোচনা করা হলো :

**সিলভেস্টার পদ্ধতি :** রোগীকে প্রথমে চিৎ করে শোয়াতে হবে। রোগীর ঘাড়ের নিচে একটি ছোট বালিশ দিতে হবে। তার মাথাটা যেন বালিশের পেরিয়ে ঝুলে পড়ে। জামা কাপড় খুলে ফেলতে হবে। জিহবা উল্টে যেন বাতাস বন্ধ করে না দেয়, সেদিকে লব রাখতে হবে। রোগীকে শুইয়ে দুই হাত দিয়ে তার কনুই দুটি সজোরে উপরের দিকে টেনে তুলতে হবে। তারপর সজোরে কনুই দুটি বুকের দু'পাশে রাখতে হবে। যাতে বুকের দু'পাশে চাপ পড়ে। এভাবে একবার চাপ পড়বে আবার চাপ হাড়তে হবে। মোট সময় ৫ সেকেন্ড। নাকের কাছে এক টুকরো কাগজ ধরে দেখতে হবে শ্বাস পড়ছে কি না। শ্বাসক্রিয়া স্বাভাবিক না হওয়া পর্যন্ত এ ক্রিয়া চলতে থাকবে।

## অতিরিক্ত বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

ভূমিকা	
<b>সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর</b>	//
১. জীবনের গতি পথে সাময়িক বাধা সৃষ্টি করে কোনটি? (জ্ঞান)	ক) সাফল্য খ) উৎসব ● দুর্ঘটনা ঘ) রোগশোক
২. কোনটি আকস্মিক ঘটনা? (জ্ঞান)	ক) পরাজয় ● দুর্ঘটনা গ) স্মৃতিভ্রম ঘ) জ্ঞান লাভ
৩. দুর্ঘটনার উদাহরণ কোনটি? (অনুধাবন)	ক) খেলায় জয় লাভ খ) পরীবার খরাপ করা গ) নতুন শিশুর জন্ম ● পায়ে ব্যথা পাওয়া
৪. প্রত্যেকের প্রাথমিক প্রতিবিধানের জ্ঞান থাকা জরুরি কেন? (অনুধাবন)	ক) ডাক্তার হওয়ার জন্য খ) সেবা করার জন্য ● সুস্থ জীবনযাপনের জন্য ঘ) আধুনিক জীবনযাপনের জন্য
৫. প্রাথমিক প্রতিবিধান কোন বেত্রে জরুরি? (অনুধাবন)	ক) সাধারণ রোগ সারাতে খ) মূর্ঘ্য রোগীকে বাঁচাতে ● দুর্ঘটনায় ডাক্তার পাওয়া না গেলে ঘ) রোগী হাসপাতালে স্থানান্তরের পর
<b>বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর</b>	//
৬. দুর্ঘটনা হতে পারে— (অনুধাবন)	i. দৃশ্যমান ii. অদৃশ্যমান iii. আকস্মিক নিচের কোনটি সঠিক? ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
৭. আমাদের জীবনে দুর্ঘটনা i. আকস্মিকভাবে ঘটে	

ii. সাময়িক বাধা সৃষ্টি করে	
iii. সেবা পাওয়ার পথ সুগম করে	
নিচের কোনটি সঠিক?	● i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
৮. প্রাথমিক প্রতিবিধান প্রয়োজন— (অনুধাবন)	
i. রোগীকে তাৎক্ষণিক প্রতিবিধান দিতে	
ii. রোগীকে পুরোপুরি সুস্থ করে তুলতে	
iii. রোগীর সুস্থ হবার পথ সুগম করতে	
নিচের কোনটি সঠিক?	ক) i ও ii ● i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

## পাঠ-১ : প্রাথমিক প্রতিবিধানের গুরুত্ব, পদ্ধতি ও উপকরণ

<b>সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর</b>	//
৯. প্রাথমিক প্রতিবিধান বলতে কোনটি বোঝায়? (অনুধাবন)	ক) রোগীকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যাওয়া খ) রোগীকে বাড়িতে রেখে উপযুক্ত চিকিৎসা দেওয়া ● ডাক্তার আসার আগ পর্যন্ত রোগীর সেবা করা ঘ) রোগীকে ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী ঔষধ খাওয়ানো
১০. প্রাথমিক প্রতিবিধান চিকিৎসা শাস্ত্রের কী? (জ্ঞান)	ক) প্রধান বিভাগ খ) সহায়ক বিভাগ গ) ঐচ্ছিক বিভাগ ● প্রাথমিক বিভাগ
১১. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীকে দ্রুত কাজ সম্পাদন করতে হয় কেন? (অনুধাবন)	ক) অন্যথায় ডাক্তার চলে আসতে পারে ● অন্যথায় রোগীর অবস্থা খারাপ হতে পারে গ) অন্যথায় রোগীকে কেউ হাসপাতালে নিয়ে যেতে পারে

১২. অন্যথায় নিজের পারদর্শিতা দেখানোর সুযোগ হাত ছাড়া হয়ে যেতে পারে
১২. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী কীভাবে সিদ্ধান্ত নিবে? (অনুধাবন)
- ক) নিজের ইচ্ছামতো খ) নিজের অভিজ্ঞতা কাজে লাগিয়ে
- রোগীর অবস্থা পর্যবেক্ষণ করে ঘ) ডাক্তারের কাছ থেকে পরামর্শ নিয়ে
১৩. সর্বপ্রথম রোগীর যন্ত্রণা লাঘব করে কিসের ব্যবস্থা করতে হবে? (জ্ঞান)
- ক) ঘুমের ● আরামের গ) একা থাকার ঘ) খাওয়ার
১৪. প্রাথমিক প্রতিবিধানের পর রোগীকে দ্রুত কোথায় পাঠানোর ব্যবস্থা করতে হবে? (জ্ঞান)
- ক) বাড়িতে ● হাসপাতালে গ) স্কুলে ঘ) কক্ষের বাড়িতে
১৫. আহত হলে রোগীকে প্রাথমিকভাবে কোথায় নিতে হবে?
- ক) বাড়িতে খ) মসজিদে
- নিরাপদ আশ্রয়ে ঘ) দূরের হাসপাতালে
১৬. রোগীর অবস্থা মারাত্মক হলে কী করতে হবে?
- ক) সুস্থ করার চেষ্টা করতে হবে
- খ) বাড়িতে পাঠাতে হবে
- দ্রুত হাসপাতালে পাঠাতে হবে
- ঘ) পারিপার্শ্বিক অবস্থা অনুসন্ধান করতে হবে
১৭. লিমা একজন প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী। দুর্ঘটনায় আহত ব্যক্তিকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে তাকে কোন কাজটি করতে হবে? (প্রয়োগ)
- ক) রোগীকে বাড়িতে পাঠানোর ব্যবস্থা করা
- খ) রোগী ও তার সাথীদের ভয় দেখানো
- রোগীর জ্ঞান আছে কিনা তা পরীক্ষা করা
- ঘ) রোগীকে ভারী কাপড়-চোপড় পড়ানো
১৮. রোগীর শ্বাস-প্রশ্বাসে বিঘ্ন দেখা দিলে কী করা উচিত? (অনুধাবন)
- ক) ভিড় কমানো
- খ) রোগীর বুকে চাপ দেওয়া
- কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাসের ব্যবস্থা করা
- ঘ) পর্যাপ্ত আলো-বাতাসের ব্যবস্থা করা
১৯. দুর্ঘটনায় আহত ব্যক্তির জ্ঞান না থাকলে তুমি কী করবে? (প্রয়োগ)
- [খুলনা সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়]
- ক) রক্তবরণ বন্ধ করার চেষ্টা করব
- খ) শ্বাস-প্রশ্বাসের ব্যবস্থা করব
- শরীরের কাপড়চোপড় আলগা করে দিব
- ঘ) নাড়ির গতি লব করব।
২০. ডাক্তার নাজমুলের কাছে যখন কোনো রোগী আসে তার সাথে প্রায়ই রোগীর আত্মীয়-স্বজনরা আসে। তাদের প্রতি ডা. নাজমুলের কী করণীয়? (উচ্চতর দরতা)
- ক) তাদের বাড়ি পাঠিয়ে দেওয়া খ) তাদের মিথ্যা সান্ত্বনা দেওয়া
- গ) তাদের রোগীর সান্নিধ্যে রাখা ● তাদের সাহস ও আশ্বাস দেওয়া
২১. অতিরিক্ত দৌড়াদৌড়ি করে ছোট মালিহা অসুস্থ হয়ে পড়েছে। একজন প্রতিবিধানকারী হিসেবে তার মায়ের এবেত্রে কী করণীয়? (উচ্চতর দরতা)
- ক) মালিহাকে গরম দুধ দেওয়া
- খ) মালিহাকে ডাক্তারের কাছে নেওয়া
- পর্যাপ্ত আলো-বাতাসের ব্যবস্থা করা
- ঘ) বাড়ির সবাইকে ডেকে একত্র করা
২২. ফার্স্ট এইড বক্স কোন কাজের জন্য প্রয়োজন? (জ্ঞান) [খুলনা জিলা স্কুল]
- ক) প্রাথমিক শিবা খ) প্রাথমিক অভিজ্ঞতা
- গ) প্রাথমিক কর্মদরতা ● প্রাথমিক প্রতিবিধানের
- বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //
২৩. জাহিদা একজন প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী। আহত ব্যক্তিদের সে প্রতিবিধান দিবে- (প্রয়োগ)
- i. চিকিৎসক হিসেবে ii. যত্ন সহকারে
- iii. সঠিক পদ্ধতিতে
- নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii খ) i ও iii ● ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
২৪. প্রাথমিক প্রতিবিধানের উদ্দেশ্য হলো- (অনুধাবন)
- i. অসুস্থ ব্যক্তির প্রাণ রক্ষা করা

- ii. রোগীকে সুস্থ করার পথ সুগম করা
- iii. রোগীর অবস্থা খারাপ হতে না দেওয়া
- নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
২৫. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী দ্রুত সিদ্ধান্ত নিবে- (অনুধাবন)
- i. রোগীর অবস্থা পর্যবেক্ষণ করে
- ii. পারিপার্শ্বিক সবকিছু অনুসন্ধান করে
- iii. ডাক্তারের কাছ থেকে পরামর্শ নিয়ে
- নিচের কোনটি সঠিক?
- i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
২৬. প্রাথমিক প্রতিবিধানের সময়- (অনুধাবন) [খুলনা মডেল স্কুল অ্যান্ড কলেজ]
- i. দ্রুত কাজ করতে হয়
- ii. ধীর গতিতে বুঝে শূনে কাজ করতে হয়
- iii. ঠান্ডা মাথায় কাজ করতে হয়
- নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii ● i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
২৭. প্রাথমিক প্রতিবিধানের পদ্ধতিগুলো হলো- (প্রয়োগ)
- i. রোগীকে নিরাপদ আশ্রয়ে নিতে হবে
- ii. রোগীকে পানি পান করাতে হবে
- iii. রোগীর জ্ঞান আছে কিনা দেখতে হবে
- নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii ● i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
২৮. রাহেলা তার এলাকার কেউ দুর্ঘটনায় আহত হলে প্রাথমিক প্রতিবিধান দেয়। রোগীকে সুস্থ করে তুলতে সে রোগী ও তার সাথীদের- (প্রয়োগ)
- i. সাহস দেয়
- ii. আশ্বাস দেয়
- iii. সতর্ক করে
- নিচের কোনটি সঠিক?
- i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
২৯. প্রাথমিক প্রতিবিধানের লব্য হলো রোগীর অবস্থা যাতে খারাপের দিকে না যায় সে ব্যবস্থা করা। এজন্য একজন প্রতিবিধানকারীর যেসব বিষয়ে লব রাখা আবশ্যিক- (উচ্চতর দরতা)
- i. রোগীর মুখ বিবর্ণ কিনা
- ii. রোগীর স্বাস্থ্য ভালো কিনা
- iii. রোগীর চোখের তারা অস্বাভাবিক কিনা
- নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii ● i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
৩০. লিটন প্রায়ই তার বিদ্যালয়ে আহত ছাত্রছাত্রীদের প্রাথমিক প্রতিবিধান দেয়। এবেত্রে সে ব্যবহার করে- (প্রয়োগ)
- i. ডেটল
- ii. সেফটিপিন
- iii. জীবাণুমুক্ত তুলা
- নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
- অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //
- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৩১ ও ৩২ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
- স্কুলে যাবার পথে রাহেলা এক বৃন্দাকে গাড়ির ধাক্কায় রাস্তার পাশে পড়ে যেতে দেখল। সে দ্রুত গিয়ে বৃন্দাকে তুলে নিরাপদ আশ্রয়ে এনে প্রাথমিক চিকিৎসা দিয়ে সুস্থ করে তুলল।
৩১. রাহেলা এখানে কার ভূমিকা পালন করেছে? (প্রয়োগ)
- ক) ডাক্তার ● প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী
- গ) সমাজসেবক ঘ) সচেতন নাগরিক
৩২. উক্ত ভূমিকা পালনের বেত্রে একজন ব্যক্তির যে পদ্ধতিগুলো ব্যবহার করা জরুরি- (উচ্চতর দরতা)
- i. দ্রুত অথচ ঠান্ডা মাথায় কাজ করা
- ii. রোগীর আশপাশে যাতে ভিড় না হয় তার ব্যবস্থা করা

iii. রোগীর চোখের তারা অস্বাভাবিক কিনা তা লব করা  
নিচের কোনটি সঠিক?

- ক) i ও ii    খ) i ও iii    গ) ii ও iii    ঘ) i, ii ও iii

### পাঠ-২ : প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর গুণাবলি

■ সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //

৩৩. জুয়েল একজন প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী। রোগীর আঘাতের কারণ ও চিহ্ন সহজে পর্যবেক্ষণ করার জন্য তার কোন গুণটি থাকা প্রয়োজন? (প্রয়োগ)

- ক) বিচরণতা    খ) কর্মদক্ষতা  
গ) অভিজ্ঞতাপূর্ণ    ঘ) পর্যবেক্ষণ জ্ঞানসম্পন্ন

৩৪. রোগীর লবণাদি দেখে আহত জায়গা সম্পর্কে ধারণা লাভ প্রতিবিধানকারীর কোন ধরনের গুণ? (জ্ঞান)

মতিঝিল মডেল স্কুল এন্ড কলেজ, ঢাকা।

- ক) পর্যবেক্ষণ জ্ঞানসম্পন্নতা    ঘ) বিচরণতা  
গ) কর্মদক্ষতা    ঘ) আত্মবিশ্বাসী

৩৫. একজন প্রতিবিধানকারী হিসেবে আবিদ অত্যন্ত বিচরণ। এই গুণটির দ্বারা সে কী অর্জন করতে পারবে? (প্রয়োগ)

- ক) প্রচুর অর্থ    খ) সকলের সহানুভূতি  
গ) রোগীর কৃতজ্ঞতা    ঘ) সকলের বিশ্বাস

৩৬. হাতের কাছে যে সমস্ত জিনিস পাওয়া যায় সে সমস্ত জিনিস দিয়ে প্রাথমিক চিকিৎসা করা প্রতিবিধানকারীর কোন ধরনের গুণ? (জ্ঞান)

- ক) বিচরণতা    খ) অভিজ্ঞতাপূর্ণ  
গ) আত্মবিশ্বাসী    ঘ) কর্মদক্ষতা

৩৭. লায়লা রোগীকে কষ্ট না দিয়ে অভিজ্ঞতার আলোকে নিপুণভাবে প্রতিবিধান দেয়ার কাজটি সম্পূর্ণ করল। এটি তার কী ধরনের গুণ? (প্রয়োগ)

- ক) কর্মদক্ষতা    খ) অভিজ্ঞতা  
গ) বিচরণতা    ঘ) সহানুভূতি

৩৮. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর কর্মদক্ষতা গুণটির বহিঃপ্রকাশ ঘটে কীভাবে? (অনুধাবন)

- ক) রোগীকে পুরোপুরি সুস্থ করে তোলার মাধ্যমে  
খ) রোগীর জন্য দ্রুত প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণের মাধ্যমে  
গ) রোগীকে সাহসী ও আত্মবিশ্বাসী করে তোলার মাধ্যমে  
ঘ) রোগীকে কষ্ট না দিয়ে নিপুণভাবে প্রতিবিধানের কাজ সম্পন্ন করার মাধ্যমে

৩৯. প্রতিবিধানকারী রোগীর নিকটস্থ লোকদের কী সম্বন্ধে উপদেশ দিবেন? (জ্ঞান)

- ক) সঠিক যত্ন    ঘ) উপস্থিত কর্তব্য  
গ) সঠিক সিদ্ধান্ত    ঘ) উপস্থিত সমস্যা

৪০. রোগীকে সঠিক পদ্ধতিতে প্রতিবিধান দিতে সঠিক সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা জরুরি। এ কারণে একজন প্রতিবিধানকারীকে কোন বিষয়টি অবশ্যই বুঝতে হবে? (উচ্চতর দক্ষতা)

- ক) রোগীর কষ্ট  
খ) আঘাতের গুরুত্ব লঘুত্ব  
গ) রোগীর নাড়ির স্পন্দন

৪১. প্রতিবিধানকারী প্রতিবিধানের কাজটি কীভাবে শেষ করবে? (অনুধাবন)

- ক) সাহসের সাথে    ঘ) আত্মবিশ্বাসের সাথে  
গ) ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী    ঘ) রোগীকে হাসপাতালে পাঠিয়ে

■ বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //

৪২. একজন প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর যেসব গুণ থাকা প্রয়োজন- (অনুধাবন)

- i. বিচরণতা  
ii. আত্মবিশ্বাসী  
iii. অভিজ্ঞতাপূর্ণ  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii    খ) i ও iii    গ) ii ও iii    ঘ) i, ii ও iii

৪৩. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী খুব সহজেই পর্যবেক্ষণ করতে পারে- (অনুধাবন)

- i. আঘাতের চিহ্ন  
ii. আঘাতের কারণ

iii. আঘাতের গুরুত্ব  
নিচের কোনটি সঠিক?

- ক) i ও ii    খ) i ও iii    গ) ii ও iii    ঘ) i, ii ও iii

৪৪. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী শাহেদের মধ্যে বিচরণতার গুণটি রয়েছে। তাই সে খুব সহজে- (প্রয়োগ)

- i. রোগীর লবণাদি দেখে আহতস্থান সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারে  
ii. রোগীর জন্য দ্রুত প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে পারে  
iii. সকলের বিশ্বাস অর্জন করতে পারে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii    খ) i ও iii    গ) ii ও iii    ঘ) i, ii ও iii

৪৫. একজন কর্মদক্ষ প্রতিবিধানকারী- (অনুধাবন)

- i. রোগীকে অথবা কষ্ট দেয় না  
ii. অভিজ্ঞতা লাভের জন্য কাজ করে  
iii. সহজ ও নিপুণভাবে কাজ করে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii    ঘ) i ও iii    গ) ii ও iii    ঘ) i, ii ও iii

৪৬. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী হিসেবে খাদিজা প্রায় দুর্ঘটনায় আহত ব্যক্তিদের প্রতিবিধান দিয়ে থাকেন। এবেত্রে তিনি উপস্থিত কর্তব্য সম্বন্ধে সঠিক উপদেশ দেন- (প্রয়োগ)

- i. রোগীকে  
ii. রোগীর বন্ধু-বান্ধবকে  
iii. রোগীর নিকটস্থ লোকদেরকে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii    ঘ) i ও iii    গ) ii ও iii    ঘ) i, ii ও iii

৪৭. একজন প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর মধ্যে সহানুভূতির গুণটি থাকা আবশ্যিক। এর যথার্থ কারণ হলো- (উচ্চতর দক্ষতা)

- i. সে রোগীর প্রতি কঠোর হতে পারে না  
ii. তাকে রোগীর কষ্ট লাঘবের চেষ্টা করতে হয়  
iii. তাকে রোগী ও রোগীর নিকটস্থ লোকদের সাহস দিতে হয়  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii    খ) i ও iii    গ) ii ও iii    ঘ) i, ii ও iii

■ অভিনু তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৪৮ ও ৪৯ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :

প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী হিসেবে গ্রামে লিয়াকতের বেশ সুনাম রয়েছে। কারণ রোগীকে প্রতিবিধান দেওয়ার সময় সে কঠোর না হয়ে অভিজ্ঞতার আলোকে রোগীর কষ্ট লাঘব করতে খুব দ্রুত আগের কাজ আগে ও পরের কাজ পরে সম্পন্ন করে।

৪৮. অনুচ্ছেদের বর্ণনায় লিয়াকতের কোন গুণটি প্রকাশ পেয়েছে? (প্রয়োগ)

- ক) কর্মদক্ষতা    খ) আত্মবিশ্বাসী  
ঘ) সহানুভূতি    ঘ) বিচরণতা

৪৯. কিসের উপর ভিত্তি করে লিয়াকত তার কাজের ব্যাপারে সিদ্ধান্ত নেয়? (উচ্চতর দক্ষতা)

- ক) রোগীর আবেগ    খ) আঘাতের কারণ  
গ) আঘাতের চিহ্ন    ঘ) আঘাতের গুরুত্ব লঘুত্ব

### পাঠ-৩ : চামড়া ছুঁয়ে যাওয়া, মাংসপেশিতে টান ও ফুলে যাওয়া

■ সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //

৫০. কোন বিষয়ে জ্ঞান থাকলে দুর্ঘটনা এড়িয়ে চলা সম্ভব? (জ্ঞান)

- ক) সাধারণ রোগ    ঘ) দুর্ঘটনার কারণ  
গ) খেলাধুলার নিয়ম    ঘ) চিকিৎসা পদ্ধতি

৫১. খেলোয়াড়রা খেলাধুলা করার আগে শরীর ভালোভাবে গরম করে নেয়। এর যথার্থ কারণ কী? (উচ্চতর দক্ষতা)

- ক) শরীর শীতল থাকে    ঘ) শরীর খেলার উপযোগী হয়  
গ) শরীর আঘাত প্রাপ্ত হয় না    ঘ) শরীর সুস্থ ও সবল থাকে

৫২. খেলাধুলার সময় কীভাবে দুর্ঘটনা এড়ানো যায়? (অনুধাবন)

- ক) অতিরিক্ত ব্যায়াম করে  
খ) ভেজা মাঠে খেলা করে

- গ) অধিক উচ্চতার সঙ্গী বেছে নিয়ে  
● নিজের ওজনের সঙ্গী বেছে নিয়ে
৫৩. রোমানাকে স্কুল ড্রেসের সাথে বুট পড়তে হয়। খেলার সময় বুটের আঘাতে রোমানার পায়ের চামড়া কী হতে পারে? (প্রয়োগ)  
ক) পুড়ে যেতে পারে ● ছিঁড়ে যেতে পারে  
গ) ফুলে যেতে পারে ঘ) টানটান হতে পারে
৫৪. চামড়া ছিঁড়ে যাওয়ার বেড়ে আঘাতপ্রাপ্ত স্থানটি কীভাবে ঝঁকতে হবে? (অনুধাবন)  
● পরিষ্কার তোয়ালে দিয়ে গ) জীবাণুমুক্ত তুলা দিয়ে  
গ) যেকোনো কাপড় দিয়ে ঘ) সাদা মোটা কাপড় দিয়ে
৫৫. খেলতে গিয়ে পাখরের আঘাতে শিমুলের পায়ের আজুল খঁতলে গেছে। শিমুলের খঁতলানো আজুলে প্রথমে কী লাগাতে হবে? (প্রয়োগ)  
● বরফ গ) গরম পানি  
গ) মলম ঘ) বোরিক এসিড
৫৬. স্কুল থেকে ফেরার পথে পাখরের আঘাতে রাহাতের কপালের চামড়া ছেঁড়ে যায়। একজন প্রতিবিধানকারী হিসেবে রাহাতের জন্য তোমার সর্বশেষ করণীয় কী হবে? (উচ্চতর দরতা)  
ক) বতস্থানে ডেটল ব্যবহার করা  
গ) বতস্থানটি তুলা দিয়ে বেঁধে রাখা  
গ) বতস্থানে বরফ বা ঠান্ডা পানি লাগানো  
● রাহাতকে ডাক্তারের কাছে পাঠানো
৫৭. আহত স্থান ফুলে ওঠা এবং কালশিরা পড়াকে কী বলে? (জ্ঞান)  
ক) মাংস ফোলা ● মাসলপুল  
গ) মাংস পেইন ঘ) ওভার পেইন
৫৮. খেলতে গিয়ে জিয়ানের পায়ের মাংসপেশিতে টান লাগলে আহত স্থানটি ফুলে ওঠে এবং কালশিরা পড়ে যায়। এ অবস্থাকে কী বলে? (প্রয়োগ)  
ক) সন্ধিচ্যুতি ● মাসলপুল  
গ) পিষ্ট বত ঘ) গ্রিনস্টিক ফ্রাকচার
৫৯. মাংসপেশিতে টান লাগলে কতবর্ণ পর পানিতে বোরিক এসিড পাউডারের কমপ্রেস প্রয়োগ করতে হবে? (জ্ঞান)  
ক) ১৮ ঘণ্টা গ) ২০ ঘণ্টা গ) ২২ ঘণ্টা ● ২৪ ঘণ্টা
৬০. আঘাতে শরীরের কোনো স্থান ফুলে গেলে প্রথম কাজ কোনটি? (অনুধাবন)  
ক) মলম লাগানো গ) পানি লাগানো  
● বরফ লাগানো ঘ) কাপড় দিয়ে বেঁধে দেওয়া
- বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //
৬১. দুর্ঘটনা এড়ানোর পন্থা হলো- (অনুধাবন)  
i. খেলাধুলার পূর্বে শরীর গরম করে নেওয়া  
ii. ব্যায়ামের জন্য নিজের উচ্চতার সঙ্গী বেছে নেওয়া  
iii. বৈদ্যুতিক তারের কাছে খেলাধুলা না করা  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii গ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
৬২. দুর্ঘটনা এড়াতে শরীর ভালোভাবে গরম করে নিতে হয়- (অনুধাবন)  
i. বিশ্রামের পূর্বে  
ii. খেলার পূর্বে  
iii. ব্যায়াম করার পূর্বে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii গ) i ও iii ● ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
৬৩. খেলাধুলা করা বিপজ্জনক- (অনুধাবন)  
i. ভেজা মাঠে  
ii. পিচ্ছিল মাঠে  
iii. ইট, পাটকেলযুক্ত মাঠে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii গ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
৬৪. শরীরের কোনো স্থানে চামড়া ছেঁড়ে যেতে পারে- (অনুধাবন)  
i. হাতুড়ির আঘাতে  
ii. ভোঁতা জিনিসের আঘাতে  
iii. খেলার সময় বুটের আঘাতে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii গ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii

৬৫. খেলার সময় ইটের ঘষায় শাহেদের পায়ের চামড়া ছেঁড়ে গেল। তার আহত স্থানটি দেখতে- (প্রয়োগ)  
i. রক্তজমা ii. খঁতলানো  
iii. কালশিটেযুক্ত  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii গ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
৬৬. হাতুড়ির আঘাতে শামীমের বাবার হাতের চামড়া ছেঁড়ে গেছে। প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে শামীম- (প্রয়োগ)  
i. ছিঁড়ে যাওয়া জায়গায় গরম পানি লাগাবে  
ii. পরিষ্কার তোয়ালে ভিজিয়ে আঘাতপ্রাপ্ত স্থানটি বেঁধে দিবে  
iii. প্রয়োজন হলে বাবাকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যাবে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii গ) i ও iii ● ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
৬৭. মাংসপেশিতে টান লাগলে- (অনুধাবন)  
i. আহত স্থানটি ফুলে ওঠে  
ii. আহত স্থানে কালশিরা পড়ে  
iii. আহত স্থানে ব্যথা অনুভব হয়  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii গ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
৬৮. মাংসপেশিতে টান বেশি ধরে- (অনুধাবন)  
i. অ্যাথলেটিকসদের  
ii. সাঁতার প্রতিযোগীদের  
iii. গাড়ি চালকদের  
নিচের কোনটি সঠিক?  
● i ও ii গ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

#### ■ অভিনু তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //

- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৬৯ ও ৭০নং প্রশ্নের উত্তর দাও :  
ব্যায়াম করতে গিয়ে হিমুর হাতের মাংসপেশিতে টান লেগেছিল। মাত্র কয়েক ঘণ্টার ব্যবধানে হাতের কজি অনেক ফুলে গেছে। কশু তুহিন বলল- তুমি আজ বিশ্রাম নাও এবং আহত স্থানে বরফ লাগাও। আর যদি সম্ভব হয় বোরিক এসিড পানিতে মিশিয়ে কমপ্রেস প্রয়োগ করতে পার।
৬৯. হিমু কতবর্ণ পর হাতে বোরিক এসিডে মিশ্রিত পানি কমপ্রেস করতে পারবে? (জ্ঞান)  
ক) ৬ ঘণ্টা গ) ১২ ঘণ্টা ● ২৪ ঘণ্টা ঘ) ৩০ ঘণ্টা
৭০. উক্ত দুর্ঘটনার প্রাথমিক প্রতিবিধান নিতে হিমুর যা করণীয়- (উচ্চতর দরতা)  
i. বিশ্রাম নিবে  
ii. বরফ লাগাবে  
iii. সালফিউরিক এসিড মিশ্রিত পানি লাগাবে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
● i ও ii গ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

#### পাঠ-৪ : সন্ধিচ্যুতি, মচকানো ও হাড়ভাঙা এবং লিগামেন্ট ছিঁড়ে যাওয়া

- সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //
৭১. শরীরের একটি অস্থি/হাড় অন্য হাড়ের সাথে যেখানে মিলিত হয়েছেন ঐ স্থানকে কী বলে? (জ্ঞান)  
● সন্ধিস্থান গ) সন্ধিচ্যুতি গ) লিগামেন্ট ঘ) মাসলপুল
৭২. সন্ধির স্থান থেকে হাড়ের বিচ্যুতি ঘটলে তাকে কী বলে? (জ্ঞান)  
ক) বিচ্যুতি ● সন্ধিচ্যুতি গ) লিগামেন্ট ঘ) ফ্রাকচার
৭৩. সন্ধিচ্যুতির লবণ কোনটি? (অনুধাবন) [সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়, রংপুর]  
● স্থানটি ফুলে যাওয়া গ) রক্তজমাট বেঁধে যাওয়া  
গ) কালশিটে পড়ে যাওয়া ঘ) পেশিতে টান ধরা
৭৪. সন্ধিচ্যুতির প্রাথমিক প্রতিবিধান কোনটি? (অনুধাবন)  
ক) ম্যাসেজ করা গ) মলম লাগানো  
● বরফ লাগানো ঘ) অস্ত্রোপচার করা
৭৫. সন্ধিচ্যুতি কোন স্থানে ঘটতে পারে? (জ্ঞান)



- ক) পিষ্ট বত ● ছিন্নভিন্ন বত  
গ) বিদ্য বত ঘ) কর্তনজনিত বত
১০১. তরকারি কাটার সময় জোবেদা খাতুনের হাত ঝুঁটি দ্বারা কেটে যায় এবং অবিরাম রক্তপাত শুরু হয়। এটা কোন ধরনের বত? (প্রয়োগ)  
ক) পিষ্ট বত খ) বিদ্য বত  
● কর্তনজনিত বত ঘ) ছিন্নভিন্ন বত
১০২. শাক্সিা তার গৃহের সমস্ত কাজ নিজ হাতে করে। তার দেহে কীভাবে কর্তনজনিত বত সৃষ্টি হতে পারে? (প্রয়োগ)  
ক) গুলির আঘাতে খ) মেশিন খেঁতলালে  
গ) তারকাটা বিদ্য হয়ে ● ছুরি দ্বারা কেটে
১০৩. কোন ধরনের বত গভীর হয়? (জ্ঞান)  
ক) পিষ্ট বত খ) ছিন্নভিন্ন বত  
● বিদ্য বত ঘ) কর্তনজনিত বত
১০৪. জামা সেলাই করার সময় সূচের আঘাতে মোহনার হাতের আঙ্গুলে গভীর বতের সৃষ্টি হয়। এটা কোন ধরনের বত? (প্রয়োগ)  
ক) পিষ্ট বত ● বিদ্য বত  
গ) কর্তনজনিত বত ঘ) ছিন্নভিন্ন বত
১০৫. বতস্থানকে হার্ট লেভেল বা হুণ্ডপিডের সমতার ওপর রাখা উচিত কেন? (উচ্চতর দরতা)  
● রক্ত চলাচল কমানোর জন্য  
খ) শ্বাস-প্রশ্বাস স্বাভাবিক রাখার জন্য  
গ) বতস্থানকে আরামদায়ক করার জন্য  
ঘ) বতস্থানের অপরিষ্কার রক্ত বের করার জন্য
১০৬. বতস্থান কী দিয়ে পরিষ্কার করতে হয়? (জ্ঞান)  
ক) গরম পানি খ) বোরিক এসিড  
গ) সালফিউরিক এসিড ● এস্টিসেপটিক পদার্থ
১০৭. বতের প্রাথমিক প্রতিবিধানে কোনটি করা অনুচিত? (উচ্চতর দরতা)  
● জমাট রক্ত সরানোর চেষ্টা খ) বতস্থানে বরফ দেয়া  
গ) বতস্থানে ডেটল দেয়া ঘ) ব্যাভেজ করা
১০৮. Taxoid Injection দেয়া হয় কেন? (অনুধাবন)  
ক) ব্যাখা নিবারণের জন্য  
● ইনফেকশন এড়ানোর জন্য  
গ) বতের চিহ্ন নিবারণের জন্য  
ঘ) তৎবগাৎ রক্তের প্রবাহ বন্ধের জন্য
১০৯. বিদ্যুৎ সৃষ্ট রোগীর বেত্রে একজন প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর প্রথম করণীয় কী হবে? (উচ্চতর দরতা)  
ক) শকের স্থানটিতে বরফ গলানো  
খ) শকের স্থানে জমাট রক্ত সরানো  
গ) শকের স্থানটিতে ব্যাভেজ বাঁধা  
● শ্বাস-প্রশ্বাস ক্রিয়া চালু করা
- বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর----- //
১১০. পিষ্ট বতের বেত্রে- (অনুধাবন)  
i. দৃশ্যমান রক্তপাত হয়  
ii. অস্তঃস্থ ক্যাপিলারি বতিগ্রস্ত হয়  
iii. চামড়ার কোনো বতি হয় না  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii খ) i ও iii ● ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
১১১. ছিন্নভিন্ন বত সৃষ্টি হয়- (অনুধাবন)  
i. মেশিনে খেঁতলালে  
ii. গোলাগুলির আঘাতে  
iii. জলতু জানোয়ারের আক্রমণে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
১১২. শামীমার হাতে কর্তনজাতীয় বত সৃষ্টি হতে পারে- (প্রয়োগ)  
i. সূচ বিদ্য হয়ে  
ii. ঝুঁটি দ্বারা কেটে  
iii. ভাঙা কাচ দ্বারা কেটে  
নিচের কোনটি সঠিক?

- ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
১১৩. কর্তনজনিত বতের বৈশিষ্ট্য হলো- (অনুধাবন)  
i. চামড়ার কোনো বতি হয় না  
ii. ত্বক ও রক্তনালি মসৃণভাবে কেটে যায়  
iii. অবিরামভাবে রক্তপাত হয়  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii খ) i ও iii ● ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
১১৪. বিদ্যবতের বেত্রে- (অনুধাবন)  
i. বতটা গভীর হয়  
ii. বতের মুখের পরিসর বড় হয়  
iii. রক্তপাত হতে পারে আবার নাও হতে পারে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii ● i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
১১৫. সোহান খালি পায়ে সারা বাড়ি হেঁটে বেড়ায়। তার পায়ে বিদ্য বত সৃষ্টি হতে পারে- (প্রয়োগ)  
i. সূচ দ্বারা  
ii. পেরেক দ্বারা  
iii. ভাঙা কাচ দ্বারা  
নিচের কোনটি সঠিক?  
● i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
১১৬. আজিজ মাঠে খেলতে গিয়ে ভাঙা কাচে পা কেটে ফেলে এবং সেখান থেকে অবিরামভাবে রক্ত পড়তে থাকে। আজিজের বতের প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে- (প্রয়োগ)  
i. তাকে নিষ্ফলভাবে শুইয়ে দিতে হবে  
ii. বতস্থান এস্টিসেপটিক দিয়ে পরিষ্কার করতে হবে  
iii. বতস্থানের জমাট বাঁধা রক্ত সরানোর চেষ্টা করতে হবে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
● i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii
১১৭. একজন রোগীর বতে চিকিৎসা করতে গেলে নিশ্চিত হতে হবে- (অনুধাবন) [মতিঝিল মডেল স্কুল অ্যান্ড কলেজ, ঢাকা]  
i. কীভাবে কেটেছে  
ii. কোন পর্যায়ে পড়ে কেটেছে  
iii. পিষ্টবত না বিদ্যবত  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
১১৮. রিয়ান খেলতে গিয়ে ভাঙা কাচে পা কেটে ফেলেছে। তার বত চিকিৎসা করার সময় প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী হিসেবে শাহিনুর- (প্রয়োগ)  
i. বতস্থান পরিষ্কারভাবে ড্রেসিংয়ের ব্যবস্থা করবে  
ii. বতস্থান থেকে রক্তবরণ হতে থাকলে তা বন্ধ করবে  
iii. সেপটিক যাতে না হয় সেদিকে লব রাখবে  
নিচের কোনটি সঠিক?  
ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii
- অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর----- //
- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১১৯ ও ১২০ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :  
তিন বছর বয়সী রাহি বাড়ির উঠানে খেলা করছিল। হঠাৎ একটি কুকুর এসে তার পায়ে কামড় দিলে সেখান থেকে প্রচুর রক্তপাত হতে থাকে। বাড়ি থেকে হাসপাতালের দূরত্ব বেশি বলে রাহির বাবা প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে রাহির কষ্ট কিছুটা লাঘব করেন। তারপর তাকে নিয়ে হাসপাতালে যান।
১১৯. রাহির পায়ে কোন ধরনের বত সৃষ্টি হয়েছিল? (প্রয়োগ)  
ক) পিষ্ট বত খ) বিদ্য বত  
গ) কর্তনজনিত বত ● ছিন্নভিন্ন বত
১২০. প্রাথমিক প্রতিবিধানে রাহিকে কোনটি থেকে বিরত রাখা আবশ্যিক? (উচ্চতর দরতা)  
ক) ব্যাভেজ বাঁধা  
● উত্তেজক দ্রব্য পান  
গ) জীবাণুমুক্ত প্যাড ব্যবহার  
ঘ) এস্টিসেপটিক পদার্থ দিয়ে বত পরিষ্কার

**পাঠ-৬ : নাক দিয়ে রক্ত পড়া, পানিতে ডুবে যাওয়া, উদ্ধার পদ্ধতি ও কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস প্রদান**

■ সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //

১২১. কোন খেলায় নাক দিয়ে রক্ত পড়ার দুর্ঘটনাটি বেশি ঘটে? (জ্ঞান)  
 ক) হকি খ) ফুটবল ● বক্সিং ঘ) ক্রিকেট
১২২. নাক দিয়ে রক্ত পড়ার সময় জমাট বাঁধা রক্ত সরালে কোনটি ঘটে? (অনুধাবন) [চুয়াডাঙ্গা সরকারি উচ্চ বিদ্যালয়]  
 ক) রক্ত পড়া বন্ধ হয় খ) রক্ত কম বের হয়  
 ● রক্ত বেশি বের হয় ঘ) শ্বাস নিতে কষ্ট হয়
১২৩. নাক দিয়ে রক্ত পড়া দ্রুত বন্ধ করতে কী করা প্রয়োজন? (অনুধাবন)  
 ক) ইটা-চলা করা খ) নাক বন্ধ রাখা  
 ● উপড় হয়ে শুষে থাকা ঘ) মুখ পিছনে হেলিয়ে চলা
১২৪. নাক দিয়ে রক্ত পড়া দ্রুত বন্ধ করতে কোন পদ্ধতিটি অধিক কার্যকর? (উচ্চতর দরতা)  
 ক) নাক দিয়ে নিঃশ্বাস নেওয়া ● নাক হাল্কা চেপে ধরা  
 গ) জমাট রক্ত সরিয়ে ফেলা ঘ) গরম পানি দিয়ে ধোয়া
১২৫. সাঁতার না জানা ব্যক্তি পানিতে পড়ে গেলে করণীয় কোনটি? (উচ্চতর দরতা)  
 ক) এলাকার লোকজন ডাকা  
 ● ভাসমান কোনোকিছু পানিতে ছোড়া  
 গ) পরিবারের লোকজনকে দৌড়ে গিয়ে বলা  
 ঘ) ভারী কোনো জিনিস পানিতে ছোড়া
১২৬. ডুবে যাওয়া শিশুকে পানি থেকে তুলে কী করতে হয়? (অনুধাবন)  
 ক) চুল ধরে উঁচু করতে হয়  
 ● পিঠে হাল্কা চাপ দিতে হয়  
 গ) মাথা উপরের দিকে রাখতে হয়  
 ঘ) ভেজা কাপড় গায়ে জড়াতে হয়
১২৭. বয়স্ক লোক পানিতে ডুবে গেলে প্রথমে কী করণীয়? (উচ্চতর দরতা)  
 ক) ভেজা কাপড় খোলা  
 ● কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাসের ব্যবস্থা করা  
 গ) পায়ের গোড়ালি উঁচু করে ধরা  
 ঘ) রোগীর গলামুখ পরিষ্কার করা
১২৮. ফুসফুস ছোট হওয়ার সাথে সাথে বেরিয়ে যাওয়াকে কী বলে? (জ্ঞান)  
 ক) শ্বাস ● নিঃশ্বাস গ) শ্বাস-প্রশ্বাস ঘ) নিঃসরণ
১২৯. ডুবে যাওয়া রোগীকে হাত দ্বারা চাপ দিয়ে ফুসফুস বড় করলে বাতাস প্রবেশ করে, একে কী বলে? (জ্ঞান) [বাগেরহাট সরকারি উচ্চ বিদ্যালয়]  
 ক) নিঃশ্বাস খ) শ্বাস  
 ● প্রশ্বাস ঘ) অক্সিজেন গ্রহণ
১৩০. সেফার পদ্ধতিতে চাপ দেয়া ও ছাড়ার কাজটি কত সেকেন্ডের মধ্যে করতে হবে? (জ্ঞান)  
 ক) ৩ সেকেন্ড খ) ৪ সেকেন্ড ● ৫ সেকেন্ড ঘ) ৬ সেকেন্ড
১৩১. পানি হতে উদ্ধার করা রোগীর পেটের পানি বের করার জন্য প্রথমে চিৎ করে শোয়াতে হয় কোন পদ্ধতিতে? (জ্ঞান)  
 ক) সেফার পদ্ধতিতে খ) পিঠে চাপ পদ্ধতিতে  
 গ) মুখে মুখ পদ্ধতিতে ● সিলভেস্টার পদ্ধতিতে
১৩২. পেট থেকে পানি বের করার জন্য সিলভেস্টার পদ্ধতিতে রোগীকে চিৎ করে শুইয়ে রোগীর মাথার নিচে কী দিতে হয়? (জ্ঞান)  
 ক) ইট ● বালিশ গ) নরম সোফা ঘ) কাঠের টুকরা
১৩৩. সাঁতার না জানা আরিফ পানিতে পড়ে গেলে তার বন্ধু তাকে উদ্ধার করে চিৎ করে শোনানো অবস্থায় আরিফের কনুই দুটি বুকের দু'পাশে রেখে চাপ দিতে লাগলো স্বাভাবিক শ্বাসপ্রশ্বাসের জন্য। এবেত্রে আরিফের শ্বাস পড়ছে কিনা তা বোঝার উপায় কী হবে? (উচ্চতর দরতা)  
 ● নাকের কাছে এক টুকরা কাগজ ধরা  
 খ) নাকের কাছে এক টুকরা মোটা কাপড় ধরা  
 গ) নাকের কাছে হাত রাখা  
 ঘ) হৃৎপিণ্ডের দিকে তাকানো

১৩৪. কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়ার কোন পদ্ধতিতে রোগীর বাহু দুইটি ওঠানামা করতে হয়? (জ্ঞান)  
 ক) সেফার খ) মুখে মুখে  
 গ) সিলভেস্টার ● হোলজার নেলসন

১৩৫. হোলজার নেলসন পদ্ধতিতে রোগীকে কীভাবে শোয়াতে হয়? (জ্ঞান)  
 [বাগেরহাট সরকারি উচ্চ বিদ্যালয়]  
 ক) চিৎ করে ● উপড় করে  
 গ) আড়াআড়ি করে ঘ) শুধু মুখমণ্ডল উপড় করে

১৩৬. হোলজার নেলসন পদ্ধতিতে রোগীকে চাপ দিয়ে প্রতি মিনিটে কতবার শ্বাসপ্রশ্বাস দেয়া যায়? (জ্ঞান)  
 ক) ৮/৯ খ) ৯/১০ ● ১০/১২ ঘ) ১১/১৫

১৩৭. কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাসের সবচেয়ে সহজ পদ্ধতি কোনটি? (জ্ঞান)  
 ক) সেফার পদ্ধতি খ) সিলভেস্টার পদ্ধতি  
 গ) হোলজার নেলসন পদ্ধতি ● মুখে মুখে পদ্ধতি

১৩৮. কোন পদ্ধতিতে সহজেই ফুসফুসে বাতাস ঢোকানো যায়? (জ্ঞান)  
 ক) সেফার পদ্ধতিতে খ) সিলভেস্টার পদ্ধতিতে  
 গ) হোলজার নেলসন পদ্ধতিতে ● মুখে মুখ পদ্ধতিতে

১৩৯. মুখে মুখে কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাসের পদ্ধতির মধ্যে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে কোনটি? (জ্ঞান)  
 ● নৈতিকতা খ) সামাজিকতা  
 গ) ব্যক্তিত্ব ঘ) বেত্র বিশেষে অবস্থা

■ বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর ----- //

১৪০. কারও নাক দিয়ে রক্ত পড়লে তাকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে প্রতিবিধানকারীর যা করণীয়- (উচ্চতর দরতা)  
 i. নাক হালকাভাবে চেপে ধরা ii. মুখ দিয়ে নিঃশ্বাস নিতে বলা  
 iii. জমাট বাঁধা রক্ত সরানো

- নিচের কোনটি সঠিক?  
 ● i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

১৪১. সিঁড়ি দিয়ে নামার সময় আশিক হঠাৎ করে পা পিছলে পড়ে গেলে নাক দিয়ে রক্ত পড়া শুরু হয়। তার নাক দিয়ে রক্ত পড়া বন্ধ করতে- (প্রয়োগ)  
 i. নাকে ঠাণ্ডা পানি লাগাতে হবে  
 ii. নাকে বরফ লাগাতে হবে  
 iii. নাকে তুলা চেপে ধরতে হবে

- নিচের কোনটি সঠিক?  
 ● i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

১৪২. ডুবে যাওয়া শিশুর গিলে খাওয়া পানি বের করতে হলে- (অনুধাবন)  
 i. পায়ের গোড়ালি উঁচু করে ধরতে হবে  
 ii. মাথা নিচের দিকে করতে হবে  
 iii. পিঠে হালকা চাপ দিতে হবে

- নিচের কোনটি সঠিক?  
 ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ● i, ii ও iii

১৪৩. সাঁতার না জানার কারণে নৌকাডুবিতে রজব আলী পানিতে ডুবে যায়। তার গিলে খাওয়া পানি বের করতে- (প্রয়োগ)  
 i. গলা মুখ পরিষ্কার করতে হবে  
 ii. ভেজা কাপড় খুলে ফেলতে হবে  
 iii. পায়ের গোড়ালি উঁচু করে ধরতে হবে

- নিচের কোনটি সঠিক?  
 ● i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

১৪৪. ডুবে যাওয়া রোগীকে শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়া যায়- (অনুধাবন)  
 [চুয়াডাঙ্গা সরকারি উচ্চ বিদ্যালয়]  
 i. হাত দ্বারা চাপ দিয়ে  
 ii. যন্ত্রের সাহায্যে  
 iii. বাতাসপ্রবণ এলাকায় শুইয়ে রেখে

- নিচের কোনটি সঠিক?  
 ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii



- i ও ii    ৩) i ও iii    ৪) ii ও iii    ৫) i, ii ও iii
১৪৫. সেফার পদ্ধতিতে রোগীকে শ্বাসপ্রশ্বাস দিতে— (অনুধাবন)
- রোগীকে উপুড় করে শোয়াতে হবে
  - রোগীর মুখ কাপড় দিয়ে চেপে ধরতে হবে
  - রোগীর দুই হাত মাথার দুই পাশে ছড়িয়ে রাখতে হবে
- নিচের কোনটি সঠিক?
১৪৬. পানিতে ডুবে যাওয়া রোগীকে কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস দিতে প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীরা প্রায়ই হোলজার নেলসন পদ্ধতি ব্যবহার করে। এই পদ্ধতিতে শ্বাস-প্রশ্বাস দিতে প্রতিবিধানকারীর ভূমিকা হলো— (উচ্চতর দরতা)
- রোগীকে প্রথম উপুড় করে শোয়ায়
  - নিজে রোগীর মাথার কাছে হাঁটু গেড়ে বসে
  - রোগীর পিঠে নির্দিষ্ট নিয়মে চাপ দিতে থাকে
- নিচের কোনটি সঠিক?
১৪৭. কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়ার মুখে মুখ পদ্ধতিটি— (অনুধাবন)
- সবচেয়ে সহজ পদ্ধতি
  - অল্পবয়স্করাও ব্যবহার করতে পারে
  - নৈতিকতার দিক দিয়ে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে
- নিচের কোনটি সঠিক?

- ৬) i ও ii    ৭) ii ও iii    ৮) i, ii ও iii
- অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর -----//
- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১৪৮ ও ১৪৯ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
- রায়হানের ভাই পানিতে ডুবে গেলে সে দ্রুত তার ভাইকে উপরে তুলে মুখে ঠোট লাগিয়ে কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাসের মাধ্যমে ফুসফুসে বাতাস ঢোকাতে চেষ্টা করে। কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাসের এই পদ্ধতি খুবই সহজ এবং পরিশ্রম কম।
১৪৮. রায়হানের কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়ার কারণ কী? (প্রয়োগ)
- রোগীকে পানি দেওয়া
  - রোগীর ক্ষুধা নিবারণ করা
  - রোগীকে জাগিয়ে তোলা
  - রোগীর ফুসফুসে অক্সিজেন ঢোকানো
১৪৯. রায়হানের ব্যবহৃত এই পদ্ধতিটি প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে— (উচ্চতর দরতা)
- নৈতিক দিক দিয়ে
  - সামাজিক দিক দিয়ে
  - পারিবারিক দিক দিয়ে
- নিচের কোনটি সঠিক?
- ৬) i ও ii    ৭) ii ও iii    ৮) i, ii ও iii

## অতিরিক্ত সৃজনশীল প্রশ্ন ও উত্তর

### প্রশ্ন-১ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

দশম শ্রেণির ছাত্র রকিবুল একজন স্কাউট। ক্যাম্পিংয়ের সময় সে নানা দুর্ঘটনার প্রাথমিক প্রতিবিধানের উপর প্রশিক্ষণ নিয়েছে। তার একটি ফার্স্ট এইড বক্স রয়েছে। বক্সটি সে সবসময় স্কুল ব্যাগে রাখে। একদিন স্কুলে যাওয়ার পথে সে রাস্তার পাশে একজন আহত ব্যক্তিকে পড়ে থাকতে দেখে। সে তৎবর্ণে তাকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে কিছুটা সুস্থ করে তুলে দ্রুত হাসপাতালে নিয়ে যায়। [পাঠ-১ ও ২]

- ক. প্রতিবিধানকারী রোগীর নিকটস্থ লোকদের কী দিবেন? ১
- খ. প্রাথমিক প্রতিবিধানের উদ্দেশ্য লেখ। ২
- গ. রকিবুলের স্কুল ব্যাগে থাকা বক্সে কী কী আছে? ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. দুর্ঘটনায় আহত ব্যক্তির সাহায্যার্থে রকিবুলের প্রাথমিক প্রতিবিধান পদ্ধতিটি বিশ্লেষণ কর। ৪

### ▶ ১নং প্রশ্নের উত্তর ▶

- ক. প্রতিবিধানকারী রোগীর নিকটস্থ লোকদের উপস্থিত কর্তব্য সম্বন্ধে সঠিক উপদেশ বা নির্দেশ দিবেন।
- খ. রোগীকে পুরো চিকিৎসা দিয়ে সুস্থ করে তোলা প্রাথমিক প্রতিবিধানের উদ্দেশ্য নয়। কারণ প্রতিবিধানকারী চিকিৎসক নন। ডাক্তার আসার আগ পর্যন্ত বা হাসপাতালে স্থানান্তর করার আগ পর্যন্ত অসুস্থ ব্যক্তির প্রাণ রক্ষা করা, সুস্থ করার পথ সুগম করা এবং রোগীর অবস্থা যেন আরও খারাপ না হয় সেদিকে লব রেখে জীবনরক্ষার ভার নেওয়াই হলো প্রাথমিক প্রতিবিধানের উদ্দেশ্য।
- গ. প্রাথমিক প্রতিবিধানে প্রশিক্ষণ নেয়া রকিবুলের স্কুল ব্যাগে সব সময় একটি ফার্স্ট এইড বক্স থাকে। এটি একটি জীবনরক্ষাকারী উপাদান। তাই ফার্স্ট এইড বক্সে জীবনরক্ষার প্রয়োজনীয় সকল উপাদানই থাকা প্রয়োজন। হঠাৎ দুর্ঘটনায় আহত বা অসুস্থ হওয়া ব্যক্তিকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে রকিবুলের ফার্স্ট এইড বক্সে নিম্নোক্ত উপকরণসমূহ রয়েছে—
- জীবাণুমুক্ত তুলা বা গজ
  - লিট
  - একটি চিমটা
  - সেফটিপিন

- স্প্রিট
- প্যাড-ফ্লাট প্যাড ও রিং প্যাড
- কাঁচি
- ত্রিকোণ ও রোলার ব্যান্ডেজ
- ডেটল
- আয়োডিন
- বেনজিন
- বেরড, সেলাই করার সুচ
- স্পিরিট
- লিউকো পরাস্টার
- আই প্যাড
- একটি টিউব বারনল
- একটি ওয়শ্‌থের ট্রে
- একটি সিরিঞ্জ

ঘ. উদ্দীপকে রকিবুল একজন প্রাথমিক বিধানকারী। স্কাউট সদস্য হিসেবে সে ক্যাম্পিং-এ নানা ধরনের দুর্ঘটনার প্রাথমিক প্রতিবিধানের উপর প্রশিক্ষণ নিয়েছিল। তার স্কুল ব্যাগে সবসময় একটি ফার্স্ট এইড বক্স থাকে। একদিন স্কুলে যাওয়ার পথে রাস্তার পাশে একজন আহত ব্যক্তিকে দেখে সে তাকে তাৎবর্ণিকভাবে প্রাথমিক চিকিৎসা দিয়ে কিছুটা সুস্থ করে তোলে। উক্ত ব্যক্তির সাহায্যার্থে রকিবুলের প্রাথমিক প্রতিবিধান পদ্ধতিটি নিচে বিশ্লেষণ করা হলো:

- দ্রুত অথচ ঠান্ডা মাথায় আগের কাজ আগে ও পরের কাজ পরে করতে হবে।
- রোগীকে ঘটনাস্থল থেকে নিরাপদ আশ্রয়ে নিতে হবে।
- রোগীর জ্ঞান আছে কিনা দেখতে হবে।
- শ্বাসপ্রশ্বাসের বিঘ্ন দেখা দিলে কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাসের ব্যবস্থা করতে হবে।
- রক্তবরণ থাকলে তৎবর্ণে বন্ধ করার চেষ্টা করতে হবে।
- শক দেখা দিলে তার প্রতিবিধান আগে করতে হবে।
- নাড়ির গতির প্রতি লব রাখতে হবে।
- রোগীর জ্ঞান না থাকলে কাপড়চোপড় আলগা করে দিতে হবে।
- রোগী ও তার সাথী বা সবাইকে আশ্বাস ও সাহস দিতে হবে।
- দর্শক যেন বেশি ভিড় করতে না পারে, তার ব্যবস্থা করতে হবে।
- পর্যাপ্ত আলো-বাতাসের ব্যবস্থা করতে হবে।

১২. চোখের তারা অস্বাভাবিক কিনা, মুখ বিবর্ণ কিনা, মাথায় আঘাত আছে কিনা এবং রোগীকে উত্তাপ দিতে হবে কিনা এসবের দিকে লব রাখতে হবে।

১৩. যতশীঘ্র ডাক্তারের নিকট হাসপাতালে পাঠানোর ব্যবস্থা করতে হবে।

### প্রশ্ন -২▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

রকি ও রনো নিয়মিত ফুটবল খেলে। একদিন রকির বৃকে দ্রবত গতিতে বল এসে লাগলে সে মাটিতে পড়ে যায়। এ অবস্থায় রনো রকিকে প্রাথমিক প্রতিবিধান প্রদানের জন্য সকলকে সাহায্য করতে বলল। রনো ও তার বন্ধুরা রকিকে নিরাপদ স্থানে নিয়ে গেল। তাছাড়া প্রাথমিক প্রতিবিধানের অন্য বিষয়গুলো রনো যথাযথভাবে অনুসরণ করল। প্রাথমিক প্রতিবিধানের পদ্ধতি যথাযথভাবে অনুসরণের ফলে রকি একটু পরেই স্বাভাবিকভাবে চলাফেরা করতে শুরু করল। [পাঠ-১ ও ৩]

[রংপুর জিলা স্কুল, রংপুর।]

- ক. চিকিৎসাশাস্ত্রের প্রাথমিক বিধান কোনটি? ১  
খ. ফুলে যাওয়া স্থানের প্রাথমিক প্রতিবিধান লিখ। ২  
গ. রনো কীভাবে রকিকে প্রাথমিক প্রতিবিধান প্রদান করেছে? বর্ণনা কর। ৩  
ঘ. রনোর প্রাথমিক প্রতিবিধান প্রদানের তাৎপর্য বিশ্লেষণ কর। ৪

### ▶▶ ২নং প্রশ্নের উত্তর ▶▶

- ক. চিকিৎসাশাস্ত্রের প্রাথমিক বিধান হলো প্রাথমিক প্রতিবিধান।  
খ. ফুটবল খেলার সময় বুটের আঘাতে, বক্সিং খেলার সময় মুষ্টির আঘাতে বা পড়ে গিয়ে আঘাত লেগে শরীরের কোনে স্থান ফুলে যেতে পারে। এবেত্রে প্রাথমিক প্রতিবিধান হিসেবে প্রথমে ঐ স্থানটিতে বরফ লাগাতে হবে। কিছুবর্ণ বরফ লাগালে ফেলা আস্তে আস্তে কমে যাবে। এর পরেও যদি ব্যথা থাকে তাহলে ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে।  
গ. ফুটবল খেলার সময় বলের আঘাতে রকি মাটিতে শুয়ে পড়ে। তখন তাকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে প্রতিবিধানকারী হিসেবে তার বন্ধু রনো এগিয়ে আসে। সে তার অন্য বন্ধুদের সহায়তায় রকিকে মাঠের মাঝখান থেকে আলো-বাতাসপূর্ণ নিরাপদ স্থানে নিয়ে আসে। তারপর তার জ্ঞান আছে কিনা তা পরীবা করে দেখে। রকির মাথায় ঠান্ডা পানি ঢালে। তার নাড়ির গতি-প্রকৃতি ভালো করে লব করে। এভাবে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে রনো রকিকে সুস্থ করে তুলেছে।  
ঘ. রনো প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে রকিকে দ্রবত সুস্থ করে তুলেছে। প্রাথমিক প্রতিবিধান হলো দুর্ঘটনায় আহত বা অসুস্থ হওয়া কোনো ব্যক্তিকে ডাক্তারের কাছে পাঠানোর পূর্বে রোগীর প্রাণরবা করা, সুস্থ করার পথ সুগম করা এবং রোগীর অবস্থা যাতে আরও খারাপ না হয় সেজন্য প্রাথমিক চিকিৎসা প্রদান করা। জীবন সর্বদাই অনিশ্চিত। তাই যে কোনো ব্যক্তি দুর্ঘটনার শিকার হতে পারে। দুর্ঘটনায় রোগীর যাতে বড় ধরনের কোনো বতি না হতে পারে তার জন্য প্রাথমিক প্রতিবিধান দেওয়া হয়। উদ্দীপকে ফুটবল খেলার মাঠে ফুটবলের আঘাতে রকি অসুস্থ হয়ে পড়ে। তখন রনো তার বন্ধুদের নিয়ে রকিকে নিরাপদ স্থানে সরিয়ে এনে প্রাথমিক প্রতিবিধান দেয়। রনোর সূচু ও তাৎবণিক প্রতিবিধানের কারণে রকি সুস্থ হয়ে ওঠে। তাই বলা যায়, রনোর প্রাথমিক প্রতিবিধানের তাৎপর্য অপরিসীম।

### প্রশ্ন -৩▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

হারবন ও মামুন নিয়মিত তাদের স্কুলমাঠে খেলাধুলা করে। একদিন টিফিনের সময় ফুটবল খেলতে গিয়ে হারবন পড়ে গিয়ে প্রচণ্ড ব্যথা

পায়। তার হাঁটুর চামড়া ছড়ে যায়। মামুন দ্রবত স্কুলের কমনরবম থেকে FIRST AID বক্সটি নিয়ে আসে এবং হারবনের প্রাথমিক প্রতিবিধানের ব্যবস্থা করে। [পাঠ-১, ২ ও ৩]

- ক. প্রাথমিক প্রতিবিধান কিসের বিভাগ? ১  
খ. খেলাধুলা করার সময় দুর্ঘটনা এড়ানোর জন্য তিনটি পন্থা লেখ। ২  
গ. মামুন কীভাবে হারবনের প্রাথমিক প্রতিবিধান করবে? বর্ণনা কর। ৩  
ঘ. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী হিসেবে মামুনের কী কী গুণ থাকা প্রয়োজন তা বিশ্লেষণ কর। ৪

### ▶▶ ৩নং প্রশ্নের উত্তর ▶▶

- ক. প্রাথমিক প্রতিবিধান হলো চিকিৎসা শাস্ত্রের অন্তর্গত একটি প্রাথমিক বিভাগ।  
খ. খেলাধুলা করার সময় দুর্ঘটনা এড়ানোর তিনটি পন্থা নিম্ন প :  
১. খেলাধুলা ও ব্যায়াম করার পূর্বে শরীর ভালোভাবে গরম করে খেলার উপযোগী করে নেওয়া।  
২. ব্যায়াম করার সময় নিজের উচ্চতা ও ওজন অনুসারে সজী বেছে নেওয়া।  
৩. পিচ্ছিল, ভেজা ও ইট- পাটকেলযুক্ত মাঠে খেলা না করা।  
গ. হারবন ফুটবল খেলতে গিয়ে পড়ে গিয়ে তার হাঁটুতে প্রচণ্ড ব্যথা পেয়েছে এবং মামুন তার প্রাথমিক প্রতিবিধানের জন্য এগিয়ে এসেছে। এইবেত্রে প্রাথমিক প্রতিবিধানের জন্য কিছু প্রয়োজনীয় পদবেপ নিতে হবে। এই প্রয়োজনীয় পদবেপগুলো হচ্ছে :  
১. ঐতলানো জায়গায় ঠান্ডা পানি বা বরফ লাগাতে হবে।  
২. পরিষ্কার তোয়ালে বা কাপড় ঠান্ডা পানিতে ভিজিয়ে আঘাতপ্রাপ্ত স্থানে বৈধে রাখতে হবে। শুকিয়ে গেলে পুনরায় ভিজিয়ে দিতে হবে।  
৩. রক্ত বের হলে তা বন্ধ করার ব্যবস্থা করতে হবে।  
৪. জীবাণুমুক্ত তুলা দিয়ে জমাট রক্ত মুছে মলম লাগাতে হবে।  
৫. প্রয়োজন হলে ডাক্তারের কাছে পাঠাতে হবে।  
ঘ. দুর্ঘটনায় আহত রোগীকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দেওয়ার উদ্দেশ্য হলো ডাক্তার আসার আগ পর্যন্ত অসুস্থ রোগীর প্রাণ রবা করা, সুস্থ হওয়ার পথ সুগম করা, রোগীর অবস্থা যাতে আরও খারাপ না হয় তার ব্যবস্থা করা। আর এসব কাজ সূচুভাবে করার জন্য প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর বিশেষ কিছু গুণ থাকা আবশ্যিক, যা মামুনের মধ্যেও থাকা প্রয়োজন। নিচে সেই গুণগুলো বর্ণনা করা হলো :  
১. **পর্যবেষণ জ্ঞানসম্পন্ন** : প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী রোগীর আঘাতের কারণ ও চিহ্ন সহজেই পর্যবেষণ করতে পারে।  
২. **বিচরণতা** : প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী কোনো অপ্রয়োজনীয় কাজ না করে সহজে রোগীর লবণগুলো দেখে আহত জায়গা সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারে। দ্রবত প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ ও সবার বিশ্বাসভাজন হতে পারে।  
৩. **অভিজ্ঞতাপূর্ণ** : প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী হাতের কাছে যে জিনিস পাবে, তা দিয়েই সে প্রতিবিধানের কাজ চালাতে পারে সেরকম অভিজ্ঞ হতে হবে। তবে মনে রাখতে হবে, যতটুকু বতি হয়েছে তার চেয়ে যেন বেশি না হয়।  
৪. **কর্মদবতা** : প্রতিবিধানকারী অযথা রোগীকে যেন কষ্ট না দেয়। অভিজ্ঞতার আলোকে অত্যন্ত সহজ ও নিপুণভাবে কাজটি সম্পন্ন করবে।

৫. **সঠিক উপদেশদাতা** : প্রতিবিধানকারীকে ও তার নিকটস্থ লোকদেরকে উপস্থিত কর্তব্য সম্বন্ধে সঠিক উপদেশ বা নির্দেশ দিবেন।
৬. **সঠিক সিদ্ধান্ত** : প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীও আঘাতের গুরুত্ব-লঘুত্ব বুঝে আগের কাজ আগে ও পরের কাজ পরে করবে।
৭. **আত্মবিশ্বাসী** : প্রতিবিধানকারী প্রথমে অসুবিধা হলেও সে যেন প্রতিবিধানের কাজ আত্মবিশ্বাসের সাথে শেষ করে।
৮. **সহানুভূতি** : প্রতিবিধানকারী রোগীর প্রতি কখনো কঠোর হবে না। রোগী যেন কষ্ট না পায় সেদিকে লব রেখে অন্যদের সাহস দিতে হবে।

#### প্রশ্ন-৪ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

শাহেদ ও সুমন ভালো বন্ধু। তারা প্রতিদিন বিকালে স্কুলের মাঠে খেলা করে। আজও তারা স্কুল ছুটির পর স্কুলের মাঠে ক্রিকেট খেলছিল। কিন্তু বল করার সময় হঠাৎ শাহেদের মাংসপেশিতে টান লাগে। ফলে তার হাঁটতে সমস্যা হয়। সুমন তাকে রিকশায় করে বাড়ি পৌঁছে দেয়। তারপর তাকে বিশ্রাম নিতে এবং আহত স্থানে বরফ লাগাতে বলে চলে আসে। শাহেদ সুমনের নির্দেশ মতো আহত স্থানে প্রথমে বরফ লাগাল এবং ২৪ ঘণ্টা পর গরম পানিতে বরফ এসিড পাউডারের কমপ্রেস প্রয়োগ করল। ফলে শাহেদ দ্রুত সুস্থ হয়ে উঠল। [পাঠ-১, ২ ও ৩]

- ক. কী সম্পর্কে জ্ঞান থাকলে দুর্ঘটনা এড়ানো যায়? ১
- খ. প্রতিবিধানকারী কোন কোন বিষয়ের প্রতি লব রাখবে? ২
- গ. সুমনের মধ্যে প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর কোন গুণটি রয়েছে? ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী হিসেবে শাহেদের কাজটির যথার্থতা মূল্যায়ন কর। ৪

#### ▶ ৪নং প্রশ্নের উত্তর ▶

- ক. দুর্ঘটনার কারণ সম্পর্কে জ্ঞান থাকলে দুর্ঘটনা এড়ানো যায়।
- খ. প্রাথমিক প্রতিবিধান দেওয়ার বেগে প্রতিবিধানকারী নিম্নোক্ত বিষয়ের প্রতি লব রাখবে-
১. রোগীর জ্ঞান আছে কিনা।
  ২. রোগীর নাড়ির গতি স্বাভাবিক কিনা।
  ৩. রোগীর চোখের তারা স্বাভাবিক কিনা।
  ৪. রোগীর মুখ বিবর্ণ কিনা।
  ৫. রোগীর মাথায় আঘাত আছে কিনা।
  ৬. রোগীকে উত্তাপ দিতে হবে কিনা।
- গ. সুমনের মধ্যে প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর সঠিক উপদেশদাতার গুণটি রয়েছে। একজন সফল প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী হওয়ার জন্য একজন ব্যক্তির মধ্যে যেসব গুণ থাকা আবশ্যিক এই গুণটি তার মধ্যে অন্যতম। উদ্দীপকে শাহেদ স্কুলের মাঠে বন্ধুদের সাথে ক্রিকেট খেলছিল। তখন বল করার সময় তার পায়ের মাংসপেশিতে টান লাগে। ফলে সে অসুস্থ হয়ে পড়ে। তার হাঁটতে সমস্যা হয়। তার কষ্ট লাঘব করার জন্য তার বন্ধু সুমন তাকে রিকশায় করে বাড়ি পৌঁছে দেয়। শাহেদের দুর্ঘটনায় সুস্থ এবং সঠিক পদ্ধতিতে তাকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দেওয়া এবং প্রয়োজনীয় উপদেশ দেওয়ার মধ্য দিয়ে সুমনের সঠিক উপদেশদাতার গুণটি প্রকাশ পেয়েছে। তাই বলা যায়, সুমনের মধ্যে প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর সঠিক উপদেশদাতার গুণটি রয়েছে।

ঘ. উদ্দীপকে শাহেদ ক্রিকেট খেলায় বল করতে গেলে তার মাংসপেশিতে টান লাগে এবং সে অসুস্থ হয়ে পড়ে। তার হাঁটতে সমস্যা হয়। তার কষ্ট লাঘব করে তাকে দ্রুত সুস্থ করে তুলতে তার বন্ধু সুমন সঠিক প্রতিবিধানকারী হিসেবে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করেছে। কারণ শাহেদ তার বন্ধু সুমনের উপদেশ অনুযায়ী প্রাথমিক প্রতিবিধানের কাজ হিসেবে আগের কাজ আগে করার সিদ্ধান্ত নিয়ে আহত স্থানে প্রথমে বরফ লাগিয়েছে এবং পরবর্তীতে গরম পানিতে বোরিক এসিড পাউডারের কমপ্রেস প্রয়োগ করার মাধ্যমে দ্রুত সুস্থতা লাভ করতে সক্ষম হয়েছে। তাই বলা যায়, প্রাথমিক প্রতিবিধান হিসেবে শাহেদের কাজটির গুরুত্ব অপরিসীম।

#### প্রশ্ন-৫ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

চার বছর বয়সী জারিফ সারাৰণ ছোট্টাছুটি করে বেড়ায়। আজ সিঁড়ি দিয়ে ওঠার সময় হঠাৎ সে পড়ে যায়। তার পায়ের গোড়ালি ফুলে ওঠে এবং সে ব্যথা বলে চিৎকার করতে শুরু করে। জারিফের চিৎকার শুনে তার বড় ভাই আরিফ ছুটে এসে জারিফের পা পরীবা করে বলে জারিফের সন্ধিচ্যুতি ঘটেছে। সে তাৎক্ষণিক তার রবম থেকে ফার্স্ট এইড বক্সটি নিয়ে এসে জারিফকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দেয়। তারপর তাকে দ্রুত ডাক্তারের কাছে নিয়ে যায়। আরিফের প্রত্যুৎপন্নমতিত্বের কারণেই জারিফ কম বতিগ্রস্ত হলো। [পাঠ-১, ২ ও ৪]

- ক. কোন শব্দটি ভাঙলে প্রাথমিক প্রতিবিধান সহজে বোঝা যায়? ১
- খ. প্রতিবিধানকারীকে কেন সঠিক উপদেশদাতা হতে হয়? ২
- গ. আরিফ কীভাবে জারিফের সন্ধিচ্যুতির বিষয়টি বুঝতে পেরেছে? ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. উদ্দীপকের শেষ বাক্যটির যথার্থতা মূল্যায়ন কর। ৪

#### ▶ ৫নং প্রশ্নের উত্তর ▶

- ক. First Aid শব্দটি ভাঙলে প্রাথমিক প্রতিবিধান সহজে বোঝা যায়।
- খ. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীকে একজন সঠিক উপদেশদাতা হতে হয়। কারণ প্রতিবিধানের সময় আশপাশের লোকদের সঠিকভাবে কর্তব্য সম্বন্ধে না বলতে পারলে সফলভাবে প্রতিবিধান করা যায় না। প্রতিবিধানকারীর পরে রোগীকে সেবা দেয়া আওতার বাইরে হলে কোথায় গেলে রোগী ভালো হবে সে ব্যাপারে প্রয়োজনীয় তথ্য রোগীকে বা রোগীর আত্মীয়দের সরবরাহ করা উচিত। এতে প্রতিবিধানকারীর গুরুত্ব বাড়বে।
- গ. আরিফ জারিফের বতস্থান পর্যবেক্ষণ করে তার সন্ধিচ্যুতির বিষয়টি বুঝতে পেরেছে। সন্ধিচ্যুতি বলতে সন্ধির স্থান থেকে হাড়ের বিচ্যুতি বোঝায়। উদ্দীপকে চার বছর বয়সী জারিফ সিঁড়ি দিয়ে ওঠার সময় হঠাৎ করে পড়ে গিয়ে পায়ের আঘাত পায় এবং ব্যথায় চিৎকার শুরু করে। জারিফের চিৎকার শুনে তার বড় ভাই আরিফ ছুটে এসে জারিফের বতস্থানটি পরীবা করে এবং সবাইকে জানায় জারিফের সন্ধিচ্যুতি ঘটেছে। তার এরূপ প বলার কারণ হলো সে জারিফের বতস্থানটি পর্যবেক্ষণ করে দেখেছে :
১. বতস্থানটি ফুলে গেছে।
  ২. বতস্থানে প্রচণ্ড ব্যথা হচ্ছে।
  ৩. ব্যথার কারণে পায়ের গোড়ালির সন্ধিস্থান নড়াচড়া করা যাচ্ছে না।
  ৪. পায়ের গোড়ালির সন্ধিস্থান থেকে হাড় সরে গিয়ে বিকৃত রূপ ধারণ করেছে।
- উপরিস্থ বিষয়গুলো পর্যবেক্ষণ করেই আরিফ জারিফের সন্ধিচ্যুতির বিষয়টি বুঝতে পেরেছে।

ঘ. উদ্দীপকের শেষ বাক্যটি হলো আরিফের প্রত্যুৎপন্নমতিত্বের কারণেই জারিফ কম বতিগ্রস্ত হলো। উদ্দীপকের ঘটনাটি পর্যবেক্ষণ করলে বাক্যটি সঠিক বলেই প্রমাণিত হবে। কারণ উদ্দীপকে দেখা যায় চার বছর বয়সী জারিফ সিঁড়ি দিয়ে ওঠার সময় হঠাৎ পড়ে গেলে পায়ের গোড়ালিতে আঘাত পায়। ব্যাথায় সে চিৎকার শুরব করে। তার চিৎকার শুনে তার বড় ভাই আরিফ ছুটে এসে বতস্থানটি পরীক্ষা করে দেখতে পায়— জারিফের বতস্থানটি ফুলে গেছে, সেখানে ব্যথা হচ্ছে এবং হাড় সরে গিয়ে বিকৃত রূপ ধারণ করেছে। এসব লবণ দেখে সে খুব সহজেই বুঝতে পারে জারিফের সন্ধিচ্যুতি ঘটেছে। সে দ্রুত তার রবম থেকে ফাস্ট এইড বক্সটি নিয়ে এসে জারিফকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দেয়। এতে জারিফের ব্যথা অনেকটা কমে আসে। তারপর আরিফ জারিফকে দ্রুত ডাক্তারের কাছে নিয়ে যায়। আরিফ একজন দব প্রতিবিধানকারী হিসেবে জারিফকে সঠিক পদ্ধতিতে এবং যত্ন সহকারে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে তার সুস্থ হওয়ার পথ সুগম করেছে। তাই বলা যায়, উদ্দীপকে শেষ বাক্যটিই সঠিক।

#### প্রশ্ন-৬ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

রনি ও মিরাজ একই স্কুলে একই ক্লাসে পড়ে। তারা রোজ একসাথে স্কুলবাসে করে স্কুলে যায়। আজ স্কুল বাসটি স্কুলের গেটের সামনে থামলে রনি তার ব্যাগ নিয়ে নামার জন্য প্রস্তুত হয়। বাসের গেট দিয়ে নামার সময় অন্য ছাত্রদের ধাক্কায় সে বাসের পাদানি থেকে নিচে পড়ে যায়। এতে তার কোমরের হাড় ভেঙে কোমরের রক্তনালিতে চাপ সৃষ্টি করে। সে ব্যাথায় কঁকড়ে ওঠে। রনিকে সাহায্য করার জন্য মিরাজ দৌড়ে গিয়ে স্কুলের প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীকে ডেকে নিয়ে আসে।

[পাঠ-৩, ৪ ও ৫]

- ক. চামড়া কখন কালশিটেয়ুক্ত হয়? ১
- খ. পিষ্টবত বলতে কী বোঝায়? ২
- গ. প্রতিবিধানকারী কীভাবে রনিকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিবেন? ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. উদ্দীপকে উল্লিখিত সমস্যাটি কোন ধরনের তা নিরূপণের উপায় বিশ্লেষণ কর। ৪

#### ▶ ৬নং প্রশ্নের উত্তর ▶

- ক. চামড়া ছড়ে গেলে কালশিটেয়ুক্ত হয়।
- খ. মানুষের দেহে সূক্ষ্মভাবে গ্রথিত কোষসমূহ যদি কোনোভাবে কোনো ভারী বস্তু দ্বারা আঘাতপ্রাপ্ত হয় তাহলে চামড়ার কোনো বতি না হয়ে অস্তঃস্থ ক্যাপিলারি বতিগ্রস্ত হয়ে রক্তপাত হয়। কিন্তু সেই রক্ত বাইরে বেরোতে না পেরে ভিতরে জমে থাকে। একে পিষ্টবত বলে। এই ধরনের বতে কখনো দৃশ্যমান রক্তপাত হয় না।
- গ. স্কুলের প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী রনিকে হাড়ভাঙা দুর্ঘটনার প্রাথমিক প্রতিবিধান দিবেন। কারণ স্কুলবাস থেকে নামার সময় রনি অন্য ছাত্রদের ধাক্কায় বাসের পাদানি থেকে নিচে পড়ে যায়। এতে তার কোমরের হাড় ভেঙে যায়। তাই তাকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে স্কুলের প্রতিবিধানকারীকে নিম্নোক্ত কাজগুলো করতে হবে:
১. রনি যেখানে আছে তাকে সেখানে রেখেই প্রতিবিধান দেওয়ার কাজটি শুরব করবে। কারণ হাড়ভাঙা রোগীকে তাৎক্ষণিক স্থানান্তর করা যায় না।
  ২. আঘাতপ্রাপ্ত স্থানটি অনড় করবে, যাতে রনি সে স্থানটি নাড়াচাড়া করতে না পারে।
  ৩. স্পিষ্ট ব্যবহার করে আহত অঙ্গ অনড় করবে।
  ৪. রনিকে দ্রুত হাসপাতালে পাঠানোর ব্যবস্থা করবে।

উপর্যুক্ত কাজগুলো ধারাবাহিকভাবে সম্পন্ন করে স্কুলের প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী রনির হাড় ভাঙা দুর্ঘটনায় প্রাথমিক প্রতিবিধান দিবে।

ঘ. উদ্দীপকে উল্লিখিত সমস্যাটি কোন ধরনের তা নিরূপণের জন্য প্রথমে আমাদের হাড়ভাঙার প্রকারভেদ সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা লাভ করতে হবে। নিচে বিভিন্ন প্রকার হাড়ভাঙা সম্পর্কে আলোচনা করা হলো—

**সাধারণ হাড়ভাঙা :** এই হাড়ভাঙা শরীরের অভ্যন্তরে ঘটে।

**কম্পাউন্ড ফ্রাকচার :** একে উন্মুক্ত ফ্রাকচারও বলে। কারণ, এই ফ্রাকচারের ভাঙা হাড় চামড়া ভেদ করে শরীরের বাইরে বেরিয়ে আসে।

**কমপিরকেটেড ফ্রাকচার :** এই ফ্রাকচারের ভাঙা হাড়ের প্রান্ত শরীরের কোনো গুরুত্বপূর্ণ দেহ যথা : কিডনি, লিভার, ফুসফুস বা কোনো রক্তনালিকে বতিগ্রস্ত করে।

**কমিনিউটেড :** হাড় ভেঙে গেলে কয়েক টুকরো হয়ে বিচ্ছিন্ন হয়।

**ইমপ্যাক্টেড :** যেখানে হাড়ভাঙা গ্রন্থিদয় পরস্পর সংবন্ধ হয়ে পড়ে।

**গ্রিনস্টিক :** বিশেষ করে শিশুদের বেগ্রে হাড় না ভেঙে কেবল মচকায় যায়।

উদ্দীপকের ঘটনাটি বিশ্লেষণ করে দেখা যায়, রনির কোমরের হাড় ভেঙে তার কোমরের রক্তনালি বতিগ্রস্ত করেছে। তাই এটি একটি কমপিরকেটেড ফ্রাকচার।

#### প্রশ্ন-৭ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

জব্বার ফুটবল খেলতে গিয়ে পায়ে বুটের আঘাত পায়। এতে তার পায়ের পাতার ঐ স্থানটি ফুলে ওঠে কিন্তু ঐ স্থান থেকে রক্ত বের হয়নি। রক্ত ভিতরে জমে ঐ স্থানে ব্যথা সৃষ্টি হয়। জব্বার ডাক্তারের কাছে গেলে ডাক্তার জব্বারকে বিভিন্ন ধরনের বত সম্পর্কে ধারণা প্রদান করেন। ফলশ্রুতিতে জব্বার এখন বত সম্পর্কিত প্রাথমিক প্রতিবিধানে সৰম।

[পাঠ-১৩ ও ৫] [মতিঝিল মডেল হাইস্কুল, ঢাকা]

- ক. বত কাকে বলে? ১
- খ. কীভাবে দুর্ঘটনা থেকে নিজেকে রক্ষা করা যাবে? ২
- গ. উদ্দীপকে জব্বারের পায়ে কোন ধরনের বতের সৃষ্টি হয়? বর্ণনা কর। ৩
- ঘ. বত সম্পর্কে ধারণা লাভের পর জব্বার কীভাবে প্রাথমিক প্রতিবিধান করবে বলে তুমি মনে কর? ৪

#### ▶ ৭নং প্রশ্নের উত্তর ▶

- ক. শরীরের কোনো তন্তু ছিন্ন অথবা দুই বা ততোধিক অংশে বিভক্ত হলে বা তন্তু ছিদ্র হলে তাকে বত বলে।
- খ. দৈনন্দিন চলার পথে ও খেলাধুলা করার সময় আমরা বিভিন্ন ধরনের দুর্ঘটনায় পড়তে পারি। এসব দুর্ঘটনা থেকে নিজেকে রক্ষা করা যাবে :
১. খেলাধুলা ও ব্যায়ামের পূর্বে শরীর ভালোভাবে গরম করে নিলে।
  ২. প্রয়োজনের অতিরিক্ত ব্যায়াম বা খেলাধুলা না করলে।
  ৩. পিচ্ছিল, ভেজা ও ইট-পাটকেন্দ্রযুক্ত মাঠে খেলাধুলা না করলে।
- গ. উদ্দীপকে জব্বারের পায়ে পিষ্ট বত সৃষ্টি হয়। পিষ্ট বত হলো কোনো ভারী বস্তুর আঘাতে দেহে সূক্ষ্মভাবে গ্রথিত কোষসমূহে সৃষ্ট বত। এ ধরনের বতে চামড়ার কোনো বতি না হয়ে অস্তঃস্থ ক্যাপিলারি বতিগ্রস্ত হয়ে রক্তপাত হয় এবং সে রক্ত বাইরে বেরবতে না পেরে ভিতরে জমা হয়ে থাকে। তাই এই ধরনের ক্ষতে কখনো দৃশ্যমান রক্তপাত হয় না। তবে পরবর্তীতে বতস্থানে ব্যথা অনুভব হয়। জব্বার ফুটবল খেলতে গিয়ে পায়ে বুটের আঘাত পায়। এতে তার পায়ের পাতার ঐ স্থানটি ফুলে

ওঠে কিন্তু কোনো রক্ত বের হয় না। রক্ত ভিতরে জমে যায় এবং বতস্থানে ব্যথা সৃষ্টি হয়। জব্বারের পায়ে বত সৃষ্টির কারণ এবং বতের কারণে সৃষ্ট সমস্যা পিষ্ট বত সৃষ্টির কারণ এবং পিষ্ট বতের সমস্যার অনুরূপ। তাই বলা যায়, জব্বারের পায়ে পিষ্ট বত সৃষ্টি হয়েছে।

ঘ. উদ্দীপকে জব্বার ফুটবল খেলতে গেলে বুটের আঘাতে পায়ে পিষ্টাবত সৃষ্টি হয়। বতস্থানে ব্যথা অনুভব হলে সে ডাক্তারের শরণাপন্ন হয়। ডাক্তার তাকে প্রয়োজনীয় চিকিৎসা দেওয়ার পাশাপাশি বিভিন্ন ধরনের বতের প্রাথমিক প্রতিবিধান দানের সবমত অর্জন করে। তাই ভবিষ্যতে জব্বারের পরিচিত কারও দেহে কোনো ধরনের বত সৃষ্টি হলে সে নিম্নোক্তভাবে তার প্রতিবিধান করবে বলে আমি মনে করি :

১. রোগীকে প্রথম সহজ ও নিষ্কলভাবে শুইয়ে দিবে।
২. বতস্থানকে হার্ট লেভেল বা হৃৎপিণ্ডের সমতার উপরে রাখবে। এতে রক্ত চলাচল কমে রক্ত পড়া থেমে যাবে।
৩. আহত হওয়ার সাথে সাথে আহত স্থানে বরফ লাগাবে।
৪. রোগীকে যথাসম্ভব কম নড়াচড়া করবে।
৫. বতস্থান এন্টিসেপটিক পদার্থ দিয়ে পরিষ্কার করবে।
৬. রক্তবরণ বন্ধ করার জন্য বতস্থানে পরোব বা প্রত্যব চাপ দিবে।
৭. বতস্থানে কিছু শক্তভাবে ঢুকলে তা তুলে ফেলতে হবে।
৮. বতস্থানে রক্ত জমাট বাঁধলে তা সরাবে না।
৯. আহত অঙ্গকে ব্যান্ডেজ বেঁধে স্থির করে রাখবে।
১০. দ্রুত রোগীকে ডাক্তারের কাছে বা হাসপাতালে পাঠানোর ব্যবস্থা করবে।

#### প্রশ্ন -৮▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

নাজমুল করিম পাবলিক বাসে চড়ে অফিসে যাতায়াত করে। আজ সে বাস থেকে নামার আগেই বাস ছেড়ে দেয়। সে চলন্ত বাস থেকে নামতে গেলে তার পায়ের জয়েন্টে ঝাঁকি লাগে। কিছুবণের মধ্যেই তার আহত স্থানটি ফুলে ওঠে এবং ব্যথা অনুভূত হয়। এছাড়া তার পা নাড়াতেও কষ্ট হচ্ছিল। তাই সে অফিসে না ঢুকে ডাক্তারের কাছে চলে যায়। ডাক্তার প্রথমে তাকে প্রয়োজনীয় চিকিৎসা সেবা দিয়ে তার ব্যথা লাঘব করে। তারপর তাকে এরূপ দুর্ঘটনার প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে বিস্তারিত ধারণা দেন যাতে ভবিষ্যতে সে অন্যদের এ ধরনের সেবা দিতে পারে। [পাঠ ৪, ৫ ও ৬]

- ক. বক্সিং খেলার সময় কোন দুর্ঘটনাটি বেশি ঘটে? ১
- খ. মিশ্রবত বলতে কী বোঝায়? ২
- গ. নাজমুল করিমের পায়ের জয়েন্ট ফুলে যাওয়ার কারণ ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. নাজমুল করিম কীভাবে তার সমস্যার প্রাথমিক প্রতিবিধান করতে পারত? বিশ্লেষণ কর। ৪

#### ▶ ৮নং প্রশ্নের উত্তর ▶

- ক. বক্সিং খেলার সময় নাক দিয়ে রক্ত পড়ার দুর্ঘটনাটি বেশি ঘটে।
- খ. একাধিক বত একত্রে মিলে যে বত সৃষ্টি করে তাকে মিশ্র বত বলে। যেমন-গুলির বত। এ ধরনের বতের মুখের পরিসর ছোট থাকে। তাই বতের অভ্যন্তরটা কতটা গভীর তা সহজে বোঝা যায় না। অপরদিকে যেখান দিয়ে গুলি বের হয়েছে সে স্থানে বড় এবং আকারে অসমানভাবে বত থাকে। দুইটি মিলিত হয়ে মিশ্রিত হয়ে মিশ্র জাতীয় বত সৃষ্টি হয়েছে।

- গ. নাজমুল করিমের পায়ের জয়েন্ট ফুলে যাওয়ার কারণ হলো তার পায়ের লিগামেন্ট ছিঁড়ে গেছে। লিগামেন্ট জয়েন্টের সাথে সম্পৃক্ত। জয়েন্টে লিগামেন্ট, টেনডন ও মেমব্রেন দ্বারা বেষ্টিত। চ্যাপ্টা জাতীয় বন্ধনীর নাম লিগামেন্ট। লিগামেন্ট দুই হাড়ের নাড়াচড়ায় সাহায্য করে। এদের উপরে আছে টিস্যুর বন্ধনী যা সংযোগ

স্থানটিকে আরও মজবুত করেছে। কখনো যদি অসমান্তরাল জায়গায় পা পড়ে, বাস থেকে নামার সময় জয়েন্টে ঝাঁকি লাগে বা দৌড়ের সময় জয়েন্টে কোনো কারণে আঘাত লাগে তাহলে লিগামেন্ট ছিঁড়ে যায়। আহত স্থানটি ফুলে ওঠে এবং ব্যথা অনুভূত হয়। উদ্দীপকে নাজমুল করিম চলন্ত বাস থেকে নামতে গেলে তার পায়ের জয়েন্টে ঝাঁকি লাগে। ফলে লিগামেন্ট ছিঁড়ে যায়। এ কারণেই তার পায়ের জয়েন্ট ফুলে ওঠে এবং সেখানে ব্যথা অনুভূত হয়। তাই বলা যায়, চলন্ত বাস থেকে নামার সময় ঝাঁকি লেগে লিগামেন্ট ছিঁড়ে যাওয়ার কারণেই নাজমুল করিমের পায়ের জয়েন্ট ফুলে যায়।

ঘ. উদ্দীপকে নাজমুল করিম অফিসে যাওয়ার সময় চলন্ত বাস থেকে নামতে গেলে তার পায়ের জয়েন্টে ঝাঁকি লাগে। ফলে লিগামেন্ট ছিঁড়ে যায়। কোনো কারণে লিগামেন্ট ছিঁড়ে গেলে আহত স্থান ফুলে ওঠে এবং সেখানে ব্যথা অনুভব হয়। তাই নাজমুল করিমের পায়ের জয়েন্টের স্থানটিও ফুলে ওঠে এবং পাশাপাশি সেখানে ব্যথা অনুভূত হয়। ব্যথা কমানোর জন্য তিনি অফিসে যাওয়া বাদ দিয়ে প্রয়োজনীয় চিকিৎসা নিতে তাৎক্ষণিকভাবে ডাক্তারের শরণাপন্ন হন। কিন্তু তার যদি লিগামেন্ট ছিঁড়ে যাওয়ার প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা থাকত তাহলে তাকে এভাবে তখনই ডাক্তারের কাছে ছুটতে হতো না। তিনি তার নিজের সমস্যার প্রাথমিক প্রতিবিধান নিজেই করতে পারতেন। এবেত্রে তাকে যেসব ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হতো তা হলো-

১. তাকে কোনো নিরাপদ আশ্রয়ে চলে যেতে হতো।
২. আহত স্থানে ঠান্ডা পানি বা বরফ লাগাতে হতো।
৩. দীর্ঘবণ বিশ্রাম নিতে হতো। এতে তার ব্যথা অনেকটা কমে আসত। তারপর সে ধীরে সুস্থে ডাক্তারের কাছে যেতে পারত। উপরে বর্ণিত নিয়মে নাজমুল করিম তার লিগামেন্ট ছিঁড়ে যাওয়া দুর্ঘটনার প্রাথমিক প্রতিবিধান করতে পারত বলে আমি মনে করি।

#### প্রশ্ন -৯▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

রমিজ আলী কুলির কাজ করে সংসার চালায়। আজ ঘুম থেকে ওঠার পর তার শরীরটা বেশ দুর্বল লাগছিল। তা সত্ত্বেও সংসারের অভাব-অনটনের কথা চিন্তা করে তিনি কাজের উদ্দেশ্যে রেল স্টেশনে চলে এলেন। কিছুবণ পর স্টেশনে একটা ট্রেন এসে থামলে তিনি যাত্রীদের একটা ভারী বোঝা স্টেশনের বাইরের গেটে পৌঁছে দেওয়ার জন্য মাথায় তুলে নিলেন। কিন্তু কিছু দূর যাওয়ার পরই বোঝাটি তার পায়ের উপর পরে যায়। এতে তার পায়ের মাংস খঁতলে গিয়ে চামড়ায় অসমান অবয়ব সৃষ্টি হয়। [পাঠ-৪ ও ৫]

- ক. সন্ধি কী? ১
- খ. লিগামেন্ট ছিঁড়ে যাওয়ার কারণগুলো লেখ। ২
- গ. রমিজ আলীর পায়ে কোন ধরনের বত সৃষ্টি হয়েছে? ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. পায়ের আঘাতের জন্য রমিজ আলী কোন ধরনের প্রাথমিক প্রতিবিধান গ্রহণ করতে পারে বলে তুমি মনে কর? মতামত দাও। ৪

#### ▶ ৯নং প্রশ্নের উত্তর ▶

- ক. দুই বা ততোধিক হাড়ের সংযোগ স্থানের নাম সন্ধি।
- খ. লিগামেন্ট ছিঁড়ে যাওয়ার কারণসমূহ :
১. অসমান্তরাল জায়গায় পা পড়া।
  ২. বাস থেকে নামার সময় জয়েন্টে ঝাঁকি লাগা।
  ৩. দৌড়ের সময় জয়েন্টে কোনো কারণে আঘাত লাগা।

গ. রমিজ আলীর পায়ে ছিন্নভিন্ন বত সৃষ্টি হয়েছে। ছিন্নভিন্ন বত বলতে জলতু জানোয়ারের আক্রমণে, মেশিনে ঝেঁতলালে ও গোলাগুলির আঘাতে সৃষ্ট বতকে বোঝায়। এ ধরনের বতগুলো সাধারণত অসমান হয় এবং রক্তপাত ঘটে। উদ্দীপকে রমিজ আলী একজন কুলি। শারীরিকভাবে অসুস্থ থাকার পরও সে যাত্রীদের একটি ভারী বোঝা বহন করার জন্য মাথায় তুলে নেয়। কিন্তু কিছু দূর যাওয়ার পর বোঝাটি তার পায়ের উপর পরে গেলে সে পায়ে আঘাত পায়। তার পায়ের মাংস ঝেঁতলে যায় এবং পায়ের চামড়ায় অসমান অবয়ব সৃষ্টি হয়। রমিজ আলীর পায়ের বতের বৈশিষ্ট্যসমূহ ছিন্নভিন্ন বতের অনুরূপ। তাই বলা যায়, রমিজ আলীর পায়ে ছিন্নভিন্ন বত সৃষ্টি হয়েছে।

ঘ. যাত্রীদের ভারী বোঝা বহন করার সময় রমিজ আলীর শারীরিক দুর্বলতার কারণে তা তার পায়ের উপর পড়ে যায় এবং সেখানে ছিন্নভিন্ন বত সৃষ্টি হয়। এ ধরনের বত থেকে দ্রুত মুক্তি পেতে রমিজ আলীর কিছু প্রাথমিক প্রতিবিধান গ্রহণ করা প্রয়োজন। তা না হলে সৃষ্ট বতটি দ্রুত সারাতে রমিজ আলী নিম্নোক্ত প্রাথমিক প্রতিবিধান গ্রহণ করতে পারে বলে আমি মনে করি।

১. সর্বপ্রথম সে তার বতস্থানটি হুঁপিয়ে সমতায় রাখবে।
২. আহতস্থানে ঠান্ডা পানি বা বরফ লাগাবে।
৩. বতস্থান এন্টিসেপটিক পদার্থ দিয়ে পরিষ্কার করবে।
৪. রক্তবরণ বন্ধ করার জন্য প্রত্যব বা পরোব চাপ প্রয়োগ করবে।
৫. আহত অঙ্গে ব্যাভেজ বেঁধে স্থির করে রাখবে।
৬. বিছানায় শুয়ে কিছুবণ বিশ্রাম নিবে।
৭. সর্বশেষে যত দ্রুত সম্ভব হাসপাতালে বা ডাক্তারের কাছে যাবে।

উপরিউক্ত ব্যবস্থাসমূহ গ্রহণ করে রমিজ আলী তার পায়ে সৃষ্ট বতটি থেকে দ্রুত মুক্তি পেতে পারে বলে আমি মনে করি।

#### প্রশ্ন-১০ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

হাসেম পেশায় আবাহনী ক্লাবের একজন ক্রিকেটার। একদিন সে ক্রিকেট খেলতে গিয়ে প্রচণ্ড ব্যথা পায়। এতে তার পায়ে বত সৃষ্টি হয়। তার বন্ধু কাশেম ক্লাবরবম থেকে একটি ফার্স্ট-এইড বক্স নিয়ে তার কাছে ছুটে যায় এবং প্রাথমিক প্রতিবিধানের ব্যবস্থা করে।

[পাঠ-৪ ও ৫]

- ক. কর্তনজনিত বত কী? ১
- খ. অস্থিসন্ধির মচকানো বলতে কী বোঝায়? ২
- গ. উদ্দীপকে উল্লিখিত সমস্যাটি মোকাবিলায় কাশেমের কী ধরনের জ্ঞান থাকা প্রয়োজন? বর্ণনা কর। ৩
- ঘ. উদ্দীপকে উল্লিখিত সমস্যাটির মোকাবিলা পদ্ধতিটি বিশ্লেষণ কর। ৪

#### ▶▶ ১০নং প্রশ্নের উত্তর ▶▶

- ক. কোনো ধারালো অস্ত্র যেমন- বেরড, বুর, ছুরি, বাঁটি, ভাঙা কাচ দ্বারা কেটে যে বত সৃষ্টি হয় তাকে কর্তনজনিত বত বলে।
- খ. অস্থি বা হাড়ের জোড়া লাগানো স্থানে শক্ত লিগামেন্ট হাড়ের জোড়াকে একসাথে রাখে। কোনো কারণে যদি এই লিগামেন্ট টানটান হয় কিংবা ছিঁড়ে যায় তাহলে হাড়ের সন্ধিস্থলে প্রচণ্ড ব্যথা হয় এবং আহত স্থানের চারপাশ ফুলে ওঠে। একে অস্থিসন্ধির মচকানো বলে। খেলাধুলা বা ব্যায়ামের সময় মচকালে স্থানটিকে সবচেয়ে আরামদায়ক অবস্থানে রাখতে হয়।

গ. উদ্দীপকে উল্লিখিত সমস্যাটি হচ্ছে হাসেম ক্লাবে ক্রিকেট খেলতে গিয়ে পড়ে ব্যথা পায় এবং তার পায়ে বত হয়। তার বন্ধু কাশেম ফার্স্ট-এইড বক্স নিয়ে তাকে সাহায্য করার জন্য যায়। উদ্ভূত পরিস্থিতিতে হাসেমকে সাহায্য করার জন্য কাশেমের যে ধরনের জ্ঞান থাকা প্রয়োজন সেগুলো হচ্ছে :

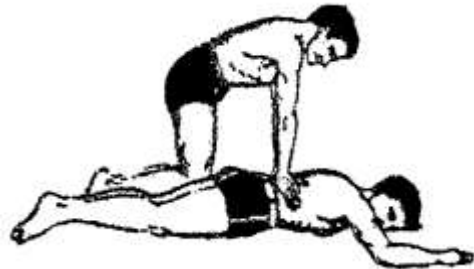
১. কীভাবে কেটেছে এবং তা কোন পর্যায়ে পড়ে অর্থাৎ কোন ধরনের বত হয়েছে ইত্যাদি বিষয়ে নিশ্চিত হতে হবে।
২. প্রথমে করণীয় ঠিক করে নেওয়া, রক্তবরণ হলে প্রথমে তা বন্ধ করা। ইনফেকশন যাতে না হয় তার ব্যবস্থা করা। শক লাগলে তার প্রতিবিধান করা।
৩. পরিষ্কারভাবে যথারীতি ড্রেসিংয়ের ব্যবস্থা করা, রক্তবরণ থাকলে তা বন্ধ করা। সেপটিক যাতে না হয়, সেদিকে লব রাখা, Toxoid injection নিতে বলা ইত্যাদি।

৪. রোগীর অবস্থা বুঝে হাসপাতালে পাঠানোর ব্যবস্থা করা।

ঘ. উদ্দীপকে উল্লিখিত সমস্যাটি হচ্ছে হাসেম ক্লাবে ক্রিকেট খেলতে গিয়ে পায়ে ব্যথা পায় এবং তার পায়ে বত সৃষ্টি হয়। তাকে সাহায্য করার জন্য তার বন্ধু কাশেম ফার্স্ট এইড বক্সটি নিয়ে তার নিকট ছুটে যায়। কাশেমের পায়ে যে বত সৃষ্টি হয়েছে, তার প্রাথমিক প্রতিবিধানের কতগুলো নিয়ম রয়েছে। নিচে সে নিয়মগুলো বিশ্লেষণ করা হলো :

১. রোগীকে শুইয়ে দিতে হবে যেন রোগী সহজ ও নিষ্কলভাবে শুইয়ে থাকতে পারে।
২. বতস্থানকে হার্ট লেভেল বা হুঁপিয়ে সমতার উপরে রাখতে হবে যাতে বতস্থান থেকে রক্ত চলাচল কমে রক্ত পড়া থেমে যায়।
৩. আহত হওয়ার সাথে সাথে আহত স্থানে বরফ লাগাতে হবে।
৪. রোগী যথাসম্ভব কম নড়াচড়া করবে।
৫. বতস্থান এন্টিসেপটিক পদার্থ দিয়ে পরিষ্কার করতে হবে।
৬. রক্তবরণ বন্ধ করার জন্য পরোব বা প্রত্যব চাপ দিতে হবে।
৭. বতস্থানে কিছু শক্তভাবে ঢুকলে তা তুলে ফেলতে হবে।
৮. বতস্থানে রক্ত জমাট বাঁধলে উক্ত জমাট রক্ত সরাতে চেষ্টা করবে না।
৯. বতস্থানে জীবাণুমুক্ত প্যাড ব্যবহার করতে হবে।
১০. আহত অঙ্গকে ব্যাভেজ বেঁধে স্থির রাখতে হবে।
১১. কোনো উত্তেজক দ্রব্য বা পানীয় পান করতে দেওয়া যাবে না।
১২. দ্রুত রোগীকে ডাক্তারের কাছে বা হাসপাতালে পাঠাতে হবে।

#### প্রশ্ন-১১ ▶ নিচের চিত্রটি লব কর এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :



[পাঠ-১, ৪ ও ৬]

- ক. ফ্রাকচার কী? ১
- খ. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীকে দ্রুত কাজ সম্পন্ন করতে হয় কেন? ২
- গ. ডুবে যাওয়া রোগীকে সুস্থ করার জন্য উপরিউক্ত পদ্ধতি প্রয়োগ করতে তুমি কী করবে? বর্ণনা কর। ৩
- ঘ. চিত্রে প্রদর্শিত পদ্ধতিটি পানিতে ডুবে যাওয়া রোগীকে সুস্থ করতে কতটুকু কার্যকর বলে তুমি মনে কর?

বিশ্লেষণ কর।

৪

### ▶ ১১নং প্রশ্নের উত্তর ▶

ক. শরীরের কোনো হাড় ভেঙে গেলে একে হাড়ভাঙা বা ফ্রাকচার বলে।

খ. দুর্ঘটনায় আহত ব্যক্তি বা অসুস্থ ব্যক্তির জন্য যথাযথ সূচিকিৎসা যত দ্রুত সম্ভব করা প্রয়োজন। প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী যদি দীর্ঘ সময় ধরে প্রতিবিধানের ব্যবস্থা করে এবং রোগীর অবস্থারও উন্নতি না হয় এটি রোগীর জন্য খারাপ ফল বয়ে আনে। এজন্য প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীকে তার কাজ দ্রুত সম্পন্ন করতে হয়।

গ. উদ্দীপকে পানিতে ডুবে যাওয়া রোগীকে সুস্থ করতে সেফার পদ্ধতির সাহায্য নেওয়া হয়েছে। এ পদ্ধতি প্রয়োগ করে আমি ডুবে যাওয়া রোগীকে যেভাবে সুস্থ করব তা নিচে বর্ণনা করা হলো :

রোগীকে প্রথমে উপুড় করে শোয়াবো। তার মুখ রাখব নিচের দিকে। হাত দুটি মাথার দু'পাশে ছড়িয়ে দিব। মাথা একপাশ করে দিব, যাতে তার নাক মাটিতে ঠেকে না থাকে। পরনের কাপড়চোপড় খোলার জন্য সময় নষ্ট করব না। রোগীর মাথার দিকে মুখ করে কোমর বরাবর সমান্তরাল হয়ে পাশে হাঁটু গেড়ে বসব। তারপর রোগীর কোমরের দু'পাশে নিচের দুটি হাত এমনভাবে রাখব যাতে বৃষ্টিজল দুইটি সামনের দিকে এবং অন্য আঙ্গুলগুলো কোমরের দু'পাশে আড়াআড়িভাবে ছড়িয়ে থাকে। নিজের হাত দুটি এবং কনুই ঠিক সোজা করে রাখব। তারপর কনুই না বাঁকিয়ে সামনের দিকে ঝুঁক পড়ে চাপ দিব। এ চাপ পেটের সমস্ত অস্ত্র পড়বে এবং ফুসফুসের বায়ু বেরিয়ে আসবে। তারপর ধীরে ধীরে চাপ ছেড়ে দিব। চাপ দেওয়া এবং ছাড়া এ দুটি কাজ ৫ সেকেন্ডের ভেতর করব। চাপ দিতে ২ সেকেন্ড ও ছাড়তে ৩ সেকেন্ড— এই মোট ৫ সেকেন্ড। যতবর্ণ শ্বাস ক্রিয়া স্বাভাবিক না হয় ততবর্ণ এ প্রক্রিয়া চালিয়ে যাব।

ঘ. রোগীর শ্বাসক্রিয়া বন্ধ হয়ে গেলে বা বন্ধ হওয়ার উপক্রম হলে তখন কৃত্রিম উপায়ে শ্বাস ক্রিয়া চালু করতে হয়। একে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়া বলে। কৃত্রিম শ্বাস ক্রিয়া হাত দিয়ে বা যন্ত্রের সাহায্যে দেওয়া হয়। হাত দ্বারা চাপ দিয়ে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার লব্য হচ্ছে যাতে রোগীর ফুসফুস মিনিটে ১০-১২ বার ছোট ও বড় করা যায়। ছোট হওয়ার সাথে সাথে ফুসফুস থেকে বাতাস বেরিয়ে যায় একে বলে নিঃশ্বাস। বড় হলে বাতাস প্রবেশ করে, একে বলে প্রশ্বাস। তবে কৃত্রিমভাবে শ্বাসপ্রশ্বাস চালানোর জন্য কতগুলো প্রচলিত পদ্ধতি আছে। যেকোনো ব্যবহার করে রোগীকে সুস্থ করে তোলা সম্ভব। উদ্দীপকে সেফার পদ্ধতিতে একজন রোগীকে চিকিৎসা দেওয়া হচ্ছে। সেফার পদ্ধতিতে রোগীকে উপুড় করে শুইয়ে পেট বরাবর চাপ প্রয়োগ করতে হয়। যেন সে চাপ পেটের সমস্ত অস্ত্র লাগে। তারপর ধীরে ধীরে চাপ ছেড়ে দিতে হয়। চাপ দেওয়া এবং ছাড়া এ দুটি কাজ ৫ সেকেন্ডের ভেতর করতে হবে। চাপ দিতে ২ সেকেন্ড ও ছাড়তে ৩ সেকেন্ড— এই মোট ৫ সেকেন্ড। যতবর্ণ শ্বাস ক্রিয়া স্বাভাবিক না হয় ততবর্ণ এই প্রক্রিয়া চলবে। এই পদ্ধতির মাধ্যমে রোগীর শ্বাসপ্রক্রিয়া স্বাভাবিক হয়ে আসবে। মূলত সেফার পদ্ধতি ডুবে যাওয়া রোগীকে সুস্থ করে তোলার জন্য খুবই কার্যকরী একটি পদ্ধতি।

### প্রশ্ন -১২▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

রাহাত ছোটবেলা থেকে সঁাতারে খুব পটু। সে গত বছর আন্তঃজেলা সঁাতার প্রতিযোগিতায় প্রথম হয়েছে। সে প্রায়ই তার বন্ধুদের সঁাতার শেখায়। সঁাতার শেখানোর সময় সে তার বন্ধুদের কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার

হোলজার নেলসন পদ্ধতিটিও শিখিয়ে দেয়। এই পদ্ধতিটি ছাড়া রাহাত আরও একটি পদ্ধতি জানে। কিন্তু উক্ত পদ্ধতির প্রয়োগ নৈতিকতার দিক দিয়ে অনেক সময় প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে বলে রাহাত হোলজার নেলসন পদ্ধতিটি ব্যবহার করতেই বেশি স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করে।

[পাঠ ১, ২ ও ৬]

ক. রোগীকে তাৎবর্ণিক প্রতিবিধান দিতে কী থাকা জরুরি? ১  
খ. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর সহানুভূতি গুণটি ব্যাখ্যা কর। ২  
গ. রাহাত তার বন্ধুদের কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার কোন পদ্ধতিটি শেখায়? বর্ণনা কর। ৩  
ঘ. উদ্দীপকে নৈতিকতার দিক দিয়ে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টিকারী বলতে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার কোন পদ্ধতিটির প্রতি ইঙ্গিত করা হয়েছে? বিশ্লেষণ কর। ৪

### ▶ ১২নং প্রশ্নের উত্তর ▶

ক. রোগীকে তাৎবর্ণিক প্রতিবিধান দিতে প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে সম্যক জ্ঞান থাকা জরুরি।

খ. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর অন্যতম একটি গুণ হলো সহানুভূতি। প্রতিবিধানকারী রোগীর প্রতি কখনো কঠিন হবেন না। কারণ এতে রোগী আরও ভয় পেয়ে যেতে পারে। রোগী যেন কষ্ট না পায় সেদিকে লব্য রেখে অন্যদের সাহস দিতে হবে।

গ. রাহাত তার বন্ধুদের সঁাতার শেখানোর সময় কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার হোলজার নেলসন পদ্ধতিটি শেখায়। নিচে এই পদ্ধতিটির বর্ণনা দেওয়া হলো :

১. রোগীকে উপুড় করে শোয়াতে হবে।

২. প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী রোগীর মাথার দিকে হাঁটু গেড়ে বসবে।

৩. রোগীর পিঠে চাপ দিতে হবে। তারপর রোগীর বাহু দুটি ওঠানো করাতে হবে। মনে রাখতে হবে যদি শোল্ডার জয়েন্ট বা তার কাছাকাছি কোথাও অস্থি ভাঙা থাকে, তাহলে এ পদ্ধতি চলবে না।

#### চাপ দেওয়ার নিয়ম—

এক, দুই— পিঠে চাপ সৃষ্টি

তিন— একটু ধামতে হবে

চার, পাঁচ—বাহুতে টান সৃষ্টি

ছয়— কিছুবর্ণ থামা।

এই প্রক্রিয়ায় রোগীকে প্রতি মিনিট ১০/১২ বার শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়া যায়। প্রতিবার বাতাস চলাচলের পরিমাণ ১ লিটার।

ঘ. উদ্দীপকে নৈতিকতার দিক দিয়ে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টিকারী বলতে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার মুখে মুখ পদ্ধতিটির প্রতি ইঙ্গিত করা হয়েছে। কারণ এই পদ্ধতিতে প্রতিবিধানকারীকে রোগীর মুখে মুখ লাগিয়ে শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়া হয়। নিচে এই পদ্ধতিটি বিশদভাবে বিশ্লেষণ করা হলো :

কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাসের একটি সহজ পদ্ধতি হলো মুখে মুখ পদ্ধতি। এ পদ্ধতিতে ফুসফুসে বাতাস ঢোকানো যায়। এ পদ্ধতি খুবই সহজ ও পরিশ্রমও কম হয়। অল্প বয়স্করাও এ পদ্ধতি ব্যবহার করতে পারবে। শিশু ভূমিষ্ট হওয়ার পর প্রশ্বাস না পেলে তার শ্বাসক্রিয়া স্বাভাবিক করার বেত্রে এই ধরনের প্রক্রিয়া বহুকাল আগ থেকে চালু আছে। মূলত প্রতিবিধানকারীর লব্যই হলো যে কোনো উপায়ে রোগীকে বাঁচানোর চেষ্টা করা। মুখের ভিতর ময়লা থাকলে তা পরিষ্কার করে এক হাত দিয়ে রোগীর মাথা চেপে ধরে, অপর হাত নিম্ন চোয়াল ধরে নিজে শ্বাস পুরো গ্রহণ করে রোগীর মুখ ঠোঁট দিয়ে আটকে ধরে বাতাস ঢোকাতে হবে। এভাবে ১০-১২ বার বুক ফেলানোর ব্যবস্থা নিতে হবে।

### প্রশ্ন -১৩▶ নিচের উদ্দীপকটি পড় এবং প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :



নয়নের দাদার বয়স ৮০ বছর। সে একজন মানসিক ভারসাম্যহীন বৃদ্ধ। একদিন নয়নের দাদা পানিতে ডুবে যায় নয়ন ও তার বাবা বৃদ্ধ দাদাকে পুকুর থেকে টেনে তুলে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে তাকে সুস্থ করে তোলে।

[পাঠ-৪, ৫ ও ৬] [রংপুর জিলা স্কুল]

- ক. সন্ধিস্থান কী? ১  
খ. কর্তনজনিত রত বলতে কী বোঝায়? ২  
গ. নয়নের দাদাকে কীভাবে সুস্থ করে তোলা হয়েছে? ব্যাখ্যা কর। ৩  
ঘ. নয়নের দাদাকে সুস্থ করে তুলতে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার গুরুত্ব মূল্যায়ন কর। ৪

### ▶▶ ১৩নং প্রশ্নের উত্তর ▶▶

- ক. শরীরের একটি অস্থি/হাড় অন্য হাড়ের সাথে যেখানে মিলিত হয়েছে ঐ স্থানকে সন্ধিস্থান বলে।  
খ. যে কোনো ধারালো অস্ত্র যেমন- বেরড, বুর, ছুরি, বাঁটি, ভাঙা কাচ দ্বারা কেটে যে রত হয় তাকে কর্তনজনিত রত বলে। এই ধরনের রতে ত্বক ও রক্তনালি মসৃণভাবে কেটে যায় এবং অবিরামভাবে রক্তপাত হয়। কর্তনজনিত রতের রক্তপাত সহজে বন্ধ করা যায় না।  
গ. নয়নের দাদাকে নয়ন ও তার বাবা দুজনে মিলে প্রাথমিক চিকিৎসা দিয়ে সুস্থ করে তুলেছে। নয়নের দাদা ৮০ বছর বয়স্ক ভারসাম্যহীন একজন বৃদ্ধ। সে একদিন পানিতে পড়ে ডুবে যায়। অনেক ঝোঁজঝুঁজির পর নয়ন ও তার বাবা তাকে পুকুর থেকে টেনে তোলেন। তারপর তাকে প্রাথমিক চিকিৎসা দিয়ে সুস্থ করে তোলেন। তাকে সুস্থ করে তোলার জন্য নয়ন ও তার বাবাকে নিম্নোক্ত কাজগুলো ধারাবাহিকভাবে সম্পন্ন করতে হয়েছে :  
১. প্রথমে নয়ন ও তার বাবা মিলে তার দাদার গলা ও মুখ ভালোভাবে পরিষ্কার করেছে।

২. নয়ন তার দাদার হাঁটু ভাঁজ করে চেয়ারের উপর এমনভাবে বসিয়েছে যাতে তার মাথাটা ঝুলে থাকে। তারপর তার পিঠে চাপ দিয়ে তার গিলে খাওয়া পানি বের করেছে।

৩. তার শরীর থেকে সমস্ত ভিজা কাপড় খুলে ফেলেছে।

৪. কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাস দিয়ে তার শ্বাসক্রিয়া স্বাভাবিক করেছে। এভাবে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে নয়ন ও তার বাবা তার দাদাকে সুস্থ করে তুলেছে।

ঘ. নয়নের দাদাকে সুস্থ করে তুলতে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়া ব্যবহার করা হয়েছে। রোগীর শ্বাসক্রিয়া বন্ধ হয়ে গেলে বা বন্ধ হওয়ার উপক্রম হলে কৃত্রিম উপায়ে শ্বাসক্রিয়া চালু করাকে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়া বলে। কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়া হাত দিয়ে বা যন্ত্রের সাহায্যে দেওয়া যায়। হাত দিয়ে চাপ দিয়ে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়া চালানোর লব হচ্ছে রোগীর ফুসফুস মিনিটে ১০-১২ বার ছোট ও বড় করা। ছোট হওয়ার সাথে সাথে ফুসফুস থেকে বাতাস বেরিয়ে যায় একে নিঃশ্বাস বলে। বড় হলে বাতাস প্রবেশ করে তাকে প্রশ্বাস বলে। কৃত্রিম উপায়ে শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়ার বেশ কয়েকটি পদ্ধতি আছে। এই পদ্ধতিগুলো ব্যবহার করে রোগীকে সহজেই সুস্থ করে তোলা যায়। উদ্দীপকে নয়নের দাদা একজন ভারসাম্যহীন বৃদ্ধ। একদিন তিনি পানিতে পড়ে গেলে অনেক ঝোঁজঝুঁজির পর তাকে পানি থেকে তোলা হয়। তার গিলে খাওয়া পানি বের করার পরও তার শ্বাসক্রিয়া স্বাভাবিক না হওয়ায়, তাকে কৃত্রিম উপায়ে শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়া হয়। এতে তার শ্বাসক্রিয়া স্বাভাবিক হয়ে আসে। কিন্তু তাকে যদি তখন কৃত্রিম উপায়ে শ্বাসপ্রশ্বাস না দেওয়া হতো তাহলে তার জীবনের মারাত্মক কোনো দুর্ঘটনা ঘটে যেতে পারত। তাই বলা যায়, নয়নের দাদাকে সুস্থ করে তোলার বেত্রে কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার গুরুত্ব অপরিসীম।



### মাস্টার ট্রেইনার প্রণীত সৃজনশীল প্রশ্নব্যাংক

**প্রশ্ন-১৪ ▶** শাহীন তাদের স্কুলের ফুটবল দলের অধিনায়ক। আজ তাদের সাথে তাদের জেলারই আরেকটি স্কুলের ফুটবল খেলা ছিল। খেলা চলাকালীন সময় রাহাত বলের আঘাতে গুরুত্বপূর্ণ আহত হয়। তার অবস্থা খারাপ দেখে তাদের স্কুলের শারীরিক শিবির শিবক তৈমুর শেখ তাকে দ্রুত মার্চ থেকে সরিয়ে এনে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিয়ে সুস্থ করে তোলার চেষ্টা করেন। শাহীনকে প্রাথমিক প্রতিবিধান দিতে তৈমুর শেখ নির্দিষ্ট কিছু পদ্ধতি প্রয়োগ করেন।

[পাঠ ১, ২ ও ৪]

- ক. সাধারণ হাড়ভাঙা কোথায় ঘটে? ১  
খ. দুর্ঘটনা এড়ানোর তিনটি পদ্ধতি লেখ। ২  
গ. তৈমুর সাহেবের প্রয়োগকৃত প্রতিবিধান পদ্ধতিটি ব্যাখ্যা কর। ৩  
ঘ. একজন দর প্রতিবিধানকারী হওয়ার জন্য তৈমুর শেখের মধ্যে কোন কোন গুণাবলি থাকা তুমি আবশ্যিক মনে কর? তোমার উত্তর বিশেষরূপে কর। ৪

**প্রশ্ন-১৫ ▶** মিরন তাদের জেলার সেরা ক্রিকেট খেলোয়াড়। সে তার সুনাম অক্ষুণ্ণ রাখতে কঠোর পরিশ্রম করে। সে নিয়মিত তাদের স্কুলের মাঠে ক্রিকেট খেলা অনুশীলন করে। একদিন ব্যাট করার সময় বুটের আঘাতে তার পায়ের চামড়া ছিঁড়ে যায় এবং ঐ স্থান থেকে রক্তপাত হতে থাকে। চামড়া ছিঁড়ে যাওয়ার প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে মিরনের পূর্ব ধারণা ছিল। তাই সে দ্রুত প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করে নিজেকে সুস্থ করে তুলতে সক্ষম হয়।

[পাঠ ১, ৩ ও ৫]

- ক. কী সম্পর্কে জ্ঞান থাকলে দুর্ঘটনা এড়ানো সম্ভব? ১  
খ. ফুলে যাওয়া স্থানের প্রাথমিক প্রতিবিধান লেখ। ২

গ. মিরনের পায়ের চামড়া ছিঁড়ে যাওয়া কোন ধরনের দুর্ঘটনা? ব্যাখ্যা কর। ৩  
ঘ. উদ্দীপকে উল্লিখিত দুর্ঘটনার প্রাথমিক প্রতিবিধান হিসেবে মিরন কী কী ব্যবস্থা গ্রহণ করতে পারে বলে তুমি মনে কর? মতামত দাও। ৪

**প্রশ্ন-১৬ ▶** মনির সাহেবের স্ত্রী হাবিবা গোসলখানায় পড়ে গিয়ে গোড়ালিতে আঘাত পায়। এর ফলে হাবিবার পায়ের গোড়ালি ফুলে যায় এবং ব্যথা অনুভব করে। মনির সাহেব নিজে একজন ডাক্তার। তাই তিনি প্রাথমিকভাবে হাবিবার গোড়ালিতে ভেজা কাপড় বেঁধে দেন।



পরবর্তীতে যখন বুঝতে পারে তার পায়ের সন্ধিচ্যুত হয়েছে। তখন সে  
হাবিবার পায়ের ব্যান্ডেজ পরিণে দিলেন। [ পাঠ - ৪ ]

[পটুয়াখালি সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়।]

- ক. সন্ধিস্থান কাকে বলে? ১  
খ. কম্পাউন্ড ফ্রাকচার বলতে কী বুঝ? ২  
গ. হাবিবার পায়ের আঘাতটিকে কেন সন্ধিচ্যুতি বলা হবে? বর্ণনা কর। ৩  
ঘ. হাবিবারে কী কী প্রতিবিধান করা হয়েছিল বলে তুমি মনে কর? ব্যাখ্যা কর। ৪

**প্রশ্ন-১৭ ▶** শাহেদ বাস্কেটবল খেলতে গিয়ে পায়ের বুটের আঘাত পায়।  
এতে পাতার পায়ের ঐ স্থানটি ফুলে ওঠে কিন্তু ঐ স্থান থেকে রক্ত  
বের হয়নি। রক্ত ভিতরে জমে ঐ স্থানে ব্যথার সৃষ্টি হয়। শাহেদ  
ডাক্তারের কাছে গেলে ডাক্তার তাকে বিভিন্ন ধরনের বত সম্পর্কে ধারণা  
প্রদান করে এবং বতের প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে ধারণা দেয়।  
ফলশ্রুতিতে শাহেদ এখন বত সম্পর্কিত প্রাথমিক প্রতিবিধানে সন্মত।

[ পাঠ - ৩, ৪ ও ৫ ]

- ক. চামড়া ছিঁড়ে গেলে ঐ স্থানে কী হয়? ১  
খ. সন্ধিচ্যুতির লবণসমূহ লেখ। ২

গ. শাহেদের পায়ের কোন ধরনের বতের সৃষ্টি হয়েছে ব্যাখ্যা কর। ৩  
ঘ. বত সম্পর্কে ধারণা লাভের পর শাহেদ কীভাবে প্রাথমিক  
প্রতিবিধান করবে বলে তুমি মনে কর? বিশ্লেষণ কর। ৪

**প্রশ্ন-১৮ ▶** আজিম তার চাচাতো ভাই রনিকে নিয়ে পুকুরে গোসল  
করতে যায়। রনি ছোটবেলা থেকেই ঢাকায় ছিল। তাই তার সঁতার  
শেখা হয়ে ওঠেনি। আজিম তাকে সঁতার শেখানোর চেষ্টা করলে  
একটি দুর্ঘটনা ঘটে। সাত বছর বয়সী রনি আজিমের হাত ফসকে  
পানির নিচে চলে যায়। প্রায় ১৫ মিনিট খোঁজাখুঁজি করে আজিম তাকে  
উদ্ধার করে। [ পাঠ ১, ৫ ও ৬ ]

- ক. কোন ধরনের বত রক্তনালি মসৃনভাবে কেটে যায়? ১  
খ. প্রাথমিক প্রতিবিধানের উল্লেখযোগ্য উপকরণগুলোর নাম লেখ। ২  
গ. আজিম কীভাবে তার চাচাতো ভাই রনিকে প্রাথমিক প্রতিবিধান  
দেবে? বর্ণনা কর। ৩  
ঘ. উদ্দীপকে উল্লিখিত দুর্ঘটনায় প্রাথমিক প্রতিবিধান দেওয়ার বেত্রে  
কৃত্রিম শ্বাসক্রিয়ার গুরুত্ব বিশ্লেষণ কর। ৪



## মাস্টার ট্রেনার প্রণীত দক্ষতাস্তরের প্রশ্ন ও উত্তর

### □ জ্ঞানমূলক -----//

- প্রশ্ন ১ ১ ১** দুর্ঘটনা জীবনের গতিপথে কী সৃষ্টি করে?  
উত্তর : দুর্ঘটনা জীবনের গতিপথে সাময়িক বাধার সৃষ্টি করে।  
**প্রশ্ন ১ ২ ১** রোগীকে সুস্থ করার পথ সুগম করা কিসের উদ্দেশ্য?  
উত্তর : রোগীকে সুস্থ করার পথ সুগম করা প্রাথমিক প্রতিবিধানের  
উদ্দেশ্য।  
**প্রশ্ন ১ ৩ ১** রোগীকে কীভাবে দেখলে সে সুস্থবোধ করবে?  
উত্তর : রোগীকে সহানুভূতির সাথে দেখলে সে সুস্থবোধ করবে।  
**প্রশ্ন ১ ৪ ১** রোগীকে ঘটনাস্থল থেকে কোথায় নিতে হবে?  
উত্তর : রোগীকে ঘটনাস্থল থেকে নিরাপদ আশ্রয়ে নিতে হবে।  
**প্রশ্ন ১ ৫ ১** প্রতিবিধানকারী কিসের আলোকে প্রতিবিধানের কাজ সম্পন্ন করবে?  
উত্তর : প্রতিবিধানকারী অভিজ্ঞতার আলোকে প্রতিবিধানের কাজ সম্পন্ন করবে।  
**প্রশ্ন ১ ৬ ১** প্রতিবিধানকারীর কোন গুণটি তাকে সকলের বিশ্বাসভাজন  
হতে সহায়তা করে?  
উত্তর : প্রতিবিধানকারীর বিচরণতা গুণটি তাকে সকলের বিশ্বাসভাজন  
হতে সহায়তা করে।  
**প্রশ্ন ১ ৭ ১** ব্যায়াম করার সময় কিরু প উচ্চতার সঙ্গী বেছে নিতে  
হবে?  
উত্তর : ব্যায়াম করার সময় নিজের উচ্চতার সঙ্গী বেছে নিতে হবে।  
**প্রশ্ন ১ ৮ ১** কোন প্রতিযোগীদের মাংশপেশিতে টান ধরে বেশি?  
উত্তর : অ্যাথলেটিকস ও সঁতার প্রতিযোগিতায় প্রতিযোগীদের  
মাংশপেশিতে টান ধরে বেশি।  
**প্রশ্ন ১ ৯ ১** সাধারণ হাড়ভাঙা কোথায় ঘটে?  
উত্তর : সাধারণ হাড়ভাঙা শরীরের অভ্যন্তরে ঘটে।  
**প্রশ্ন ১ ১০ ১** কোন রোগীর চিকিৎসা সাথে সাথে শুরব করতে হয়?  
উত্তর : হাড়ভাঙা রোগীর চিকিৎসা সাথে সাথে শুরব করতে হয়।  
**প্রশ্ন ১ ১১ ১** লিগামেন্ট কিসের সাথে সম্পৃক্ত?  
উত্তর : লিগামেন্ট জয়েন্টের সাথে সম্পৃক্ত।  
**প্রশ্ন ১ ১২ ১** ত্বক কেটে রক্তপাত হলে তাকে কী বলে?  
উত্তর : ত্বক কেটে রক্তপাত হলে তাকে বত বলে।  
**প্রশ্ন ১ ১৩ ১** বিম্ববত কী?  
উত্তর : বতটা গভীর কিন্তু সে তুলনায় মুখের পরিসর বড় হয় না এ  
বতকে বিম্ববত বলে।  
**প্রশ্ন ১ ১৪ ১** হোলজার নেলসন পদ্ধতিতে রোগীকে মিনিটে কতবার  
শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়া যায়?

উত্তর : হোলজার নেলসন পদ্ধতিতে রোগীকে মিনিটে ১০/১২ বার  
শ্বাসপ্রশ্বাস দেওয়া যায়।  
**প্রশ্ন ১ ১৫ ১** মুখে মুখে পদ্ধতিটি কোন দিক দিয়ে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে?  
উত্তর : মুখে মুখে পদ্ধতিটি নৈতিক দিক দিয়ে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে।

### □ অনুধাবনমূলক -----//

- প্রশ্ন ১ ১ ১** আমাদের প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে জ্ঞান থাকা জরুরি কেন?  
উত্তর : দৃশ্যমান ও অদৃশ্যমান নানা রকম দুর্ঘটনা জীবনের গতিপথে  
সাময়িক বাধার সৃষ্টি করে। এসব দুর্ঘটনা অকস্মাৎ ঘটে। তখন  
আশপাশে কোনো ডাক্তার পাওয়া যায় না। এ সময় রোগীকে তাৎক্ষণিক  
প্রতিবিধান দিতে হয়। সেজন্য আমাদের প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে  
জ্ঞান থাকা জরুরি।  
**প্রশ্ন ১ ২ ১** প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর কাজ লেখ।  
উত্তর : প্রাথমিক প্রতিবিধানকারী চিকিৎসক নন। তাই তার পর্বে  
রোগীকে পুরো চিকিৎসা দেওয়া সম্ভব নয়। তিনি শুধু ডাক্তার আসার আগ  
পর্যন্ত বা হাসপাতালে স্থানান্তর করার আগ পর্যন্ত অসুস্থ ব্যক্তির প্রাণ  
রক্ষা করা, সুস্থ করার পথ সুগম করা এবং রোগীর অবস্থা যেন আরও  
খারাপ না হয়, সেদিকে লব রেখে জীবনরক্ষার ভার নেন।  
**প্রশ্ন ১ ৩ ১** প্রাথমিক প্রতিবিধানের ৪টি পদ্ধতি লেখ।  
উত্তর : প্রাথমিক প্রতিবিধানের ৪টি পদ্ধতি হলো :  
১. দ্রুত অথচ ঠান্ডা মাথায় আগের কাজ আগে ও পরের কাজ পরে  
করতে হবে।  
২. রোগীকে ঘটনাস্থল থেকে নিরাপদ আশ্রয়ে নিতে হবে।  
৩. রোগীর জ্ঞান আছে কিনা দেখতে হবে।  
৪. শ্বাসপ্রশ্বাসের বিষয় দেখা দিলে কৃত্রিম শ্বাসপ্রশ্বাসের ব্যবস্থা করতে হবে।  
**প্রশ্ন ১ ৪ ১** প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর বিচরণতা কেন প্রয়োজন?  
উত্তর : প্রাথমিক প্রতিবিধানকারীর বিচরণতা থাকা প্রয়োজন। কারণ  
বিচরণতা গুণটির মাধ্যমেই প্রতিবিধানকারী কোনো অপ্রয়োজনীয় কাজ  
না করে সহজে রোগীর লবণাদি দেখে আহত জায়গা সম্বল্ধে ধারণা লাভ  
করতে পারে। এর ফলে সঠিক চিকিৎসা প্রদানও তার পর্বে সম্ভব হয়,  
যা সকলের কাছে তাকে গ্রহণযোগ্য ও বিশ্বাসভাজন হতে সহায়তা করে।  
**প্রশ্ন ১ ৫ ১** কম্পাউন্ড ফ্রাকচার বলতে কী বুঝ?  
উত্তর : ভাঙা হাড় চামড়া ভেদ করে বাইরে বেরিয়ে এলে তাকে  
কম্পাউন্ড ফ্রাকচার বলে। কম্পাউন্ড ফ্রাকচারকে আবার উন্মুক্ত  
ফ্রাকচারও বলা হয়। এ ধরনের দুর্ঘটনায় ভাঙা হাড় যতটা সম্ভব সোজা  
করে শক্তভাবে ব্যান্ডেজ করতে হয়, যাতে ঐ স্থান অনড় থাকে।  
**প্রশ্ন ১ ৬ ১** সাধারণ হাড়ভাঙা বলতে কী বোঝায়?

