लखनऊ, गुरुवार
13 फरवरी, 2025
नगर संस्करण
मूल्य ₹ 7.00
पृष्ठ 18+4=22

दैनिक जागरण

www.jagran.com
उत्तर प्रदेश, दिल्ली, मध्य प्रदेश, हरियाणा, उत्तराखंड, बिहार, झारखंड, पंजाब, जम्मू कश्मीर, हिमाचल प्रदेश और प. बंगाल से प्रकाशित

एचएएल ने वायु सेना प्रमुख से कहा-जल्द मिलेंगे तेजस 14
हमारी मिसाइलें दुनिया के लिए आकर्षण का केंद्र बनीं: राजनाथ 14

दैनिक जागरण हृदय की बात संकेत समझें CPR जान बचाएं

शिशु को दो अंगुलियों से दे सकते सीपीआर

सीपीआर कार्यशाला में डा. मुस्तहसिन मलिक व डा. बिकास ओली ने दी जानकारी

जागरण संवाददाता ● लखनऊ : दैनिक जागरण के अभियान 'हृदय की बात' कार्यशाला का आयोजन बुधवार को सीतापुर रोड स्थित सी-15 सेक्टर सीएस में वार्ष्णेय क्लीनिक के सामने पार्क में किया गया। कार्यशाला में स्थानीय लोगों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया और अपनी जिज्ञासाएं भी शांत की। स्थानीय महिलाओं ने कहा कि दैनिक जागरण की यह अनोखी पहल सराहनीय है। सामान्य लोगों को कार्डियोपल्मोनरी रिससिटेशन (सीपीआर) के बारे में नहीं पता था, लेकिन दैनिक जागरण की वजह से लोगों को यह जानकारी हो सकी।

सीपीआर कार्यशाला में ऐरा विश्वविद्यालय के क्रिटिकल केयर मेडिसिन के विभागाध्यक्ष व वाइस प्रेसीडेंट आफ सेकटम डा. मुस्तहसिन मलिक व डा. बिकास ओली ने सीपीआर की बारीकियों से लोगों को अवगत कराया। उन्होंने बताया कि सीपीआर कैसे देना चाहिए? एक मिनट में कितनी बार सीपीआर दे सकते हैं और क्या बचाव करना चाहिए? जिससे मरीज की जान बचाई जा सके। उन्होंने बताया कि शिशु को भी दो अंगुलियों से सीपीआार दे सकते हैं। उससे बड़े बच्चों को एक हाथ की हथेली से सीपीआर दे दिया जा सकता है। इस दौरान लोगों ने डा. मुस्तहसिन मलिक से कई प्रश्न पूछकर अपनी जिज्ञासाएं शांत की।

गल्ला मंडी के पास पार्क में आयोजित कार्यशाला में जानकारी देते डा. मुस्तहसिन मलिक, साथ में डा. बिकास ओली ● जागरण

प्र. हार्ट अटैक व हार्ट अरेस्ट में क्या अंतर है? सीपीआर देते वक्त छाती को कितना दबाना चाहिए। एसिडिटी व हार्ट अटैक को कैसे समझें? -ओम सिंह, चैतन्य वेलफेयर फाउंडेशन की संस्थापक

उ. हार्ट अटैक में हार्ट रुकता नहीं है। रक्त का प्रवाह थोड़ा धीमा हो जाता है। इस दौरान डिस्प्रिन चबाकर खाएं और नजदीकी हृदय रोग से जुड़े अस्पताल जाएं। हार्ट अरेस्ट में व्यक्ति अचेत हो जाता है। उसे तुरंत अस्पताल लेकर न जाएं, मौके पर ही सीपीआर दें। हर तीस बार सीपीआर देने पर दो बार मुंह में सांस दें। इस दौरान दूसरा शख्स 112 पर फोन करके एंबुलेंस बुला ले। बैग एंड मास या पाकेट मास का माउथ टू माउथ ब्रीथिंग में प्रयोग करें। एसिडिटी में मुंह से पानी आ जाता है। हार्ट अटैक के समय बेचैनी, भारीपन, असहनीय दर्द होना है।

प्र. एम्बो एंड मास का प्रयोग कैसे करें? क्या यह कारगर है। - भूमिका सिन्हा

उ. मरीज की गर्दन को सीधाकर ऊपर की ओर थोड़ा पीछे करना है। मास्क को हाथ से ही 'सी' और 'ई' का आकार बनाकर पकड़ें। फिर मरीज के मुंह पर लगाकर इसे फूंकें। इससे छाती फूलेगी और फिर फूंकना है। इससे संक्रमण की आशंका नहीं रहती।

प्र. कभी-कभी मुंह से झाग निकलता है, यह क्या है ? मोशन व पेशाब तक हो जाती है। साइलेंट हार्ट अटैक के क्या लक्षण हैं? -रश्मि चौधरी, छवि दीक्षित

उ. जैसे आप बता रही हैं, उसके हिसाब से यह मिर्गी लग रही है। अमूमन हार्ट अटैक के समय यह तभी संभव है, जब आपने कुछ ऐसा खाया हो। हालांकि ऐसा काफी कम होता है। साइलेंट हार्ट अटैक मधुमेह रोगियों को आने की संभावना होती है।

प्र. ब्रेन स्ट्रोक व हार्ट अटैक में क्या अंतर है? - आरआर चौधरी

उ. ब्रेन स्ट्रोक के दौरान दिमाग की नसों में रक्त स्त्राव होता है या फिर खून का थक्का जम जाता है। शरीर का एक तरफ का हिस्सा लटक जाता है। हार्ट अटैक में भी मरीज को नजदीकी अस्पताल ले जाना है, प्रयास करें कि कोई कार्डियोलाजिस्ट के पास जाएं।