ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ମୁକାବିଲା ପାଇଁ
ଆମେ ଦକ୍ଷ, ଆମେ ପ୍ରସ୍ତୁତ

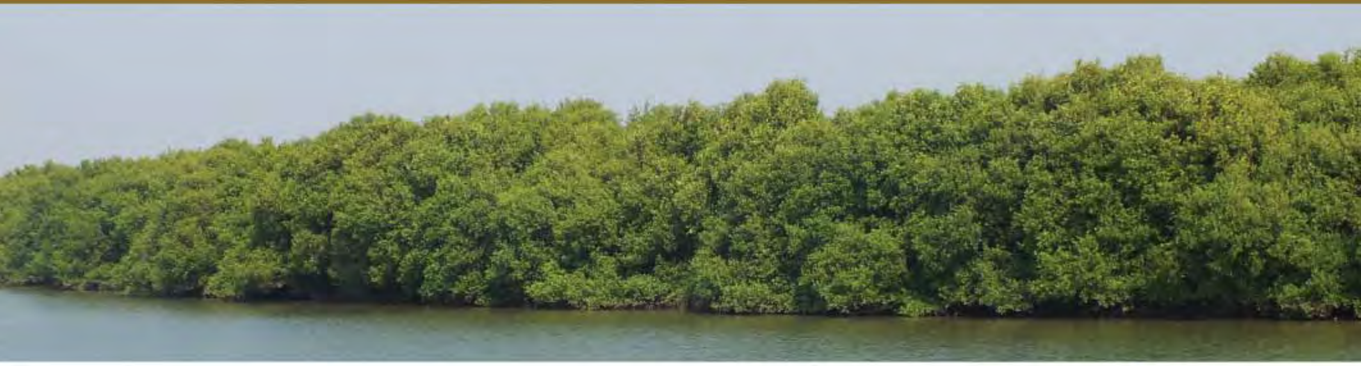
ଆଗୁଆ ସୂଚନା

ସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର

ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା

ଜଳ ଓ ପରିମଳ



European Union

RCDC

JJS Jagrata Juba Shangha

Shushilan

Concern worldwide

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ଆମେ ଦକ୍ଷ, ଆମେ ପ୍ରସ୍ତୁତ

ପ୍ରକାଶକ : ରିଜିଓନାଲ୍ ସେଣ୍ଟର୍ ଫର୍ ଡେଭେଲପ୍‌ମେଣ୍ଟ୍ କୋଅପରେସନ୍

ମୂଳ ଲେଖା : ସୁଶାନ୍ତ ପଟ୍ଟନାୟକ, Civil Defence Volunteer, Bhubaneswar

ସଂପାଦନା : ସୁରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ବିଷୋୟୀ, ଜଗନ୍ନାଥ ଚାଟାର୍ଜି, ଦିଲ୍ଲୀପ ସୁବୁଦ୍ଧି, ଚିନ୍ତାମଣି ମହାପାତ୍ର, ପ୍ରତାପ ଚନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡା

ସହଯୋଗ : ପରିବର୍ତ୍ତନ ଟିମ୍

ଅଳଙ୍କରଣ : ରାମକୃଷ୍ଣ ମହାରଣା, ଭାଗ୍ୟରଥି ସାହୁ

ମୁଦ୍ରଣ : ପରଫେକ୍ଟ ପ୍ରିଣ୍ଟ୍ ଆଣ୍ଡ୍ ଗ୍ରାଫିକ୍ସ ପ୍ରା.ଲିଃ., ଭୁବନେଶ୍ୱର

For more information, please contact:-

Regional Centre for Development Cooperation
HIG-26, K-6, Phase-II, Kalinga Vihar, Bhubaneswar-751019, Odisha
Telefax: +91 (674) 2475410, 2475652

E-mail: rcdcbbsr@gmail.com
Website: www.rcdcindia.org, www.banajata.org

ସୂଚୀପତ୍ର

ପୁସ୍ତିକା ସଂପର୍କରେ ପଦେ... ୧

- ☑ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ୨
- ☑ ଗ୍ରାମ ପରିବର୍ତ୍ତନ କମିଟି ୨
- ☑ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ ଓ ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ୨

ଆଗୁଆ ସୂଚନା ୩

- ☑ ଆଗୁଆ ସତର୍କ ସୂଚନାର ପ୍ରସାର ମାଧ୍ୟମ ୪
- ☑ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ ପଦ୍ଧତି ୫
- ☑ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ସ୍ତରକୁ ନେଇ ସଠିକ୍ ସୂଚନା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ୫
- ☑ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଦଳଙ୍କ ପୋଷାକ ୬
- ☑ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଦଳ କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ ୭
- ☑ କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ ୭
- ☑ ସୂଚନା ପ୍ରାପ୍ତିର ଉତ୍ସ (ଦେଖିବା ଓ ଶୁଣିବା ନିମିତ୍ତ) ୭
- ☑ ବିପତ୍ତି ପରିଚାଳନା ୯

ସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର ୧୦

- ☑ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ ୧୦
- ☑ ଅନୁସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତର ୧୧
- ☑ ଜରୁରୀକାଳୀନ ଉଦ୍ଧାର ୧୨
- ☑ ଜଣେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର ୧୨
- ☑ ଦୁଇ କିମ୍ବା ତତୋଧିକ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର ୧୬
- ☑ ବିକଳ୍ପ 'ଷ୍ଟ୍ରେଚର' ତିଆରି କୌଶଳ ୧୮
- ☑ ଜଳରୁ ଉଦ୍ଧାର ୨୧
- ☑ ବିକଳ୍ପ ପନ୍ଥା ମାଧ୍ୟମରେ ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଭାସମାନ ପଦାର୍ଥ ୨୨
- ☑ କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ୍ / କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ୍ ୨୫

ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା — ୨୬

- ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ — ୨୬
- ଜୀବନ ରକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ — ୨୭
- କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା (Artificial Respiration) — ୨୮
- ପାଣିରେ ବୁଡ଼ିଗଲେ (Drowning) — ୩୦
- ଡ୍ରେସିଂ ଓ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ (Dressing & Bandage) — ୩୧
- କ୍ଷତ ଓ ରକ୍ତସ୍ରାବ (Wounds & Bleeding) — ୩୩
- ପୋଡ଼ା ଘା’ (Burns & Scalds) — ୩୫
- ବିଷକ୍ରିୟା (Poisoning) — ୩୭

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା — ୪୧

- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ କାହାକୁ କୁହାଯାଏ — ୪୧
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି — ୪୨
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା କମିଟି — ୪୪
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ସୁପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ — ୪୫
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଉପକରଣ — ୪୫
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ରେଜିଷ୍ଟର ସମୂହ — ୪୬
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଧାରଣ କରିବା କ୍ଷମତା — ୪୬

ଜଳ ଓ ପରିମଳ — ୪୭

- ଜଳର ଉତ୍ସ — ୪୭
- ନିରାପଦ ପାନୀୟ ଜଳ କ’ଣ ? — ୪୮
- ବିଶୁଦ୍ଧ ଜଳ ଓ ଦୂଷିତ ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଭେଦ — ୪୮
- ଜଳ କିପରି ଦୂଷିତ ହୁଏ ? — ୪୯
- ଦୂଷିତ ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଫଳରେ କ’ଣ ହୁଏ ? — ୫୦
- ଜଳ ବିଶୋଧନର ଉପାୟ — ୫୦
- ଉତ୍ତମ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ପିଇବା ପାଣିର ଯତ୍ନ — ୫୨
- ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାର ଅଭ୍ୟାସ — ୫୩
- ପରିବାର, ବିଦ୍ୟାଳୟ ତଥା ଗ୍ରାମ ସ୍ତରରେ ଆମେ କିପରି ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ଅଭ୍ୟାସକୁ ଜାରି ରଖିପାରିବା ? — ୫୩

ପୁସ୍ତିକା ସଂପର୍କରେ ପଦେ...

ଖରାଦିନ ଆରମ୍ଭ ହେବା ମାତ୍ରେ ଅଂଶୁଘାତର ଘଟଣା ଘଟୁଛି, ଲଘୁଚାପ କ୍ରମଶଃ ଘନୀଭୂତ ହୋଇ ସୃଷ୍ଟି କରାଉଛି ବନ୍ୟା ବିଭୀଷିକା । କେବେ ମୌସୁମୀ ଗାଏବ ହୋଇଯାଉଛି ତ କେଉଁଠି ବର୍ଷା ଓ ଶୀତ ଋତୁ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଶରତ ଓ ବସନ୍ତଙ୍କ ଠିକଣା ଏବେ ଯେପରି ହଜି ଯାଇଛି । ଏମିତି ବଦଳିବାରେ ଲାଗିଛି ପାଣିପାଗ ।

ବଦଳୁଥିବା ପାଣିପାଗ କାରଣରୁ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ବ୍ୟବଧାନ ହ୍ରାସ ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ତା'ର ତୀବ୍ରତା ଓ ମାତ୍ରାରେ ବୃଦ୍ଧି ଘଟି ଧନ ଜୀବନ ଅସୁରକ୍ଷିତ ହୋଇପଡ଼ିଛି । ତେଣୁ ବିପର୍ଯ୍ୟୟରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଯଥାର୍ଥ ମୁକାବିଲା ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ।

ବିପଦରେ ପଡ଼ିଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଆମେ ସେତେବେଳେ ଚିହ୍ନଟ, ଉଦ୍ଧାର ଓ ନୂଆ ଜୀବନଦାନ କରିପାରିବା ଯେତେବେଳେ କି ଆମ ପାଖରେ ଉଚିତ ଦକ୍ଷତା, ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ କୌଶଳ ରହିଥିବ । ଏଭଳି ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ଉପାୟକୁ ଆୟତ୍ତ ପାଇଁ ଏହି ପୁସ୍ତିକାରେ ସଚିତ୍ର ଉପସ୍ଥାପନା କରାଯାଇଛି । ଟାସ୍କଫୋର୍ସ କମିଟିର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧିକୁ ବିଶେଷ ଦୃଷ୍ଟି ଦିଆଯାଇ ଏଥିରେ ଆଗୁଆ ସୂଚନା, ସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର, ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା, ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା ଏବଂ ଜଳ ଓ ପରିମଳ ଆଦି ୫ଟି ପ୍ରମୁଖ ପ୍ରସଙ୍ଗର ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି । ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରୟୋଗ କରି ଟାସ୍କଫୋର୍ସ (କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ)ର ସଦସ୍ୟମାନେ ସଫଳତା ପାଇପାରିଲେ ବହୁ ଧନ ଓ ଜୀବନ କ୍ଷୟକ୍ଷତିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବ ଯାହା ଏହି ପୁସ୍ତିକା ପ୍ରକାଶନର ମୂଳ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ।

ଆମର ଆଶା ଯେ ଏହି ପୁସ୍ତିକାଟି ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକ ଏବଂ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେତେ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର ହେବ, ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ପ୍ରତିକାର ସେତେ ଅଧିକ ସଫଳ ହୋଇପାରିବ ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି (Disaster Management Committee)

ଗ୍ରାମର କିଛି ଦକ୍ଷତା ଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ କମିଟି ଗଠନ କରାଯାଏ, ଯେଉଁମାନେ ଯେ କୌଣସି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପୂର୍ବରୁ, ସମୟରେ ଓ ପରେ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଗ୍ରାମ ସ୍ତରରେ ପରିଚାଳନା କରିଥାନ୍ତି – ଏହି କମିଟିକୁ 'ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି' କୁହାଯାଏ । ସାଧାରଣତଃ, ଏହି କମିଟିରେ ୮ରୁ ୧୨ଜଣ ସଭ୍ୟ ସଭ୍ୟା ବିଭିନ୍ନ ମହଲରୁ ଯଥା: ପଞ୍ଚାୟତ ପ୍ରତିନିଧି, ଗାଁ ମୁଖିଆ, ମହିଳା ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଦଳ ସଦସ୍ୟ, ଯୁବକ ସଂଘର ସଦସ୍ୟ, ଆଶାକର୍ମୀ, ଶିକ୍ଷକ, ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କର୍ମୀ ଇତ୍ୟାଦି ରହନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା ସଂସ୍ଥା (OSDMA) ଏଭଳି କମିଟିଗୁଡ଼ିକୁ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଥିବା ଗାଁ ଗୁଡ଼ିକରେ ଗଠନ କରିଛନ୍ତି ।

ଗ୍ରାମ ପରିବର୍ତ୍ତନ କମିଟି (GPC)

ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରକଳ୍ପ କାମ କରୁଥିବା ୮୪ଟି ଗାଁରେ 'ଗ୍ରାମ ପରିବର୍ତ୍ତନ କମିଟି' (GPC) ଗଠନ କରାଯାଇଛି । ଏହି କମିଟି ଗୁଡ଼ିକରେ ପଞ୍ଚାୟତ ପ୍ରତିନିଧି, ଗାଁ ମୁଖିଆ, ମହିଳା ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀ ସଦସ୍ୟ, ଶିକ୍ଷକ, ଆଶାକର୍ମୀ, ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କର୍ମୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦକ୍ଷତାରହିତ ବ୍ୟକ୍ତିବୃନ୍ଦ ସଦସ୍ୟ ଅଟନ୍ତି । ଗ୍ରାମ ପରିବର୍ତ୍ତନ କମିଟି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଭାବରେ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହିତ ଖାପଖୁଆଇ ଚଳିବା ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ବିପତ୍ତିକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟାବଳୀକୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ କରିବା ପାଇଁ ସହାୟତା କରେ । ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସତର୍କ ସୂଚନା ସମୟରେ ଗ୍ରାମ ଗୁଡ଼ିକରେ 'କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ' ମଧ୍ୟ ଏହି 'ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି' ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ବାହ କରିଥାଏ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ ଗାଁରେ ଥିବା ଗ୍ରାମ ପରିବର୍ତ୍ତନ କମିଟି ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସହିତ ଯୋଗାଯୋଗ କରି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପୂର୍ବରୁ, ସମୟରେ ଏବଂ ପରେ ନିଜକୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଭୂମିକା ଅନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପାଦନ କରିଥାନ୍ତି ।

କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ (Task Force) ଓ ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରକଳ୍ପ ଦ୍ୱାରା ଗୋଷ୍ଠୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତି ସମୟରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗ୍ରାମରେ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ ଗଠନ କରାଯାଇଛି, ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଗ୍ରାମ ପରିବର୍ତ୍ତନ କମିଟି ଓ ଗ୍ରାମବାସୀ ଦକ୍ଷତା ସଂପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କୁ ଚିହ୍ନଟ କରି ଏମାନଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ଦାୟିତ୍ୱ ବଣ୍ଟନ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳରେ ୧୦ଜଣ ସଦସ୍ୟ (ଉଭୟ ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳା) ଅଛନ୍ତି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ୨ଜଣଙ୍କୁ ନେଇ ୫ଟି ସହଯୋଗୀ ଦଳ, ଯଥା: ସତର୍କ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଦଳ, ଅନୁସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦଳ, ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ଦଳ, ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନାକାରୀ ଦଳ ଓ ଜଳ-ପରିମଳ ଦଳରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଛି ।

କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳର ପ୍ରାଥମିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି– ନିଜ ନିଜର ଭୂମିକା ଅନୁସାରେ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପୂର୍ବରୁ, ସମୟରେ ଓ ପରେ ଦାୟିତ୍ୱ ସଂପାଦନ କରି ଗ୍ରାମରେ ଘଟୁଥିବା ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ ଜନିତ ଧନଜୀବନ କ୍ଷୟକ୍ଷତିକୁ ହ୍ରାସ କରିବା । ଏହା ସହିତ ଆଉ ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଲା ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ମକ୍‌ଡ୍ରିଲ୍ ଆୟୋଜନ କରି ଲୋକମାନେ କିପରି କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳର ବିଭିନ୍ନ ସୂଚନାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବେ, ତାହା ପାଇଁ ସଚେତନ କରାଇବା ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ବିପତ୍ତିକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରସ୍ତୁତିମୂଳକ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ।

Early Warning
ଆଗୁଆ ସୂଚନା

ଭାରତ ବର୍ଷରେ ମୋଟ ୬ଟି ରାଜ୍ୟରେ ପାଣିପାଗ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସୂଚନା ସଂଗ୍ରହ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ରହିଅଛି । ଓଡ଼ିଶାର ଭୁବନେଶ୍ୱର, କଲିକତାର ଆଲ୍ଲିପୁର, ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶର ବିଶାଖାପାଟଣା, ଗୁଜୁରାଟର ଅହମ୍ମଦାବାଦ, ମହାରାଷ୍ଟ୍ରର ମୁମ୍ବାଇ ଓ ତାମିଲନାଡୁର ଚେନ୍ନାଇ ଠାରେ ଥିବା ପାଣିପାଗ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରୁ ବାତ୍ୟା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଉପଗ୍ରହ ମାଧ୍ୟମରେ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଉଥିବା ସୂଚନାକୁ ବିଭିନ୍ନ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ବାତ୍ୟା ସମୁଦ୍ରରେ ସୃଷ୍ଟିହୋଇ ସ୍ଥଳଭାଗକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ୪୮ ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ସତର୍କତା ମୂଳକ ସଂକେତ ମିଳିଥାଏ ଏବଂ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ବାତ୍ୟା ସଂପର୍କୀୟ ସୂଚନା ପାଣିପାଗ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଏ । ଏହି ସୂଚନାଟି ରାଜ୍ୟର ମାତୃଭାଷା (ଓଡିଆ), ହିନ୍ଦୀ, ଇଂରାଜୀ ଏବଂ ସଂସ୍କୃତ ଏହିପରି ୩/୪ଟି ଭାଷାରେ ରେଡିଓ, ଟେଲିଭିଜନ ଏବଂ ଖବର କାଗଜ ମାଧ୍ୟମରେ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ଏହି ସୂଚନା ବାରମ୍ବାର ପ୍ରସାରଣ କରାଯାଏ । ଏଥିରେ ମୁଖ୍ୟତଃ- ୧) ବାତ୍ୟାର ଅବସ୍ଥିତି, ୨) ମାତ୍ରା / ତୀବ୍ରତା, ୩) ପବନର ବେଗ, ୪) ଉପକୂଳ ଛୁଇଁବାର ସମୟ, ୫) ଗତି କରିବାର ଦିଗ, ୬) ସାମୁଦ୍ରିକ ଜୁଆରର ଉଚ୍ଚତା, ୭) କ୍ଷୟକ୍ଷତିର ସମ୍ଭାବନା, ୮) ପ୍ରଭାବିତ ଅଞ୍ଚଳ ଇତ୍ୟାଦି ।

ଏହି ସୂଚନା ପାଣିପାଗ ବିଭାଗର ମହାନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ସେକ୍ରେଟାରୀ, କେନ୍ଦ୍ରର ଅନ୍ୟ ଉଚ୍ଚ ପଦାଧିକାରୀ ତଥା ରାଜ୍ୟର ମୁଖ୍ୟ ସଚିବଙ୍କ ନିକଟକୁ ପଠାଇଥାନ୍ତି । ବାତ୍ୟା ସଂପର୍କୀୟ ସୂଚନା ରାଜ୍ୟର ରାଜସ୍ୱ ବିଭାଗ, ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସଚିବ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲାପାଳମାନଙ୍କ ପାଖକୁ ପଠାଇ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ଜିଲ୍ଲାପାଳମାନେ ଏହି ଖବରକୁ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ, ତହସିଲଦାର, ଗୋଷ୍ଠୀ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ (BDO), ସୂଚନା ଏବଂ ଲୋକ ସଂପର୍କ ଅଧିକାରୀ, ଥାନା, ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତ ଆଦି ଅନୁଷ୍ଠାନ ଗୁଡ଼ିକ ମାଧ୍ୟମରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ଜଣାଇ ଦିଅନ୍ତି । ବିଶେଷତଃ ପଞ୍ଚାୟତ ସ୍ତରରେ ସରପଞ୍ଚ, ପଞ୍ଚାୟତ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଏବଂ ୱାର୍ଡମେମ୍ବରମାନଙ୍କ ମାଧ୍ୟମରେ ଗ୍ରାମବାସୀମାନଙ୍କୁ ଗ୍ରାମରେ ଥିବା ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିକୁ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥାଏ, ଏବଂ କମିଟି ଗ୍ରାମବାସୀମାନଙ୍କୁ ଉକ୍ତ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି । ଏଥି ସହିତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସମୟରେ ସବିଶେଷ ତଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ ତରଫରୁ ବାଣିଜ୍ୟ, ନୌସେନା, ଜାହାଜ ସମୂହ ବହୁଳ ପ୍ରସାର ପାଇଁ ରେଡିଓ, ଟେଲିଭିଜନ, ପାଣିପାଗ ସୂଚନା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ, ଭାରତୀୟ ନୌସେନା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ, ସମ୍ବାଦପତ୍ର, ବିମାନ ବନ୍ଦର ଓ ବିମାନଚାଳନା କେନ୍ଦ୍ର, ସମୂହିତ ଏବଂ ସାମୁଦ୍ରିକ ବନ୍ଦର ଗୁଡ଼ିକୁ ଜଣାଇ ଦିଆଯାଇଥାଏ ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ମୁଖ୍ୟ 'ଆଗୁଆ ସୂଚନା' ପ୍ରଦାନ ଯାହାଦ୍ୱାରାକି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଦ୍ୱାରା ହେବାକୁ ଥିବା ଧନ, ଜୀବନ, ଜୀବିକା ଓ ପରିବେଶର କ୍ଷୟକ୍ଷତିର ମାତ୍ରାକୁ ଅନେକାଂଶରେ ହ୍ରାସ କରାଯାଇ ପାରିଥାଏ । ଆକସ୍ମିକ ବିପଦର ପ୍ରଭାବ ବିଷୟରେ ସଠିକ ତଥ୍ୟ ପାଇବା ସହିତ କ୍ଷୟ କ୍ଷତିର ମାତ୍ରା ବହୁ ପରିମାଣରେ ହ୍ରାସ ହୋଇଥାଏ । ବାତ୍ୟା ଓ ବନ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିବା ଜନସାଧାରଣମାନେ ମଧ୍ୟ ଜିଲ୍ଲା, ବ୍ଲକ, ଗ୍ରାମ୍ୟ ଏବଂ ପାରିବାରିକ ସ୍ତରରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ହୋଇପାରିଥାନ୍ତି । ଯେଉଁଥିପାଇଁ କି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ମାଧ୍ୟମରେ ଗ୍ରାମରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ଦକ୍ଷ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷମାନଙ୍କୁ ନେଇ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ (Task Force) ଗଠନ କରାଯାଇ ସେମାନଙ୍କୁ ଯୋଗ୍ୟତା ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଆଗୁଆ ସତର୍କ ସୂଚନାର ପ୍ରସାର ମାଧ୍ୟମ

ଦୂରବର୍ତ୍ତୀ ସୂଚନା ପାଇଁ ସାମଗ୍ରୀ

୧. ରେଡିଓ,
୨. ଟେଲିଭିଜନ, ଖବର କାଗଜ,
୩. ଟେଲିଫୋନ, ମୋବାଇଲ,
୪. ଇଣ୍ଟରନେଟ୍ ଇତ୍ୟାଦି

ଏହି ସବୁ ମାଧ୍ୟମ ପ୍ରସାରିତ ହେବା ପାଇଁ ବିଦ୍ୟୁତ ଏବଂ ବ୍ୟାଟେରୀର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି, ଯେଉଁଥିପାଇଁ ଆମକୁ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

- ଏହି ସବୁ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ ଦୂରବର୍ତ୍ତୀ ସୂଚନା ପାଇ ପାରିବା ଯାହାର ସଂପ୍ରସାରଣ ସ୍ଥାନୀୟ ସ୍ତରରେ କରାଯାଇପାରେ ।
- ଏହି ସବୁ ମାଧ୍ୟମ ପ୍ରାୟତଃ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଖରେ ନଥାଏ, ତେଣୁ ଏ ସବୁ ମାଧ୍ୟମରେ ଉପଲବ୍ଧ ସୂଚନା ସବୁ ଲୋକଙ୍କୁ ଦେବା ପାଇଁ ଗ୍ରାମର ଏକ ଉପଯୁକ୍ତ ସ୍ଥାନ ଯଥା ଗ୍ରାମ ସ୍ତରରେ ରହିଥିବା ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ, ବିପର୍ଯ୍ୟୟ କକ୍ଷ ବା ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଇତ୍ୟାଦିରେ ଏହି ସବୁ ସାମଗ୍ରୀର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିବା ଉଚିତ ।

ସ୍ଥାନୀୟ ସୂଚନା ସାମଗ୍ରୀ

୧. ମେଗାଫୋନ୍
୨. ମାଇକ୍ (ଡାକବାଜି ଯନ୍ତ୍ର)
୩. ଶଙ୍ଖ, ଘଣ୍ଟି, ବାଜା, ତୁରୀ ଇତ୍ୟାଦି ଶବ୍ଦ ସୃଷ୍ଟିକାରୀ ବାଦ୍ୟଯନ୍ତ୍ର
୪. ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗର ପତାକା (ନାଲି, ହଳଦିଆ, ସବୁଜ)
୫. ରାତ୍ରି ସମୟରେ ୩ଟି ରଙ୍ଗର ଜରି ସହିତ ଲଣ୍ଠନ

ଏହି ସବୁ ମାଧ୍ୟମ ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାନୀୟ ସ୍ତରରେ ପରିସ୍ଥିତି ଅନୁଯାୟୀ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥାଏ । ଯଥା- ମେଗାଫୋନ୍, ମାଇକ୍ ଓ ଅନ୍ୟ ବାଦ୍ୟଯନ୍ତ୍ର ଦ୍ୱାରା ସୂଚନା ଦିଆଯାଇ ପାରିବ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗର ପତାକା ବା ଲଣ୍ଠନ ଦ୍ୱାରା ସଂକେତାତ୍ମକ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇ ପାରିବ ।

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ ପଦ୍ଧତି

ଗାଁରେ ଗଢ଼ାଯାଇଥିବା ଟାସ୍କଫୋର୍ସ ଦଳଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବିପଦ ସଙ୍କୁଳ ବର୍ଗଙ୍କୁ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଏ । ଗ୍ରାମ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ୍ରମେ ସୂଚନାର ସତ୍ୟତା ଯାଞ୍ଚ କରି ସୂଚନାର ପ୍ରସାର କରାଯାଏ ।

- ➢ ଅଗ୍ରାଧିକାର ଭିତ୍ତିରେ ବିପଦପ୍ରବଣ ଅଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରଥମେ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରାଯିବା ଉଚିତ ।
- ➢ ସତର୍କ ସୂଚନାଟି ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ହେବା ବିଧେୟ ।
- ➢ ସରଳ, ସ୍ପଷ୍ଟ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥାଏ ।
- ➢ ସଠିକ ସୂଚନା ପାଇଁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଉଚ୍ଚାରଣ ସହିତ ମେଗାଫୋନ, ଘଣ୍ଟ, ଶଙ୍ଖ, ପତାକା ଆଦିକୁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷ ଓ ସ୍ଥାନ ଅନୁଯାୟୀ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ ।
- ➢ ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗର ପତାକା ଜରିଆରେ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ପ୍ରଭାବକୁ ସାଙ୍କେତିକ ଭାବେ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରାଯାଇ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ସ୍ତରକୁ ନେଇ ସଠିକ୍ ସୂଚନା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି

୧. ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପୂର୍ବରୁ

- ➢ ରେଡିଓ, ଟେଲିଭିଜନ ଓ ଖବରକାଗଜ ମାଧ୍ୟମରେ ବାତ୍ୟା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସତର୍କ ସୂଚନା ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ ।
- ➢ ବାତ୍ୟାର ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସରଞ୍ଜାମଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ରଖନ୍ତୁ ।

- ବିଶେଷ କରି ରେଡିଓ ଏବଂ ମେଗାଫୋନ୍ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ବ୍ୟାଟେରୀ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ସଂଗ୍ରହ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ଯଦି ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଜେନେରେଟର ଥାଏ ତେବେ ସେଥିପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ତେଲ ବା ଇନ୍ଧନ ସଂଗ୍ରହ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ଯଦି ସୌରଚାଳିତ ବ୍ୟାଟେରୀ ଏବଂ ଲାଇଟ ଥାଏ ତେବେ ପୂର୍ବରୁ ତାକୁ ଚାର୍ଜ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ଅବିରତ ସୂଚନା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ବିଭିନ୍ନ ସୂଚନା ସରଞ୍ଜାମଗୁଡିକର ମରାମତି କରିନିଅନ୍ତୁ।

୨. ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ସାମାନ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ

- ବାତ୍ୟା ପୀଡ଼ିତ ବା କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥିବା ଅଞ୍ଚଳରେ ସତର୍କ ସୂଚନାକୁ ବହୁଳ ପ୍ରଚାର କରନ୍ତୁ।
- ବାୟୁର ବେଗ, ସମୁଦ୍ର ଜୁଆରର ଉଚ୍ଚତା, ବୃଷ୍ଟିପାତ ଓ ବନ୍ୟାର ସୂଚନା ସହିତ ସମ୍ଭାବ୍ୟ କ୍ଷୟକ୍ଷତି, ଆଶ୍ରୟ ଉପଯୋଗୀ ସ୍ଥାନ ଓ ପାରିବାରିକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଇତ୍ୟାଦି ସଂପର୍କରେ ନିର୍ଭୁଲ ସୂଚନା ଲୋକଙ୍କୁ ଜଣାନ୍ତୁ।

୩. ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରେ

- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରେ ସୂଚନା କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ଥାପନ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସଠିକ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ମାଧ୍ୟମରେ ସୂଚନା ଓ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ।
- ବିଭିନ୍ନ ସରକାରୀ ଓ ବେସରକାରୀ ସଂସ୍ଥାରୁ ମିଳୁଥିବା ରିଲିଫ ସାମଗ୍ରୀ ସଂପର୍କୀତ ତଥ୍ୟ ଓ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ।
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରେ ଲୋକଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ଅସୁବିଧା ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼େ; ସେଥିପାଇଁ ରହିଥିବା ସୁବିଧା ସୁଯୋଗର ସୂଚନା ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ।
- ମନେ ରଖନ୍ତୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ସଠିକ ସୂଚନା ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ଧନସମ୍ପତ୍ତି ଓ ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସହାୟକ ହେବ।

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଦଳଙ୍କ ପୋଷାକ

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଦଳରେ ସାଧାରଣତଃ ଉଭୟ ମହିଳା ଓ ପୁରୁଷ ଥାଆନ୍ତି। ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିବା ସମୟରେ ସେମାନେ ପାରମ୍ପରିକ ବାଦ୍ୟଯନ୍ତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସବୁଜ, ହଳଦିଆ ଏବଂ ଲାଲ ଏହିଭଳି ତିନି ରଙ୍ଗର ପତାକା ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି। ଯଦ୍ୱାରା ଭିନ୍ନକ୍ଷମ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମଧ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ସୂଚନା ବୁଝି ପାରିଥାନ୍ତି। ତେବେ ଅନେକ ସମୟରେ ପତାକାର ରଙ୍ଗ ଏବଂ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀର ପୋଷାକ/ଶାଢୀର ରଙ୍ଗ ସମାନତାକୁ ନେଇ ଦ୍ୱନ୍ଦ ଉପୁଜିଥିବାର ନଜର ରହିଛି। ତେଣୁ

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିବା ସମୟରେ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ ଦଳର ସଦସ୍ୟ/ସଦସ୍ୟାମାନେ ଉପରୋକ୍ତ ତିନି ରଙ୍ଗର ପୋଷାକ ବ୍ୟବହାର ନକରି ଧଳା ରଙ୍ଗର ପୋଷାକ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ। ଯଦ୍ୱାରାକି ସୂଚନା ପ୍ରସାରଣ ନିର୍ଭୁଲ ଏବଂ ସ୍ପଷ୍ଟ ହେବ।

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଦଳ କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

- ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଉପଲବ୍ଧ ସୂଚନା ମୁତାବକ ଜରୁରୀକାଳୀନ ବୈଠକର ଆୟୋଜନ କରନ୍ତୁ।
- ରେଡିଓରୁ କିମ୍ବା ଖବରଦାତାଙ୍କଠାରୁ ନିର୍ଭୁଲ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ।
- ରେଡିଓରୁ ଶୁଣୁଥିବା ସୂଚନାକୁ ଆବଶ୍ୟକସ୍ଥଳେ ଲେଖିରଖନ୍ତୁ।
- ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀଦଳକୁ ସଜାଗ ରଖନ୍ତୁ।
- ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରିବା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ସାମଗ୍ରୀ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ ଓ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରୁହନ୍ତୁ।
- ମେଗାଫୋନ ପାଇଁ ଏବଂ ରେଡିଓ ପାଇଁ ବ୍ୟାଟେରୀ ଯଥା ପୂର୍ବରୁ ସଂଗ୍ରହ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ଟର୍ଚ୍ଚ, ଲଣ୍ଠନ ଓ ତିନୋଟି ରଙ୍ଗ ଯଥା: ସବୁଜ, ହଳଦୀ ଓ ନାଲି ରଙ୍ଗର ଜରିକୁ ସଂଗ୍ରହ କରି ରଖନ୍ତୁ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

- ଅଯଥା ଗୁଜବ ପ୍ରଚାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କି ଗୁଜବ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ସୂଚନା ପାଇବା ପରେ ଆତଙ୍କିତ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଆତଙ୍କିତ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଗ୍ରାମ୍ୟ କମିଟିର ନିଷ୍ପତ୍ତି ଏବଂ ଆଦେଶ ବିନା ସୂଚନା ପ୍ରସାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- କୌଣସି ପ୍ରକାର ନିଶା ସେବନ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିୟୋଜିତ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ନିଜର ଦକ୍ଷତା ନଥିଲା ପରି ମନେ ହେଉଥିଲେ ଦଳରେ ରୁହନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଦଳ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ରହି ଅଯଥା ସମୟ ନଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ସାଙ୍ଗରେ ଛୋଟ ପିଲାଙ୍କୁ ନିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ସୂଚନା ପ୍ରାପ୍ତିର ଉତ୍ସ (ଦେଖିବା ଓ ଶୁଣିବା ନିମିତ୍ତ)

୧) ଟେଲିଭିଜନ, ୨) ରେଡିଓ, ୩) ଫୋନ (ଏସ୍.ଏମ୍.ଏସ୍), ୪) ଇଣ୍ଟରନେଟ୍, ୫) ଖବର କାଗଜ ଆଦି ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଓ ମୁଦ୍ରିତ ଗଣମାଧ୍ୟମରୁ ଆମକୁ ସୂଚନା ମିଳିଥାଏ।

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ ଉପକରଣ (ଶବ୍ଦ)

୧) ମେଗାଫୋନ, ୨) ମାଇକ୍ ବା ଡାକବାଜି ଯନ୍ତ୍ର, ୩) ଡେଙ୍ଗୁରା, ୪) ଶଙ୍ଖ, ୫) ଘଣ୍ଟ/ଘଣ୍ଟା, ୬) ଢୋଲ, ୭) ତୁରୀ, ୮) ବେଲ୍, ୯) ହ୍ୱିସିଲ୍

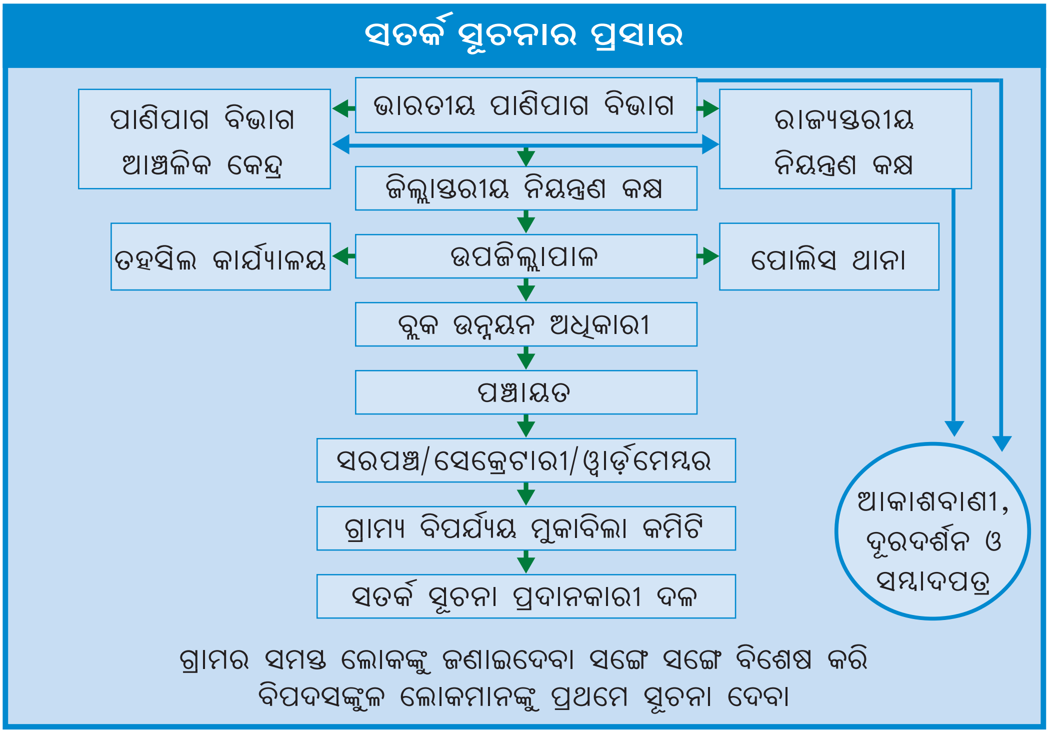
ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ ଉପକରଣ (ଦିନବେଳା ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗର ପତାକା ଦ୍ୱାରା)

ବିପଦର ମାତ୍ରା କିଭଳି ସେ ସଂପର୍କରେ ପତାକାର ରଂଗ ଦ୍ୱାରା ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇପାରିଥାଏ। ଲାଲ ପତାକା ଜରିଆରେ ଅଧିକ ବିପଦ, ହଳଦିଆ ପତାକା ଦ୍ୱାରା ସାମାନ୍ୟ ବିପଦ ଓ ସବୁଜ ପତାକାକୁ ବିପଦ ସମ୍ଭାବନା ନଥିବାର ସାଙ୍କେତିକ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇପାରିବ। ଯଥା :

୧) ସବୁଜ ରଙ୍ଗ ପତାକା	:	No Danger	(ବିପଦ ନାହିଁ)
୨) ହଳଦିଆ ରଙ୍ଗ ପତାକା	:	Medium Danger	(ସାମାନ୍ୟ ବିପଦ)
୩) ଲାଲ୍ ରଙ୍ଗ ପତାକା	:	More Danger	(ଅଧିକ ବିପଦ)

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ ଉପକରଣ (ରାତିବେଳା, ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗର ଆଲୋକ ଦ୍ୱାରା)

୧. ଲଣ୍ଠନ, ୨. ଟର୍ଚ୍ଚ ଲାଇଟ ବଡ, ୩. ସବୁଜ / ହଳଦିଆ / ନାଲି ଜରି



ବିପତ୍ତି ପରିଚାଳନା

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ	ତଦାରଖ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ/ ତଦାରଖ ଉପକରଣ	ସତର୍କ ସୂଚନା କୌଶଳ	ସଂପୃକ୍ତ ବିଭାଗ / ସଂସ୍ଥା
ବନ୍ୟା	ଜଳସେଚନ ବିଭାଗ / ଜଳସ୍ତର ମାପଯନ୍ତ୍ର	ବେତାର ଯନ୍ତ୍ର / ଟେଲିଫୋନ	ଜଳସେଚନ ବିଭାଗ/ ରାଜସ୍ୱ ବିଭାଗ
ବାତ୍ୟା	ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କକ୍ଷ / ବାରୋମିଟର	ଟିଭି, ରେଡିଓ, ସାଟେଲାଇଟ ସୂଚନା (ଉପଗ୍ରହ ମାଧ୍ୟମ)	ଓ.ଏସ୍.ଡି.ଏମ୍.ଏ. / ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ରିଲିଫ୍ କମିଶନର
ଭୂମିକମ୍ପ	ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କକ୍ଷ/ ସିସମୋଗ୍ରାଫ୍	ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ମାନଚିତ୍ର	ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ରିଲିଫ୍ କମିଶନର, ବେସରକାରୀ ସଂଗଠନ, ଆର୍ନ୍ତଜାତୀୟ ସଂସ୍ଥା
ଅଂଶୁଘାତ	ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କକ୍ଷ/ ଥର୍ମୋମିଟର	ଗଣଯୋଗାଯୋଗ	ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ, ବେସରକାରୀ ସଂଗଠନ, ଜାତୀୟ, ଆର୍ନ୍ତଜାତୀୟ ସଂସ୍ଥା
ମରୁଡ଼ି	ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କକ୍ଷ/ ବୃଷ୍ଟିମାପକ ଯନ୍ତ୍ର	ଗଣଯୋଗାଯୋଗ	ଜଳ ବିଭାଜିକା ପ୍ରକଳ୍ପ, ବେସରକାରୀ ସଂଗଠନ, ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ବିଭାଗ, ଖାଦ୍ୟ ନିଗମ, ସାଧାରଣ ବଣ୍ଟନ ବିଭାଗ, କୃଷି ବିଭାଗ, ଉଦ୍ୟାନ ପଶୁପାଳନ ବିଭାଗ ଇତ୍ୟାଦି

Search & Rescue

ସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ, ପୃଥିବୀର ଅତି ପୁରାତନ ଶବ୍ଦ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ବିପର୍ଯ୍ୟୟକୁ ନେଇ ପୃଥିବୀ ଆଗେଇ ଚାଲିଛି । କେତେବେଳେ ଅଗ୍ରଗତି ବା ଉତ୍‌ଥାନ ତ କେତେବେଳେ ପତନ; କେତେବେଳେ ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ତ କେତେବେଳେ ମନୁଷ୍ୟକୃତ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ- ସବୁ ଯେମିତି ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଅଙ୍ଗ ପାଲଟିଯାଇଛି । ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମାଜର ପ୍ରଭୂତ କ୍ଷତି ଘଟାଇଥାଏ ସତ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଗୋଷ୍ଠୀ ସମୁଦାୟର ପ୍ରଗତି ଓ ଉନ୍ନତି କରିବାରେ ମଧ୍ୟ ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । କୌଣସି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଘଟିଲେ ବାହାରର ସାହାଯ୍ୟ ଓ ସହଯୋଗ ପାଇଁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ଗ୍ରାମ ବା ଗୋଷ୍ଠୀ ହିଁ ପ୍ରଥମ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାକାରୀ ହିସାବରେ ତୁରନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିଥାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟ ଦକ୍ଷତାର ଉନ୍ନତି କରିବା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ବିକଳ୍ପ ପନ୍ଥା । ପାରମ୍ପରିକ ଜ୍ଞାନ କୌଶଳ ଏବଂ ସ୍ଥାନୀୟ ଉପଲବ୍ଧ ଉପକରଣକୁ ବିନିଯୋଗ କରି ବିପର୍ଯ୍ୟୟକୁ କିପରି ମୁକାବିଲା କରାଯାଇପାରିବ ତାହା ନିମ୍ନରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଛି ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମାଜର ପ୍ରଭୂତ କ୍ଷତି ଘଟାଇଥାଏ ସତ, କିନ୍ତୁ ଏହା ଗୋଷ୍ଠୀ ସମୁଦାୟର ପ୍ରଗତି ଓ ଉନ୍ନତି କରିବାରେ ମଧ୍ୟ ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।

ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

୧. ସତର୍କ ଓ ସାବଧାନତାର ସହ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।

୨. ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଭାବେ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।

୩. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ଅଙ୍ଗକୁ ଦେଖି ଏଭଳି ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରାନ୍ତୁ, ଯେଭଳି ପୀଡ଼ା ଅଂଶରେ ବାଧା ନଆସେ ।

୪. ପରିସ୍ଥିତି ସହିତ ଖାପଖୁଆଇ ନିଜର ଉପସ୍ଥିତି ବୁଦ୍ଧି, ଦକ୍ଷତା, ସାହାସ ଓ ମନୋବଳକୁ ନେଇ ଉଦ୍ଧାର କରନ୍ତୁ ।

୫. ସର୍ବଦା ଦୁଇ ଜଣିଆ ହୋଇ ଉଦ୍ଧାର କରନ୍ତୁ ।

୬. ସ୍ଥାନାନ୍ତର ବେଳେ ରୋଗୀଙ୍କୁ ଯେଭଳି ଆରାମ ମିଳିପାରିବ ସେଭଳି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାନ୍ତୁ ।

୭. ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି କେତେ ମାତ୍ରାରେ ଆହତ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ପ୍ରାଥମିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ବା ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ପଠାନ୍ତୁ ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

୧. ଉଦ୍ଧାର ପୂର୍ବରୁ ଘଟଣାଟିର ସବିଶେଷ କାରଣ ଜାଣନ୍ତୁ।
୨. ଅନ୍ୟ ପ୍ରରୋଚନାରେ, ଚାପରେ ପଡି ବା ବାହାଦୁରୀ ଦେଖାଇ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
୩. ନିଜର ସାହସ ଓ ଦକ୍ଷତା ନଥିଲା ପରି ମନେ କରୁଥିଲେ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
୪. କୌଣସି ପ୍ରକାରର ବିଦ୍ୟୁତ ତାରକୁ ଛୁଅଁନ୍ତୁ ନାହିଁ।
୫. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପୁରା ମାତ୍ରାରେ ପରୀକ୍ଷା ନକରିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
୬. ଭଙ୍ଗା ଘରର କାନ୍ଥ, ଭାଙ୍ଗି ପଡ଼ିଥିବା କାଠ ଉପକରଣ, ଗଦା ହୋଇଥିବା ଇଟା ଆଦି ସ୍ଥାନ ଦେଇ ବାରମ୍ବାର ଚଳପ୍ରଚଳ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।

ଅନୁସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତର

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପୂର୍ବରୁ

- ନିୟମିତ ମକ୍ ଡ୍ରିଲ୍ କରନ୍ତୁ।
- ସୁରକ୍ଷିତ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ
- ଆଶ୍ରୟ ସ୍ଥଳରେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ସରଞ୍ଜାମ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ରଖନ୍ତୁ।
- ଦାୟିତ୍ୱ ଓ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ସଂପର୍କରେ ଟାସ୍କ ଫୋର୍ସ ଓ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀଙ୍କୁ ପ୍ରଶିକ୍ଷିତ କରାନ୍ତୁ।
- ବିପଦ ସଙ୍କୁଳ ବର୍ଗଙ୍କୁ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମୟରେ

- ବିପଦ ସୂଚନା ପାଇବା ମାତ୍ରେ ସଙ୍କେତ ବ୍ୟବହାର କରି ଲୋକଙ୍କୁ ଜଣାନ୍ତୁ।
- ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ଟାସ୍କଫୋର୍ସ ଓ ଗ୍ରାମ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ଜରିଆରେ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାନ୍ତୁ।
- ଅଗ୍ରାଧିକାର ଭିତ୍ତିରେ ବିପଦ ସଙ୍କୁଳ ବର୍ଗଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନ ରକ୍ଷାକାରୀ ଉପକରଣ, ନିତ୍ୟ ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ଜିନିଷ ସହିତ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାନ୍ତୁ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରେ

ଘଟିଯାଇଥିବା ଘଟଣାକୁ ଭଲଭାବେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ନିରୁଦ୍ଦିଷ୍ଟମାନଙ୍କୁ ପର୍ଯ୍ୟାୟକ୍ରମେ ସଂଧାନ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଲୋକଶକ୍ତି, ସ୍ଥାନୀୟ ଉପଲବ୍ଧ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ପଦ୍ଧତି ଅନୁଯାୟୀ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଉଦ୍ଧାର କରନ୍ତୁ। ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ନିକଟରେ ଥିବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦଳମାନଙ୍କୁ କାର୍ଯ୍ୟରେ ସାମିଲ୍ କରନ୍ତୁ। କ୍ଷୟକ୍ଷତିର ଆକଳନ କରନ୍ତୁ। ପ୍ରଶାସନ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ ରଖନ୍ତୁ।

ଜରୁରୀକାଳୀନ ଉଦ୍ଧାର

ଦୁର୍ଘଟଣା ବା ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଅବସ୍ଥାରେ ବା ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦଳଙ୍କୁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ମିଳି ନଥାଏ। କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆବଶ୍ୟକ ମାନବ ସମ୍ବଳ ବା ଦକ୍ଷତା ଥିବା ଲୋକଶକ୍ତି ଏବଂ ଉପକରଣ ମିଳିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇଥାଏ। ଏପରି ପରିସ୍ଥିତି ପାଇଁ ଅନେକ ଗୁଡିଏ ପଦ୍ଧତି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ଯାହାକୁ କି ଜରୁରୀକାଳୀନ ଉଦ୍ଧାର କୁହାଯାଇଥାଏ। ତେଣୁ ଅତି ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆହତ, ଅଚେତ୍ ବା ମୃତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇ ପାରିବ। ମାତ୍ର ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ଅବସ୍ଥା, କ୍ଷତ ଏବଂ ଆଚରଣକୁ ଆଧାର କରି ନିଜର ଉପସ୍ଥିତ ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରୟୋଗକରି ଉଦ୍ଧାର କରିବା ଉଚିତ୍। କାରଣ ସଂନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର ଏକ ପଦ୍ଧତି ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆହତ ଏବଂ ଅସହାୟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ଅବସ୍ଥିତି ନିର୍ଣ୍ଣୟକରି ବିପଦ ସଂକୁଳ ସ୍ଥାନରୁ ନିରାପଦ ସ୍ଥାନକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରୀତ କରାଯାଏ।

ଜଣେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ଦୋଳା (Cradle)

ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି ଚାଲି ପାରୁନଥାନ୍ତି, କିମ୍ବା ଆହତ ହୋଇଥାନ୍ତି ତେବେ ସେଭଳି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପିଠି ପଟେ ଗୋଟିଏ ହାତ ଏବଂ ଆଣ୍ଠୁ ତଳେ ଅନ୍ୟ ଏକ ହାତରେ ତାଙ୍କୁ ଟେକି ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରାଯାଇଥାଏ। ଦୁର୍ବଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ଏଭଳି ଭାବେ ନିଆଯାଏ।

ଦୋଳାରେ ସ୍ଥାନାନ୍ତର ଏକ ସହଜ ଉପାୟ

ପିଠିରେ ବୋହିନେବା (Pick-a-back)

ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଅକ୍ଷତ, ସଚେତ କିମ୍ବା ଚେତାରେ ଥାଆନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କର ଚାଲିବାର କ୍ଷମତା ନଥାଏ, ସେତେବେଳେ ଏହି ପଦ୍ଧତି ଅନୁସରଣ କରାଯାଏ। ଉଦ୍ଧାର କରିବା ସମୟରେ ଓ ଉଠାଇବା ସମୟରେ;

୧. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ନିଜର ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷା କରି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପିଠି ଉପରକୁ ଉଠାନ୍ତୁ।
୨. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ହାତ ଦୁଇଟିକୁ ଏପରି ଧରି ରଖନ୍ତୁ, ଯେପରି ତାହା ଖସି ନଯାଏ।

୩. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ତାଙ୍କ ଦୁଇ ହାତ ଦ୍ୱାରା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ପଛପଟୁ ଆଣ୍ଠୁତଳୁ ଧରି ଦୁଇହାତକୁ ଛନ୍ଦି ଧରନ୍ତୁ ଓ ପିଠି ଉପରେ ଆଶ୍ରା ଦିଅନ୍ତୁ । ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ତାଙ୍କ ଗୋଡ ଓ ହାତ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ଅଣ୍ଟା ଓ କାନ୍ଧକୁ ଧରି ଅଗ୍ରସରରେ ସହାୟତା କରନ୍ତୁ ।

ପିଠିରେ ବୋହି ନେବା
ଉଦ୍ଧାରର ଏକ ପୁରୁଣା ଓ ଭଲ ଅଭ୍ୟାସ

ଓଲଟା ପୃଷ୍ଠବହନ (Pick-a-back Reverse)

ଯଦି ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ସଂଜ୍ଞାରେ ଥାଆନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କ ପେଟ, ଛାତି, ବେକ କିମ୍ବା ମୁହଁରେ କ୍ଷତ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ତାଙ୍କୁ ଏହି ପଦ୍ଧତି ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ନିଜ ପକେଟରେ କୌଣସି ଧାତବ ଦ୍ରବ୍ୟ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଥିଲେ ତାକୁ ବାହାର କରିଦେବା ଉଚିତ୍ ।

୧. ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ପରସ୍ପରକୁ ପଛ କରି ଠିଆ ହୁଅନ୍ତୁ ।

୨. ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ପିଠିରେ ଭରାଦେଇ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣକ ଆଶ୍ରୟ ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଠିକ୍ ସେହି ସମୟରେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ନିଜର ହାତ ଦୁଇଟି ପଛକୁ ନେଇ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଅଣ୍ଟାକୁ ଦୃଢ଼ ଭାବେ ନିଜ ପିଠିରେ ଚାପି ଧରନ୍ତୁ ।

୩. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆଗକୁ ସାମାନ୍ୟ ନଇଁପଡ଼ି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ନିଜ ପିଠି ଉପରକୁ ଉଠାଇ ବା ଟେକି ଧରନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଗୋଡ଼ ତଳେ ନ ଲାଗେ । ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ସମୟରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ ଉପରେ ରହିବା ଉଚିତ ।

ସମ୍ମୁଖ ଭାଗ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥିଲେ
ଏପରି ବୋହି ନେଇପାରନ୍ତି

ପାଦ ଦ୍ୱାରା ଟାଣିନେବା (Toe drag)

ଯଦି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକ ଅଣଓସାରିଆ ସ୍ଥାନରେ ପଡିଥାଆନ୍ତି ଓ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ସେଠାରେ ପଶିବା ପାଇଁ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥାଆନ୍ତି କିମ୍ବା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଟିର ମୁଣ୍ଡ ପାଖ ସାମାନ୍ୟ ଭିତରକୁ ଥାଏ, ତେବେ ଏହି ପଦ୍ଧତି ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇପାରେ ।

ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଓଜନକୁ ଆକଳନ କରି ନିଜର ପାଦ ଦୁଇଟିକୁ ତାଙ୍କ କାଖତଳେ ପୁରାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଓ ଗୋଟିଏ ହାତରେ ମୁଣ୍ଡ ତଳୁ ଟେକି ଧରି ଅନ୍ୟ ହାତରେ ନିଜ ପଛ ପାଖେ ଭରା ଦେଇ ତାଙ୍କୁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଦୁଇ ପାଦ ଦ୍ୱାରା ଟାଣନ୍ତୁ ।

ଅଣଓସାରିଆ ଯାଗାରୁ ପାଦ ଦ୍ୱାରା ଟାଣି ବାହାର କରାଯାଉଛି

ଅଗ୍ନିଶମ ଉତ୍ତୋଳନ (Fireman's lift)

ଯଦି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣକ ସଂଜ୍ଞାହୀନ ଅବସ୍ଥାରେ ଥାଆନ୍ତି କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଶରୀରରେ କୌଣସି କ୍ଷତ ନଥାଏ, ତେବେ ଅଗ୍ନିଶମ ଉତ୍ତୋଳନ ପଦ୍ଧତି ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କୁ ନିଜ କାନ୍ଧ ଉପରେ ଉତ୍ତୋଳନ ଓ ବହନ କରାଯାଇପାରେ । ଜଣେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ସହଜ ପଦ୍ଧତି ଅଟେ । ଏହି ପଦ୍ଧତି ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ସହଜରେ ଓ ଏକାକୀ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଉପରୁ ତଳକୁ (ଶିଡି ଦ୍ୱାରା) ବା ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରୁ ଦୂର ସ୍ଥାନକୁ ନେଇପାରିବେ ।

୧. ନିଜ ଶରୀରର ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷାକରି ଓ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଓଜନକୁ ଆକଳନ କରି ଉପଯୁକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀରେ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରନ୍ତୁ ।
୨. ଗୋଟିଏ ହାତରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୁହଁ ଓ ଅନ୍ୟ ହାତରେ ତାଙ୍କ ହାତ ସହ କମର ପଟିକୁ ଧରି ତଳ ମୁହାଁ କରି ଓଲଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଅଗ୍ନିଶମ ଉତ୍ତୋଳନରେ ପୀଡ଼ିତଙ୍କୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରାଯାଉଛି

୩. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କାଖତଳେ ନିଜର ହାତ ଦୁଇଟିଙ୍କୁ ତଳପଟୁ ପୂରାଇ ଚାପିଧରି ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତୁ ଏବଂ ନିଜର ଜଂଘ ଉପରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୁଣ୍ଡକୁ ରଖନ୍ତୁ ।

୪. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ନଟାଣି ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆଣ୍ଠେଇ ଆଣ୍ଠେଇ ତାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଏପରି ଭାବେ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ନିଜ ଆଣ୍ଠୁରେ କୌଣସି କ୍ଷତ ନହୁଏ ।

୫. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ନିଜ ଶରୀରରେ ଭରା ଦେଇ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଛିଡା ହେବା ଅବସ୍ଥାରେ ଉଠାଇ ଧରନ୍ତୁ ।

୬. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ନଇଁପଡି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଧିରେ ଧିରେ ନିଜ କାନ୍ଧ ଉପରକୁ ନେଇ ଆସନ୍ତୁ । ଗୋଟିଏ ହାତରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର କଚଟିକୁ ଧରନ୍ତୁ ଓ ଅନ୍ୟ ହାତଟି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଦୁଇଗୋଡର ମଝିରେ ପ୍ରବେଶ କରାଇ ଧିରେ ଧିରେ କାନ୍ଧ ଉପରକୁ ଉଠାନ୍ତୁ ।

୭. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏପରି ଧରି ରଖନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଶରୀର ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ କାନ୍ଧ ଉପରେ ସମାନ ଭାରସାମ୍ୟ ରହିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତାଙ୍କର ମୁଣ୍ଡ ଆପଣଙ୍କ ଅନ୍ୟ ବାହା ଉପରେ ରହିବା ଉଚିତ୍ ।

ଗୁରୁଣ୍ଡି ଉଦ୍ଧାର (Rescue Crawl)

ଗୁରୁଣ୍ଡି ଗୁରୁଣ୍ଡି ଉଦ୍ଧାର

ଯଦି ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣକ ଅତ୍ୟଧିକ ଭାରି ହୋଇଥାଆନ୍ତି କିମ୍ବା ଏକ ଭଗ୍ନ, ଆବଦ୍ଧ ବା ଧୂଆଁପୂର୍ଣ୍ଣ ଘରେ ଅଚେତ୍ ଅବସ୍ଥାରେ ପଡିଥାନ୍ତି ବା ଚଳାଚଳ ନ କରିପାରିବା ଭଳି ଆବଦ୍ଧ ସ୍ଥାନରେ ଫସି ରହିଥାନ୍ତି, ତେବେ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀ ବ୍ୟବହାର କରି ତାଙ୍କୁ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନରୁ ନିରାପଦ ସ୍ଥାନକୁ ଗୁରୁଣ୍ଡି, ଗୁରୁଣ୍ଡି ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଏ । ସେଥିପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ସାଙ୍ଗରେ ନେଇ ପ୍ରବେଶ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

୧. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଆସ୍ତେ କରି ଓଲଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ତାଙ୍କ ପିଠି ତଳକୁ ରହିବ ଏବଂ ଏକ ତିନିକୋଣିଆ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍, ରୁମାଲ୍ କିମ୍ବା ଗାମୁଛା ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ହାତର କଚଟି ଦୁଇଟିଙ୍କୁ ଏକାଠି କରି ରିଫ୍‌ନଟ୍ (ଗଣ୍ଠି) ପକାଇ ବାନ୍ଧି ଦିଅନ୍ତୁ ।

୨. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ମୁହଁ କରି ତାଙ୍କର ଦୁଇ ପାଖରେ ଗୋଡକୁ ରଖି ଆଣ୍ଠେଇ ପଡନ୍ତୁ ଏବଂ ବନ୍ଧା ହୋଇ ଥିବା ହାତ ଦୁଇଟିଙ୍କୁ ନିଜ ମୁଣ୍ଡ ଉପରେ ଦେଇ କାନ୍ଧ ଉପରେ ଝୁଲାଇ ରଖନ୍ତୁ । ଅଧିକ କ୍ଷତ ନ ହେବା ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ହାତ ପାପୁଲିରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୁଣ୍ଡକୁ ତଳୁ ଟେକି ଧରି ରଖନ୍ତୁ ।

୩. ନିଜ ହାତ ଓ ଆଣ୍ଠୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ଗୁରୁଣ୍ଡି, ଗୁରୁଣ୍ଡି ଆଗକୁ ଆଗେଇ ଚାଲନ୍ତୁ ଓ ନିଜ ସହିତ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରନ୍ତୁ ।

କାନ୍ଧେଇ ନେବା (Shoulder Carry)

ବେଳେ ବେଳେ ଅତି ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ନିଜକୁ ନିଜେ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରି ପାରୁନଥିବା ହାଲୁକା ଛୋଟ ଛୋଟ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ମଧ କାନ୍ଧ ଉପରେ ବସାଇ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇପାରେ ।

କାଖେଇ ନେବା (Waist Carry)

ଶିଶୁ, ଦୁର୍ବଳ ତଥା ହାଲୁକା ବୃଦ୍ଧ ବୃଦ୍ଧାମାନଙ୍କୁ ମଧ ଜରୁରୀକାଳୀନ ସ୍ଥିତିରେ ଅଣ୍ଟାରେ ବସାଇ ବା କାଖେଇ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇପାରେ ।

କାନ୍ଧେଇ ସ୍ଥାନାନ୍ତର

କାଖରେ ସ୍ଥାନାନ୍ତର

ଦୁଇ କିମ୍ବା ତତୋଧିକ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ଦୁଇହାତିଆ ଆସନ (Two handed seat)

ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗି ନଥିବା, ସଚେତ ଏବଂ ଚାଲିବାକୁ ଅକ୍ଷମ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବାର ସହଜ ଉପାୟ । ମନେରଖନ୍ତୁ, ଏପରି କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ନିମ୍ନଲିଖିତ ପଦକ୍ଷେପ ଗୁଡ଼ିକ ନେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

୧. ନିଜ ଆଙ୍ଗୁଠିର ନଖ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ ।
୨. ମୁଦି, ଘଣ୍ଟା ଇତ୍ୟାଦି ଧାତୁ ଦ୍ରବ୍ୟ ବାହାର କରି ଦିଅନ୍ତୁ
୩. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଉଠାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦୁହେଁ ଦୁଇ ହାତ ସଂଯୋଗ ସ୍ଥଳରେ ସୂତା ରୁମାଲ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ନେବା ସମୟରେ କଡେଇ ଚାଲନ୍ତୁ ।

ଦୁଇହାତିଆ ଆସନରେ ଉଦ୍ଧାର

୪. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ହାତ ଦୁଇଟି ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ କାନ୍ଧ ଉପରେ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ବାହାର ହାତ ଦୁଇଟି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପଛପଟେ କମର ପଟିକୁ ଛନ୍ଦି ଧରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ତିନିହାତିଆ ଆସନ (Three handed seat)

ଯଦି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଗୋଟିଏ ଗୋଡ଼ରେ କ୍ଷତ ହୋଇଥାଏ ବା ରକ୍ତ ଝରୁଥାଏ କିନ୍ତୁ ସେ ସଂଜ୍ଞାହୀନ ହୋଇ ନଥାନ୍ତି, ତେବେ ଏହି ପଦ୍ଧତିଟି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ତିନିହାତିଆ ଆସନରେ ଉଦ୍ଧାର

୧. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦ୍ୱୟ ପରସ୍ପରକୁ ମୁହଁ କରି ଛିଡ଼ା ହୁଅନ୍ତୁ ଏବଂ ତିନୋଟି ହାତ ଦ୍ୱାରା ତିନିହାତିଆ ଆସନଟିଏ ତିଆରି କରି ଏଥିରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣଙ୍କୁ ବସାଇ ତାଙ୍କର ଦୁଇହାତକୁ ନିଜ କାନ୍ଧ ଉପରେ ପକାଇ ରଖନ୍ତୁ ।

୨. ଦୁଇ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯାହାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ହାତ ଖାଲିଥାଏ, ସେ ସେହି ଖାଲି ହାତରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର କ୍ଷତାକ୍ତ ଗୋଡ଼ଟିକୁ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା କଲା ପରେ ଟେକି ଧରି ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ କଡ଼େଇ କଡ଼େଇ ଚାଲିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ।

ଚାରିହାତିଆ ଆସନ (Four handed seat)

ଚାଲିବାକୁ ଅକ୍ଷମ ଓ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି କ୍ଷତାକ୍ତ ହୋଇନଥାନ୍ତି କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଶରୀର ଖୁବ୍ ଭାରି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେ ଅଚେତ ଥାନ୍ତି, ତେବେ ଏହି ପଦ୍ଧତି ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଚାରିହାତିଆ ଆସନରେ ଉଦ୍ଧାର

୧. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦ୍ୱୟ ପରସ୍ପରକୁ ମୁହଁ କରି ଛିଡା ହୁଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଚାରି ହାତ ଦ୍ୱାରା ଆସନଟିଏ ତିଆରି କରନ୍ତୁ ।

୨. ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ଚାରି ହାତରେ ବସେଇ ନେଇ ଉଦ୍ଧାର କରିପାରିବେ । ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ହାତ ଉପରେ ବସିବା ପରେ ତାଙ୍କ ହାତ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦ୍ୱୟଙ୍କ କାନ୍ଧ ଉପରେ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଉଦ୍ଧାରକାରୀମାନେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଟେକି ଧରି ଛୋଟ ଛୋଟ ପାହୁଣ୍ଡ ପକାଇ କଡ଼େଇ କଡ଼େଇ ଚାଲି ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରନ୍ତୁ ।

ସମ୍ମୁଖ ଏବଂ ପଶ୍ଚାତ୍ ପଦ୍ଧତି (Fore and Aft)

ଯଦି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ତଳିପେଟରେ କ୍ଷତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେ ଚାଲିବାକୁ ଅକ୍ଷମ ହୋଇଥାଆନ୍ତି, ତେବେ ଏହି ପଦ୍ଧତି ଅନୁସରଣ କରି ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇ ପାରେ। ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସଫା ଲୁଗା କିମ୍ବା ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍ ଦ୍ୱାରା କ୍ଷତ ସ୍ଥାନରେ ପଟି ବାନ୍ଧିବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ।

ସମ୍ମୁଖ ଓ ପଛରେ ରହି ଉଦ୍ଧାର

୧. ମୁଣ୍ଡ ପାଖରେ ବସିଥିବା ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାମାନ୍ୟ ଉଠାଇ ନିଜ ହାତ ଦୁଇଟିକୁ ତାଙ୍କ କାଖ ତଳେ ଦେଇ ତାଙ୍କ ଶରୀରର ପଛପଟେ ରହି ନିଜ ଛାତି ସହିତ ଜାବୁଡି ଧରନ୍ତୁ। ଅନ୍ୟ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପଛ କରି ତାଙ୍କ ଗୋଡ ଦୁଇଟିକୁ ଦୁଇ ହାତରେ ଉଠାଇ ନିଜ ଅଣ୍ଟାର ଉପରି ଭାଗରେ ଦୁଇ କାଖତଳେ ଚାପିରଖି ଟେକି ଧରନ୍ତୁ।

୨. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବା ସମୟରେ ଆଗରେ ଓ ପଛରେ ଥିବା ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ପାଦକୁ ପାଦ ମିଶାଇ ଚାଲିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷକରି ଅଣଓସାରିଆ ଓ ସିଡ଼ିରୁ ଉପରୁ ତଳକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବାର ଏକ ସହଜ ପଦ୍ଧତି।

୩. ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବା ପରେ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଚିତ କରି ଶୁଆନ୍ତୁ ନାହିଁ କି ପିଇବାକୁ କୌଣସି ତରଳ ପଦାର୍ଥ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ବସିଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ତୁରନ୍ତ ପଠେଇବାର ବନ୍ଦୋବସ୍ତ କରନ୍ତୁ।

ବିକଳ୍ପ 'ଷ୍ଟ୍ରେଚର' ତିଆରି କୌଶଳ

ବାଉଁଶ ଏବଂ ଅଖା ଦ୍ୱାରା

ବାଉଁଶ ଏବଂ ଅଖାଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ପ୍ରଣାଳୀ–ଅଖା ବା ବସ୍ତାର ତଳପଟ କୋଣରେ ବାଉଁଶ ମୋଟେଇର ୨ଟି କଣା କରି ଦିଅନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ଏହା ମଧ୍ୟ ଦେଇ ବାଉଁଶ ପଶି ପାରିବ । ତା'ପରେ ୨ଗୋଟି ବାଉଁଶକୁ ଅଖାର ଗୋଟିଏ ପଟେ ଥିବା ଦୁଇ କଣାରେ ପୂରାଇ ବାହାର କରାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏଥର ଅନ୍ୟ ଅଖାଟିର ଖୋଲାପଟେ ବାଉଁଶର ଅଗ୍ରଭାଗକୁ ପ୍ରବେଶ କରାଇ କୋଣରେ ଥିବା କଣାପଟେ ବାହାର କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ । ଏହିପରି

୨ଗୋଟି ବାଉଁଶକୁ ୨ ଗୋଟି ଅଖାର କୋଣରେ ଥିବା କଣାରେ ପୁରାଇ ବାହାରକୁ ବାଉଁଶ ସମାନ ରଖି ପ୍ରଥମେ ପରୀକ୍ଷା କରି ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ରୋଗୀକୁ ବା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସେଥିରେ ଶୁଆଇ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତୁ ।

ବାଉଁଶ ଏବଂ କମ୍ବଳ ବା ବେଡ୍‌ସିଟ୍ ଦ୍ୱାରା

ଦୁଇଗୋଟି ଶକ୍ତ ୭ ବା ୮ ଫୁଟ ଲମ୍ବର ବାଉଁଶ ଏବଂ ଗୋଟିଏ କମ୍ବଳ ବା ବେଡ୍‌ସିଟ୍ ଦ୍ୱାରା ବୋହି ନେବା ଷ୍ଟ୍ରେଚର ତିଆରି କରିବାର କୌଶଳ।

ପ୍ରଣାଳୀ – ପ୍ରଥମେ କମ୍ବଳ ବା ବେଡ୍‌ସିଟ୍‌କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଖୋଲା କରି ତଳେ ବିଛାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । କମ୍ବଳର ଚଉଡା ପଟରୁ ୪୦ ଭାଗ ଛାଡି ଗୋଟିଏ ବାଉଁଶକୁ ତା'ଉପରେ ଲମ୍ବରେ ରଖି ଦିଅନ୍ତୁ । ଉକ୍ତ ବାଉଁଶ ଉପରେ କମ୍ବଳ ବା ବେଡ୍‌ସିଟକୁ ଭିତରକୁ ବୁଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଆଉ ଗୋଟିଏ ବାଉଁଶକୁ ଭଙ୍ଗାଯାଇଥିବା କମ୍ବଳ ଉପରେ ସମାନ ଭାବରେ ଏପରି ରଖନ୍ତୁ, ଯେପରି ବାଉଁଶ ବାଉଁଶ ମଧ୍ୟରେ ୨୨/୨୩ ଇଞ୍ଚର ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିବ । ବଳକା କମ୍ବଳକୁ ବାଉଁଶ ଉପର ଦେଇ ବୁଲାଇ ଆଣନ୍ତୁ । ପ୍ରଥମେ ପରୀକ୍ଷା କରି ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ତାପରେ ରୋଗୀକୁ ବା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏଥିରେ ଶୁଆଇ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତୁ।

ବାଉଁଶ ଏବଂ କମ୍ବଳ ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ବାଉଁଶ ଏବଂ ଦଉଡି

ଦୁଇଗୋଟି ୭ଫୁଟ ଲମ୍ବର ନିଦା ବାଉଁଶ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ୧ଇଞ୍ଚ ମୋଟେଇ ଓ ୩୦ ଫୁଟ ଲମ୍ବର ଦଉଡି ଦ୍ୱାରା ଷ୍ଟ୍ରେଚର ପ୍ରସ୍ତୁତି।

ପ୍ରଣାଳୀ – ପ୍ରଥମେ ଗୋଟିଏ ବାଉଁଶର ଅଗ୍ରଭାଗରୁ ୮ ଇଞ୍ଚ ଛାଡି ଏକ ଶକ୍ତ ଗାଈବନ୍ଧା (କ୍ଲୋଭ୍‌ହିଚ୍) ଫାଶ ପକାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ତା'ପରେ ଅନ୍ୟ ବାଉଁଶଟିକୁ ଆନୁମାନିକ ୨୩ ବା ୨୪ ଇଞ୍ଚ ବ୍ୟବଧାନରେ ରଖି ତାର ମଧ୍ୟ ଅଗ୍ରଭାଗରୁ ୮ ଇଞ୍ଚ ଛାଡି ଗାଈବନ୍ଧା ଫାଶଟିଏ ପକାନ୍ତୁ । ଏହିପରି ୨ଟି ବାଉଁଶକୁ ସମାନ ବ୍ୟବଧାନରେ ଓ କ୍ରମାନ୍ୱୟରେ ଗାଈବନ୍ଧା ଫାଶ ଦ୍ୱାରା ବାନ୍ଧି ଚାଲନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ବାଉଁଶର ଶେଷରେ ମଧ୍ୟ ୮ ଇଞ୍ଚ ପୂର୍ବରୁ ଦଉଡି ଶେଷ ହେବ । ଏବେ ଏହାକୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏଥିରେ ଶୁଆଇ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତୁ।

ବାଉଁଶ ଏବଂ ଦଉଡ଼ି ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ବାଉଁଶ ଏବଂ ଜାଲ ଦୋଳି

ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏହି ଝୁଲା ଜାଲରେ ରୋଗୀ ବା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଶୁଆଇ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରିବା ସହଜସାଧ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ବିକଳ୍ପ ବାହକରେ ହାଡ଼ ଭାଙ୍ଗିଥିବା ରୋଗୀକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରିବା ଅନୁଚିତ୍ ।

ବାଉଁଶ ଓ ଜାଲ ଦୋଳି ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ପଟା ବେଞ୍ଚ୍ ବା କାଠ ଖଟ ଦ୍ୱାରା

୭ ଫୁଟ ଲମ୍ବର ଗୋଟିଏ ଶକ୍ତ ଚଉଡା ପଟା ଏବଂ କାଠ ଖଟ ବା ବେଞ୍ଚ ଦ୍ୱାରା ଷ୍ଟ୍ରେଚର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ ।

ପ୍ରଣାଳୀ – ଶକ୍ତ, ଚଉଡା ପଟାଟିର ତଳ ପଟରେ ଦୁଇଗୋଟି ବାଉଁଶକୁ ପୂରାଇ ବାନ୍ଧି ଦିଅନ୍ତୁ, ଯେପରିକି ବାଉଁଶ ଦୁଇଟିର ଅଗ୍ରଭାଗ ସାମାନ୍ୟ ବାହାରକୁ ବାହାରି ରହୁଥିବ । ଏହା ହ୍ୟାଣ୍ଡେଲ୍ ପରି କାମ କରେ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଖଟ ବା ବେଞ୍ଚ୍ ତଳେ ଦୁଇଗୋଟି ଲମ୍ବ, ଶକ୍ତ ବାଉଁଶ ପୂରାଇ ଦଉଡି ଦ୍ୱାରା ବାନ୍ଧି ଦିଅନ୍ତୁ । ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ରୋଗୀକୁ ଏଥିରେ ଶୁଆଇ ଷ୍ଟ୍ରେଚର ଲେସିଙ୍ଗ୍ ଶୈଳୀରେ ବାନ୍ଧି ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତୁ । ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏହି ପଦ୍ଧତି ବ୍ୟବହାର କରି ମେରୁଦଣ୍ଡରେ ଆଘାତ ଲାଗିଥିବା ବା ହାଡ ଭାଙ୍ଗିଯାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ମଧ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇଥାଏ ।

ପଟା ବା କାଠ ଖଟଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ଚେୟାର ଦ୍ୱାରା

ଆବଶ୍ୟକସ୍ଥଳେ ଆହତ ବା ରୋଗୀଙ୍କୁ କାଠ ଚେୟାର ଉପରେ ବସାଇ ମଧ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇପାରେ ।

ଚେୟାର ଦ୍ୱାରା ଉଦ୍ଧାର

ଜଳରୁ ଉଦ୍ଧାର

ବନ୍ୟା ଓ ବାତ୍ୟା ଆମ ରାଜ୍ୟର ଏକ ବଡ଼ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ। ଏଥିରେ ବହୁ ଧନ ଓ ଜୀବନ କ୍ଷୟ ହୁଏ। ବନ୍ୟା ଜଳରୁ ଲୋକଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ଏକ ଆହ୍ୱାନ। ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଏକ ଭଲ ସନ୍ତରଣକାରୀ ହୋଇଥିବା ଆବଶ୍ୟକ, ପାଣିରେ ଭାସୁଥିବା ଉପକରଣ ଗୁଡ଼ିକର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇ ଲୋକଙ୍କୁ ପହଁରିବା ଶିକ୍ଷା ଦିଆଯିବା ଉଚିତ୍ ଏବଂ ସ୍ଥାନୀୟ ଭାସମାନ ଦ୍ରବ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ବ୍ୟବହାର କରି ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ ତିଆରି କୌଶଳ ଶିଖାଇବା ଉଚିତ୍। ଉଦ୍ଧାରକାରୀମାନେ ଦଳଗତ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଜରିଆରେ ଏସବୁ କୌଶଳର ପ୍ରସାର କରିବା ଦରକାର। ଜଳରୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ସମୟରେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀମାନେ ବିଶେଷ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାନ୍ତି। ଏପରିକି ଅନ୍ୟମନସ୍କତାରୁ ବା ଅସାବଧାନତାରୁ କିମ୍ବା ପର ପ୍ରରୋଚନା ବା ଚାପରେ ପଡି ଉପଯୁକ୍ତ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇ ନପାରି ବେଳେବେଳେ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରେ ମଧ୍ୟ ପଡିଥାଆନ୍ତି। ତେଣୁ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଦେଖି ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଉପଯୁକ୍ତ ପଦକ୍ଷେପ ନେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ନିଜର ଓ ଦଳର ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ।

ଲାଇଫ୍ ଜ୍ୟାକେଟ୍ (ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ)

ବିପନ୍ନଙ୍କୁ ଜଳରୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ପାଇଁ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଲାଇଫ୍ ଜ୍ୟାକେଟ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ। ଲାଇଫ୍ ଜ୍ୟାକେଟ୍ ଉଦ୍ଧାରକାରୀମାନଙ୍କୁ ନିରାପତ୍ତା, ସୁରକ୍ଷା ଓ ସାହସ ଯୋଗାଇ ଦେଇଥାଏ। ଲାଇଫ୍ ଜ୍ୟାକେଟ୍ ଏକ ଜଳ ନିରୋଧକ ଏବଂ ବାୟୁ ନିରୋଧକ ମୋଟା କନାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ ଓ ଏଥିରେ ପରିଷ୍କାର ସିନ୍ଥେଟିକ୍ ତୁଳା ବା ସିନ୍ଥେଟିକ୍ ସୋଲ ରହିଥାଏ। ଏହାର ଓଜନ ହାରାହାରି ୨ କିଲୋଗ୍ରାମରୁ ୩ କିଲୋଗ୍ରାମ ମଧ୍ୟରେ। ଏହାକୁ ସାର୍ଟ ଭଳି ପିନ୍ଧିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ଓ ଏହାକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ଭାବେ ବାନ୍ଧିବା ପାଇଁ ଏଥିରେ ୬ଟିରୁ ୮ଟି ଦଉଡି ରହିଥାଏ। ଏହା ବଜାରରେ ମିଳେ। ଏହାର ଆନୁମାନିକ ମୂଲ୍ୟ ଦୁଇହଜାର ଟଙ୍କାରୁ ଚାରିହଜାର ଟଙ୍କା ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥାଏ।

ଲାଇଫବୟ (ଭାସମାନ ପଦାର୍ଥ)

ଏହା ସାଧାରଣତଃ ବଡ ବଡ ଜାହାଜରେ ଏବଂ ଜଳ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ଦଳରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଏହା ଏକ ଗୋଲାକାର, ଟାଣ ଏବଂ ହାଲୁକା ପଦାର୍ଥ, ଯାହାର ରଙ୍ଗ ସାଧାରଣତଃ କମଳା ରଙ୍ଗ ଓ ପରିଧି ପ୍ରାୟ ୩ ଫୁଟ । ଏହାର ଶରୀରରେ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଦଉଡି ଛନ୍ଦି ହୋଇ ରହିଥାଏ, ଯାହାକୁ କି ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ବା ଉଦ୍ଧାର ପାଇବାକୁ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ସହଜରେ ଧରି ପାରିବେ । ଏହା ଏକ ଭାସମାନ ପଦାର୍ଥ ଅଟେ । ଏହାକୁ ସିନ୍ଥେଟିକ୍ ଫାଇବର ଗ୍ଲାସରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥାଏ । ଏହା ବଜାରରେ ମିଳେ ଏବଂ ଏହାର ଆନୁମାନିକ ମୂଲ୍ୟ ଦୁଇହଜାର ଟଙ୍କାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଚାରି ହଜାର ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ।

ବିକଳ୍ପ ପନ୍ଥା ମାଧ୍ୟମରେ ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଭାସମାନ ପଦାର୍ଥ

ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଜାରିକେନ୍ ଦ୍ୱାରା ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ ପ୍ରସ୍ତୁତି

ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଜାରିକେନ୍ ମଧ୍ୟ ସମୁଦ୍ର ଉପକୂଳବର୍ତ୍ତୀ ଅଞ୍ଚଳରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଏବଂ ଗ୍ରାମରେ ନିଶ୍ଚୟମିଳିବ। ଆଜିକାଲି ଏହି ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଜାରିକେନ୍ ଦ୍ୱାରା ଅନେକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ ହେଉଛି । ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ବିକଳ୍ପ ପନ୍ଥା ରୂପେ ଏହି ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଜାରିକେନ୍ ଦ୍ୱାରା କମ୍ ସମୟରେ ଓ ବିନା ଖର୍ଚ୍ଚରେ କେବଳ ନିଜର ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରୟୋଗ କରି ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଭାସମାନ ପଦାର୍ଥ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇପାରେ । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ପାଣିରେ ଭାସି ଯାଉଥିବା ଲୋକକୁ ସହଜରେ ଉଦ୍ଧାର କରିପାରିବେ ।

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ

- ସମାନ ଆକାର ଓ ସମାନ ଓଜନର ଦୁଇଗୋଟି ଭଲ ଓ ଶକ୍ତ ୧୦ ଲିଟରିଆ କିମ୍ବା ୨୦ ଲିଟରିଆ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ଜାରିକେନ୍ ।
- ଏଥିରେ ଠିପି ଥିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଛିଦ୍ର ବା ଫଟା ନଥିବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ଦୁଇଗୋଟି ଚାରି ବା ପାଞ୍ଚ ଫୁଟିଆ ଭଲ ଶକ୍ତ ନିଦା ବାଉଁଶ ।
- ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ କତା ଦଉଡି (୪୦୦ ଗ୍ରାମ୍) ।
- ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ପଲିଥିନ୍, ସୋଲ ଓ ସୁତୁଲି ରଶି ଇତ୍ୟାଦି ।

ସିଲ୍‌ଭର ଗରା ଦ୍ୱାରା ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଭାସମାନ ପଦାର୍ଥ ପ୍ରସ୍ତୁତି

ସିଲ୍‌ଭର ଗରା ସାଧାରଣ ଗାଁ ଗଣ୍ଡାରେ ଏକ ନିତ୍ୟ ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଏବଂ ଏହା ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘରେ ଥାଏ । ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ଆମ୍ଭେମାନେ ଏକ ବିକଳ୍ପ ପନ୍ଥା ରୂପେ ଏହି ଗରା ବ୍ୟବହାର କରି କମ୍ ସମୟରେ ଓ ବିନା ଖର୍ଚ୍ଚରେ କେବଳ ନିଜର ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରୟୋଗ କରି ସନ୍ତରଣ ସହାୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଭାସମାନ ପଦାର୍ଥ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବା, ଯାହାଦ୍ୱାରା କି ଭାସି ଯାଉଥିବା ବା ବୁଡି ଯାଉଥିବା ଲୋକଟିକୁ ପରିସ୍ଥିତି ଦେଖି ସହଜରେ ପାଣିରୁ ଉଦ୍ଧାର କରିପାରିବା ।

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ

୧. ସମାନ ସାଇଜ୍ ଓ ସମାନ ଓଜନର ଦୁଇଗୋଟି ସିଲ୍‌ଭର ଗରା ।
୨. ଦୁଇଗୋଟି ଶକ୍ତ ନିଦା ବାଉଁଶ (ଚାରିଫୁଟିଆ) ।
୩. ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ କତା ଦଉଡି (୪୦୦ ଗ୍ରାମ) ।
୪. ଗରା ଦୁଇଟିର ମୁହଁକୁ ସିଲ୍ କରିବା ପାଇଁ ଭଲ ଜରି ପଲିଥିନ୍ ।
୫. ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ସୁତୁଲି ରଶି ଇତ୍ୟାଦି ।

ବକ୍ଷ ସମ୍ମୁଖ ଫିଙ୍ଗା ପଦ୍ଧତି (Breastline Throw)

ପାଣିରେ ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଜୀବନ ଯେତିକି ବିପନ୍ନ, ଉପଯୁକ୍ତ ଓ ସମୟୋପଯୋଗୀ ପଦକ୍ଷେପ ନନେଲେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀଙ୍କ ଜୀବନ ମଧ୍ୟ ସେତିକି ବିପନ୍ନ ହୋଇପଡେ । କିଛି ନବୁଝି ନବିଚାରି ପାଣିକୁ ଡେଇଁ ପଡିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ, କାରଣ ବିପନ୍ନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବାକୁ ଯାଇ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣଙ୍କ ନିଜପାଇଁ ବିପଦ ଡାକି ଆଣି ପାରନ୍ତି ।

ଏଭଳି ଅନେକ ଉପାୟ ଅଛି, ଯାହାଦ୍ୱାରାକି ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ନିଜେ ପାଣି ଭିତରକୁ ନଯାଇ କୂଳରେ ଥାଇ କେବଳ ଦଉଡିଟିଏ ବ୍ୟବହାର କରି ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବା ଭାସି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରିପାରିବେ । ବକ୍ଷ ସମ୍ମୁଖ ଫିଙ୍ଗା ପଦ୍ଧତି ବା Breastline Throw ଏହିପରି ଏକ ଉପାୟ ।

ପଦକ୍ଷେପ

ଗୋଟିଏ ୧.୫ ଇଞ୍ଚମୋଟେଇ ଓ ୪୦ ବା ୫୦ ଫୁଟ୍ ଲମ୍ବର ଦଉଡି ଦ୍ୱାରା ବିପନ୍ନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇଥାଏ । ଏହାକୁ ହାତରେ ଗୁଡାଇ ଗୁଡାଇ ବା କଏଲିଙ୍ଗ୍‌ର କିଛି ଅଂଶ ଦୁଇ ହାତରେ ଧରି ବାମ ହାତରେ ଥିବା ଦଉଡିର ଅଗ୍ରଭାଗକୁ ବାମ ଗୋଡରେ ଚାପି ଧରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଡାହାଣ ହାତରେ ଥିବା ଦଉଡିର କଏଲିଙ୍ଗ୍‌କୁ ବା ଘେରକୁ ମାଛଧରା ଜାଲ ବା ଧାତୁଚକ୍ର ଫିଙ୍ଗିବା ଶୈଳୀରେ ଫିଙ୍ଗିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଫିଙ୍ଗିବା ବେଳେ ଏହାକୁ ନିଜ ବକ୍ଷ ସମ୍ମୁଖରେ ରଖି ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳକୁ ଫିଙ୍ଗିବାକୁ ହୋଇଥାଏ, ଯେପରିକି ଉକ୍ତ ଦଉଡିଟିର ଅଗ୍ରଭାଗ ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବା ଭାସି ଯାଉଥିବା ଲୋକଟିର ଆଗରେ ପଡିବ । ଏହାକୁ ଭାସି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଧରିବା ପରେ ଉଦ୍ଧାରକାରୀ ତାଙ୍କୁ ପାଣିରୁ କୂଳକୁ ବା ଡଙ୍ଗା ଉପରକୁ ଟାଣି ନେଇ ସହଜରେ ତାଙ୍କର ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରି ପାରିବେ ।

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ/ କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

- ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଉପଲବ୍ଧ ସୂଚନା ମୁତାବକ ଘଟଣାଟିର ଇତିହାସକୁ ଭଲଭାବରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରନ୍ତୁ ।
- ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଉକ୍ତ ଘଟଣା ସଂପର୍କରେ ନିର୍ଭୁଲ ସୂଚନା ସ୍ଥାନୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷଙ୍କ ପାଖରୁ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତୁ । ଯଥା – କେଉଁ ପ୍ରକାରର ଜଳ, ଜଳର ଗଭୀରତା, ଜଳର ସ୍ରୋତ, ଘଟିଥିବା ଘଟଣାର ସମୟ, ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ ଇତିହାସ ।
- ଏକୁଟିଆ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ ନକରି ସ୍ଥାନୀୟ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କ ସହାୟତା ନିଅନ୍ତୁ ।
- ଯେତେ ସମ୍ଭବ କମ୍ ବସ୍ତ୍ର ପରିଧାନ କରି ଏବଂ ସଙ୍ଗରେ ଲାଇଫ୍ ଲାଇନ୍ (ଜୀବନ ରକ୍ଷାକାରୀ ଦଉଡି) ନେଇ ପାଣିକୁ ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତୁ ।
- ମନ ଶାନ୍ତ ଓ ଧୀର ଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ଉଦ୍ଧାର କରନ୍ତୁ ।
- ବୁଡି ଯାଉଥିବା ବା ଭାସି ଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଟିର ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ ଜଳର ଗଭୀରତାକୁ ଦେଖି, ଉପସ୍ଥିତି ବୁଦ୍ଧି ପ୍ରୟୋଗ କରି ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣଙ୍କର ପଛପଟୁ ଯାଆନ୍ତୁ । ନଚେତ୍ ସାଙ୍ଗରେ ନେଇଥିବା ସାମଗ୍ରୀକୁ ତାଙ୍କୁ ବଢାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ।
- ଉଦ୍ଧାର ପାଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣଙ୍କୁ ଆରାମଦାୟକ ଅବସ୍ଥାରେ ରଖି ତାଙ୍କ ଶରୀରକୁ କମ୍ବଳ କିମ୍ବା କନ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ଘୋଡାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ମୁହଁ ଖୋଲା ରଖନ୍ତୁ ।
- ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ବିପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର କିମ୍ବା ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରନ୍ତୁ ।
- ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ କିଛି ସମୟ ପରେ ଉଷୁମ କ୍ଷୀର କିମ୍ବା ପାନୀୟ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ଶରୀରରେ ଥିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଓଦା ଲୁଗାକୁ ବାହାର କରି ଶୁଖିଲା ଲୁଗା ପିନ୍ଧାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

- ପରିସ୍ଥିତି ବାଧ କରୁ ନଥିଲେ ଏକୁଟିଆ ପାଣିକୁ ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିୟୋଜିତ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ପ୍ରଖର ସ୍ରୋତ ଥିବା ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ଘଟିଥିବା ଘଟଣାର ଇତିହାସ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ନ ଜାଣିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ନିଜର ସାହସ ଓ ଦକ୍ଷତା ନଥିଲା ପରି ମନେ କରୁଥିଲେ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ପର ପ୍ରରୋଚନାରେ ବା ଚାପରେ ପଡି ବା ବାହାଦୂରୀ ମାରି ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ଭୋକିଲା ଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ଉଦ୍ଧାର କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ହଠାତ୍ ଜଳରାଶିକୁ ଡେଇଁ ବା ଲମ୍ଫ ପ୍ରଦାନ କରି ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ଉଦ୍ଧାର କରିବା ପରେ ବିପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଓଦାରେ ବା ସନ୍ତସନ୍ତିଆ ସ୍ଥାନରେ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ଉଦ୍ଧାର କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସାଙ୍ଗରେ ବେଶି କଥାବାର୍ତ୍ତା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କି ତାଙ୍କୁ କ୍ଳାନ୍ତ ହେବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

First Aid
ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା

ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ଆହତ ଏବଂ ଅସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରୀ ଚିକିତ୍ସା ମିଳିବା ପୂର୍ବରୁ ଜଣେ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ଜାଣିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ଦିଆଯାଉଥିବା ଚିକିତ୍ସା ଓ ସହାୟତାକୁ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା କୁହାଯାଏ । ଯାହାକି ଡାକ୍ତରୀ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ ହେଉଥିବ ।

ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ

୧. ରୋଗୀ କିମ୍ବା ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରିବା ।
୨. କଷ୍ଟ କମାଇବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅବସ୍ଥାର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ।
୩. ହୋଇଥିବା କ୍ଷତିର ପରିମାଣକୁ ଅଧିକ ଯେପରି ନହୁଏ ଚେଷ୍ଟାକରିବା ।
୪. ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ଯଥା ଶିଘ୍ର ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ପଠାଇବା ।

ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସାର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରିବା । ଏଥିପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ କୌଶଳ ଜାଣିବା ଦରକାର ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟ ବିଷୟ ଯାହାକି

୧. ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହେଲେ କଣ କରିବା
୨. ହୃତପିଣ୍ଡ କ୍ରିୟା ବନ୍ଦହେବା ଅଥବା ରକ୍ତ ସଂଚାଳନରେ ବାଧା
୩. ସକ୍‌ର ଉପଚାର
୪. ଅତ୍ୟଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବର ଉପଚାର

ବିଶେଷକରି ଜାଣିବା ଦରକାର ଯେ ଯଦି କୌଣସି କାରଣରୁ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ୩ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ଏହାକୁ ପୁନଃ ଉନ୍ନତି ଆଣିବା ବା ପୁନଃ ପ୍ରଚଳନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯଦି ଏହା ଉନ୍ନତି ହୋଇନପାରେ ତେବେ ହୃତପିଣ୍ଡର କ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହେବାର ସଂମ୍ଭାବନା ଅଛି । ଯଦି ହୃତପିଣ୍ଡ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ ତେବେ ଶରୀରର ମୁଖ୍ୟ ଅଂଶଗୁଡିକ ରକ୍ତ ସଂଚାଳିତ ନହୋଇ ପାରିଲେ ବିଶେଷ କରି ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ୩ ମିନିଟ୍‌ରୁ ଅଧିକ ସମୟ ରକ୍ତ ସଂଚାଳନ ନହେଲେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁହେବାର ସଂଭାବନା ଥାଏ । ଏହି ସବୁକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଯଦି ସମସ୍ତେ ଜୀବନ ରକ୍ଷାକାରି ପ୍ରଣାଳୀ ଓ ଏହାର ବିଶେଷ ପ୍ରକ୍ରିୟାଗୁଡିକ ଶିକ୍ଷାକରି ଆବଶ୍ୟକ ସମୟରେ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲଗାଇବେ ତେବେ ଅନେକଙ୍କ ଜୀବନ ରକ୍ଷା ହୋଇପାରିବ ।

ଜୀବନ ରକ୍ଷା ପ୍ରଣାଳୀ

DRABC ସଂପର୍କରେ ଜ୍ଞାନ ଓ କୌଶଳ ଅନୁସୃତ କରି ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରାଯାଇପାରେ ।

DRABC

D-Danger **R**-Response **A**-Airway **B**-Breathing **C**-Circulation

ଯେକୌଣସି କାରଣରୁ ଯଦି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଜୀବନପ୍ରତି କୌଣସି ବିପଦ ଥିବାର ଅନୁମାନ କରିବା ତେବେ DRABC ପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସାରେ ଉପଚାର କରିବା ।

D - Danger (ବିପଦ)

୧. ନିଜର ଜୀବନ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖି ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଖକୁ ଯାଆନ୍ତୁ ।
୨. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନକୁ ଯଥାଶୀଘ୍ର କାଢି ଆଣନ୍ତୁ ।

R - Response (ପ୍ରତିକ୍ରିୟା / ଅବସ୍ଥା)

ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଚେତାରେ ଅଛି କି ଅଚେତ ଅଛି ସେଥିପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଥମେ ବଡ ପାଟିକରି ଡାକିବା । ଯଦି ସେ ଚେତାରେ ଥାଆନ୍ତି ତେବେ ଡାକଶୁଣି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଜଣାଇବେ ଓ ତାଙ୍କଠାରୁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରି ତାଙ୍କର ଉପଚାର କରିବା । ଯଦି ସେ ଚେତାରେ ନଥାଆନ୍ତି ବା ଅଚେତ ଥାଆନ୍ତି ତେବେ କାନ୍ଧକୁ ଧିରେ ଧିରେ ଥାପୁଡାଇବା, ଏଥିରେ ଫଳପ୍ରଦ ନହେଲେ କାନର ତଳଭାଗକୁ ଚିମୁଟିବା କିମ୍ବା ବକ୍ଷାସ୍ଥିକୁ ତଳୁ ଉପର ଆଡକୁ ବୁଢା ଆଙ୍ଗୁଳି ଦ୍ୱାରା ଘଷିବା । ଏସବୁ ପ୍ରକ୍ରିୟା ପ୍ରୟୋଗ କରିବାପରେ ଯଦି ସେ ଚେତାକୁ ଆସନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କଠାରୁ ତଥ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରି ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିବା ସଙ୍ଗେ ଉପଚାର ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ ।

ଯଦି ସେ ଚେତାକୁ ନଫେରି ଅଚେତ୍ ଅବସ୍ଥାରେ ରୁହନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କୁ ଜୀବନ ରକ୍ଷାକାରୀ ପ୍ରଣାଳୀର ପରବର୍ତ୍ତୀ ABC ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ପଡିବ । ଯାହାକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନକରି ଆବଶ୍ୟକୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପାଦନା କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

A - Airway (ଶ୍ୱାସପଥ)

ଆହତବ୍ୟକ୍ତି ଅଚେତ ଅବସ୍ଥାରେ ରହିଲେ ତାଙ୍କର ଜିଭ ପଛ ପଟକୁ ଖସି ଶ୍ୱାସପଥକୁ ବନ୍ଦ କରିଦେବାର ସଂଭାବନାଥାଏ । ଏହାର ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପ୍ରତିକାର ଯଥାଶୀଘ୍ର ନକଲେ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇପାରେ ।

୧. ପାଟିକୁ ଖୋଲା କରିବା
୨. ପାଟିକୁ ସଫାକରିବା
୩. ଶ୍ୱାସ ପଥକୁ ଖୋଲା ରଖିବା ପାଇଁ ଶ୍ୱାସନଳୀକୁ ସିଧା କରିବା

B - Breathing (ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା)

ଶ୍ୱାସନଳୀକୁ ଖୋଲା ରଖି ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଚାଲୁଛିକି ନାହିଁ ପରିକ୍ଷା କରିବା । ଏଥିପାଇଁ (Look-Listen-Feel) ଦେଖନ୍ତୁ-ଶୁଣନ୍ତୁ-ଅନୁଭବ କରନ୍ତୁ ପଦ୍ଧତିକୁ ଅନୁସରଣ କରି ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଚାଲୁଛି କି ନାହିଁ ଜାଣିହୁଏ । ଯଥା -

Look (ଦେଖିବା) : ଛାତି ତଳ ଉପର ହେଉଛି କି ନାହିଁ

Listen (ଶୁଣିବା) : ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାର ଶବ୍ଦ

Feel (ଅନୁଭବ କରିବା) : ନିଜ କାନକୁ ଅଚେତ ବ୍ୟକ୍ତିର ନାକପାଖରେ ଲଗାଇ ରଖିଲେ। ଅନୁଭବ କରିହୁଏ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଚାଲୁଛି କି ନାହିଁ ।

ବି.ଦ୍ର.- (୧) ଯଦି ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଚାଲୁଥାଏ ତେବେ ତାଙ୍କୁ ଆରାମଦାୟକ ଅବସ୍ଥା (Recovery Position)ରେ ଶୁଆଇ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଡାକ୍ତରୀ ଚିକିତ୍ସା ପାଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତୁ ।

(୨) ଯଦି ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଚାଲୁନଥାଏ ତେବେ ପରବର୍ତ୍ତୀ କ୍ଷତି ତଥା ମୃତ୍ୟୁମୁଖରୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଯଥାଶୀଘ୍ର ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତୁ ।

କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା (Artificial Respiration)

ଆହତ ଏବଂ ଅଚେତ ବ୍ୟକ୍ତି ଯାହାର କି ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇଥାଏ ତାଙ୍କର ଶରୀରକୁ ସମତଳ ସ୍ଥାନରେ ରଖି ଶ୍ୱାସନଳୀକୁ ପରିଷ୍କାର ତଥା ସିଧା କରି ରଖନ୍ତୁ। ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନାକକୁ ଦୁଇ ଆଙ୍ଗୁଳି ସାହାଯ୍ୟରେ ଚାପିଧରିବା ଓ ନିଜେ ଦୀର୍ଘଶ୍ୱାସ ନେଇ ସେହି ବାୟୁକୁ ଶ୍ୱାସରୁଦ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତିର ପାଟିରେ ପାଟି ଲଗାଇ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବାୟୁକୁ ତାଙ୍କ ପାଟିରେ ପ୍ରବେଶ କରାନ୍ତୁ। ଏହି ପ୍ରଣାଳୀକୁ କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା (Artificial Respiration) କୁହାଯାଏ।

କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ସମୟରେ ଦେଖିବା ଯେପରି ବାୟୁ ଭିତରକୁ ଯିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଛାତି ଫୁଲି ଉଠିବ। ଯାହାକି ଆମେ ପ୍ରୟୋଗ କରୁଥିବା ପ୍ରଣାଳୀ ଫଳପ୍ରଦ ହେବାର ଚିହ୍ନ। ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିର ପାଟିକୁ ନିଜପାଟି ଲଗାଇବା ସମୟରେ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ପାଇଁ ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଟି ଉପରେ ପରିଷ୍କାର କନା ରୁମାଲ ଇତ୍ୟାଦି ରଖିବା ଯାହାଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରର ଅପରିଷ୍କାର ବସ୍ତୁ ବା ଜୀବାଣୁ ତାଙ୍କ ଶରୀରକୁ ନଯାଏ ଓ ତାଙ୍କ ଶରୀରର ଜୀବାଣୁ ଆମ ଦେହକୁ ନଆସେ, ସେଥିପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଉଚିତ।

ଆହତ ତଥା ଅଚେତ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଦେବା ସମୟରେ ତାଙ୍କ ପାଟିରେ ପ୍ରାୟ ୫୦୦ ସି.ସି. (CC) ବାୟୁ ଛାଡିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ। ଏହା କରିବା ପାଇଁ ୨ ସେକେଣ୍ଡ ସମୟ ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ଓ ସେହି ବାୟୁକୁ ଶରୀରରୁ ବାହାରିବା ପାଇଁ ୪ ସେକେଣ୍ଡ ସମୟର ଅନ୍ତର ଦେବାକୁ ହୁଏ। ଶିଶୁମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ୧ ସେକେଣ୍ଡ ଫୁଙ୍କିବା ଓ ୨ ସେକେଣ୍ଡର ବ୍ୟବଧାନ ରଖିବା।

ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ୨ ଥର ଓ ଶିଶୁମାଙ୍କର ୫ ଥର କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଦେଇସାରି ତାଙ୍କ ହୃତପିଣ୍ଡ ଚାଲୁଛି କି ନାହିଁ ପରୀକ୍ଷା କରିବା। ଏଥିପାଇଁ ଧମନୀରେ ଆଙ୍ଗୁଳି ସ୍ପର୍ଶ ଦ୍ୱାରା ଅନୁଭବ କରିବା ଦରକାର। ଏଥିପାଇଁ ୩ଟି ସ୍ଥାନ ପରୀକ୍ଷା ସହଜ ହୋଇଥାଏ।

୧. Redial Pulse (ରେଡିଆଲ୍ ଧମନୀ) ହାତର କଚଟି ପାଖରେ ବୁଢା ଆଙ୍ଗୁଳି ତଳେ ସ୍ପର୍ଶ କଲେ ଅନୁଭବ କରିହୁଏ।
୨. Carotid Pulse (କ୍ୟାରୋଟିଡ୍ ଧମନୀ) ଅଙ୍ଗୁଳିର ସ୍ପର୍ଶ ଦ୍ୱାରା ଗଳାର ଦୁଇ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଥିବା ଏହି ଧମନୀର ସ୍ପନ୍ଦନ ଜଣାପଡ଼େ। କିନ୍ତୁ ଏକ ସଙ୍ଗରେ କେବଳ ଗୋଟିଏ ପାର୍ଶ୍ୱକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିବା ଉଚିତ୍।
୩. Brachial Pulse (ବ୍ରାକିଆଲ୍ ଧମନୀ) ଏହି ଧମନୀଟି ଶିଶୁମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ, ଶିଶୁମାନଙ୍କ ବାହୁରେ ଏହା ଅନୁଭୁତ ହୁଏ।

ଯଦି ଧମନୀର ସ୍ପନ୍ଦନ ଅନୁଭବ ହୁଏ, ତେବେ କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଚାଲୁରଖିବା ଉଚିତ୍। ଏହି କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପହଞ୍ଚିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିମ୍ବା ସେ ନିଜେ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ନେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲୁ ରଖିବା। ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ପୁନଃ ହୋଇପାରିଲେ ତାକୁ Recovery Position ତଥା ଆରମଦାୟକ ଅବସ୍ଥାରେ ଶୁଆଇ ରଖିବା ଉଚିତ୍।

ଯଦି ଧମନୀରେ ହୃତ ସ୍ପନ୍ଦନ ଅନୁଭବ ନହୁଏ ତେବେ ତାଙ୍କୁ ଯଥାଶୀଘ୍ର CPR କରାଇବା ଦରକାର ।

CPR, Cardio Pulmonary Resuscitation
କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ସହିତ ବାହ୍ୟ ହୃତପିଣ୍ଡ ମର୍ଦ୍ଦନ କରିବା

ବାହ୍ୟ ହୃତପିଣ୍ଡ ମର୍ଦ୍ଦନ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନ ନିରୁପଣ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ। ଏଥିପାଇଁ ବକ୍ଷାସ୍ଥିର ମଝିଅଂଶ କିମ୍ବା ବକ୍ଷାସ୍ଥିର ନିମ୍ନ ଭାଗରୁ ୨ ଆଙ୍ଗୁଳି ଠିକ୍ ଉପରକୁ ମାପ ଦେବା ଓ ମାପଥିବା

ସ୍ଥାନରେ ଉପର ପାର୍ଶ୍ୱରେ ବାମହାତ ରଖିବା ଓ ବାମ ହାତର ଏଡିକୁ ରଖି ତାଉପରେ ଡାହାଣ ହାତକୁ ବାମ ହାତ ସହିତ ଛନ୍ଦି ଛାତିରେ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ।

ପ୍ରଥମେ ତାଙ୍କୁ ଟାଣ ତଥା ସମତଳ ସ୍ଥାନରେ ଶୁଆଇବା ଓ ନିଜେ ତାଙ୍କ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଆଣ୍ଠୁମାଡି ବସିବା ଓ ଚାପଦେବାର ସ୍ଥାନକୁ ନିରୁପଣ କରି ବାହ୍ୟ ହୃତପିଣ୍ଡ ମର୍ଦ୍ଦନ କରିବା । ଏହା ୧୫ଥର ବାହ୍ୟ ହୃତପିଣ୍ଡ ପଦ୍ଧତି ସହିତ ୨ ଥର କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା କରିବା । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ନିୟମିତ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିମ୍ବା ହୃତପିଣ୍ଡ ଚାଳିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାଲୁରଖି ଡାକ୍ତର ଖାନାକୁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ତୁରନ୍ତ ପଠାଇବା । ବାହ୍ୟ ହୃତପିଣ୍ଡ ମର୍ଦ୍ଦନ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ୨ ହାତରେ, ୧ ବର୍ଷରୁ ୭ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଶିଶୁଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ହାତରେ ଓ ୧ ବର୍ଷରୁ ସାନ ଶିଶୁଙ୍କ ପାଇଁ ୨ ଆଙ୍ଗୁଳି ଦ୍ୱାରା ଚାପ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଚାପ ସାଧାରଣତଃ ଛାତି ଉଚ୍ଚତାର ଏକ ତୃତୀୟାଂଶ ଦବିବା ଦରକାର ଏବଂ ଏହାର ଗତି ମିନିଟ୍‌କୁ ୧୦୦ ଥର ଗତିରେ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଚାଲୁହେବା ପରେ ତାଙ୍କ ଉଚଜ ବନ୍ଦକରି କେବଳ ଆରାମଦାୟକ ଅବସ୍ଥାରେ ଶୁଆଇ ଡାକ୍ତରଖାନା ପଠାଇବା ଉଚିତ୍ ।

ପାଣିରେ ବୁଡିଗଲେ (Drowning)

ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଯଥାଶୀଘ୍ର ପାଣିରୁ ଉଦ୍ଧାରକରି କୂଳକୁ ନେଇ ଆସନ୍ତୁ, ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଡି.ଆର.ଏ.ବି.ସି. ପଦ୍ଧତି ଅନୁଯାୟୀ ପରୀକ୍ଷା କରନ୍ତୁ । ଅଚେତ ଥିଲେ ଚେତାକୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ଓ ଏଥି ପାଇଁ କାନ୍ଧକୁ ଥାପୁଡାଇବା, ବଛାସ୍ଥିକୁ ତଳ ଉପର ଅଂଶକୁ ଘସିବା, କାନକୁ ଚିମୁଟିବା ଇତ୍ୟାଦି ପଦ୍ଧତିରେ ତାଙ୍କ ଚେତା ଆଣନ୍ତୁ । ଚେତା ଆସିବା ପରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ତୁରନ୍ତ ପଠାନ୍ତୁ । ଯଦି ଚେତାକୁ ନ ଫେରନ୍ତି ତେବେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁଯାୟୀ କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ତଥା ସି.ପି.ଆର. ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଦେହରୁ ଓଦା ଲୁଗାପଟା ଯଥାଶୀଘ୍ର ବାହର କରନ୍ତୁ ନଚେତ ଶରୀର ଥଣ୍ଡାହୋଇ ସନ୍ନିପାତ ହୋଇଯାଇପାରେ ।

କଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

୧. ଛାତିକୁ କିମ୍ବା ପେଟକୁ ଚାପି ପାଣି ବାହର କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ନାହିଁ ।
୨. ପିଠି, ଛାତିରେ ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ନାହିଁ ।
୩. ତୁରନ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନୀୟ ଦେବା ନାହିଁ ।
୪. ଅଯଥା ଶରୀରକୁ ଘସାଘସି କରି ଉଷ୍ମ କରିବା ନାହିଁ ।
୫. ଗରମ ପାଣି ଓ ଗରମ ତେଲ ଉକ୍ତ ସମୟରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ଡ୍ରେସିଂ ଓ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ (Dressing & Bandage)

କ୍ଷତ ସ୍ଥାନକୁ ପରିଷ୍କାର କରି ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଡ୍ରେସିଂ କୁହାଯାଏ ଏବଂ କ୍ଷତ ସ୍ଥାନକୁ ଘୋଡାଇ ରଖିବା ପାଇଁ ଡ୍ରେସିଂ ପଟି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

ଏହା ମୁଖ୍ୟତଃ ୪ ପ୍ରକାରର :

୧) ଅଠାଳିଆ ପଟି
୨) ଅଣ ଅଠାଳିଆ ପଟି
୩) ଗଜ ଡ୍ରେସିଂ ପଟି
୪) ବିକଳ୍ପ ଡ୍ରେସିଂ ପଟି

କ୍ଷତ ସ୍ଥାନକୁ ସଫାକରି ଔଷଧ ଲଗାଇବା ପରେ ଡ୍ରେସିଂ ପଟି ଦ୍ୱାରା ଘୋଡାଇ ରଖାଯାଏ । ଡ୍ରେସିଂ ପଟିକୁ ଧରି ରଖିବା, ରକ୍ତସ୍ରାବ, ଫୁଲା ଇତ୍ୟାଦିକୁ କମାଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ପଟିର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ମୁଖ୍ୟତଃ ୨ ପ୍ରକାରର :

୧) ତ୍ରିକୋଣାକୃତ ପଟି
୨) ରୋଲର ପଟି

୧. ତ୍ରିକୋଣାକୃତ ପଟି (Triangular Bandage)

ଏହାକୁ ଘରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିହୁଏ, ଏହା ଏକ ବିକଳ୍ପ ପଟି । ଏଥିପାଇଁ ଏକ ମିଟର ଲମ୍ବ ଓ ଏକ ମିଟର ପ୍ରସ୍ଥର ଧଳା କନାକୁ ଆଣି କୋଣକୁ କୋଣ କାଟିଦେଲେ ୨ ଖଣ୍ଡ ତ୍ରିକୋଣ ପଟି ମିଳିଥାଏ । ଦୁର୍ଘଟଣା ସ୍ଥଳରୁ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଏହି ପଟି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଏହି ପଟି ଦ୍ୱାରା କ୍ଷତ, ହାଡ ଭଙ୍ଗାର ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ବାନ୍ଧି ହୁଏ । ଯଥା – ମୁଣ୍ଡ ପାଇଁ, ଆଣ୍ଠୁପାଇଁ, ବାହୁଝୁଲା, ତ୍ରିକୋଣା ଝୁଲା ସହିତ ହାତ ଭଙ୍ଗାର ଉପଚାର ତଥା ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ନେବା ପାଇଁ ଏହି ପଟିକୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

ଝୁଲା (Sling) -

୨. ରୋଲର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ (Roller Bandage)

ଏହା ଡାକ୍ତରଖାନା କିମ୍ବା ଔଷଧ ଦୋକାନରେ ମିଳେ, ଶରୀର ମୋଟେଇର ଆକାର ଅନୁଯାଇ ଏହା ବିଭିନ୍ନ ସାଇଜ୍‌ର ଉପଲବ୍ଧ ହୁଏ ।

ଯଥା : ଆଙ୍ଗୁଳି ପାଇଁ – ୧ ଇଞ୍ଚ, ହାତ ଓ ମୁଣ୍ଡ ପାଇଁ – ୨ ଇଞ୍ଚ, ଗୋଡ ପାଇଁ – ୩ ରୁ ୩ ୧/୨ ଇଞ୍ଚ, ଛାତି, ପେଟ, ପିଠା ପାଇଁ – ୪ରୁ ୬ ଇଞ୍ଚ।

ରୋଲର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ୩ ପ୍ରକାର ପ୍ରଣାଳୀରେ ବନ୍ଧାଯାଏ ।

୧. **Simple Spiral (ସାଧାରଣ ଘେର)**

ଶରୀରର ସମାନ ଆକାର ଥିବା ଅଂଶରେ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

୨. **Reverse Spiral (ଓଲଟା ଘେର)**

ଶରୀରର ଯେଉଁ ଅଂଶ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଆକାରର ନହୋଇ ସରୁ ଓ ମୋଟା ହୋଇଥାଏ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

୩. **Figure of Eight ଇଂରାଜୀ ୮(୮) (ଅକ୍ଷର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍)**

ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଖଞ୍ଜା ସ୍ଥାନରେ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ ।

ଉପରୋକ୍ତ ପ୍ରଣାଳୀ ଛଡ଼ା ଆଉ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍ ମଧ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

୪. **Crepe Bandage (କ୍ରେପ୍ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍)**

ଶରୀରରେ ଆଘାତ ଲାଗି ମୋଡିହେବା, ମକଚି ହେବା କିମ୍ବା ଫୁଲିଯାଇଥିବା ସ୍ଥାନମାନଙ୍କରେ ଏହି କ୍ରେପ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ବନ୍ଧାଯାଇଥାଏ। ଏହା ଦ୍ୱାରା କଷ୍ଟ କମିଯାଏ ଓ ଏହା ଫୁଲା କମାଇବାର ସାହାଯ୍ୟ କରେ।

କ୍ଷତ ଓ ରକ୍ତସ୍ରାବ (Wounds & Bleeding)

କୌଣସି କାରଣରୁ ଶରୀରର ଚର୍ମ କିମ୍ବା ଅଙ୍ଗର ଆବରଣକୁ ଛିନ୍ନ ହେଲେ ତାକୁ କ୍ଷତ କୁହାଯାଏ । ଏହା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର, ଯେଉଁ ବସ୍ତୁରେ କ୍ଷତ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ, ସେହି ଅବସ୍ଥା ଅନୁସାରେ ଏହାର ନାମ କରଣ ହୋଇଥାଏ।

ଯଥା –

୧. କଟା କ୍ଷତ

୨. ଆଞ୍ଚୁଡ଼ା କ୍ଷତ

୩. ଛିଣ୍ଡା କ୍ଷତ

୪. ଫୋଡ଼ା କ୍ଷତ

୫. ଭୂଷା କ୍ଷତ

୬. ବନ୍ଧୁକ ଗୁଳିଦ୍ୱାରା କ୍ଷତ

୭. ଛେଚା କ୍ଷତ

ଏହି କ୍ଷତମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀ ଗୁଡିକରେ ଫାଟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇଥାଏ । ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀ ଯଥା – ଧମନୀ, ଶିରା ଓ ପ୍ରଶିରାରୁ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇଥାଏ ।

ଧମନୀ/ Arterial Bleeding

ହୃତପିଣ୍ଡରୁ ଯେଉଁ ରକ୍ତବାହି ନଳୀ ବାହାରିଥାଏ ତାକୁ ଧମନୀ କୁହାଯାଏ । ଏଥିରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଲାଲ ରଙ୍ଗ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଥାଏ ଓ ହୃତପିଣ୍ଡର ସ୍ପନ୍ଦନ ଅନୁଯାୟୀ ଏହି ରକ୍ତସ୍ରାବ ପିଚ୍ ପିଚ୍ ହୋଇ ବାହାରେ । ଏହା ରକ୍ତର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉପାଦାନ ସହିତ ଅମ୍ଳଜାନ ନେଇ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଜୀବକୋଷମାନଙ୍କୁ ଯୋଗାଇଥାଏ ।

ଶିରା / Venour Bleeding

ଧମନୀ ରକ୍ତରୁ ଅମ୍ଳଜାନ ନେଇ ଶରୀରର ସମସ୍ତ ଜୀବକୋଷକୁ ପ୍ରଦାନକରି ପୁନଃଶ୍ଚ ହୃତପିଣ୍ଡକୁ ଫେରିଆସେ, ଏହି ଫେରିବା ରକ୍ତ ବାହି ନଳୀକୁ ଶିରା କୁହାଯାଏ । ଏଥିରେ ଅମ୍ଳଜାନ ପ୍ରାୟ ନଥାଏ ତେଣୁ ଏହାର ରଙ୍ଗ ଗାଢ ଲାଲ ଓ ରକ୍ତସ୍ରାବ କ୍ରମାଗତଭାବେ ବହିଯାଏ ।

ପ୍ରଶିରାରୁ ରକ୍ତସ୍ରାବ (Capillaries Bleeding)

ମୁଖ୍ୟ ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀର ଶାଖା ପ୍ରଶାଖାଭଳି ଅତି ସରୁ ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀ ଏହା ମୁଖ୍ୟତଃ ଚମଡା ତଳେଥାଏ ଓ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହେଲେ ଧିରେ ଧିରେ ରକ୍ତ ବାହାରେ ଓ ଆପେ ଆପେ ରକ୍ତ ସ୍ରାବ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ଧମନୀ ଓ ଶିରାରୁ ଅଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇଥାଏ ଓ ପ୍ରଶିରାରୁ ଅଳ୍ପ ତଥା ସାମାନ୍ୟ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୁଏ ।

ସାମାନ୍ୟ ରକ୍ତସ୍ରାବ (Minor Bleeding)

ଏହା ମୁଖ୍ୟତଃ, ଆଞ୍ଚୁଡା କ୍ଷତ, ଛିଣ୍ଡାକ୍ଷତ ଓ ପୋଡାକ୍ଷତରୁ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଯଦି କ୍ଷତ ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ସଂକ୍ରମକ ହେବ ତେବେ ତାହା ବିପଦ ହୋଇଥାଏ ।

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

ସାମାନ୍ୟ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହେଉଥିଲେ ସେହି ଯାଗାକୁ ସଫା ପାଣି ଦ୍ୱାରା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଧୋଇ ସଫା ରଖିବା ଉଚିତ । ଫଳରେ କ୍ଷତରେ ଥିବା ବାହ୍ୟ ଜୀବାଣୁ ଗୁଡିକ ଧୋଇହୋଇଯାଆନ୍ତି । ଏହାପରେ ତାକୁ ସଫା ଓ ବିଶୋଧିତ ଡ୍ରେସିଂ ପଟି କିମ୍ବା ସଫା କନାରେ ପୋଛି ଶୁଖିଲା ରଖିବା ଓ କ୍ଷତର ମାତ୍ରା ଅନୁଯାୟୀ ଡାକ୍ତରଖାନା କିମ୍ବା ଘରକୁ ନେଇ ଔଷଧ ଲଗାଇବା । ଏହି ସମାନ୍ୟ ରକ୍ତସ୍ରାବ ପାଇଁ ବେଟାଡାଇନ୍ ଲୋସନ ଲଗାଇବା ସହିତ ଟିଟାନସ୍ ଇଞ୍ଜେକସନ୍ ଦେବା ଦରକାର ।

ଅତ୍ୟଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବ (Major Bleeding)

ଶରୀରର ବୃହତ ରକ୍ତବାହୀ ନଳୀ ଯଥା ଧମନୀ ଓ ଶିରା କଟିଗଲେ ଅତ୍ୟଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି କ୍ରମାଗତ ୧ ଲିଟରରୁ ଅଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୁଏ ତେବେ ତାହା ଆହତବ୍ୟକ୍ତିର ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

୧. କ୍ଷତ ସ୍ଥାନକୁ ସିଧା ଚାପନେଇ ୧୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାପିକରି ଧରିବା ।

୨. ଯଦି ହାତ ଭାଙ୍ଗିନଥାଏ ତେବେ ସେ ସ୍ଥାନକୁ ଛାତି ଉଚ୍ଚତା ଠାରୁ ଉପରକୁ ଟେକି କରି ରଖିବା ।

୩. ରକ୍ତସ୍ରାବ ବନ୍ଦ ନହେଲେ ଚାପଦେଇ ଓଲଟା ଘେର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ କିମ୍ବା ପ୍ରେସର ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ବାନ୍ଧିବା ।

୪. ଯଦି ପ୍ରଥମ କନା କିମ୍ବା ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ବାନ୍ଧିବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତସ୍ରାବ ବନ୍ଦ ନହୁଏ ତେବେ ତାକୁ ନଖୋଲି ତାଉପରେ ଆଉ ଏକ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ପଟି ବାନ୍ଧିବା ।

୫. ସକ୍‌ର ଉପଚାର କରିବା ।

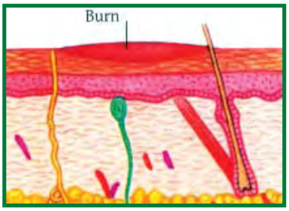
୬. କୌଣସି ଉପାୟରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ବନ୍ଦ ନହେଲେ ନିକଟରେ ଥିବା ଚାପକେନ୍ଦ୍ରରେ ଚାପଦେଇ ରକ୍ତସ୍ରାବ ବନ୍ଦ ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ।

ପୋଡା ଘା' (Burns & Scalds)

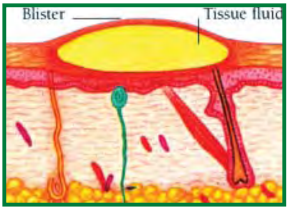
ଶରୀର ଅନେକ ଗୁଡିଏ ବସ୍ତୁର ସଂପର୍ଶ ଆସି ପୋଡି ଯାଇଥାଏ ଏବଂ ପୋଡି ଯିବାର କାରଣ ଓ ମାଧ୍ୟମକୁ ପୋଡା ଘା କୁହାଯାଏ ଯଥା – ଶୁଷ୍କ ପୋଡା, ଆଦ୍ରପୋଡା, ରାସାୟନିକପୋଡା, ବିଦ୍ୟୁତ ଆଘାତ ଜନିତ ପୋଡା, ଅତ୍ୟଧିକ ଉତ୍ତାପ ଜନୀତ ପୋଡା, ଅତ୍ୟଧିକ ଥଣ୍ଡା ଜନିତ ପୋଡା, ଇତ୍ୟାଦି ।

ପୋଡା ଘାରେ ଶରୀରର କେତେ ଗଭୀରତାକୁ ପୋଡି କ୍ଷତି ହୋଇଛି ତାହା ଜାଣିବା ପାଇଁ ପୋଡାଘାର ମାତ୍ରାକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ମୁଖ୍ୟତଃ ୩ଟି ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ ଯାହାକୁ:-

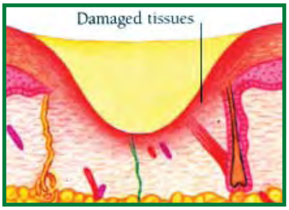
୧. ପ୍ରଥମ ମାତ୍ରା (1st Degree) – ଏହି ମାତ୍ରାରେ ଚର୍ମଲାଲ୍ ଦେଖାଯାଏ, ଚର୍ମ ଫୁଲିଯାଏ, ଅତ୍ୟଧିକ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ ହୁଏ ଓ ଛୁଇଁବାକୁ ଦିଏ ନାହିଁ ।



୨. ଦ୍ୱିତୀୟ ମାତ୍ରା (2nd Degree) – ଏହି ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରଥମ ମାତ୍ରାର ସମସ୍ତ ଚିହ୍ନ ଲକ୍ଷଣ ସହିତ ଫୋଟକା ଦେଖାଯାଏ ।



୩. ତୃତୀୟ ମାତ୍ରାର ପୋଡା (3rd Degree) – ଏହି ମାତ୍ରାରେ ଶରୀରର ଗଭୀରକୁ ଉତ୍ତାପ ପ୍ରବେଶ କରି ଚର୍ମ, ମାଂସପେଶୀ, ତନ୍ତୁ ଇତ୍ୟାଦିକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ ।



ଶରୀରର କେତେ ଅଂଶ କ୍ଷତ ହୋଇଛି ତାହା ଜାଣିବା ପାଇଁ (Rule of Nine) ନଅଟି ନିୟମ ଅନୁସରଣ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଶରୀରର କେତେ ଓ କେଉଁ ଅଂଶ ପୋଡ଼ି ଯାଇଥିଲେ ତାକୁ ଡାକ୍ତରଖାନା ନେବା ଆବଶ୍ୟକ।

୧. ସମସ୍ତ ତୃତୀୟ ମାତ୍ରାର ପୋଡ଼ା।

୨. ସମସ୍ତ ଦ୍ୱିତୀୟ ମାତ୍ରାର ପୋଡ଼ାରେ ଶତକଡ଼ା ୧ ଭାଗରୁ ଅଧିକ ପୋଡ଼ି ଯାଇଥିଲେ (ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିର ହାତ ପାପୁଲିକୁ ଶତକଡ଼ା ୧% ଧରାଯାଏ)।

୩. ପ୍ରଥମ ମାତ୍ରା ପୋଡ଼ାରେ ଶତକଡ଼ା ୫% ଭାଗରୁ ଅଧିକ ପୋଡ଼ି ଯାଇଥିଲେ।

୪. ହାତ କିମ୍ବା ଗୋଡ଼ର ଖଞ୍ଜା ପୋଡ଼ିଯାଇଥିଲେ।

୫. ମୁହଁ କିମ୍ବା ଯୌନାଙ୍ଗରେ ଯେକୌଣସି ମାତ୍ରାର ପୋଡ଼ା ଘା' ହୋଇଥିଲେ।

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

୧. DRABC ଅନୁଯାୟୀ ରୋଗୀକୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଉପଚାର କରିବା।

୨. ଯଦି ସମ୍ଭବ ଯଥାଶୀଘ୍ର ପୋଡି ଯାଇଥିବା ସ୍ଥାନର ଲୁଗାପଟା, ମୁଦି, ଚୁଡି, ଘଣ୍ଟା ଇତ୍ୟାଦିକୁ ବାହାର କରିବା।

୩. ପୋଡ଼ିଯାଇଥିବା ଅଂଶକୁ ଅତିକମ୍‌ରେ ୨୦ ମିନିଟ୍ କିମ୍ବା କଷ୍ଟ କମିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ଢାଳିବା।

୪. କଷ୍ଟ କମିବା ପରେ ଏବଂ ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ (Silverex Ointment) ସିଲ୍‌ଭରେକ୍ସ ଅଏଣ୍ଟମେଟ୍ ଥାଏ ତେବେ ଲଗାଇବା।

୫. ପୋଡିଯାଇଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରଭାବେ ମିଳୁଥିବା ପୋଡା ଘା' ପଟି ମିଳୁଥିଲେ ଲଗାନ୍ତୁ କିମ୍ବା ସଫାଧଳା ପଲିଥିନ ଦ୍ୱାରା ଘୋଡାଇ ରଖନ୍ତୁ।

୬. ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁଯାୟୀ ସକ୍ ଚିକିତ୍ସା କରନ୍ତୁ।

୭. ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପହଞ୍ଚିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତୁ ତାଙ୍କ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଓ ହୃତପିଣ୍ଡ କ୍ରିୟାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱର ସହିତ ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ। ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଓ CPR ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

୧. ଫୋଟକା ଫଟାନ୍ତୁ ନାହିଁ।

୨. ଖାଲି ହାତରେ ପୋଡ଼ା ଘା'କୁ ବାରମ୍ବାର ଛୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।

୩. ତେଲ, ଘିଅ, ପେଷ୍ଟ, କ୍ରିମ ଇତ୍ୟାଦି ଲଗାନ୍ତୁ ନାହିଁ।

୪. ତୁଳା, ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ, ଲଗାନ୍ତୁ ନାହିଁ।

୫. ପୋଡ଼ିଯାଇ କୌଣସି ଲୁଗା କିମ୍ବା ବାହ୍ୟ ବସ୍ତୁ ଲାଗିଯାଇଥିଲେ ତାକୁ ବଳପୂର୍ବକ ବାହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।

୬. ପୀଡ଼ିତ/ପୀଡ଼ିତାଙ୍କୁ ଭୟଭୀତ କରାନ୍ତୁ ନାହିଁ।

୭. ପୀଡ଼ିତ/ପୀଡ଼ିତାଙ୍କୁ ଅଧିକ ସମୟ ଠିଆହୋଇ ରହିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଆବଶ୍ୟକଠାରୁ ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଥଣ୍ଡା ପାଣି କିମ୍ବା ବରଫ ଲଗାନ୍ତୁ ନାହିଁ।

କେତେକ ଜରୁରୀ ଉପଦେଶ

୧. ଚୁଲି, ଷ୍ଟୋଭ, ଗ୍ୟାସ ଚୂଲା ଇତ୍ୟାଦି ଭୂମିଠାରୁ ୨/୩ ଫୁଟ ଉଚ୍ଚତାରେ ରଖନ୍ତୁ ।

୨. ରୋଷେଇ କରିବା ସମୟରେ ସୁତା ଲୁଗା ପିନ୍ଧିବା ଉଚିତ୍ ।

୩. ଚୂଲି, ଜଳୁଥିବା ମହମବତୀ, ଦିଆସିଲି ଓ ଲାଇଟରକୁ ପିଲାମାନଙ୍କଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖନ୍ତୁ ।

୪. ବିଛଣା ପାଖରେ ଡିବିରୀ, ମହମବତୀ, କିରାସିନି, ମଶାଧୂପ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

୫. ରୋଷେଇ ଘରେ ସବୁବେଳେ ଗୋଟିଏ ବାଲ୍ତିରେ ପାଣି ପୁରାଇ ରଖନ୍ତୁ ।

୬. ରୋଷେଇ କରିବା ପରେ, ଚୁଲି, ଗ୍ୟାସଚୂଲା ଓ ଷ୍ଟୋଭକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ ।

୭. ଚୂଲା କିମ୍ବା ଜଳନ୍ତା ବସ୍ତୁ ନିକଟରେ ଲୁଗା ଟାଣନ୍ତୁ ନାହିଁ ଓ ଲୁଗା ଶୁଖାନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ବିଷକ୍ରିୟା (Poisoning)

ଯେଉଁ ଦ୍ରବ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ମାତ୍ରାରେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଶରୀରର କ୍ଷତିକରେ ଓ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ହୋଇଥାଏ ତାକୁ ବିଷ କୁହାଯାଏ । ଏହା ମୁଖ୍ୟତ ୩ଟି ମାଧମ ଦେଇ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ ।

୧. ପାଟିବାଟେ (ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନୀୟ)

୨. ନାକ ଓ ପାଟି (ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ମାଧ୍ୟମ)

୩. ଚର୍ମ ବାଟେ (ପୋଡିହେବା କିମ୍ବା କାମୁଡିବା ଦ୍ୱାରା)

ପାଟିବାଟେ ଯାଉଥିବା ବିଷ

ବିଷ ଓ ରାସାୟନିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ପାଟିବାଟେ ଶରୀର ମଧ୍ୟକୁ ପ୍ରବେଶ କରି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି କରାଇଥାଏ ।

ରାସାୟନିକ ବିଷ/ ଏସିଡ୍ ଜାତୀୟ ବିଷ

ଏହା ପାଟିବାଟେ ପ୍ରବେଶ କରେ ଏହାଦ୍ୱାରା ପାଟିରେ, ଶ୍ୱାସନଳୀ ଓ ଖାଦ୍ୟ ନଳୀରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ ହୁଏ ଏବଂ ପାକସ୍ଥଳୀରେ ପହଞ୍ଚି ପେଟରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ସୃଷ୍ଟିକରେ ଓ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଏହା ରକ୍ତ ସହିତ ସଂଚାଳିତ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ହୁଏ ବେଳେବେଳେ ଏହାର ପ୍ରବାହରେ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇ ଅବସ୍ଥା ଗୁରୁତର ହୋଇଥାଏ ।

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

୧. ଥଣ୍ଡାପାଣି କିମ୍ବା ବରଫ ଅଳ୍ପ ମାତ୍ରାରେ ଦେଲେ ପାଟି ତଥା ପେଟର ଯନ୍ତ୍ରଣା କମାଇଥାଏ ।
୨. ଅଚେତ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିଲେ କୌଣସି ଖାଦ୍ୟ ପାନୀୟ ଦେବା ନାହିଁ, କେବଳ DRABC ମାଧ୍ୟମରେ ପରୀକ୍ଷା କରି ଆବଶ୍ୟକୀୟ ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଡାକ୍ତରଖାନା ପଠାଇବା ।
୩. ଚେତାରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ବିଷ କ୍ରିୟାକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ କେତେକ ଆଣ୍ଟିଡୋଟ୍ ଦିଆଯାଏ । ଯଦି ସେ ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ ନଥାଏ ତେବେ ତାହା ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ନଚେତ ଥଣ୍ଡା ପାଣି ଓ ବରଫ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ପିଆଇ ଯଥା ଶୀଘ୍ର ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ପଠାନ୍ତୁ ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

୧. ରାସାୟନିକ ତଥା ଏସିଡ୍ ଜାତୀୟ ବିଷ ଖାଇଥିଲେ ବାନ୍ତି କରାଇବା ନାହିଁ ।
୨. ଅଚେତ ହୋଇଥିଲେ କୌଣସି ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ପାନୀୟ ଦେବା ନାହିଁ ।
୩. ଚିତ୍ କରି ଶୁଆଇବା ନାହିଁ, ଏଥିରେ ଶ୍ୱାସନଳୀ ବନ୍ଦ ହୋଇପାରେ ।

ସାଧାରଣ ପ୍ରକାର ବିଷ

୧. ସାଧାରଣ ବିଷ ହୋଇଥିଲେ କ'ଣ କରିବା ନାହିଁ ବଳପୂର୍ବକ ଅଯଥା ଦ୍ରବ୍ୟ ଦେଇ ବାନ୍ତି କରାଇବା ଉଚିତ୍ ନୁହଁ ।
୨. ତାଙ୍କୁ ଆରାମଦାୟକ ଅବସ୍ଥାରେ ଶୁଆଇ ରଖିବା ଯାହାଦ୍ୱାରା କି ବିଷ ବାନ୍ତି ବାଟେ ବାହାରିଆସେ ।
୩. ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଓ ହୃତପିଣ୍ଡ କ୍ରିୟା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନଦେଇ ଯଥାଶୀଘ୍ର ଡାକ୍ତରଖାନା ପଠାଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ନାକ ଓ ପାଟି (ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ମାଧ୍ୟମ)

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

୧. DRABC ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନଦେଇ ଆବଶ୍ୟକ ଉପଚାର କରିବା ଦରକାର ।
୨. ଏହି ପ୍ରକାର ବିଷ କ୍ରିୟାରେ ଯଥାଶୀଘ୍ର କୃତ୍ରିମ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଓ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ CPR କରିବା ଦରକାର ।

ଚର୍ମ ବାଟେ (ପୋଡ଼ିହେବା କିମ୍ବା କାମୁଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା)

ସାପକାମୁଡା, କୁକୁର କାମୁଡା, ବିଛା କାମୁଡିବା ଦ୍ୱାରା କିମ୍ବା ପୋଡିଯିବା ଦ୍ୱାରା ବି ବିଷକ୍ରିୟା ହୋଇଥାଏ । ଏହାର ଚିକିତ୍ସା ଯଥାଶୀଘ୍ର ନକଲେ ପରିସ୍ଥିତି ଜଟିଳ ହୋଇଥାଏ ।

ସାପ କାମୁଡ଼ା (Snake Bite)

ପୃଥିବୀରେ ପ୍ରାୟ ୩୫୦୦ ପ୍ରକାରର ସାପ ଥାଆନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେକ ସାପ ଯାହାକି ସମୁଦ୍ରରେ ଥା'ନ୍ତି ସେମାନେ ସ୍ଥଳ ଭାଗରେ ଥିବା ସାପଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ବିଷଧର ହୋଇଥାନ୍ତି, ସ୍ଥଳଭାଗର ସାପଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୨୦୦ ପ୍ରକାର ସାପ ଓ ଜଳଭାଗରେ ଥିବା ସାପଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୫୨ ସାପ ବିଷାକ୍ତ ଅଟନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ସାପ କାମଡ଼ିବା ବା ସାପ ବିଷ ଦ୍ୱାରା ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇନଥାଏ, କେବଳ ୫ ରୁ ୭ ଶତକଡ଼ା ସାପ କାମୁଡ଼ା ମୃତ୍ୟୁ ବିଷଜନିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଅବଶିଷ୍ଟ ୯୦ରୁ ୯୫ ଶତକଡ଼ା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଷକ୍ରିୟାରେ ମୃତ୍ୟୁ ନହୋଇ ସକ୍ ଓ ଭୟଭୀତ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଚିହ୍ନ ଓ ଲକ୍ଷଣ

୧. କ୍ଷତସ୍ଥାନରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭବ ହୁଏ ।
୨. ବିଷାକ୍ତ ସାପ ମାରିଥିଲେ କ୍ଷତ ସ୍ଥାନରେ ୨ଟି ଦାନ୍ତ ଚିହ୍ନ ଦେଖାଯାଏ ।
୩. କ୍ଷତ ସ୍ଥାନଟି ଫୁଲିଯାଏ ।
୪. ବାନ୍ତି ଲାଗେ ଓ ବାନ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।
୫. ଶରୀରରୁ ଅଧିକ ଝାଳ ବାହାରେ ।
୬. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତି ଭୟଭୀତ ଓ ବିଚଳିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।
୭. ପାଟିରୁ ଅଧିକ ଲାଳ ବାହରେ ।
୮. ଆଖି ଜାଲୁଆ ଜାଲୁଆ ଦେଖାଯାଏ ।
୯. ମାଂସପେଶୀ ଶକ୍ତ ତଥା କଠିନ ଅନୁଭବ ହୁଏ ।
୧୦. ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରି ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଓ ହୃତପିଣ୍ଡ କ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇପାରେ ।

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

୧. DRABCକୁ ପରିକ୍ଷା କରି ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଦାନ କରିବା ।
୨. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହ ଚଳପ୍ରଚଳ ନକରି ସେହି ସ୍ଥାନରେ ସ୍ଥିର ହୋଇ ବସାଇବା
୩. ସାପ କାମୁଡ଼ିଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ଯଥାଶୀଘ୍ର ଭଲଭାବରେ ପାଣିରେ ଧୋଇଦେବା ।
୪. ସାପ କାମୁଡ଼ିଥିବା ସ୍ଥାନରୁ ଉପରପଟକୁ ଚଉଡ଼ା ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍, କ୍ରେପ୍ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍ କିମ୍ୱା ଗାମୁଛା, ଲୁଗା ଇତ୍ୟାଦି ବାନ୍ଧିଦେଇ ଦୁଇ ଗୋଡ଼କୁ ଫିଗର ଅଫ୍ ଏଇଟ୍ ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ୍ ବାନ୍ଧି ଦୁଇଗୋଡ଼ର ଗୋଇଠି ତଥା ଆଣ୍ଠୁକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଚଳ କରିବା ଦରକାର ।

୫. ମୁଣ୍ଡକୁ ଶରୀର ଠାରୁ ଉଚ୍ଚାରେ ରଖିବା ।
୬. ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ଓ ହୃତପିଣ୍ଡ କ୍ରିୟାକୁ ଚାଲୁରଖି ଯଥାଶୀଘ୍ର ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ପଠାଇବା ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

୧. କ୍ଷତସ୍ଥାନକୁ ଅଯଥା କଟାକଟି କରି ଅଧିକ ରକ୍ତସ୍ରାବ କରିବା ନାହିଁ ।
୨. କ୍ଷତ ଅଂଶକୁ ଅଧିକ ଟାଇଟ କରି ବାନ୍ଧିବା ନାହିଁ ।
୩. କ୍ଷତସ୍ଥାନରେ କୌଣସି ଔଷଧ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।
୪. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ମନ୍ଦିରକୁ ନେଇ ପୂଜାପାଠ ଓ ଗୁଣିଗାରେଡ଼ି ଦ୍ୱାରା ସମୟ ନଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
୫. କ୍ଷତ ସ୍ଥାନରେ ବରଫ ମାଲିସ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
୬. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିର କ୍ଷତ ଅଂଶକୁ ହଲଚଲ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଚାଲିକରି ଯିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
୭. ଆହତ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏକୁଟିଆ ଛାଡନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

କୁକୁର କାମୁଡ଼ା (Dog Bite)

ଜଳାତଙ୍କ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ପାଗଳ କୁକୁର କାମୁଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ମନୁଷ୍ୟକୁ ଜଳାତଙ୍କ ରୋଗ ହୁଏ । କୁକୁର ପାଗଳ ନା ଜଳାତଙ୍କ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ ତାହା ଜାଣି ଚିକିତ୍ସା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ତେଣୁ କାମୁଡ଼ିଥିବା କୁକରକୁ ମାରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ତା' ଉପରେ ନଜର ରଖନ୍ତୁ । ଯଦି ତା'ର ଜଳାତଙ୍କ ରୋଗ ଥିବ ତେବେ ସେ ୧୦ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ମରିଯିବ । ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସେ ଖାଇବା ପିଇବା ବନ୍ଦ କରିଦିଏ । ଏହା ସହିତ କାମୁଡ଼ିବା ପ୍ରକୃତି ବଢିବା ସହିତ ପାଟିରୁ ଲାଳ ବାହାରେ ଓ ସ୍ଥିର ହୋଇ ରହିପାରେ ନାହିଁ । ଜଳାତଙ୍କ ରୋଗ କେବଳ କୁକୁର କାମୁଡ଼ିଲେ ହୁଏ ତା ନୁହେଁ ଏହା କୁକୁର, ମାଙ୍କଡ, ବିଲୁଆ, ବିଲେଇ କାମୁଡିଲେ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

୧. କ୍ଷତ ସ୍ଥାନକୁ ସାବୁନ ପାଣିରେ ୮/୧୦ ଥର ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ କ୍ଷତ ସ୍ଥାନରେ ଲାଗିଥିବା ଲାଳକୁ ସଫା କରିବା ।
୨. କ୍ଷତ ସ୍ଥାନରେ କୌଣସି ଔଷଧ ନଲଗାଇ ତାଙ୍କୁ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ପଠାଇବା ।
୩. ଡାକ୍ତରଖାନାରେ କୁକୁର କାମୁଡ଼ାର ପ୍ରତିରୋଧକ ଇଞ୍ଜେକସନ୍ ପ୍ରଥମ ଦିନଠାରୁ ନିଶ୍ଚିତ ଆରମ୍ଭ କରିବା ।
୪. ଜଳାତଙ୍କ ରୋଗର ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା କୌଣସି ଔଷଧ ବାହାରି ନାହିଁ, କେବଳ ପ୍ରତିରୋଧକ ଇଞ୍ଜେକସନ୍ ଯଦି ନ ଦିଆଯାଏ, ତେବେ ରୋଗୀକୁ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରୁ ବଞ୍ଚାଇବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ ।

Shelter Management
ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ କାହାକୁ କୁହାଯାଏ

ବିପର୍ଯ୍ୟୟକୁ ସାମ୍ନାରେ ରଖି ଯେଉଁ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନରେ (ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବିପଦକୁ ପ୍ରତିହତ କରିବାର ଶକ୍ତିଥିବା ସ୍ଥାନରେ) ନିରାପଦରେ ଜୀବନକୁ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ ନିମନ୍ତେ ଆଶ୍ରୟ ନିଆଯାଏ ତାହାକୁ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ କୁହାଯାଏ ।

ଏହା ସାଧାରଣତଃ ଦୁଇ ପ୍ରକାରର ଯଥା – ସ୍ଥାୟୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଏବଂ ଅସ୍ଥାୟୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ।

ସ୍ଥାୟୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ

ବାତ୍ୟା ଓ ବନ୍ୟାକୁ ପ୍ରତିହତ କରିପାରୁଥିବା ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାୟୀ ବହୁମୁଖୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳ ଯାହାକି ବିଭିନ୍ନ ସରକାରୀ (ଓ.ଏସ୍. ଡି.ଏମ୍.ଏ) ଏବଂ ବେସରକାରୀ ସଂସ୍ଥାମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଅଛି । ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ବ୍ୟତୀତ ଏହି ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଗୁଡ଼ିକ ବିଭିନ୍ନ ସମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ଅସ୍ଥାୟୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ

ସରକାରୀ ବେସରକାରୀ ତଥା ବିଦ୍ୟାଳୟ ଗୃହ, କ୍ଲବ ଗୃହ, ଗ୍ରାମ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କୋଠାଘର ଏବଂ ଉଚ୍ଚସ୍ଥାନ ଇତ୍ୟାଦି, ଯାହାକି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ବରୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇଥାଏ। ଉପରୋକ୍ତ ଚିହ୍ନଟ ସ୍ଥାନଗୁଡିକରେ ସାଧାରଣ ମୌଳିକ ସୁବିଧା ଯଥା - ପାନୀୟଜଳ, ଆଲୋକ, ଗମନାଗମନର ସୁବିଧା, ପରିମଳ ଓ ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରାଯାଇପାରୁଥିବା ଭଳି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଥାଏ।

ଉପରୋକ୍ତ ଉଭୟ ସ୍ଥାୟୀ ଓ ଅସ୍ଥାୟୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ମହିଳା, ପୁରୁଷଙ୍କ ରହିବା ନିମନ୍ତେ ଅଲଗା କୋଠରୀର ବ୍ୟବସ୍ଥା ସହିତ ଭିନ୍ନକ୍ଷମ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସୁବିଧାଥିବା ଆବଶ୍ୟକ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି

ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗ୍ରାମରେ ଗ୍ରାମବାସୀ ତଥା ସରପଞ୍ଚଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟି ଗଠନ କରାଯାଇଅଛି। ଏହି କମିଟିକୁ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସ୍ତର ଦେଖି ତୁରନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବା ପାଇଁ କିଛି କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଓ ଦାୟିତ୍ୱ ବୋଧ ହସ୍ତାନ୍ତର କରାଯାଇଅଛି। ଯଦ୍ୱାରା କି ବିପର୍ଯ୍ୟୟରୁ ଘଟିବାକୁ ଥିବା କ୍ଷୟକ୍ଷତି ଓ ମୃତ୍ୟୁହାରକୁ ଅନେକାଂଶରେ କମାଯାଇପାରିବ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଓ ଦାୟିତ୍ୱ

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପୂର୍ବରୁ

- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଚିହ୍ନଟ ଓ ଯାଞ୍ଚ କରିବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ଆବଶ୍ୟକ ମରାମତି (ବାତ୍ୟାମାସ ପୂର୍ବରୁ) କରିବା।
- ଗୋଷ୍ଠୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା ଅନୁଯାୟୀ ଗ୍ରାମର ସମ୍ବଳ ଓ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନର ବିବରଣୀ ରଖିବା।
- ଗୋଷ୍ଠୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା ଅନୁଯାୟୀ ଗ୍ରାମର ଲୋକସଂଖ୍ୟାର ବିବରଣୀ (ପୁରୁଷ, ମହିଳା, ଶିଶୁ, ବୟସାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତି, ଭିନ୍ନକ୍ଷମ, ଗର୍ଭବତୀ, ଏକାକୀ ମହିଳା) ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ରଖିବା।
- ଗୋଷ୍ଠୀ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନାକୁ ଭିତ୍ତିକରି କେଉଁ କେଉଁ ଗୃହର ଲୋକମାନେ କେଉଁ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀକୁ ଯିବେ ତାର ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ରଖିବା।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଗୁଡିକରେ ଆଲୋକ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବା।
- ଲୋକସଂଖ୍ୟାକୁ ଆଖିଆଗରେ ରଖି ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣର ଔଷଧ, ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ପାନୀୟ ଜଳ ମହଜୁଦ୍ କରି ରଖିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବା।
- ପରିମଳ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ସ୍ଥିର ନିଶ୍ଚିତ କରାଇବା।
- ଲୋକସଂଖ୍ୟାକୁ ଆଖିଆଗରେ ରଖି ଅନୁନ୍ୟ ୭ ଦିନ ପାଇଁ ଶୁଖିଲା ଖାଦ୍ୟ, ଶିଶୁଖାଦ୍ୟ ଓ ଗୋଖାଦ୍ୟ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ମହଜୁଦ୍ କରି ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ।

- ରନ୍ଧା ଖାଦ୍ୟ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ସରଞ୍ଜାମ ଗୁଡିକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ରଖିବା ।
- ପାନୀୟଜଳ ଓ ରନ୍ଧାଖାଦ୍ୟ ବିତରଣ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ତଥା ସରଞ୍ଜାମର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବା ।
- ପ୍ରସ୍ତୁତି ନିମନ୍ତେ ତିଆରି କରାଯାଉଥିବା ତନଖି ତାଲିକାର ପୁନଃଯାଞ୍ଚ କରାଇବା ।
- ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ଦଳ ସହିତ ଯୋଗସୂତ୍ର ରକ୍ଷା କରିବା ସହିତ ସରକାରୀ ଏବଂ ବେସରକାରୀ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସହିତ ଯୋଗସୂତ୍ର ରକ୍ଷା କରିବା ।
- ବ୍ଲିଚିଂ ପାଉଡର, ଫିନାଇଲ, ଝାଡୁ, ଶୁଖିଲାବାଲି, ଝୁଡି, ବାଲଟି, ଗ୍ଲୋବସ, ପେଟ୍ରୋଲ, କିରୋସିନି, ମହମବତୀ, ଦିଆସିଲି, ହାଲୋଜେନ୍ ବଟିକା ଇତ୍ୟାଦି ରଖିବା ସହିତ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟ ପାଇଁ କଟୁରୀ, କୁରାଢୀ ଏବଂ ଶାବଳ ଇତ୍ୟାଦି ସନ୍ଧାନ ସହ ଉଦ୍ଧାର ଏବଂ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ଦଳକୁ ସଜାଗ ରଖିବା ଉଚିତ୍ ।
- ଅସ୍ଥାୟୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ନିମନ୍ତେ ନିରାପଦ ସ୍ଥାନ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ।
- ସ୍ଥାନ ଚିହ୍ନଟ କରିବା ସମୟରେ ପାନୀୟଜଳ, ପରିମଳ ଏବଂ ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା ବିଷୟକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉଚିତ୍ ।
- ଅସ୍ଥାୟୀ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ନିର୍ମାଣ ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ଉପକରଣ ମହଜୁଦ୍ କରି ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ସରଞ୍ଜାମ ସଂଗ୍ରହ କରି ରଖିବା ।
- ସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଉପକରଣ ଏକତ୍ର କରି ରଖିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତାଲିମ ପ୍ରାପ୍ତ ଏବଂ ଅଣ ତାଲିମ ପ୍ରାପ୍ତ ଲୋକ/ଦଳଙ୍କୁ ସଜାଗ ରଖିବା ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମୟରେ (ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ସାମାନ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ)

- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଆଶ୍ରୟ ନେଇଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ମୂଳ ତାଲିକା ସହିତ ମିଳାଇ ଦେଖିବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିସରରେ ଥିବା ଅସୁରକ୍ଷିତ ବ୍ୟକ୍ତି, ଶିଶୁ, ଅସହାୟ, ବିକଳାଙ୍ଗ, ରୋଗୀ, ଗର୍ଭବତୀ, ପ୍ରସୂତି, ବୃଦ୍ଧ ବୃଦ୍ଧା ଇତ୍ୟାଦିକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଧ୍ୟାନ ଦେବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଆଶ୍ରୟ ନେଇଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଶାନ୍ତିଶୃଙ୍ଖଳା ରକ୍ଷା କରିବା ।
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବିବରଣୀ ପ୍ରଦାନ କରିବା ସହିତ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଯେପରି କୌଣସି ଅପ୍ରୀତିକର ଘଟଣା ନଘଟେ ସେଥିପ୍ରତି ବିଶେଷଭାବରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉଚିତ୍ ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଆଶ୍ରୟ ନେଇଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ମୂଲ୍ୟବାନ ଜିନିଷର ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବା ।
- ଏକାଧିକ କୋଠରୀ ଥିଲେ ମହିଳା, ପୁରୁଷ, ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳା ଏବଂ ରୋଗାଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷମାନଙ୍କୁ ଅଲଗା ଅଲଗା ରହିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବା ଉଚିତ୍ ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ଶୌଚାଳୟ ଓ ବାହାର ପରିବେଶକୁ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ରଖିବା ।

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରେ

- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରୁ ଆଶ୍ରୟ ନେଇଥିବା ଲୋକମାନେ ଗୃହକୁ ଫେରିବା ପରେ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀକୁ ଭଲ ଭାବରେ ପରିଷ୍କାର କରିବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ସମସ୍ତ ବ୍ୟବହୃତ ଜିନିଷ ଗୁଡିକୁ ଯାଞ୍ଚ କରିବା ଏବଂ ପୂର୍ବଭଳି ସାଇତି ରଖିବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ମୁଖ୍ୟଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ମୁତାବକ ନଷ୍ଟ ହୋଇଥିବା ଦ୍ରବ୍ୟର ପୁନଃ ଭରଣା କରାଇବା ଏବଂ ଆହତ ବା ମୃତାହତ ବ୍ୟକ୍ତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତୁରନ୍ତ ସ୍ଥାନୀୟ ବି.ଡି.ଓ. କିମ୍ବା ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ଜଣାଇବା ।
- ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ମରାମତି କରାଇବା ।
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିବା ଲୋକମାନେ (ପରିବାର) ପୁନଃ ଥଇଥାନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ରହିବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବା ।
- ରିଲିଫ୍ ନିମନ୍ତେ ରିଲିଫ୍ ଯୋଗାଉଥିବା (ସହାୟତା ପ୍ରଦାନକାରୀ) ସରକାରୀ ତଥା ବେସରକାରୀ ସଂସ୍ଥା (ବିଭାଗ) ଗୁଡିକ ସହିତ ଯୋଗସୂତ୍ର ସ୍ଥାପନ ପୂର୍ବକ ରିଲିଫ୍‌ର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇବା ।
- ରିଲିଫ୍ ସାମଗ୍ରୀ ଯାତାୟତ ପାଇଁ ରାସ୍ତାଘାଟ ପରିଷ୍କାର କରିବା ସହିତ ଗ୍ରାମବାସୀମାନଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଜରୁରୀକାଳୀନ ସମୟକୁ ଆଖି ଆଗରେ ରଖି ରାସ୍ତାଘାଟ ମରାମତି କରାଇବା ।
- ରିଲିଫ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରାଇବା ସହିତ ସମସ୍ତେ ଯେପରି ଏହାର ଉପଯୁକ୍ତ ସୁବିଧା ପାଇପାରିବେ ସେଥିପ୍ରତି ଯତ୍ନବାନ ହେବା ଉଚିତ୍ ।

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା କମିଟି (Shelter Management Committee)

୧. ସରପଞ୍ଚ
୨. ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସମ୍ପାଦକ
୩. ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଭାପତି (ଗ୍ରା.ପ. କମିଟିର ମନୋନିତ ସଦସ୍ୟ/ସଦସ୍ୟା)
୪. କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳର ମୁଖ୍ୟ (ଟି.ଏଫ୍.ଏଲ) ଏବଂ ସଂପୃକ୍ତ ଦଳର ସଦସ୍ୟ/ସଦସ୍ୟା
୫. ଅଙ୍ଗନୱାଡି କର୍ମୀ
୬. ଆଶାକର୍ମୀ
୭. ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ/ପ୍ରତିନିଧି
୮. ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ସମ୍ପାଦକ
୯. ଏସ୍.ଏଚ୍.ଜି. ର ସମ୍ପାଦିକା
୧୦. ଯୁଥ୍ କ୍ଲବର ସମ୍ପାଦକ
୧୧. ଗ୍ରାମ ମୁରବୀ
୧୨. ସ୍ଥାନୀୟ ଏନ୍.ଜି.ଓ. ର କର୍ମକର୍ତ୍ତା
୧୩. ଦଳିତ ଓ ଅନୁସୂଚୀତ ଜାତିର ପ୍ରତିନିଧି

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ସୁପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ

କ'ଣ କରିବା ଉଚିତ

- ଗ୍ରାମ ସ୍ତରରେ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା କମିଟି ଗଠନ କରିବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ମାସିକ ବୈଠକ ବସିବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ମାସଗୁଡିକ ପୂର୍ବରୁ ଏବଂ ସମୟରେ ମାସିକ ବୈଠକ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ବା ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଆଖି ଆଗରେ ରଖି ଅଧିକ ଥର ବୈଠକ ବସିବା ଜରୁରୀ ।
- ସୂଚନା ପ୍ରସାରଣ, ସନ୍ଧାନ ଓ ଉଦ୍ଧାର, ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା, ଜଳ ଓ ପରିମଳ ଇତ୍ୟାଦି ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ଏବଂ ରିଲିଫ ବଣ୍ଟନ ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ଜଳ ସଂଗ୍ରହ କରି ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଆଶଙ୍କା ଥିବା ମାସ (ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପ୍ରବଣ ମାସ) ଗୁଡିକ ପୂର୍ବରୁ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର କବାଟ ଝରକା ଏବଂ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଉପକରଣଗୁଡିକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଯାଞ୍ଚ କରାଇନେବା ସହିତ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ମରାମତି କରାଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଏବଂ ଏହାର ଉପକରଣଗୁଡିକର ଯାଞ୍ଚ କରାଇବା ଆବଶ୍ୟକ, ସରଞ୍ଜାମଗୁଡ଼ିକ ସଂଗ୍ରହ କରିବା ସହିତ ସଠିକ ସ୍ଥାନରେ ସାଇତି ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

କ'ଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

- କୌଣସି ପ୍ରକାର ବ୍ୟକ୍ତି କୈନ୍ଦ୍ରୀକ ବା ରାଜନୈତିକ ଦଳ କୈନ୍ଦ୍ରୀକ ସଭା ବା ବୈଠକ ।
- କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଧର୍ମକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ / ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦେବା ।
- କୌଣସି ଅନୈତିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦେବା ।
- ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ପ୍ରଶ୍ରୟ ଦେବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ କିମ୍ଵା ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ଆସବାବପତ୍ର ଏବଂ ଉପକରଣଗୁଡିକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଉପକରଣଗୁଡ଼ିକୁ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ବିନା ଅନୁମତିରେ ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକତା ନଥାଇ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିସର ବାହାରକୁ ନେବା ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀର ପରିବେଶକୁ ନଷ୍ଟ କରିବା ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଯଥା- ଗୃହପାଳିତ ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କୁ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିସରରେ ରଖିବା, ଏଣେତେଣେ ମଳତ୍ୟାଗ କରିବା ଇତ୍ୟାଦି ।

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ଉପକରଣ

❑ ଫୁଲଝାଡୁ, ❑ ଖଡିକା ଝାଡୁ, ❑ ବାଲ୍‌ଟି, ❑ ମଗ୍ ଓ ଗ୍ଲାସ, ❑ ରସଗରା, ❑ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଜାରକିନ୍, ❑ ପାଣି ରଖିବା ଡ୍ରମ, ❑ ଜରି ବା ପଲିଥିନ, ❑ ନିଆଁ ଲିଭା ଯନ୍ତ୍ର ଓ ଗ୍ଲୋବସ, ❑ ଆଲୋକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନିମନ୍ତେ ଜେନେରେଟର ଓ ଲଣ୍ଠନ (ପେଟ୍ରୋମାକ୍ସ ଲାଇଟ), ❑ ପାଣିପାଇପ୍ ଓ ପମ୍ପସେଟ୍ (ପେଟ୍ରୋଲ ଅଲଗା ରଖିବା), ❑ ସୂଚନା ସଂଗ୍ରହ ଓ ପ୍ରସାରଣ ସାମଗ୍ରୀ (ଟି.ଭି., ରେଡିଓ, ମୋବାଇଲ ଫୋନ, ସୂଚନା ପ୍ରଦାନକାରୀ ଲାଇଟ ଓ ପତାକା (ସବୁଜ, ହଳଦିଆ ଓ ଲାଲ), ବ୍ୟାଟେରୀ ଇତ୍ୟାଦି, ❑ ତାଲା, ❑ ରୋଷେଇ ଉପକରଣ, ସଫେଇ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଉପକରଣ ଇତ୍ୟାଦି ।

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ରେଜିଷ୍ଟର ସମୂହ

- ସଭା ବିବରଣୀ ଖାତା
- ନୋଟିସ୍ ଖାତା
- ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ ରକ୍ଷଣା ବେକ୍ଷଣ ଖାତା
- ହିସାବ ପତ୍ର ଖାତା
- ଷ୍ଟକ ଖାତା (ଉପକରଣ ଓ ଦ୍ରବ୍ୟ)
- ଚିଠି ପତ୍ର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ ଖାତା

ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଧାରଣ କରିବା କ୍ଷମତା

କ୍ଷମତାର ବାହାରକୁ ଯାଇ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଦ୍ୱାରା ତାହା ବିପଦକୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ସହ ସମାନ ହୋଇଥାଏ । ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ମଧ୍ୟ ଆଶ୍ରୟ ନେବାର କ୍ଷମତା ସୀମିତ । ତେଣୁ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀରେ ଆଶ୍ରୟ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପାଇଁ ଯୋଜନା କରିବା ସମୟରୁହିଁ ଏଥିପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉଚିତ୍ । ଉପଯୁକ୍ତ ଆଶ୍ରୟୀତାଙ୍କୁ ଧାରଣ କ୍ଷମତା ମଧ୍ୟରେ ଆଶ୍ରୟ ପ୍ରଦାନ କଲେ ପରିଚାଳନା ଦଳ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ସହିତ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଉତ୍ତମ ସେବା ପ୍ରଦାନ ବା ସୁପରିଚାଳନା କରିବାରେ ସୁବିଧା ହୋଇଥାଏ ।

ଜରୁରୀକାଳୀନ ସମୟରେ ଯୋଗାଯୋଗ ପାଇଁ ଫୋନ ନମ୍ବର ଗ୍ରାମରେ ଥିବା ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳୀ କିମ୍ବା ସମସ୍ତେ ଦେଖିପାରୁଥିବା କାନ୍ଥରେ ଲିଖିତଭାବେ ରଖିବା ଯଥା :

- ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ
- ଜିଲ୍ଲାପାଳ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ଜରୁରୀକାଳୀନ କକ୍ଷ
- ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପ୍ରଶମନ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ (OSDMA)
- ବ୍ଲକ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ
- ପୋଲିସ ଥାନା ବା ଫାଣ୍ଡି
- ସରପଞ୍ଚ
- ଡାକ୍ତରଖାନା
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସମ୍ପାଦକ
- ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କମିଟିର ସଭାପତି
- କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳର ମୁଖ୍ୟ
- ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କର୍ମୀ
- ଆଶାକର୍ମୀ
- ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ/ପ୍ରତିନିଧି
- ୟୁଥ୍ କ୍ଲବ୍‌ର ସମ୍ପାଦକ
- ସ୍ଥାନୀୟ ଏନ୍.ଜି.ଓ.ର କର୍ମକର୍ତ୍ତା
- ଦଳିତ ଓ ଅନୁସୁଚୀତ ଜାତିର ପ୍ରତିନିଧି

Water & Sanitation

ଜଳ ଓ ପରିମଳ

> “ଜଳ ବିହୁନେ ସୃଷ୍ଟି ନାଶ
> ଜଳ ବହୁଳେ ସୃଷ୍ଟି ନାଶ ”

ଜଳ ପ୍ରବଳ ଓ ଜଳ ଅଭାବ ଉଭୟ କ୍ଷତିକର । ଦିନକୁ ଦିନ ଏହି ସମସ୍ୟା ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ଭୂତଳ ଜଳ ହ୍ରାସ ମଧ୍ୟ ଏକ ଉଦ୍‌ବେଗଜନକ ସ୍ଥିତିରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣ ଓ ପ୍ରଦୂଷିତ ଜଳପାନ ଧନ ଓ ଜୀବନର ଅଶେଷ କ୍ଷୟକ୍ଷତି ଘଟାଉଛି । ଟିକିଏ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ମନୁଷ୍ୟ ସମାଜ ଦ୍ୱାରା ହେଉଥିବା ଜଳପ୍ରଦୂଷଣକୁ ରୋକାଯାଇ ପାରିବ ।

ଆମ ସମାଜରେ ସାଧାରଣତଃ ମହିଳାମାନେହିଁ ପରିବାର ସ୍ତରରେ ଜଳର ପରିଚାଳନା କରିଥାନ୍ତି । ତେଣୁ ମହିଳାମାନେ ଏ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ସଙ୍ଗେ ଏହାର ଗୁରୁତ୍ୱ ଉପଲବ୍ଧି କରି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲଗାଇ ପାରିଲେ ଜଳ ଜନିତ ରୋଗର ପ୍ରାବଲ୍ୟ ଅନେକାଂଶରେ କମ୍ କରାଯାଇ ପାରିବ ।

ବନ୍ୟା, ବାତ୍ୟା ଆଦି ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମୟରେ ଭୂପୃଷ୍ଠ ଜଳ ସାଂଘାତିକ ଭାବେ ପ୍ରଦୂଷିତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିପ୍ରତି ସତର୍କତା ଗ୍ରହଣ କରାନଗଲେ ବନ୍ୟା ପରର ଜୀବନ ବିଶେଷ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ । ଜଳ ପ୍ରଦୂଷଣ ଜନିତ ରୋଗ ବ୍ୟାପେ । ବନ୍ୟା ବାତ୍ୟା ପରି ଜଳ ଠୁଳ ସମୟରେ ଓ ମରୁଡ଼ି କାରଣରୁ ଜଳ କଷ୍ଟ ସମୟରେ ପିଇବା ପାଣି ପ୍ରତି ସତର୍କ ରହିଲେ ଆମଧନ ଓ ଜୀବନ ସୁରକ୍ଷିତ ହୋଇପାରନ୍ତା ।

ଜଳର ଉତ୍ସ

ସାଧାରଣତଃ ଆମେ ନଦୀ, ପୋଖରୀ, କୂପ ଓ ନଳକୂପରୁ ଜଳ ପାଇଥାଉ । ଏହି ଉତ୍ସଗୁଡିକ ଅପବ୍ୟବହାର ଯୋଗୁଁ ଦୂଷିତ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମୟରେ ଅପରିଷ୍କାର ପାଣି ଜଳଉତ୍ସ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ପ୍ରଦୂଷିତ ହୋଇଥାଏ ।

ନିରାପଦ ପାନୀୟ ଜଳ କ'ଣ ?

ନିରାପଦ ପାନୀୟ ଜଳ ହେଉଛି ଏକ ବିଶୁଦ୍ଧ ପାନୀୟ ଜଳ ଯାହାର ବ୍ୟବହାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି କୌଣସି ହାନୀକାରକ ପ୍ରଭାବ ପକାଏ ନାହିଁ । ଯେତେ ପରିମାଣରେ ପିଇଲେ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ଘରୋଇ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବ୍ୟବହାର କଲେ ମଧ ଉଭୟ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ପାରିବାରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ଏହାର ପ୍ରଭାବ ସକରାତ୍ମକ ଥାଏ । ଏଥିରେ ଜଳର ଉପଲବ୍ଧତା ଓ ଗୁଣବତ୍ତାକୁ ମଧ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯାଏ ।

- ଗୋଟିଏ ପରିବାର ନିକଟରେ ଥିବା ଜଳ ଉତ୍ସର ସର୍ବାଧିକ ଦୂରତ୍ୱ ୫୦୦ ମିଟର ମଧ୍ୟରେ ହେବା ବିଧେୟ ।
- ଦୈନିକ ଜଣେ ଲୋକର ପିଇବା, ରୋଷେଇ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାର ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ହାରାହାରି ୧୫ ଲିଟର ଜଳର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରିବା ।

ବିଶୁଦ୍ଧ ଜଳ ଓ ଦୂଷିତ ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଭେଦ

ବିଶୁଦ୍ଧ ପାନୀୟ ଜଳ	ଦୂଷିତ ଅଯୋଗ୍ୟ ଜଳ
➤ ଯେଉଁ ପାଣିରେ କୌଣସି ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ନଥାଏ ।	➤ ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ରହିଥାଏ ।
➤ ଦେଖିବାକୁ ପରିଷ୍କାର ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛ ।	➤ ଜଳ ଉପରେ ଭାସମାନ କଣିକା ଓ ଅପରିଷ୍କାର ହୋଇଥାଏ ।
➤ କୌଣସି କ୍ଷତିକାରକ ପଦାର୍ଥ ମିଶି ନଥାଏ ।	➤ ବିଭିନ୍ନ ରାସାୟନିକ କ୍ଷତିକାରକ ପଦାର୍ଥ ମିଶିଥାଏ ।
➤ ଗନ୍ଧହୀନ / ସ୍ୱାଦହୀନ	➤ ଗନ୍ଧଯୁକ୍ତ ଓ ସ୍ୱାଦଯୁକ୍ତ
	➤ ଅସୁରକ୍ଷିତ ଓ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନରୁ ସଂଗୃହିତ ।
	➤ ସୁରକ୍ଷିତ ଏବଂ ନିରାପଦ ସ୍ଥାନରୁ ସଂଗୃହିତ ।
➤ ଅମ୍ଳ (ହାଇଡ୍ରୋକ୍ସାଇଡ୍ ମାତ୍ରା ୬.୫ରୁ କମ୍) କିମ୍ବା କ୍ଷାର (ହାଇଡ୍ରୋକ୍ସାଇଡ ମାତ୍ରା ୮.୫ରୁ ଅଧିକ)	➤ ହାଇଡ୍ରୋକ୍ସାଇଡ୍ ପରିମାଣ ୬.୫ ରୁ ୮.୫

ଜଳ କିପରି ଦୂଷିତ ହୁଏ ?

ଜଳ ସାଧାରଣତଃ ୪ଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଦୂଷିତ ହୋଇଥାଏ ।

୧. ଜଳ ଉତ୍ସ

- ବନ୍ୟାପାଣି ଜଳ ଉତ୍ସରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ଘରର ମଇଳା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବ୍ୟବହୃତ ପାଣି ଜଳ ଉତ୍ସକୁ ଛାଡିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଜଳ ଜମି ରହିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ଜଳ ଉତ୍ସ ନିକଟରେ ଖତ ଗଦା କରିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ରାସାୟନିକ ସାର କିମ୍ବା କୌଣସି ବିଷାକ୍ତ ଔଷଧର ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ମଣିଷ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ପୋଖରୀରେ ଗୃହପାଳିତ ପଶୁପକ୍ଷୀ ସ୍ନାନ କରାଇବା ଦ୍ୱାରା ।
- ମଇଳା ଲୁଗା ପଟା ପୋଖରୀରେ ସଫା କରିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ପୋଖରୀ ହୁଡାରେ ମଳ ତ୍ୟାଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ନଳକୂପ ଚାରିପଟେ ବାସନ ମାଜିବା, ଗାଧୋଇବା, ଲୁଗାପଟା ସଫା କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏବଂ ବ୍ୟବହୃତ ଜଳର ନିଷ୍କାସନ ପାଇଁ କୌଣସି ନାଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ନକରିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ମାଟି ତଳେ ପାଣି ପାଇପ୍ ଫାଟିଯିବା ଦ୍ୱାରା ।

୨. ଜଳ ସଂଗ୍ରହ ସମୟରେ

- ଜଳ ସଂଗ୍ରହ ସମୟରେ ପାତ୍ରରେ ହାତ ବୁଡାଇବା ଦ୍ୱାରା ।
- ସଂଗୃହୀତ ପାତ୍ର (ଗରା, ମାଠିଆ, ବାଲଟି)କୁ ପାଣି ଆଣିବା ପୂର୍ବରୁ ପରିଷ୍କାର ନକରିବା ।
- ଦୂରରୁ ଖୋଲାପାତ୍ର ଓ ବାଲଟିରେ ପାଣି ଆଣିବା ସମୟରେ ଧୂଳି ପଡିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ଜଳ ସଂଗ୍ରହ କରି ଯେଉଁ ପାତ୍ରରେ ରଖିବେ ତାହା ନିୟମିତ ଭଲ ଭାବରେ ପରିଷ୍କାର ନହେବା ଦ୍ୱାରା ।

୩. ରଖିବା ସ୍ଥାନ

- ପାଣି ରଖିବା ସ୍ଥାନକୁ ନିୟମିତ ପରିଷ୍କାର ନକରିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ପାଣି ରଖିବା ସ୍ଥାନରେ ଅପରିଷ୍କାର ଜଳ ଫିଙ୍ଗିବା ଦ୍ୱାରା ।
- ସନ୍ତସନ୍ତିଆ ଓ ନିଚ୍ଛା ସ୍ଥାନରେ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ।

୪. ବ୍ୟବହାର କରିବା ସମୟରେ

- ପାତ୍ରରୁ ପାଣି କାଢିବା ସମୟରେ ମଇଳା ହାତ ପାତ୍ରରେ ବୁଡ଼ାଇଲେ ।
- ପାଣି କାଢ଼ିବା ପାଇଁ ମଇଳା ପାଣି କଡ଼ା ଡଙ୍କି ବ୍ୟବହାର କଲେ ।
- ପାତ୍ରଟିକୁ ଘୋଡ଼ାଇ ନରଖିଲେ ।

ଦୂଷିତ ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଫଳରେ କ'ଣ ହୁଏ ?

ଦୂଷିତ ଜଳ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ଜଳ ବାହିତ ଏବଂ ଜଳ ଜନିତ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ।

ଜଳ ବାହିତ ରୋଗ	ଜଳ ଜନିତ ରୋଗ
➢ ତରଳ ଝାଡା	➢ କୃମି, ମ୍ୟାଲେରିଆ
➢ ଟାଇଫଏଡ୍	➢ ଫାଇଲେରିଆ
➢ କାମଳ/ଜଣ୍ଡିସ୍	➢ ଚର୍ମ ରୋଗ, ଆଖିଧରା

ଜଳ ବିଶୋଧନର ଉପାୟ

ସାଧାରଣତଃ ଜଳକୁ ନିମ୍ନୋକ୍ତ ଭାବରେ ବିଶୋଧନ କରାଯାଏ।

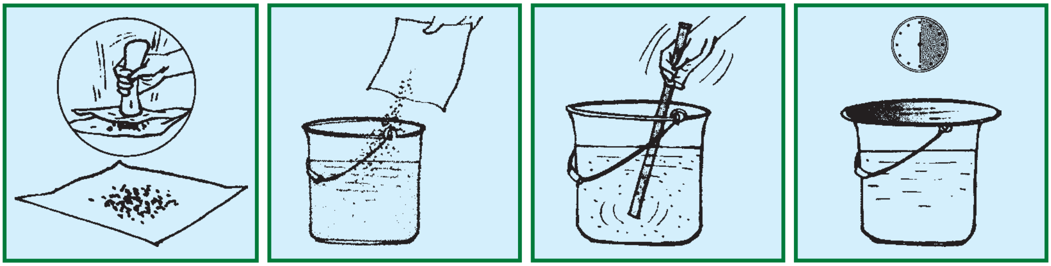
➢ ଛାଣିବା ଦ୍ୱାରା- ସଫା ପରିଷ୍କାର କପଡ଼ାକୁ ବହୁପରସ୍ତ କରି ଜଳକୁ ଛାଣିଲେ, ଜଳରେ ଥିବା ଅପରିଷ୍କାର ପଦାର୍ଥଗୁଡିକ ବାହାରିଯାଇଥାଏ। ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ସଫା ପରିଷ୍କାର ବାଲି କିମ୍ବା କୋଇଲା ବିଶୋଧନ ଦ୍ୱାରା ଛାଣିବା ମଧ ବ୍ୟବହାର ଯୋଗ୍ୟ ଅଟେ।

➢ ଫୁଟାଇବା ଦ୍ୱାରା- ସଂଗୃହିତ ଜଳକୁ ଛାଣିବା ପରେ ଅତିକମ୍‌ରେ ୧୫ ରୁ ୨୦ ମିନିଟ୍ ଭଲ ଭାବେ ଫୁଟାଇବା ଦ୍ୱାରା ସେଥିରେ ଥିବା ବ୍ୟାକ୍‌ଟେରିଆ ବା ହାନିକାରକ ଜୀବାଣୁଗୁଡିକ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ଉକ୍ତ ପାଣିକୁ ପିଇବା ପାଇଁ ଥଣ୍ଡା ହେବାପରେ ବ୍ୟବହାର କରିହୁଏ।

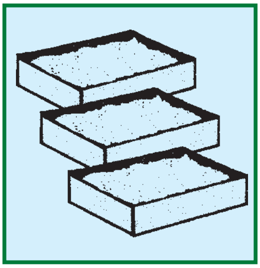
➢ ଜଳ ବିଶୋଧନ ବା ରାସାୟନିକ ଜୀବାଣୁ ନାଶକ- ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣକରିବାକୁ ଯାଇ ଜଳରେ ଆୟୋଡିନ୍ ଦ୍ରବଣ, ସ୍ଫଟିକ କିମ୍ବା ହାଲୋଜେନ ଟାବ୍‌ଲେଟ୍ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ। ଆବଶ୍ୟକସ୍ଥଳେ ପ୍ରାକୃତିକ ଜଳ ଉପରେ ଜୀବାଣୁନାଶକ କ୍ଲୋରିନ୍, ବ୍ଲିଚିଂ ଇତ୍ୟାଦି ଆବଶ୍ୟକ ବିଶୋଧନ ସାମଗ୍ରୀ ବ୍ୟବହାର କରି ପିଇବା ପାଣି ସଂଗ୍ରହ ଓ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥାଏ।

(କ) ହାଲୋଜେନ୍ ବଟିକା ବ୍ୟବହାର ପଦ୍ଧତି

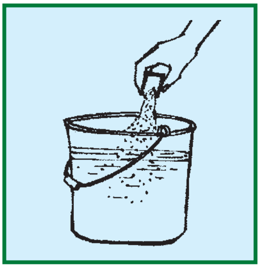
୧. ହାଲେଜେନ୍‌ର ଗୋଟିଏ ବଟିକାକୁ ଭଲଭାବେ ଗୁଣ୍ଡକରି ନିଅନ୍ତୁ।
୨. ଏହି ଗୁଣ୍ଡକୁ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବାଲ୍‌ତି ବା ମାଟି ପାତ୍ରରେ ୧୫ ଲିଟର ପାଣିରେ ପକାଇ ଦିଅନ୍ତୁ।
୩. ଉକ୍ତ ପାଣିକୁ ଭଲଭାବେ ଗୋଳାନ୍ତୁ ଓ ଅଧଘଣ୍ଟା ଘୋଡ଼ାଇ ରଖନ୍ତୁ।
୪. ଅଧଘଣ୍ଟା ପରେ ଉକ୍ତ ପାଣି ପିଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।



(ଖ) କୁଅ ପାଣିକୁ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ବ୍ଲିଚିଂ ପାଉଡର ବ୍ୟବହାର ପଦ୍ଧତି

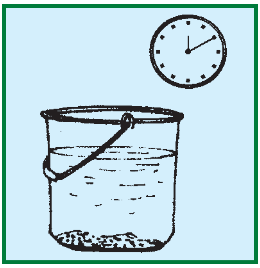


୩ଟି ଡିଆସିଲି ଖାଲି ଖୋଳରେ ବ୍ଲିଚିଙ୍ଗ ପାଉଡର ସମାନ କରି ଭର୍ତ୍ତି କରନ୍ତୁ



ସେହି ବ୍ଲିଚିଙ୍ଗ ପାଉଡରକୁ ବାଲ୍ଟିରେ ପକାନ୍ତୁ

ଏହାକୁ କୌଣସି କାଠ ବା ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ବାଡ଼ି ଦ୍ୱାରା ଘୋଳାନ୍ତୁ

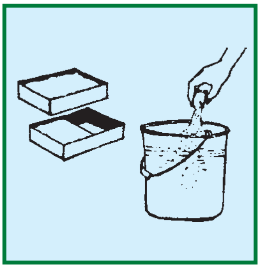


ପାଣିକୁ ୧୦ ମିନିଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସ୍ଥିର ହେବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ, ଯାହାଦ୍ୱାରା କି ପାଣିରେ ଥିବା ଚୁନ ଏବଂ ମଇଳା ବସିଯିବ

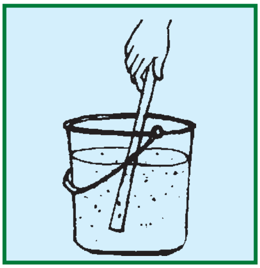
ତଳେ ବସିଥିବା ଚୁନ ମଇଳାକୁ ଛାଣି ଦିଅନ୍ତୁ। ଛଣା ଯାଇଥିବା ପାଣିକୁ..

ବାଲ୍‌ତି ସହାଯ୍ୟରେ କୁଅ ଭିତରେ ବୁଡ଼ାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଓ ବାଲ୍ଟି ଦ୍ୱାରା ପୁରା କୁଅ ପାଣିକୁ ଭଲଭାବେ ଘାଣ୍ଟି ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଅତିକମରେ ୪-୫ ଘଣ୍ଟା ପରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ

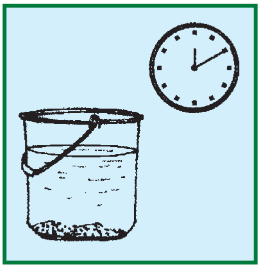
(ଗ) ନଳକୂପ ପାଣିକୁ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ବ୍ଲିଚିଂ ପାଉଡର ବ୍ୟବହାର ପଦ୍ଧତି



ଦୁଇଟି ଡିଆସିଲି ଖାଲି ଖୋଳରେ ଦେଢ଼ ଡବା ବ୍ଲିଚିଙ୍ଗ ପାଉଡର ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ବାଲ୍ଟିରେ ପକାନ୍ତୁ



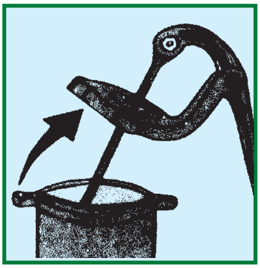
ଏହାକୁ କୌଣସି କାଠ ବା ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ବାଡ଼ି ଦ୍ୱାରା ଘୋଳାନ୍ତୁ



୧୦ରୁ ୧୫ ମିନିଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଣିକୁ ବସିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ

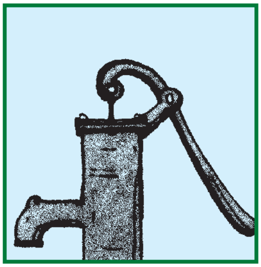
ତଳେ ବସିଥିବା ଚୂନ ମଇଳାକୁ ଛାଣିବା ପରେ ଉକ୍ତ ପାଣିକୁ ଅଲଗା ବାଲ୍ଟିରେ ରଖନ୍ତୁ

ନଳକୂପର ହ୍ୟାଣ୍ଡଲକୁ ପ୍ରାୟ ୧୫-୨୦ ମିନିଟ ମାରି ପାଣି ବୁହାଇ ଦିଅନ୍ତୁ



ନଳକୂପର ଉପର ଭାଗକୁ ବା ହେଡକୁ ଖୋଲି ରଖନ୍ତୁ

ସଂଗୃହିତ ବ୍ଲିଚିଙ୍ଗ ପାଣି ବା ଘୋଳକୁ ଆସ୍ତେ ଆସ୍ତେ ନଳକୂପ ଭିତରକୁ ଢାଳନ୍ତୁ



ନଳକୂପକୁ ପୁନର୍ବାର ବନ୍ଦ କରି ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ରାତିସାରା ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ

ସକାଳେ ଉକ୍ତ ନଳକୂପକୁ ପ୍ରାୟ ୨୦-୩୦ ମିନିଟ ଚଳାଇ ପାଣିକୁ ବାହର କରି ଢାଳି ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ତାପରେ ନଳକୂପ ଜଳକୁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ

ଉତ୍ତମ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ପିଇବା ପାଣିର ଯତ୍ନ

- ଜଳ ସଂଗ୍ରହ ସମୟରେ ସେହି ପାତ୍ରରେ ହାତ ବୁଡାଇବା ନାହିଁ।
- ପାଣି ପାତ୍ରକୁ ଘୋଡାଇ ରଖିବା।
- ଯେଉଁ ପାତ୍ରରେ ପାଣି ରଖିବା ତାହା ନିୟମିତ ଭାବରେ ସଫା କରିବା।
- ପାଣିକୁ ଛାଣି ଫୁଟାଇ ରଖିବା।
- ଜଳ ବିଶୋଧକ ବ୍ୟବହାର କରିବା।
- ସୁରେଇ ଓ ମାଠିଆରୁ ପାଣି ଅଣେଇ କରି କାଢିବା।
- ହାଣ୍ଡି ଓ ବାଲଟିରୁ ପାଣି କାଢିବା ସମୟରେ ହାତ ନବୁଡାଇ ଡଙ୍କି ସାହାଯ୍ୟରେ କାଢିବା।
- ପାଣି ପାତ୍ରକୁ ଉଚା ଓ ସୁଖିଲା ସ୍ଥାନରେ ରଖିବା।

ରୋଗ କିପରି ବ୍ୟାପେ ?	ରୋଗ ସଂକ୍ରମଣର ଉତ୍ସ ?
୧. ଅଙ୍ଗୁଳି ଓ ହାତ ଦ୍ୱାରା ୨. ଖାଦ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ୩. ପାଦ ଦ୍ୱାରା ୪. ପକ୍ଷୀ (ମାଛି, ମଶା) ଦ୍ୱାରା ୫. ବାନ୍ତି, ଝାଡ଼ା, କାଶ, କଫ ଇତ୍ୟାଦି ଦ୍ୱାରା	୧. ଖାଲି ପଡ଼ିଆରେ ମଳତ୍ୟାଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ୨. ଦୂଷିତ ଜଳ ଦ୍ୱାରା ୩. ଘୋଡ଼ାଯାଇନଥିବା / ଖୋଲାଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପାନୀୟ ଦ୍ୱାରା ୪. ପ୍ରଦୂଷିତ ମାଟି, ପୋଖରୀ, କୂଅ ଏବଂ ପଶୁମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ୫. ଅପରିଷ୍କାର ବାସନକୁସନ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ୬. ମାଛି ଦ୍ୱାରା

ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାର ଅଭ୍ୟାସ

- ଗୃହର ଅଳିଆ ଆବର୍ଜନାକୁ ଏଣେ ତେଣେ ନପକାଇ ଗୃହର ପଛ ପଟେ ଏକ ଅଳିଆ ଖାତ କରି ପକାଇବା।
- ଗୃହପାଳିତ ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କ ମଳମୂତ୍ରକୁ ମଧ୍ୟ ଗୃହ ଠାରୁ ଦୂରରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଖାତରେ ପୋତିବା।
- ଗୃହର ଚାରିପଟେ ଅଳିଆ ଆବର୍ଜନାକୁ ପରିଷ୍କାର କରିବା।
- ନିଜେ ପରିଷ୍କାର ରହିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଗୃହ ଓ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ରଖିବା।
- ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଓ ଝାଡା ଫେରିବା ପରେ ହାତକୁ ଭଲ ଭାବେ ସାବୁନ୍‌ରେ ଧୋଇବା।
- ପାଇଖାନା ବ୍ୟବହାର କରିବା ଏବଂ ପାଇଖାନା ଗଲାବେଳେ ଚପଲ ବ୍ୟବହାର କରିବା।
- ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖିବା ଏବଂ ଗରମ ତଟକା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା।
- ଜଳଉତ୍ସଗୁଡିକ କିପରି ଦୂଷିତ ନହୁଏ ସେଥିପାଇଁ ବିହୀତ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବା।
- ବାସି ଓ ମାଛି ବସିଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ନାହିଁ।
- କଞ୍ଚା କିମ୍ବା ପାଚିଲା ଫଳ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇକରି ଖାଇବା।

ପରିବାର, ବିଦ୍ୟାଳୟ ତଥା ଗ୍ରାମ ସ୍ତରରେ କିପରି ଆମେ ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ଅଭ୍ୟାସକୁ ଜାରି ରଖିପାରିବା ?

- ଠିକ୍ ଭାବରେ ହାତ ଧୋଇବା।
- ଜଳଉତ୍ସଗୁଡ଼ିକ କିପରି ଦୂଷିତ ନହେବ ସେଥିପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଦେବା।
- ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା।
  - (କ) ପରିଷ୍କାର ଓ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା।
  - (ଖ) ଗରମ ଓ ତଟକା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା।
  - (ଗ) ନିରାପଦ ପାନୀୟ ଜଳର ବ୍ୟବହାର।

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାର ନିୟମ

- ଚପଲ ବ୍ୟବହାର କରି ପାଇଖାନାକୁ ଯିବା ।
- ଘରୁ ବାହାରକୁ ଗଲେ ଚପଲ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଏବଂ ଚପଲକୁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ରଖିବା ।
- ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଓ ପାଇଖାନା ଯିବାପରେ ସାବୁନ୍‌ରେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହାତ ପରିଷ୍କାର କରିବା ।
- ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଶଯ୍ୟା ତ୍ୟାଗପରେ ଓ ରାତିରେ ଶଯ୍ୟାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ବ୍ରସ ଦ୍ୱାରା ଭଲ ଭାବରେ ଦାନ୍ତ ସଫା କରିବା ।
- ପ୍ରତିଦିନ ସାବୁନ ଲଗାଇ ପରିଷ୍କାର ଜଳରେ ସ୍ନାନ କରିବା ।
- ପ୍ରତିଦିନ ସଫାସୁତୁରା ପୋଷାକ ପରିଧାନ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପୋଷାକ ଟାଣ ଖରାରେ ଶୁଖାଇ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
- ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ନଖ କାଟିବା ।
- ଗରମ ଓ ଘୋଡା ହୋଇଥିବା ତାଜା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ପାଚିଲା ଓ କଞ୍ଚା ଫଳକୁ ଧୋଇ ଖାଇବା ଏବଂ ନିରାପଦ ପାନୀୟଜଳ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
- ଘର ଏବଂ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱ ପରିବେଶ ସଫା କରିବା ।
- ଅଳିଆ ପକାଇବା ପାଇଁ ଏକ ଖାତର ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
- ନଳକୂପ ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱ ସଫା କରିବା ।

ପରିବାରରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାର ନିୟମ

- ପରିବାରର ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟ(ଛୋଟପିଲା, ପୁରୁଷ, ମହିଳା ଓ ବୟସ୍କ) ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ ପାଇଖାନା ବ୍ୟବହାର କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପାଇଖାନା ଯିବା ସମୟରେ ଚପଲ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
- ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଓ ପାଇଖାନା ଯିବାପରେ ସାବୁନରେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ହାତ ପରିଷ୍କାର କରିବା ।
- ବିଛଣା ଚଦର ବା ଶେଯକୁ ଟାଣ ଖରାରେ ଶୁଖାଇ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।
- ଗୃହର ଅଳିଆ ଆବର୍ଜନାକୁ ଏଣେ ତେଣେ ନପକାଇ ଗୃହର ପଛପଟେ ଏକ ଅଳିଆ ଖାତ କରି ପକାଇବା ।
- ଗୃହପାଳିତ ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କ ମଳମୂତ୍ରକୁ ମଧ୍ୟ ଗୃହଠାରୁ ଦୂରରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଖାତରେ ପୋତିବା ।
- ଗୃହ ଓ ତା'ର ଚତୁଃପାର୍ଶ୍ୱ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ।
- ଗୃହର ଅନାବଶ୍ୟକ ପାଣିକୁ ଡ୍ରେନ ସାହାଯ୍ୟରେ ନିଷ୍କାସନ କରିବା ।
- ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଘୋଡାଇ ରଖିବା ଏବଂ ଗରମ ତଟକା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ।

European Union

RCDC

JJS Jagrata Juba Shangha

সুশীলন Shushilan

CONCERN worldwide