অধ্যায় ১১
জীবনের নিরাপত্তা এবং প্রাথমিক চিকিৎসা

❑ এ অধ্যায়ে জানতে পারব

- বিভিন্ন রকম দুর্ঘটনা সম্পর্কে
- দুর্ঘটনা প্রতিরোধের উপায়
- প্রাথমিক চিকিৎসা এবং এর সাধারণ নিয়ম
- বিভিন্ন দুর্ঘটনার প্রাথমিক চিকিৎসা সম্পর্কে

❑ অধ্যায়টির মূলভাব জেনে নিই

হঠাৎ করে দুর্ঘটনা ঘটার ফলে আমাদের শরীর ও সম্পদের ক্ষতি হয়। আমরা সচরাচর যে সকল দুর্ঘটনার সম্মুখীন হই সেগুলোর মধ্যে রয়েছে পড়ে যাওয়া, কেটে যাওয়া, আগুন লাগা, পুড়ে যাওয়া, বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হওয়া, বিষক্রিয়া হওয়া ইত্যাদি। অন্যান্য দুর্ঘটনার মধ্যে রয়েছে সড়ক দুর্ঘটনা, সাপে কাটা এবং পানিতে ডোবা। বেশিরভাগ দুর্ঘটনাই প্রতিরোধ করা সম্ভব। কোনো দুর্ঘটনা যদি ঘটে যায়, তাহলে প্রাথমিক চিকিৎসার মাধ্যমে ক্ষতি কমানো সম্ভব। প্রাথমিক চিকিৎসার মাধ্যমে কখনো কখনো মানুষের জীবন বাঁচানো সম্ভব। তাই প্রাথমিক চিকিৎসা সম্পর্কে জ্ঞান থাকলে অনেক দুর্ঘটনা সহজে মোকাবেলা করা সম্ভব।

অনুশীলনীর প্রশ্ন ও উত্তর

১. শূন্যস্থান পূরণ কর।

১) হঠাৎ ঘটে যাওয়া কোনো ঘটনা যা আমাদের শরীরের বা সম্পদের ক্ষতি সাধন করে তাই ———।

২) সাপ বনজঙ্গল ছাড়াও ——— আশেপাশে থাকে।

৩) আমরা ——— শিখে পানিতে ডোবা প্রতিরোধ করতে পারি।

৪) শরীরের কোনো অঙ্গ ——— উৎসের সংস্পর্শে এলে মানুষ বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হয়।

উত্তর: ১) দুর্ঘটনা, ২) বাড়িঘরের, ৩) সাঁতার, ৪) বিদ্যুৎ।

২. সঠিক উত্তরে টিক চিহ্ন (✓) দাও।

১) আগুন লাগা জনিত দুর্ঘটনা প্রতিরোধের ভালো উপায় কী?

ক. শুকনো কাপড় বা কাগজ চুলার কাছাকাছি রাখা
খ. আগুন নিয়ে খেলা করা
গ. রান্নার সময় লম্বা হাতাওয়ালা পোশাক পরা
✓ঘ. আগুন থেকে দূরে থাকা

২) পুড়ে যাওয়া রোগীর জন্য আমরা কী করব?

✓ক. পোড়া স্থানে ঠান্ডা পানি ঢালব
খ. পোড়া স্থানে বরফ লাগাব
গ. পোড়া স্থানে লোশন বা মাখন ব্যবহার করব
ঘ. যত দ্রুত সম্ভব ফোস্কা গলিয়ে ফেলব

৩) সাপে কাটা রোগীর জন্য আমরা কী করব?

ক. চুষে বিষ বের করার চেষ্টা করব
✓খ. রোগীকে যথাসম্ভব স্থির রাখব
গ. ক্ষতস্থানের চারপাশের চামড়া কেটে ফেলব
ঘ. সাপটি ধরার চেষ্টা করব

৩. সংক্ষিপ্ত উত্তর প্রশ্ন :

১) বাড়িতে কী কী দুর্ঘটনা ঘটতে পারে?

উত্তর : বাড়িতে সচরাচর যে সকল দুর্ঘটনা ঘটতে পারে তার মধ্যে রয়েছে পড়ে যাওয়া, কেটে যাওয়া, আগুন লাগা, পুড়ে যাওয়া, বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হওয়া, বিষক্রিয়া ঘটা ইত্যাদি।

২) আমরা বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তিকে কীভাবে বিদ্যুতের উৎস থেকে আলাদা করব?

উত্তর : বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তিকে বিদ্যুতের উৎস থেকে আলাদা করার উপায় নিচে দেওয়া হলো–

ক. মেইন সুইচ বন্ধ করে বা বৈদ্যুতিক প্লাগ খুলে ফেলে বৈদ্যুতিক সংযোগ বিচ্ছিন্ন করতে হবে।

খ. বৈদ্যুতিক সংযোগ বিচ্ছিন্ন করা সম্ভব না হলে শুকনো কাঠ বা বাঁশ দিয়ে বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তিকে বিদ্যুতের উৎস থেকে আলাদা

করতে হবে। এ সময় প্লাস্টিকের মাদুর, চটের বস্তা বা মোটা কাগজের উপর দাঁড়িয়ে কাজটি সম্পন্ন করতে হবে।

৩) কীভাবে আগুনে পোড়া ব্যক্তির প্রাথমিক চিকিৎসা দেওয়া হয়?

উত্তর : আগুনে পোড়া ব্যক্তির প্রাথমিক চিকিৎসা দেওয়ার উপায় হলো–

ক. পোড়া স্থানে কমপক্ষে ১০ মিনিট ঠান্ডা পানি ঢালতে হবে।

খ. পোড়া স্থানে বরফ ব্যবহার করা যাবে না এবং ফোস্কা গলানো যাবে না।

গ. সামান্য পোড়ায় বার্নল বা পানি নারিকেল তেলের সঙ্গে মিশিয়ে লাগাতে হবে।

ঘ. প্রয়োজনে যত দ্রুত সম্ভব ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে।

৪. বর্ণনামূলক প্রশ্ন :

১) প্রাথমিক চিকিৎসার সাধারণ নিয়মগুলো কী কী?

উত্তর : প্রাথমিক চিকিৎসার কিছু সাধারণ নিয়ম রয়েছে। যেমন–

ক. **সাহায্য চাওয়া :** সর্বপ্রথম আমাদেরকে বড় কাউকে ডাকতে হবে বা জরুরি সেবার জন্য সাহায্য চাইতে হবে।

খ. **নিজেকে নিরাপদ রাখা :** আহত কোনো ব্যক্তিকে সাহায্যের পূর্বে আমাদের নিজেদের নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে হবে। তা না হলে আমরা নিজেরাই দুর্ঘটনায় পড়তে পারি।

গ. **আহত ব্যক্তিকে স্থির রাখা :** প্রয়োজন ছাড়া আহত ব্যক্তিকে নাড়াচাড়া না করা।

ঘ. **আহত ব্যক্তিকে শান্ত রাখা :** আহত ব্যক্তিকে উৎসাহমূলক কথা বলে শান্ত রাখা।

২) আমরা পানিতে ডুবতে থাকা কোনো মানুষকে কীভাবে উদ্ধার করব?

উত্তর : পানিতে ডুবতে থাকা ব্যক্তিকে উদ্ধারের জন্য আমরা তার হাতের নাগালে লম্বা দড়ি বা লাঠি ধরব। তা না হলে ভেসে থাকতে পারে এমন বস্তু যেমন– বড় কাঠের টুকরা, কলাগাছ ইত্যাদি পানিতে ভাসিয়ে দেব, ডুবতে থাকা ব্যক্তি যেন সেটি ধরে ভাসতে পারে ও উঠে আসতে পারে। একা একা সাঁতার কেটে উদ্ধারের চেষ্টা করব না। এতে করে নিজের ডুবে যাওয়ার আশঙ্কা থাকে।

৩) সাপে কাটা কীভাবে প্রতিরোধ করা যায়?

উত্তর : আমরা বিভিন্ন উপায়ে সাপে কাটা প্রতিরোধ করতে পারি। যেমন–

ক. সাপ নিয়ে নাড়াচাড়া বা খেলাধুলা করব না।

খ. সাপ থাকতে পারে এমন জায়গা যেমন– ঘন ঘাস বা ঝোপঝাড়, ইট বা পাথরের ফাঁক, গর্ত ইত্যাদি এড়িয়ে চলতে হবে।

গ. জঙ্গল বা ঝোপঝাড়ে যেতে হলে অবশ্যই লম্বা লাঠি ব্যবহার করতে হবে।

ঘ. রাতে চলাফেরার সময় টর্চ লাইট বা অন্য বাতি ব্যবহার করতে হবে।

ঙ. বাড়ির চারপাশ পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখতে হবে, যাতে সাপ লুকিয়ে থাকতে না পারে।

৪) দুর্ঘটনায় পড়া কোনো মানুষ শ্বাস না নিলে আমরা কী করব?

উত্তর : দুর্ঘটনায় পড়া কোনো মানুষ শ্বাস না নিলে আমরা যা করব তা হলো–

ক. রোগীকে চিত করে শুইয়ে দিতে হবে এবং থুতনি আলতো করে উপরে তুলে ধরতে হবে।

খ. রোগীর নাক চেপে ধরে মুখে মুখ লাগিয়ে কয়েকবার ফুঁ দিতে হবে, যতক্ষণ না রোগীর বুক ফুলে উঠে। তবে মাঝে মাঝে রোগীকে শ্বাস ছাড়ার জন্য সময় দিতে হবে। এতে রোগীর বুক ফুলে না উঠলে তার মাথার অবস্থান পরিবর্তন করে পুনরায় ফুঁ দিতে হবে।

একটু উপরে দড়ি বা কাপড় দিয়ে শক্ত করে বাঁধতে হয়।

অতিরিক্ত প্রশ্ন ও উত্তর

❑ **শূন্যস্থান পূরণ কর।**

১) বেশির ভাগ দুর্ঘটনাই —— করা সম্ভব।

২) সাধারণত —— মানুষ বেশি সাপে কাটার শিকার হয়।

৩) রান্নার সময় —— পোশাক পরা যাবে না।

৪) দুর্ঘটনায় সবার আগে নিজের —— কথা চিন্তা করতে হবে।

৫) আগুনে পোড়া স্থানে কমপেক্ষ —— ঠান্ডা পানি ঢালতে হবে।

৬) আগুনে পোড়া স্থানে —— ব্যবহার করা যাবে না।

৭) মানবদেহের মধ্য দিয়ে —— প্রবাহিত হতে পারে।

৮) যত দ্রুত সম্ভব বিদ্যুতের উৎস থেকে —— ব্যক্তিকে আলাদা করতে হবে।

৯) সাপে কাটলে যত দ্রুত সম্ভব —— পরামর্শ গ্রহণ করতে হবে।

১০) সাপে কাটলে চিকিৎসার জন্য —— কাছে যাওয়া যাবে না।

উত্তর : ১) প্রতিরোধ, ২) গ্রামাঞ্চলের, ৩) লম্বা হাতাওয়ালা বা ঢিলেঢালা, ৪) নিরাপত্তার, ৫) ১০ মিনিট, ৬) বরফ ৭) বিদ্যুৎ, ৮) বিদ্যুৎস্পৃষ্ট, ৯) ডাক্তারের, ১০) ওঝা বা সাপুড়ের।

❑ **বাম পাশের শব্দের সাথে ডান পাশের শব্দের মিল কর।**

হঠাৎ দুর্ঘটনা	বিদ্যুৎস্পৃষ্ট
গ্রামাঞ্চল	ম্যাচ
অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র	শরীর ও সম্পদের ক্ষতি
শুকনো লাঠি	বেশি সাপে কাটা
অগ্নিকাণ্ড	আগুন নেভানো

উত্তর : হঠাৎ দুর্ঘটনা —— শরীর ও সম্পদের ক্ষতি।

গ্রামাঞ্চল —— বেশি সাপে কাটা।

অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র —— আগুন নেভানো।

শুকনো লাঠি —— বিদ্যুৎস্পৃষ্ট।

অগ্নিকাণ্ড —— ম্যাচ।

বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১ : আমাদের জীবনে দুর্ঘটনা

➲ **সাধারণ**

১. **আমাদের দেশে কোন অঞ্চলের মানুষ বেশি সাপে কাটার শিকার হয়?** ক

ক গ্রাম খ শহর গ উপশহর ঘ নগর

২. **জঙ্গলে বা ঝোপঝাড়ে যাওয়ার সময় কোনটি ব্যবহার করা উচিত?** খ

ক বন্দুক খ লম্বা লাঠি গ টর্চ লাইট ঘ ছুরি

৩. **সাপে কাটা প্রতিরোধের জন্য রাতে চলাফেরার সময় কোনটি ব্যবহার করতে হবে?** গ

ক চাকু খ লম্বা লাঠি গ টর্চ ঘ মোম

৪. **আগুনজনিত দুর্ঘটনা ঘটার কারণ কী?** ক

ক রান্নার সময় ঢিলেঢালা পোশাক পরা

খ গ্যাসের চুলায় রান্না করা

গ লাকড়ির চুলায় রান্না করা

ঘ রান্নার সময় অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র কাছে না রাখা

৫. **একা আগুন নেভাতে যাওয়া ঠিক নয় কেন?** খ

ক আগুন নেভানো সম্ভব হবে না

খ নিজের নিরাপত্তা বিঘ্নিত হতে পারে

গ আগুনের মাত্রা বেড়ে যাবে

ঘ একা অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র ব্যবহার করা যাবে না

৬. **আগুন নেভানোর জন্য নিচের কোনটি ব্যবহার করা অনুচিত?** ঘ

ক ভেজা কম্বল খ অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র

গ পানি ঘ কেরোসিন

➲ **যোগ্যতাভিত্তিক**

শিখনফল: আগুনজনিত দুর্ঘটনার সময় করণীয় কী সে সম্পর্কে জানতে পারব।

৭. **তোমাদের বসবাসের ভবনে আগুন ছড়িয়ে পড়েছে। তোমার এখন কী করা উচিত?** গ

ক বালতি ভর্তি পানি আনা খ আগুন নেভাতে যাওয়া

গ দ্রুত ভবন ত্যাগ করা ঘ লোকজন ডেকে জড়ো করা

৮. **তোমাদের পাশের ভবনে আগুন লেগেছে। তোমার এখন কী করা উচিত?** ক

ক নিকটস্থ ফায়ার স্টেশনে খবর দেওয়া

খ পানির কলস নিয়ে সেখানে যাওয়া

গ দূরে দূরে থাকা

ঘ আগুনে পোড়ার দৃশ্য দেখা

২. প্রাথমিক চিকিৎসা

➲ সাধারণ

৯. প্রাথমিক চিকিৎসা কী? খ

ক আহত ব্যক্তিকে পরামর্শ দেওয়া
খ দ্রুত সাময়িক চিকিৎসার ব্যবস্থা
গ আহত ব্যক্তিকে চিকিৎসকের কাছে নেওয়া
ঘ আহত ব্যক্তিকে নাড়াচাড়ার মধ্যে রাখা

১০. আগুনে পোড়া স্থানে কমপক্ষে কত মিনিট ঠান্ডা পানি ঢালতে হবে? খ

ক ৫ খ ১০ গ ১৫ ঘ ২০

১১. আগুনে পোড়া স্থানে কোনটি ব্যবহার করা অনুচিত? ঘ

ক বার্নল খ পানি
গ পানি-নারিকেল তেলের মিশ্রণ ঘ বরফ

১২. সামান্য পোড়া স্থানে কোনটি ব্যবহার করতে হয়? ক

ক বার্নল খ সাবান গ বরফ ঘ এসিড

১৩. প্রাথমিক চিকিৎসার নিয়ম কয়টি? গ

ক ২ খ ৩ গ ৪ ঘ ৫

১৪. কোনটি প্রাথমিক চিকিৎসার সাধারণ নিয়ম? ক

ক সাহায্য চাওয়া খ পরামর্শ চাওয়া
গ উপদেশ দেওয়া ঘ অনুরোধ করা

১৫. কাউকে পানিতে ডুবতে দেখলে কী করা উচিত? ক

ক বড়দের ডাকা খ ছোটদের ডাকা
গ একাই উদ্ধারের চেষ্টা করা ঘ কান্না করা

১৬. পানিতে ডুবতে থাকা ব্যক্তিকে উদ্ধার করতে কোনটি ব্যবহার করা যায়? ঘ

ক লোহার টুকরা খ ভেজা কাপড়
গ বড় পাথর ঘ দড়ি

১৭. কোন বস্তুটি ভেসে থাকতে পারে? গ

ক ভেজা কাঠ খ লোহার পাত
গ কলাগাছ ঘ ভেজা কাপড়

১৮. পানিতে ডোবা রোগীর শ্বাস–প্রশ্বাস বন্ধ থাকলে কী করতে হবে? ক

ক মুখে মুখ লাগিয়ে কয়েকবার ফুঁ দিতে হবে
খ উপুড় করে শুইয়ে দিতে হবে
গ নাকে মুখে পানি দিতে হবে
ঘ শরীরে বালি মেশাতে হবে

১৯. পানিতে ডোবা রোগীর বুকের মাঝখানে হাত রেখে প্রায় কতবার চাপ দিতে হবে? গ

ক ১০ খ ২০ গ ৩০ ঘ ৪০

২০. পানিতে ডোবা রোগীর বুকে চাপ দেওয়ার সময় বুকের কত অংশ দেবে যেতে হবে? খ

ক ১/২ খ ১/৩ গ ১/৪ ঘ ১/৫

২১. কোনটির মধ্য দিয়ে বিদ্যুৎ প্রবাহিত হতে পারে? গ

ক বই খ খাতা
গ মানবদেহ ঘ শুকনো বাঁশ

২২. বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তিকে উদ্ধার করার সময় কিসের উপর দাঁড়াতে হবে? ক

ক চটের বস্তা খ লোহার পেরট
গ টিন ঘ ভেজা জায়গায়

২৩. কোন দুর্ঘটনায় রোগীর মুখে মুখ লাগিয়ে ফুঁ দিতে হবে? গ

ক সাপে কাটা খ আগুনে পোড়া
গ বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হওয়া ঘ পড়ে যাওয়া

২৪. সাপে কাটার ক্ষেত্রে কোনটি করা উচিত? গ

ক বরফ লাগানো খ চাকু দিয়ে কাটা
গ কাটা স্থানের উপর বাঁধ দেওয়া ঘ ওঝা ডাকা

➲ যোগ্যতাভিত্তিক

২৫. রান্নার সময় তোমার মায়ের হাত পুড়ে গেল। এক্ষেত্রে প্রথমে তোমার কোন কাজটি করা উচিত? ক

ক পোড়া স্থানে ঠান্ডা পানি ঢালা
খ ডাক্তার ডাকতে যাওয়া
গ বেশি করে বরফ দেওয়া
ঘ ফোস্কা পড়লে গলিয়ে দেওয়া

২৬. তুমি তোমার ভাইকে পানিতে ডুবতে দেখলে। তুমি প্রথমে কোন কাজটি করবে? ক

ক বড়দের ডাকবে খ ছোটদের ডাকবে
গ একাই উদ্ধার করতে যাবে ঘ কান্না শুরু করবে

২৭. রাজু পানিতে পড়ে গেল। পানি থেকে তোলার পর তার শ্বাস বন্ধ থাকলে, কোন কাজটি করা অনুচিত? খ

ক চিবুক উপরে তুলে শ্বাসনালি খোলা রাখা

ⓚ মুখে মুখ লাগিয়ে ফুঁ দেওয়া

ⓖ বুকে চাপ প্রয়োগ করা

ⓖ দাঁড় করে রাখা

২৮. রানার বন্ধু বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হলো। সর্বপ্রথম রানার কোন কাজটি করা উচিত? ক

ক মেইন সুইচ বন্ধ করা

খ কাঁচা বাঁশ দিয়ে বন্ধুকে উদ্ধার করা

গ বন্ধুর হাত ধরে দূরে আনা

ঘ মুখে মুখ লাগিয়ে ফুঁ দেওয়া

২৯. ঝুমা বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হলো। উৎস থেকে আলাদা না করলে তাকে স্পর্শ করা অনুচিত। কারণ– ক

ক উদ্ধারকারী বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হতে পারে

খ ঝুমা জ্ঞান হারাতে পারে

গ ঝুমা মারা যেতে পারে

ঘ উদ্ধারকারীর হাতে ব্যথা হতে পারে

৩০. রুপাকে সাপে কেটেছে। এক্ষেত্রে প্রথমেই কোন কাজটি করা উচিত? ক

ক কাটা স্থানের উপরে দড়ি দিয়ে বেঁধে দেওয়া

খ চাকু দিয়ে ক্ষত স্থানে কাটা

গ ক্ষত স্থানে বরফ লাগানো

ঘ ওঝার কাছে চিকিৎসার জন্য নেওয়া

সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন ও উত্তর

১. দুর্ঘটনার ফলে কী হয়?

উত্তর : দুর্ঘটনার ফলে আমাদের শরীর ও সম্পদের ক্ষতি হয়।

২. আমরা কীভাবে পানিতে ডোবা প্রতিরোধ করতে পারি?

উত্তর : সাঁতার শিখে আমরা পানিতে ডোবা প্রতিরোধ করতে পারি।

৩. কোন অঞ্চলের মানুষ বেশি সাপে কাটার শিকার হয়?

উত্তর : সাধারণত গ্রামাঞ্চলের মানুষ বেশি সাপে কাটার শিকার হয়।

৪. অগ্নিকান্ড ঘটতে পারে কীভাবে?

উত্তর : রান্নার সময় অসাবধানতা, মোমবাতি বা কুপিবাতি ব্যবহারে অসতর্কতা, বৈদ্যুতিক শর্টসার্কিট, জ্বলন্ত বিড়ি, দিয়াশলাইয়ের কাঠি ইত্যাদির মাধ্যমে অগ্নিকান্ড ঘটতে পারে।

৫. অগ্নিকান্ড প্রতিরোধের একটি উপায় লেখ।

উত্তর : সহজে আগুন ধরে এমন সব বস্তু যেমন– কাগজ, কাপড়, শুকনো কাঠ ইত্যাদি তাপ ও আগুনের শিখা থেকে যথাসম্ভব দূরে রাখা অগ্নিকান্ড প্রতিরোধের একটি উপায়।

৬. প্রাথমিক চিকিৎসা কী?

উত্তর : ডাক্তার আসা বা হাসপাতালে নেওয়ার পূর্বে অসুস্থ বা আহত কোনো ব্যক্তিকে দ্রুত সাময়িক সেবা দেওয়া বা চিকিৎসার ব্যবস্থা করাই হলো প্রাথমিক চিকিৎসা।

৭. কোনো পোড়া স্থানে কতক্ষণ পানি ঢালতে হয়?

উত্তর : কোনো পোড়া স্থানে কমপক্ষে ১০ মিনিট ঠান্ডা পানি ঢালতে হবে।

৮. সামান্য আগুনে পোড়া স্থানে কী লাগাতে হয়?

উত্তর : সামান্য আগুনে পোড়া স্থানে বার্নল বা পানি নারিকেল তেলের সঙ্গে মিশিয়ে লাগাতে হবে।

৯. পানিতে ডোবা রোগীর বুকে কতবার হাত দিয়ে চাপ দিতে হবে?

উত্তর : পানিতে ডোবা রোগীর বুকে প্রায় ৩০ বার হাত দিয়ে চাপ দিতে হবে।

১০. বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হওয়া কাকে বলে?

উত্তর : শরীরের কোনো অঙ্গ বিদ্যুৎ উৎসের সংস্পর্শে এলে আমরা দুর্ঘটনার সম্মুখীন হতে পারি। যেমন– পুড়ে যেতে পারি অথবা হৃদস্পন্দন বন্ধ হয়ে মারা যেতে পারি। এই ধরনের দুর্ঘটনাকে বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হওয়া বলে।

১১. বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তিকে ধরা যাবে না কেন?

উত্তর : বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তিকে ধরলে উদ্ধারকারী নিজেও বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হয়ে পড়বে। তাই বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তিকে ধরা যাবে না।

১২. ডাক্তার না আসা পর্যন্ত সাপে কাটার স্থানে কী করতে হবে?

উত্তর : ডাক্তার না আসা পর্যন্ত সাপে কাটার স্থানের একটু উপরে দড়ি বা কাপড় দিয়ে শক্ত করে বাঁধতে হবে।

১৩. বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তি শ্বাস না নিলে কী করতে হবে?

উত্তর : বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ব্যক্তি শ্বাস না নিলে তার নাক চেপে ধরে মুখে মুখ লাগিয়ে কয়েকবার ফুঁ দিতে হবে, যতক্ষণ না রোগীর বুক ফুলে উঠে। তবে মাঝে মাঝে শ্বাস ছাড়ার জন্য সময় দিতে হবে এবং বুকে চাপ প্রয়োগ করতে হবে।

১৪. কাউকে পানিতে ডুবতে দেখলে কী করা উচিত?

উত্তর : কাউকে পানিতে ডুবতে দেখলে সাহায্যের জন্য বড়দের ডাকা এবং জরুরি সেবার জন্য কাউকে পাঠানো উচিত।

১৫. প্রাথমিক চিকিৎসার নিয়মগুলো লেখ।

উত্তর : প্রাথমিক চিকিৎসার নিয়মগুলো হলো–

১) সাহায্য চাওয়া, ২) নিজেকে নিরাপদ রাখা, ৩) আহত ব্যক্তিকে স্থির রাখা এবং ৪) আহত ব্যক্তিকে শান্ত রাখা।

কাঠামোবদ্ধ প্রশ্ন ও উত্তর

➲ **সাধারণ**

১. আগুনজনিত দুর্ঘটনা প্রতিরোধের উপায়গুলো লেখ।

উত্তর : আমরা বিভিন্ন উপায়ে আগুনজনিত দুর্ঘটনা প্রতিরোধ করতে পারি। যেমন–

১) চুলার কাছাকাছি যাওয়া এবং ম্যাচ নিয়ে খেলা থেকে বিরত থাকতে হবে।

২) রান্নার সময় লম্বা হাতাওয়ালা বা ঢিলেঢালা পোশাক পরা যাবে না।

৩) সহজে আগুন ধরে এমন সব বস্তু যেমন– কাগজ, কাপড়, শুকনো কাঠ ইত্যাদি তাপ ও আগুনের শিখা থেকে যথাসম্ভব দূরে রাখতে হবে।

৪) বৈদ্যুতিক প্লাগে অতিরিক্ত সংযোগ পরিহার করতে হবে।

২. কোনো জায়গায় আগুন লাগলে কী করতে হবে?

উত্তর : কোনো জায়গায় আগুন লাগলে প্রাথমিক পর্যায়েই তা নেভাতে হবে।

কোথাও আগুন লাগলে অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র ব্যবহার করে, ভেজা কম্বল বা কাঁথা দিয়ে জড়িয়ে অথবা আগুনের উৎসে পানি ঢেলে প্রাথমিক পর্যায়ে আগুন নেভাতে হবে। আগুন ব্যাপকভাবে ছড়িয়ে পড়লে দ্রুত সেখান থেকে বেরিয়ে ফায়ার স্টেশনে যোগাযোগ করতে হবে। একা একা আগুন নেভাতে যাওয়া ঠিক নয়। সবার আগে নিজের নিরাপত্তার কথা চিন্তা করতে হবে।

➲ **যোগ্যতাভিত্তিক**

৩. রাজুকে সাপে কেটেছে। তার প্রাথমিক চিকিৎসার জন্য কোন কাজগুলো করা অনুচিত?

উত্তর : রাজুর সাপে কাটা রোগের চিকিৎসার জন্য যেসব কাজ করা অনুচিত তা হলো–

১) বিষ বের করার জন্য ক্ষতস্থানে মুখ দিয়ে চোষা।

২) ক্ষতস্থানের চারপাশের ত্বক কাটা।

৩) ক্ষতস্থানে বরফ লাগানো।

৪) অপ্রয়োজনে নড়াচড়া করা।

৫) সাপটি ধরার চেষ্টা করা।

৬) ওঝা বা সাপুড়ের কাছে চিকিৎসার জন্য যাওয়া।

৪. তোমার ছোট ভাই বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হলো। ডাক্তার আসার পূর্ব পর্যন্ত তুমি তার জন্য কী করবে?

উত্তর : যত দ্রুত সম্ভব বিদ্যুতের উৎস থেকে আমার ছোট ভাইকে আলাদা করে নেব এবং ডাক্তার আসার পূর্ব পর্যন্ত প্রাথমিক চিকিৎসার জন্য যা করব তা হলো–

১) প্রথমে বিদ্যুৎস্পৃষ্ট ছোট ভাইয়ের শ্বাস-প্রশ্বাস, নাড়ির স্পন্দন এবং ক্ষতস্থান পরীক্ষা করব।

২) তার দেহ পুড়ে গেলে আগুনে পোড়ার প্রাথমিক চিকিৎসা দেব।

৩) যদি সে শ্বাস না নেয় তাহলে তার নাক চেপে ধরে মুখে মুখ লাগিয়ে কয়েকবার ফুঁ দেব এবং বুকে চাপ প্রয়োগ করব।

৫. তোমার ছোট ভাইয়ের হাত আগুনে পুড়ে গেছে। এখন তোমার কী করা উচিত এবং কী করা অনুচিত?

উত্তর : ছোট ভাইকে আগুন পুড়ে যাওয়ার প্রাথমিক চিকিৎসা দেব। এজন্য যা করা উচিত তা হলো–

১) পোড়া স্থানে কমপক্ষে ১০ মিনিট ঠান্ডা পানি ঢালব।

২) সামান্য পুড়ে গেলে পোড়া স্থানে বার্নল বা পানি নারিকেল তেলের সঙ্গে মিশিয়ে লাগাব।

৩) প্রয়োজনে যত দ্রুত সম্ভব ডাক্তারের পরামর্শ নেব।

যে কাজগুলো করা অনুচিত তা হলো–

১) পোড়া স্থানে বরফ ব্যবহার করা।

২) ফোস্কা সৃষ্টি হলে তা গলানো।