जे एम डी पी एल महिला कॉलेज, मधुबनी.

कार्यक्रम का प्रतिवेदन

1	कार्यक्रम का नाम	**प्राथमिक चिकित्सा पर कार्यशाला**
2	आयोजन तिथि एवं स्थान	**14 नवम्बर ,2019 / कॉलेज का सभागार**
3	श्रोत व्यक्ति का नाम एवं पद	**डॉ. अशोक त्रिपाठी**, ,(बी ए.एम्.एस.) एवं **कुमारी अंतरा** मधुबनी मेडिकल कॉलेज एवं हॉस्पिटल की प्रथम वर्ष की छात्रा
4	संरक्षण	**डॉ. उदय नारायण तिवारी,प्रधानाचार्य.**
5	अध्यक्षता	**डॉ. भारत भूषण रॉय**
6	प्रतिभागियों के प्रकार एवं संख्यां	**1. छात्राएं:27 2.प्राध्यापक: 10**
7	**कार्यक्रम का विवरण** सर्वप्रथम श्रोत व्यक्ति, **डॉ. अशोक त्रिपाठी**,(बी ए.एम्.एस. एवं मधुबनी मेडिकल कॉलेज एवं हॉस्पिटल की प्रथम वर्ष की छात्रा **कुमारी अंतरा** को **डॉ. भारत भूषण रॉय**, (प्राध्यापक,अंग्रजी विभाग,) **डॉ. विनय कुमार दास** (प्राध्यापक, राजनीति विज्ञान विभाग सह Coordinator, IQAC) **डॉ. किरण कुमारी झा** (प्राध्यापक रसायन विज्ञान विभाग) ने औपचारिक अभिनन्दन किया और उनका स्वागत किया. प्रधानाचार्य कक्ष में कुछ अनौपचारिक शैक्षणिक बात-चीत के बाद श्री त्रिपाठी और अंतरा को सभा कक्ष में आमंत्रित किया गया. जहाँ छात्राओं ने ताली बजा कर स्वागत किया फिर **डॉ. अशोक त्रिपाठी और कुमारी अंतरा** ने बारी-बारी से अपना-अपना संबोधन शुरू हुआ. मंच से **डॉ. अशोक त्रिपाठी और कुमारी अंतरा** ने छात्राओं और प्राध्यापकों / प्रध्यिपकाओं को संबोधित करते हुए कहा कि आज के युग में हर घर में बीमारियों और दुर्घनाओं की समस्या बढती जा रही है. यह अलग बात है कि इसके साथ -साथ स्वास्थ्य सुविधाएँ और सेवाओं में भी इजाफा हुआ है लेकिन बृहद चिकित्सा मिलने में देर लग ही जाती है. प्राथमिक चिकित्सा एक ऐसा विषय है जिसकी जानकारी घर के प्रत्येक सजग नागरिक को होना चाहिए. इससे आकस्मिकता में प्रभावित व्यक्ति की	

जान भी बचाए जा सकते है. तत्काल/ प्राथमिक चिकित्सा के बाद तो बृहद चिकित्सा की और बढ़ना चाहिए. श्रोत व्यक्तियों ने बतलाया कि बी पी, मधुमेह दोनों ऐसी बीमारयाँ हैं जिससे लगभग प्रत्येक परिवार ग्रसित है साथ ही ये दोनों बीमारियाँ अचानक ही कई तरह के उपद्रव उत्पन्न कर देते है. जिसका प्राथमिक चिकित्सा के बाद बृहद उपचार आवश्यक है.

अपनी बातों को आगे बढ़ाते हुए **डॉ. अशोक त्रिपाठी और कुमारी अंतरा** ने उक्त दोनों बीमारियों के लक्षणों से अवगत कराते हुए कहा कि चक्कर आना, बात-बात पर बिगरना, गुस्सा हो जाना, मन को स्थिर नहीं कर पाना आदि High Blood Pressure के लक्षण हैं. सुस्त हो जाना, कमजोरी महसूस होना, बदन में झनझनाहट Low Blood Pressureके लक्षण हैं. इसलिए समय-समय पर बी पी का परिक्षण करते रहना चाहिए और घर के प्रमुख व्यक्तियों को रक्त चाप जाचने आना चाहिए. इसके लिए आवश्यक है कि घर में BP जांचने की मशीन रखना चाहिए. और छात्राओं को बी पी जाचनें के तरीकों से अवगत कराया.चिकित्सक ने खुद छात्राओं का BP जाच किया फिर छात्राओं से दुसरे छात्रा को बी पी जांचने को कहा और मशीन के इस्तेमाल से उसे सिखलाया.

इसके बाद मधुमेह के लक्षणों की जानकारी दी कि नींद अधिक आना, बार-बार पेशाब लग्न और करना, कमरमेंदर्द होना, चित स्थिर नहीं कर पाना, यादास्त कमजोड होना आदि Diabetesके बढ़ने का लक्षण और फिर मधुमेह के घटने के लक्षणों को बताया और इसके प्राथमिक उपचारों की जानकारी से भी छात्राओं को अवगत कराया. लेकिन प्राथमिक उपचार के बाद बृहद चिकित्सा की सलाह दी

इसके बाद दोनों ने घर में अचानक जल जाने पर ठंढे पानी का प्रयोग,किसी भी Antibiotic मलहम का लेप लगाना, बिना रुई दिए पट्टी बंधना आदि की जानकारी दी. इसी प्रकार घाव साफ़ करने में रुई, गरम पानी, दवा लगाने के तरीके को बतलाया गया और प्रक्टिकल करवाया गया.

इसके बाद सांप काटने, काँटा चुभने, पेड़ से गिरने के बाद अचानक बेहोश हो जाने, घर में ऊँगली कट जाने, भूखे रहने पर किसी तरह का शारीरिक उपद्रव उत्पन्न होने, मधुमखी काटने, तालाब/ नदी में डूबने की बाद उपचार,चोट लगने, देर रात को किसी तरह का शारीरिक उपद्रव होने, ठंढ लगने से कम्पन बढ़ने, पेट ख़राब होने, कोविड-19 के लक्षण सहित बुखार लगने पर थर्मामीटर देखने के तरीकों सहित अन्य सामान्य व्याधियों के लक्षण, सावधानियों सहित प्राथमिक उपचार बताया गया साथ ही practical रूप से सिखाया गया. इसके अतिरिक्त व्यक्तिगत सफाई, मासिक धर्म संबंधित व्याधियां

और misconceptions को दूर किया.

अंत में अध्यक्षीय भाषण देते हुए **डॉ. भारत भूषण रॉय**, (प्राध्यापक,अंग्रजी विभाग,) ने कहा कि विज्ञान ने हमें बहुत सुवुधएं दी है साथ-साथ दुर्घटनाओं की संभावनाओं और चिकित्सा के क्षेत्र में भी इजाफा हुआ है. फिर भी प्राथमिक चिकित्सा का महत्व कल भी था आज भी है और आगे भी बना रहेगा. ऐसे में इस तरह का प्रशिक्षण लाभ प्रद है. डॉ राय ने आयोज़क को ऐसे आयोजन हेतु सराहना की.

डॉ. किरण कुमारी झा (Head Chemistry) ने धन्यवाद ज्ञापित करते हुए कहा कि छात्राएं अपने परिवार की मुखिया होंगी इसलिए से ऐसे आयोजन से उन्हें व्यापक लाभ मिलेगा.उन्होंने आयोज़क,शिख्कों और चिकित्सक गण को साधुवाद दिया.इसके अतिरिक्त छात्राओं को भी धन्यवाद दिया जिन्हें जीवन के हर मोड़ पर काम आने वाले गुण को सैधांतिक और व्यावहारिक दोनों रूप में सीखने के लिए अपना समय निकला.

नोट:

1. **चिकित्सकों द्वारा कई दवाओं के नाम भी बताये गये लेकिन आकस्मिकता में छात्राएं इसका दुरूपयोग न कर लें इसलिए दवाओं के नाम का जिक्र इस प्रतिवेदन में नहीं किया जा रहा है.**
2. **तमाम प्रशिक्षण सामग्रियां डॉ. अरविन्द प्रसाद, प्रख्यात चिकित्सक, समस्तीपुर द्वारा दान में दिया गया. इस हेतु उन्हें साधुवाद.**

(डॉ. विनय कुमार दास)
आयोज़क

(डॉ. भारत भूषण रॉय)
अध्यक्ष