www.tnschoolbooks.in

தமிழ்நாடு அரசு

மேல்நிலை – முதலாம் ஆண்டு

பொது செவிலியம்

கருத்தியல் மற்றும் செய்முறை

தமிழ்நாடு அரசு விலையில்லாப் பாடநூல் வழங்கும் திட்டத்தின்கீழ் வெளியிடப்பட்டது

பள்ளிக் கல்வித்துறை

தீண்டாமை மனிதநேயமற்ற செயலும் பெருங்குற்றமும் ஆகும்

Introduction.indd 1 19-02-2019 16:11:05

www.tnschoolbooks.in

தமிழ்நாடு அரசு

முதல்பதிப்பு - *2018*

திருத்திய பதிப்பு - *2019, 2022*

மறுபதிப்பு - *2020, 2021,*
2023, 2024

(புதிய பாடத்திட்டத்தின்கீழ்
வெளியிடப்பட்ட நூல்)

விற்பனைக்கு அன்று

பாடநூல் உருவாக்கமும்
தொகுப்பும்

மாநிலக் கல்வியியல் ஆராய்ச்சி
மற்றும் ப யிற்சி நிறுவனம்

© SCERT 2018

நூல் அச்சாக்கம்

தமிழ்நாடு பாடநூல் மற்றும்
கல்வியியல் பணிகள் கழகம்

www.textbooksonline.tn.nic.in

12th_Nursing_General_ Front_Page_TM.indd 2 19/12/2023 15:41:35

www.tnschoolbooks.in

பொருளடக்கம்

பொது செவிலியம்

1. செவிலியம் – தோற்றமும் மற்றும் அதன் வளர்ச்சியும் 1
2. இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்கள் 18
3. மருத்துவமனையும் அதன் சூழலும் 35
4. செவிலியத் துறையில் தகவல் தொடர்பு திறன் 49
5. உடல் நல நிர்ணயம் மற்றும் மதிப்பீடு 62
6. தொற்று கட்டுப்பாடு 86
7. நோயாளியின் சுற்றுப்புற சுகாதாரம் 127
8. செவிலிய செயல்முறைகள் 150
9. முதலுதவி 180
10. சுகாதாரக் கல்வி மற்றும் ஒலி-ஒளி உபகரணங்கள் 204
11. மருந்தியல் 222
12. மாற்று மருத்துவத்தில் செவிலியத்தின் செயல்முறைகள் 239
13. ஆவணங்கள் 261
14. தனி நபர் ஆய்வு 274
15. மாதிரி வினாத்தாள் 276
16. செயல்முறைகள் 279

37AZ6

மின்னூல்

G7E8H

மதிப்பீடு

Introduction.indd 3 19-02-2019 16:11:06

www.tnschoolbooks.in

புத்தகத்தினை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது?

முன்னுரை	மாணவர்கள், பாடப்பொருள் மீது முழுமையாகக் கவனம் செலுத்தி, ஊக்கப்படுத்த உதவும் சிறு அறிமுகம்.
கற்றல் நோக்கங்கள்	முதன்மைப் பாடத்தலைப்புகளும், அவை தொடர்பான கற்றல் விளைவுகளும் குறித்த பட்டியல்
தனி நபர் ஆய்வு	வாழ்க்கை அனுபவங்கள் மற்றும் ஆழ்ந்த புரிதல் ஏற்படுத்தும் வகையில் அமைந்துள்ள கருத்துத் தொகுப்புகள்
உங்களுக்குத் தெரியுமா?	விரிசிந்தனையைத் தூண்டிப் புரிதலுக்கு உதவும், பாடம் சார்ந்த கூடுதல் செய்திகள்
செயல்பாடு	அன்றாட நிகழ்வுகளில் திறனாய்வுச் சிந்தனை, படைப்பாற்றல் சிந்தனை, பயன்பாடு ஆகியவற்றிற்கு வாய்ப்பளிக்கும் செயல்பாடுகள்
QR Code	காணொளி கற்றல் வாயிலாகப் பாடப்பொருள் கருத்துகளை நெடுங்காலம் நினைவில் நிறுத்தி மேம்படுத்தும் விரைவு துலங்கல் குறியீடுகள்
ICT Corner	மேம்படுத்தப்பட்ட தகவலுக்கான தொடர்புடைய வலைத்தளத்தின் குறிப்புகள்
பாடச்சுருக்கம்	பாடப்பொருளின் முழுமையான செய்திகளைக் கொண்ட குறிப்புரை
சொற்களஞ்சியம்	ஆங்கிலம் மற்றும் தமிழில் புதிய சொற்களுக்கான விரிவான விளக்கங்கள்
மேற்கோள் நூல்கள் / இணையத்தில் தேட	இப்புத்தகத்தின் (உரை) தோற்றத்திற்கும் வளர்ச்சிக்கும் பயன்படுத்தப்பட்ட அடிப்படை வளங்கள்

Introduction.indd 4 19-02-2019 16:11:06

www.tnschoolbooks.in

வேலைவாய்ப்புக்கு வழிகாட்டும் செவிலியம் படிப்புகள்

இந்தியாவில் வழங்கப்பெறும் செவிலியம் படிப்புகள்

செவிலியம் படிப்புகள் பட்டம், பட்டயம், சான்றிதழ் படிப்புகளாக இந்தியா முழுவதும் உள்ள மருத்துவக் கல்லூரிகளில் வழங்கப்படுகின்றன. இளங்கலை, முதுகலை என இருவகையாகப் பட்டப்படிப்புகள் உள்ளன. முதுகலை செவிலியம் பட்டம் பெற்றவர்கள், மருத்துவத் துறையில் பணி நியமிக்கப்படுகின்றனர்.

இந்தியாவில் வழங்கப்பெறும் செவிலியம் படிப்புகள்

- **B.Sc. செவிலியம் (Basic)** – 4 ஆண்டுகள் (இளங்கலைப் பட்டப் படிப்பு)
- **B.Sc. செவிலியம் (Post Basic)** – 2 ஆண்டுகள் (இளங்கலைப் பட்டப் படிப்பு)
  3 ஆண்டுகள் தொலைதூர கல்வி
- **GNM** – 3-6 ஆண்டுகள் திட்டம்
- **ANM** – 2 ஆண்டுகள் பயிற்சி
- **M.Sc., செவிலியம்** – 2 ஆண்டுகள் (முதுகலைப் பட்டப் படிப்பு)
- **M.Phil., செவிலியம்** – 2 ஆண்டுகள் (பகுதிநேரப் படிப்பு)
- **Ph.D., செவிலியம்** – 3-4 ஆண்டுகள் (முழுநேரப் படிப்பு)

மேற்கூறிய தரநிலை இளங்கலை மற்றும் முதுகலை திட்டங்கள் தவிர, ஏராளமான பிற முதுகலை பட்டயம், நிரல் மற்றும் சான்றிதழ் படிப்புகள் ஆகியவை உள்ளன. அதே போல் இளங்கலை, பட்டயம் மற்றும் சான்றிதழ் படிப்புகளில் பல்வேறு சிறப்பு அம்சங்களை எடுத்துக் கொள்ள உதவுகின்றன.

Introduction.indd 5 19-02-2019 16:11:06

www.tnschoolbooks.in

- பிறந்த குழந்தை பராமரிப்பு செவிலியம்
- எலும்பியல் மற்றும் மறுவாழ்வு செவிலியம்
- அறுவை சிகிச்சை அறை செவிலியம்
- தீவிர சிகிச்சை செவிலியம்
- அவசர சிகிச்சை செவிலியம்
- நரம்பியல் செவிலியம்
- செவிலிய நிர்வாகம்
- இருதய-மார்புக்குரிய செவிலியம்

தகுதி வரம்பு

பி.எஸ்.சி செவிலியம் (அடிப்படை) – அங்கீகரிக்கப்பட்ட கல்வி நிறுவனத்தில் 10+2 படிப்பில் இயற்பியல், வேதியியல், உயிரியல், ஆங்கிலம் ஆகிய பாடங்கள் படித்திருக்க வேண்டும். INC அங்கீகரிக்கப்பட்ட நிறுவனத்திற்குக் குறைந்தபட்சமான 50% மதிப்பெண்கள் இருக்க வேண்டும். குறைந்தபட்சம் 17 வயது இருக்க வேண்டும்.

GNM– அங்கீகரிக்கப்பட்ட கல்வி நிறுவனத்தில் கலை அல்லது அறிவியல் பிரிவில் +2 முடித்திருக்க வேண்டும். INC அங்கீகரிக்கப்பட்ட நிறுவனத்திற்குக் குறைந்தபட்சமான 50% மதிப்பெண்கள் இருக்க வேண்டும். குறைந்தபட்சம் 17 வயது இருக்க வேண்டும். ANM– தகுதியுடையவர்கள் இந்தப் படிப்பைத் தொடர்ந்து படிக்க முடியும். குறிப்பு: பல நிறுவனங்களில் தகுதி வரம்பு மிகவும் தளர்த்தப்பட்டுள்ளது. பல கல்லூரிகளில் எந்தப் பாடப்பிரிவில் (அறிவியல் / வணிகம் / கலை) படித்திருந்தாலும் இந்தப் படிப்பைத் தொடர அனுமதிக்கின்றனர்.

ANM– அங்கீகரிக்கப்பட்ட கல்வி நிறுவனத்தில் கலை அல்லது அறிவியல் பிரிவில் +2 முடித்திருக்க வேண்டும். INC அங்கீகரிக்கப்பட்ட நிறுவனத்திற்குக் குறைந்தபட்சமான 50% மதிப்பெண்கள் இருக்க வேண்டும். குறைந்தபட்சம் 17 வயது இருக்க வேண்டும். குறிப்பு: பல நிறுவனங்களில் தகுதி வரம்பு மிகவும் தளர்த்தப்பட்டுள்ளது. பல கல்லூரிகளில் எந்தப் பாடப்பிரிவில் (அறிவியல்/ வணிகம்/ கலை) படித்திருந்தாலும் இந்தப் படிப்பைத் தொடர அனுமதிக்கின்றனர்.

Introduction.indd 6 19-02-2019 16:11:07

www.tnschoolbooks.in

எம்.எஸ்.சி செவிலியம் பயிற்சி (M.Sc., Nursing) – B.Sc., செவிலியம் படிப்பு முடித்திருத்தல் வேண்டும் / B.Sc., Post சான்றிதழ் / Post Basic B.Sc.,. INC அங்கீகரித்துள்ள செவிலியர் நிறுவனத்திற்கு குறைந்தபட்சம் 55% மதிப்பெண்கள் தேவை. B.Sc., செவிலியம் படிப்பு முடித்த மாணவர்கள், ஓராண்டு பணி அனுபவம் பெற்றிருக்க வேண்டும் மற்றும் மாநில செவிலியர் பதிவு குழுவில் பதிவு செய்யப்பட்ட செவிலியராகவும் இருத்தல் வேண்டும். INC யால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட செவிலிய பயிற்சி நிறுவனத்திலிருந்து M.Sc., செவிலியர் படிப்பில் குறைந்த பட்சம் 60% மொத்த மதிப்பெண்கள் பெற்றிருக்க வேண்டும் (எவ்வித சிறப்புப் பிரிவென்றாலும்).

தொழில் வாய்ப்புகள் மற்றும் வேலை வாய்ப்புகள்

மேலே குறிப்பிட்ட தரநிலை பட்டப்படிப்பு மற்றும் முதுகலைப் பட்ட படிப்புகள் தவிர, வேறு பல முதுகலை டிப்ளமோ மற்றும் சான்றிதழ் படிப்புகள் உள்ளன. அத்தகைய முதுகலை டிப்ளமோ மற்றும் சான்றிதழ் படிப்புகள் வெவ்வேறு சிறப்புகளை எடுத்துக் கொள்வதற்கு உதவுகின்றன. சிறப்புவாய்ந்ததும் நன்கு அறியப்பட்டதுமான சில செவிலியம் பகுதிகள் இவை, முதுகலைப் பட்டயப்படிப்பு/அடிப்படை செவிலியம் பட்டயப் படிப்புகளின்கீழ் ஓராண்டு பட்டயப்படிப்புகளாக வழங்கப்பெறுகின்றன.

அமெரிக்கா, இங்கிலாந்து, வளைகுடா நாடுகள், ஆஸ்திரேலியா, கனடா மற்றும் நியூசிலாந்து ஆகிய வெளிநாடுகளில் செவிலி பணி புரியும் வேலைவாய்ப்புகள் சிறப்பு வாய்ந்தவை ஆகும். சம்பள விகிதம் மற்றும் பிற வசதிகள் இந்தியாவை விட வெளிநாடுகளில் சிறப்பாக உள்ளது.

பணியளிக்கும் நிறுவனங்கள்

- *அரசு மருத்துவமனைகள்*
- *தனியார் மருத்துவமனைகள்*
- *ஆரம்ப சுகாதார மையங்கள்*
- *சமூக சுகாதார மையங்கள்*
- *அரசு சாரா அமைப்புகள்*
- *மறு வாழ்வு மையங்கள்*
- *பயிற்சிக் கல்லூரிகள் / நிறுவனங்கள்*

Introduction.indd 7 19-02-2019 16:11:07

பன்னிரெண்டாம் வகுப்பில் வணிகம்/ கலைதுறையை தேர்ந்தெடுத்து பள்ளி படிப்பை முடித்த மாணவர்கள் செவிலியத்தில் 2 வருட பட்டயப்படிப்புகளை படிக்க தகுதி வாய்ந்தவர்களாகின்றனர், அவை

1. ANM (துணைச் செவிலி தாதியர்)
2. GNM (பொது செவிலி தாதியர்)

இந்தியாவில் பல நிலையங்கள் (இந்திய செவிலிய குழுமத்தால் அங்கீகரிக்கப்படுகின்றன) கலை/ வணிகத் துறையை சார்ந்த மாணவர்களும் மேலே குறிப்பிட்ட படிப்புகளுக்கு ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகிறார்கள் ANM (2 வருட படிப்பு) மற்றும் GNM (3 ½ வருட படிப்பு) பற்றிய தகவல்களை விரிவாக கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

மேலே குறிப்பிட்டுள்ள 2 செவிலியர் படிப்புகளில் GNM படிப்பே சிறப்பு வாய்ந்ததாகும். GNM துறை படிப்பை முடித்த பிறகு R.N.R.M ஆக பதிவு செய்தல் வேண்டும். பிறகு B.sc செவிலிய படிப்பை தொடரலாம். (Post basic) (2 அல்லது 3 ஆண்டுகள்) செவிலியத்தில் இளங்களைப் பட்டம் பெற்றவர்கள் செவிலியத்துறையில் நல்ல வேலை வாய்ப்பை பெறுகின்றனர்.

செவிலியத்தில் இளங்களை பட்டம் முடித்த பின்பு மேலும் அவர்கள் முற்போக்கு படிப்புகளான செவிலியத்தில் முதுகலைப் பட்ட படிப்புக்கு போகலாம், செவிலியத்தில் முதுகலை பட்டயப்படிப்பு, M.phil, செவிலியத்தில் முனைவர் பட்டமும் பெறலாம்.

12வது கலை/ வணிகம்/ அறிவியல்	ANM பட்டயப் படிப்பு	GNM பட்டயப் படிப்பு	B.sc செவிலியம் (Post basic)	PG முற்போக்கு படிப்புகள்

Introduction.indd 8 19-02-2019 16:11:08

தொழில் வாய்ப்புகள் மற்றும் வேலை வாய்ப்புகள்

தொழிற் கல்வி படிப்புகள்/ மருத்துவ படிப்புகள்

- M.B.B.S (மருத்துவ மற்றும் அறுவை சிகிச்சை இளங்கலை பட்டம்) 5.5 வருடங்கள்
- B.D.S (பல் அறுவை சிகிச்சை இளங்கலை)
- B.H.M.S (ஹோமியோபதி மருத்துவ மற்றும் அறுவை சிகிச்சை இளங்கலை) 5.5 வருடங்கள்
- B.Pharm (மருந்தியல் இளங்கலை)
- B.A.M.S ஆயுர்வேத மருத்துவ மற்றும் அறுவை சிகிச்சையில் இளங்கலை (5.5 வருடங்கள்)
- B.sc Nursing (இளங்கலை செவிலியம்) 4 வருடங்கள்
- B.P.T (உடல் சிகிச்சையாளர்) (4.5 வருடங்கள்)
- B.O.T - தொழில் நுட்பம் சிகிச்சை (3 வருடங்கள்)
- B.U.M.S - யுனானி மருத்துவம் (5.5 வருடங்கள்)
- D.Pharm – மருந்தியல் பட்டயப்படிப்பு
- BMLT - இளங்கலை மருத்துவ ஆய்வக தொழில் நுட்ப வல்லுநர் (3 வருடங்கள்)
- DMLT - (மருத்துவ ஆய்வக வல்லுநர் பட்டயப்படிப்பு) 1 வருடம்
- துணை தாதி செவிலியர் (ANM 2 வருடங்கள்)
- பொது தாதி செவிலியர் (3 ½ வருடங்கள்)
- Post Basic (B.Sc., செவிலியம்) – 2 வருடங்கள் (GNM பிறகு)

இளங்கலை படிப்புகள்

- மனிதவள மேம்பாடு இளங்கலை
- தொழில் நுட்பவியல் இளங்கலை
- உடல் சிகிச்சை இளங்கலை
- நுண்ணுயிரியல் இளங்கலை
- உயிரி மருத்துவ அறிவியல் இளங்கலை
- கால்நடை அறிவியல் மற்றும் கால் நடைவளர்ப்பு இளங்கலை
- இயற்கை மருத்துவம் மற்றும் யோகா அறிவியல் இளங்கலை
- பால்வள தொழில் நுட்பம் இளங்கலை
- மனையியல் இளங்கலை
- மருந்தியல் இளங்கலை

Introduction.indd 9 19-02-2019 16:11:08

www.tnschoolbooks.in

மருத்துவம்சார்ந்த துணை படிப்புகள்

- எலக்ட்ரோ என்செபலோ கிராப் (EEG) தொழில்நுட்பவியலாளர்
- மருத்துவமனை மேலாளர்/நிர்வாகி
- மருத்துவ ஆய்வகத் தொழில்நுட்பவியலாளர்
- அணு மருத்துவத் தொழில்நுட்பவியலாளர்
- கதிர்வீச்சு தொழில்நுட்பம்
- நோயியல் தொழில்நுட்பம்
- சுவாச சிகிச்சையாளர்
- தொழில்நுட்ப சோனோகிராப்பர்
- அறுவை சிகிச்சை அறை உதவியாளர்
- இயற்கை மருத்துவம்
- உடலை தேய்த்தல் சிகிச்சை
- அக்குபிரஷர் (அழுத்தத்தின் வழி சிகிச்சை)
- குத்தூசி சிகிச்சை
- யோகா சிகிச்சை

உயிரி அறிவியல்

- வேளாண்மையாளர்
- தாவரவியலாளர்
- விலங்கியலாளர்
- நுண்ணுயிரியல் வல்லுநர்
- உயிரியியலாளர்
- தோட்டக் கலை நிபுணர்
- சுற்றுச்சூழல் அறிவியல்
- பூந்தோட்ட கலை நிபுணர்

மருத்துவம்சார்ந்த பிற படிப்புகள்

- உடல் சிகிச்சை
- பேச்சு சிகிச்சை
- காது கேட்டல் பற்றிய ஆய்வு
- செயற்கை மூட்டு மருத்துவம்
- மருத்துவ ஆய்வுக்கூடத் தொழில்நுட்பவியல்
- கண்மருத்துவம்சார்ந்த தொழில்நுட்பவியல்
- ஊட்டச்சத்தும் சத்துணவியலும்

Introduction.indd 10 19-02-2019 16:11:08

முதுகலைப் படிப்புகள்

- M.Sc., செவிலியம் – 2 ஆண்டுகள்
- M.Phil., செவிலியம் – 2 ஆண்டுகள் (பகுதிநேரப் படிப்பு)
- Ph.D., முனைவர் பட்டம் செவிலியம் – 3-4 ஆண்டுகள் (முழுநேரப் படிப்பு) 4-6 ஆண்டுகள் (பகுதிநேரப் படிப்பு)

முதுகலைப் பட்டயப் படிப்புகள் / சான்றிதழ் படிப்புகள்

- பிறந்த குழந்தை பராமரிப்பு செவிலியம்
- எலும்பியல் மற்றும் மறுவாழ்வு செவிலியம்
- அறுவை சிகிச்சை அறை செவிலியம்
- தீவிர சிகிச்சை செவிலியம்
- அவசர சிகிச்சை செவிலியம்
- நரம்பியல் செவிலியம்
- செவிலிய நிர்வாகம்
- இருதய-மார்புக்குரிய செவிலியம்
- சிறுநீரக செவிலியம்
- வயது முதிர்ந்தோர்கான செவிலியம்

பதிவு செய்யப்பட்ட செவிலியர்களுக்கு கிடைக்கும் பொதுவான பணிகள்

- தலைமை செவிலியர் அதிகாரி
- உதவி செவிலியர் அதிகாரி
- முக்கியமான பராமரிப்பு செவிலியம்
- குழந்தைகள் அறுவை சிகிச்சை செவிலி
- செவிலிய மேலாளர்/ கண்காணிப்பாளர்
- மறுவாழ்வு நிபுணர்
- பயிற்றுவிப்பாளர்/ஆசிரியர்
- ஊழிய செவிலியர்
- செவிலிய கல்வியாளர்
- தீவிர சிகிச்சை செவிலியர்
- செவிலிய தாதி செவிலியர்
- தொழில் செவிலியர்
- புற்று நோயியல் செவிலியர்
- நோய் தடுப்பு பாதுகாப்பு செவிலியர்

பணியளிக்கும் நிறுவனங்கள்

- அரசு மருத்துவமனைகள்
- தனியார் மருத்துவமனைகள்
- ஆரம்ப சுகாதார மையங்கள்
- சமூக சுகாதார மையங்கள்
- அரசு சாரா அமைப்புகள்
- மறு வாழ்வு மையங்கள்
- பயிற்சிக் கல்லூரிகள் / நிறுவனங்கள்

www.tnschoolbooks.in

Introduction.indd 12 19-02-2019 16:11:08

அலகு 1

செவிலியம் – தோற்றமும் மற்றும் அதன் வளர்ச்சியும்

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- செவிலிய வரலாறு பற்றி அறிதல்.
- செவிலியம் பற்றியும் அதன் நோக்கத்தையும் தெரிந்து கொள்ளுதல்.
- செவிலியர் பற்றியும் செவிலியரின் பண்புகள், செவிலியரின் வேலைகள் மற்றும் செவிலிய அடிப்படை விதிகள் ஆகியவற்றை தெரிந்து கொள்ளுதல்.

1.1 முன்னுரை

செவிலியம் மனித இனம் தோன்றிய காலத்தில் இருந்தே ஆரம்பமாகிறது. செவிலியம் உலகம் தோன்றிய பொழுதில் இருந்தே எளிமையான முறையில் பயிற்றுவிக்கப்பட்டது. ஒவ்வொரு தாயும் தந்தையும் முதன்மையான செவிலியர் ஆவார்கள். இவற்றின் முதன்மையான ஆதாரங்கள் தாய்வழி மற்றும் தந்தை வழி உள்ளுணர்வு ஆகும். செவிலியப்பணி ஒரு பழமையான கலைத்திறன் வாய்ந்ததும், அதே சமயம் நவீன மற்றும் இளமையான தொழிலாகும்.

செவிலியம் என்ற சொல் நியூட்ரிஷியஸ் அல்லது போஷாக்கு என்ற லத்தின் வார்த்தையிலிருந்து பரிணாமிக்கப்பட்டது. நியூட்ரிஷியஸ் என்ற வார்த்தையின் பொருள் ஊட்டமளித்தல், மகிழ்ச்சியளித்தல், பாதுகாப்பளித்தல், ஆதரவளித்தல் மற்றும் தக்கவைத்தல் ஆகும்.

1.2 செவிலியம் வரையறை

சர்வதேச செவிலிய குழுமத்தின் கூற்று

செவிலியம் என்பது தனக்குள் உள்ளடக்கியதும் தன் ஆளுகைக்குட்பட்டதும், கூட்டு முயற்சியோடும், சமூக மற்றும் குழுக்களாக ஒருங்கிணைந்து செயல்படுவதும், நோயாளி அல்லது நலமுடையவர் மற்றும் அதன் அமைப்பு சார்ந்ததாகும்.

ராயல் செவிலிய கல்லூரியின் கூற்று

நோய் கண்டறிவதன் பயன்பாடு என்பது மக்கள் தங்களை மேம்படுத்துதலும், பராமரித்தலும் அல்லது சுகாதாரத்தை மேம்படுத்துதலும் பராமரித்தலும் ஆகும். இதன் நோக்கம் உடல்நலக்

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 1 19-02-2019 15:57:49

குறைகளை சமாளிக்கவும் மற்றும் சிறந்த பாதுகாப்பான சாத்தியமான வாழ்க்கையை அடையவும் வழிவகுக்கிறது – விர்ஜினியா அவனா ஹென்டர்சன்

செவிலியின் தனிப்பட்ட செயல்பாடு என்பது தனிமனிதனுக்கு உதவவும், நோய்க்கு உட்பட்ட அல்லது நலமுடைய மனிதனின் செயலுக்குரிய நடவடிக்கைகள், சுகாதாரம் அல்லது மீண்டும் குணமடையும் நடவடிக்கைகளில் பங்களிக்கிறது.

அமெரிக்க செவிலிய சங்கம்

செவிலியம் என்பது பாதுகாப்பதுடன், சுகாதாரம் மற்றும் நடவடிக்கைகளை மேம்படுத்துகிறது.

1.3 இந்தியாவில் செவிலியர்களின் நோக்கம்

பண்டைய காலத்தில் நன்கு பயிற்சிபெற்ற செவிலியர்களுக்கு சேவை செய்யும் வாய்ப்பு குறைவாகவே இருந்தது. ஏனெனில், செவிலியர்கள் மருத்துவமனையிலும் நோயாளியை கவனிக்கும் மையத்திலும் சார்ந்துள்ளனர். தற்காலத்தில் வேலைவாய்ப்புகளுக்கு பல்வேறுவிதமான வாய்ப்புகள் பல்வேறு காரணங்களுக்காக அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

இந்திய செவிலிய குழுமத்தின்படி பல்வேறு வகையான அமைப்புகளால் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

வேலைவாய்ப்புகள் பின்வருமாறு

1. **தாதி செவிலி (Staff nurse):** தாதி செவிலி நேரடியாக நோயாளி மற்றும் பல நோயாளிகளுக்கு பராமரிப்பு வழங்க முடியும். மேலும் தாதி செவிலி நேரடியாக மருத்துவமனையில் (வார்டு) பிரிவு மேற்பார்வையாளராக இருக்க பொறுப்பு வழங்கப்பட்டுள்ளது.
2. **மருத்துவமனை செவிலி அல்லது செவிலிய மேற்பார்வையாளர்:** மருத்துவமனை பிரிவு (அ) தனிபிரிவின் மேலாண்மை மற்றும் பராமரிப்பு பணியில் செவிலியர் கண்காணிப்பாளராக பொறுப்பேற்கிறார்.
3. **துறைசார் (Departmental) மேற்பார்வையாளர்/ துணை செவிலிய கண்காணிப்பாளர்:** செவிலிய கண்காணிப்பாளர் மற்றும் துணை செவிலிய கண்காணிப்பாளர்க்கு ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட பிரிவு அல்லது மருத்துவமனை பிரிவின் பராமரிப்பு மற்றும் மேலாண்மைக்கும் பொறுப்பாகிறார்.

   எ.கா. 1. அறுவை சிகிச்சை துறை (அரங்க)
   2. வெளி நோயாளிகள் பிரிவு
4. **துணை செவிலிய கண்காணிப்பாளர் (Deputy nursing superintendent):** செவிலிய கண்காணிப்பாளர் மற்றும் மருத்துவமனையின் செவிலிய நிர்வாகத்திற்கு உதவிகள் புரிவதிலும் பொறுப்பாகிறார்.
5. **செவிலிய கண்காணிப்பாளர் (Nursing superintendent):** மருத்துவமனை, செவிலிய சேவை, பாதுகாப்பான மற்றும் திறமையான மேலாண்மை, ஆகியவற்றுடன் மருத்துவ கண்காணிப்பாளராகவும் பொறுப்பாகிறார்.
6. **செவிலிய குழு இயக்குநர் (Director of Nursing):** செவிலிய சேவைகள் மற்றும் மருத்துவமனையில் கல்வி கற்பித்தல் ஆகிய இரண்டிற்கும் பொறுப்பாகிறார்.
7. **சமுதாய உடல்நல செவிலியர் (CHN):** இது முக்கியமாக இனப்பெருக்கம் மற்றும் குழந்தை நலத்திட்டத்திற்கும், நலம் மற்றும் சுகாதார விழிப்புணர்வு ஆகியவற்றிற்கும் கவனம் செலுத்துகின்றனர்.
8. **செவிலியதுறையில் ஆசிரியப்பணி (Teaching in nursing):** செவிலிய ஆசிரியர்களின் பணிகள் மற்றும் பொறுப்புகளைத் திட்டமிடுதல், கற்பித்தல் மற்றும் மாணவர்களின் அனுபவரீதியான கற்றலை மேற்பார்வையிடுதல் ஆகும்.

செவிலிய கற்பித்தலில் பல்வேறு வகையான பதவிகள் உள்ளன. அவைகள் மருத்துவ பயிற்றுவிப்பாளர், ஆசிரியர், மூத்த ஆசிரியர், விரிவுரையாளர், இணை

www.tnschoolbooks.in

பேராசிரியர் & செவிலிய துறையின் பேராசிரியர்ஆவர்.

9. **தொழிலகம் சார்ந்த செவிலியர் (Industrial nurse):** தொழில் சார்ந்த செவிலியர்கள், முதலுதவி, நோய்க்கு பராமரிப்பு வழங்குதல், சுகாதார கல்வி, தொழிலகம் சார்ந்த ஆபத்துக்கள், மற்றும் விபத்துகளைத்தடுத்தல் ஆகியவற்றை பற்றி வழங்குதல் ஆகும்.

10. **இராணுவ செவிலியர் (Military nurse):** இராணுவ செவிலியர்கள் இந்திய இராணுவத்தின் முக்கிய அங்கமாவார். அதாவது, துணைத்தலைவர் பதவியில் இருந்து மேஜர் ஜெனரல் வரை அதன் அதிகாரிகளாக தரம் உயர்த்தப்படுகின்றனர்.

11. **வெளிநாட்டில் செவிலிய சேவைக்கான வாய்ப்புகள் (Abroad):** கவனத்தை கவரக்கூடிய ஊதியமும் முன்னுக்கு வரக்கூடிய தொழில் சார்ந்த வேலைவாய்ப்புகளும், வெளிநாடுகளில் செவிலிய சேவை செய்வதற்கு மிக முக்கிய காரணமாகின்றன.

12. **செவிலிய சேவை மற்றும் நிர்வாக நிலைகள் (Administrative position):** மாநில அளவிலான செவிலிய துணை இயக்குநர்/செவிலிய இணை இயக்குநர் மற்றும் மாநில சுகாதார இயக்குநர் தேசிய அளவில் மிக உயர்ந்த நிர்வாக நிலையில் இருக்கின்றனர்.

இந்தியாவின் செவிலிய ஆலோசகர் பதவியே செவிலியர் நிர்வாகத் துறையில் தேசிய அளவில் உயரிய பதவி ஆகும்.

13. **செவிலிய கல்வி நிர்வாக நிலைகள்:** மாநில அளவில் பதிவாளர் ஆவார்.

1.3.1 செவிலியத்தின் நோக்கம்

நிலை	தகுதி	பங்கு/பணி நோக்கம்
சார்பிலா செவிலியர் பயிற்சியாளர்	செவிலியத்தில் முனைவர் பட்டம்	செவிலிய ஆராய்ச்சியாளர் ■ செவிலிய சிக்கல்களை ஆராய்ந்து பராமரிப்பை அதிகப்படுத்துதல் ■ செவிலிய நோக்கத்தை விரிவுபடுத்துதல்
பல்கலைக் கழகத் துறை முதல்வர் (Dean) செவிலிய இயக்குநர்	செவிலியத்தில் (5 வருடங்கள்) M.Phil செவிலியத்தில் (2 வருடங்கள்) முனைவர் பட்டம் (Ph.D)	செவிலிய நிர்வாகிகள் ■ கல்வித் துறையில் ■ மருத்துவமனை சேவையில்
வாசகர் பேராசிரியர் உதவி பேராசிரியர் விரிவுரையாளர் இணை பேராசிரியர்	M.Sc (N) செவிலியத்தில் (2 வருடங்கள்)	செவிலியம் கற்பிப்பவர் ■ நர்ஸிங் பள்ளிகள் ■ செவிலிய மாணவர்களுக்கு கல்வித் திட்டங்களை வழங்குதல் ■ செவிலியசேவை
பட்டய சான்றிதழ் திட்டங்கள் தீவிர சிகிச்சை செவிலி பயிற்சி இதயம் மற்றும் மார்பு செவிலியம் குடும்பநலம் செவிலியப் பயிற்சி	(Post Basic) B.Sc (2 years) செவிலியத்தில் செவிலி மற்றும் தாதியியல் பட்டயபடிப்பு (3 வருடங்கள்) (DGNM) B.Sc செவிலியத்தில் (4 வருடங்கள்)	மருத்துவ சிறப்பு செவிலி ■ நோயாளி பராமரிப்பு ■ மருத்துவ கற்பிப்பவர் ■ செவிலிய பயிற்சியாளர் ■ செவிலி மற்றும் தாதியர் ■ மயக்கமருந்துத்துறை செவிலியர் ■ செவிலி ஆராய்ச்சியாளர்
துணைச்செவிலி தாதியர் (Auxillary nurse mid wifery) (2 வருடங்கள்)	மேல்நிலைப்பள்ளி மாணவர்கள்	■ வீடு சந்திப்பு

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 3 19-02-2019 15:57:53

www.tnschoolbooks.in

வெளிநாடுகளில் வேலை வாய்ப்பிற்கான தகுதி போட்டித் தேர்வுகள்

(CGFNS, NCLEX) – USA

புரோமெட்ரிக் (Prometric) – வளைகுடா நாடுகள், IELTS

1.3.2 அதிகப்படியான தேவையிலிருக்கும் 15 வகையான செவிலியர்கள்

1. பதிவு செய்யப்பட்ட செவிலி (RON)
2. உரிமம் பெற்ற செவிலியர் (LPN)
3. போக்குவரத்து செவிலி
4. செவிலிய பயிற்சியாளர் (NP)
5. தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவு செவிலி (ICU), பதிவு செய்யப்பட்ட செவிலி
6. மருத்துவ அறுவை சிகிச்சைத்துறை செவிலி
7. அவசர சிகிச்சை அறை செவிலி
8. அறுவை சிகிச்சை அறை செவிலி (OR)
9. இல்ல செவிலி /சமூக நலசெவிலி
    1. நகர்ப்புறம்
    2. கிராமப்புறம்
10. நோயாளி – செவிலி நிர்வாகி
11. மயக்க மருந்துக்கு பின் சிகிச்சை செவிலி (PACU)
12. மருத்துவமனை சிறப்புச் செவிலி
13. தொலைத் தொடர்பு செவிலி
14. நிர்வாக செவிலி
15. தாதியர்
16. இளம் குழந்தை தீவிர சிகிச்சைப் பிரிவு (NICU)
17. டயாலைஸிஸ் செவிலி
18. குழந்தை நல செவிலி
19. மகப்பேறு மற்றும் பிரசவ செவிலி
20. இதயநாள சிகிச்சை செவிலி
21. உள மற்றும் மனநல செவிலி
22. கதிரியக்கம் – செவிலி
23. பள்ளிச் செவிலி
24. புற்று நோய் – செவிலி

1.4 செவிலிய துறையின் பரிணாம வளர்ச்சி

இந்திய வரலாற்றுப்படி இவை மூன்று பிரிவுகளாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன. அவை

1. கிறிஸ்துவின் காலம் – முன்பகுதி
2. மத்திய காலம்
3. நவீன செவிலியப் பணியின் உதயம்

கிறிஸ்துவின் காலம் – முன்பகுதி

செவிலியப்பணி கிருஸ்துவின் முன் பகுதி காலங்களில் நோயாளிகளின் கவனிப்பு முறைகள், சமய நம்பிக்கைகளை சார்ந்திருந்தது.

கிறிஸ்துவ மதம் ஒருவர் எந்த வித எதிர்பார்ப்புமின்றி மனித குலத்திற்கு மனிதநேயத்துடன் சேவை செய்ய வேண்டும் என்று நம்பிக்கை கொண்டிருந்தது. அத்தகைய சேவை கடவுளிடம் நாம் காட்டும் அன்பிற்கு சமமாகும். இந்தக் கொள்கை செவிலியரால் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டதுமின்றி சமூகத்தில் செவிலியர்களின் அந்தஸ்தையும் உயர்த்தியது. கிறிஸ்துவ மதத்திலிருந்து மக்களுக்கு தொண்டாற்றியவர்கள் சிலரைப் பற்றி பார்ப்போம்.

மத்திய காலம்

துறவிகளும், கன்னியாஸ்திரிகளும் நோயாளிகளைக் கவனிக்கவும், ஏழைகளுக்கு ஆதரவு அளிக்கவும் தங்கள் வாழ்க்கையை தியாகம் செய்தனர்.

- செயின்ட் டோமினிக் (1170–1221)
- செயின்ட் பிரான்சிஸ் (1182–1226)

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 4 19-02-2019 15:57:53

ஃபோபி	■	அறிவுக்கூர்மையும் தகுந்த கல்வியறிவும் உடைய முதல் பெண் மத குருமாராவர்.
	■	இவர் நோயாளிகளின் வீடுகளுக்கே சென்று கவனித்துக் கொண்டார்.
	■	இவரை தற்போதைய நவீன பொது சுகாதார செவிலியர்களுக்கு ஈடாக ஒப்பிடலாம்.
ஃபேபியோலா	■	இவர் தனது அரண்மனையை ஒரு மருத்துவமனையாக மாற்றினார்.
	■	இவர் ரோமபிரபுக்களின் குடும்பத்தைச் சார்ந்தவர்.
	■	இவர் தெருக்களில் வாடிவதங்கிய ஏழைகளையும், நோயாளிகளையும் தனது இருப்பிடத்திற்கு கொண்டு வந்து பராமரித்தார்.
பவுலா	■	இவர் ஃபேபியோலாவின் நெருங்கிய சினேகதியாவார்.
	■	இவர் வழிப்போக்கர்கள், யாத்திரிகர்கள் பயணிகள், நோயாளி போன்றவர்கள் தங்குவதற்கு மருத்துவமனையை கட்டினார்.
	■	பெத்லகேமில் ஒரு மடாலயம் ஆரம்பித்தார்.
மார்செல்லா	■	இவர் தகுந்த வசதியும், சுதந்திரமாக செயல்பட வாய்ப்பும் உடையவராதலால், அத்தகைய சீமாட்டிகளை ஒருங்கிணைக்கும் தலைவியாக இயங்கி அவர்களை சமூகப் பணிகளில் ஈடுபடுத்தினார்.

- செயின்ட் எலிசபெத் – ஹங்கேரி (1207–1231)
- செயின்ட் கேத்தரின் சீயன்னா (1347–1380)

12 மற்றும் 13–ஆம் நூற்றாண்டிற்கு பிறகு செவிலியதுறையில் மருத்துவம், மற்றும் அறுவை சிகிச்சை முறையில் மாறுபாடுகள் காணப்பட்டது

1.4.1 நவீன செவிலியப் பணியின் உதயம்

கி.பி. 1700 முதல் 1853 வரையிலான காலத்தில் நோயுற்றோர் கவனிக்கும் முறையில் ஏதும் மாற்றங்கள் ஏற்படவில்லை. ஐரோப்பாவில் இந்த காலகட்டத்தில் செவிலியப்பணி ஆரம்பமாகத் தொடங்கியது.

1836 ஆம் ஆண்டு ஜெர்மனியில் உள்ள கெய்சர்ஸ் வொர்த் என்னுமிடத்தில் தியோடார் பிளைட்னஸ் என்ற பாதிரியாரால் பெண் துறவிகளுக்காக ஒரு பயிற்சி அமைப்பு தொடங்கப்பட்டது. அங்கு பெண் துறவியர்க்கு நோயுற்றோரை கவனிக்கவும். சமூக சேவைகள் புரியவும் பயிற்சி அளிக்கப்பட்டது. அங்கு பயிற்சி முடிந்து பட்டம் பெற்றவர்கள் உலகமெங்கும் தங்கள் பணிகளைத் தொடங்கினர்.

1.4.2 நவீன செவிலியத்தின் அறிமுகம் பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல்

ஃபிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் (1820 1910)

திருமதி பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் அம்மையாரைப் பற்றி அறிந்தவர்கள் அவர் எவ்வாறு ஏழைகளுக்காகவும், பிணியுற்றோருக்காகவும், தியாக மனப்பான்மையுடன் தொண்டு புரிந்தார் என்பதையும், மனித குலத்துக்காக ஆற்றிய பணிகளையும், செவிலியப் பணியின் தரம் உயர பாடுப்பட்டதையும் நன்கு அறிவர்.

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 5 19-02-2019 15:57:55

www.tnschoolbooks.in

ஒரு வசதியான ஆங்கில குடும்பத்தில் பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் 1820 ம் ஆண்டு மே மாதம் 12-ம் நாள் பிறந்தார். அவர் எதிர்காலத்தில் தான் ஒரு செவிலியராக வர வேண்டும் என்ற திண்ணிய எண்ணம் கொண்டிருந்தார். பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் வசதி வாய்ப்பு உள்ள பெண்களின் சலிப்பு மிக்க வாழ்க்கையில் அதிருப்தியுற்றார். அவர் சுறுசுறுப்பான மனமும் வீட்டு நடப்புகளுடன் தன்னைச் சுற்றியுள்ளோரையும், சமூக நடப்புகளையும் கவனிப்பதில் ஆர்வமும் கொண்டு விளங்கினார். பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் தன் அன்னையாருடன் மருத்துவமனைகளுக்கு வருகை புரிந்த போது நோயாளிகளுக்கு அளிக்கப்படும் கவனிப்பானது போதுமானதாக இல்லை என்றுணர்ந்தார். அத்துடன் இங்கிலாந்து மற்றும் ஐரோப்பா நாட்டிலுள்ள பல மருத்துவமனைகளுக்கு சென்று பார்வையிட்டார்.

அவர் செவிலியப் பணியில் ஈடுபடுவோர்க்கு கீழ்கண்ட மூன்று நெறிகளும் தேவை என்றுணர்ந்தார். அவை

- அறிவு
- பயிற்சி மற்றும்
- ஒழுக்க நெறிகள்

பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் கெய்ஸர்ஸ் வொர்த்திலுள்ள பள்ளியில் 1850 ஆம் ஆண்டு பயிற்சியில் சேர்ந்தார். பயிற்சிக்குப் பிறகு 1853 –ல் அவர் இலண்டனில் உள்ள நோயுற்ற சீமாட்டியரை கவனிக்கும் ஒரு அமைப்பில் மேற்பார்வையாளராக சேர்ந்தார்.

1854 –ஆம் ஆண்டில் நடந்த கிரிமியன் போரின் போது அங்கு காயமடைந்த வீரர்களுக்கு சேவை செய்யும் சந்தர்ப்பம் அவருக்குக் கிடைத்தது. பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேலும் அவரது செவிலியர்களும் ஆயிரக்கணக்கான காயமடைந்த மற்றும் இறக்கும் தருவாயிலிருந்த நோயாளிக்கு சேவை செய்தார்கள். அங்குதான் அம்மையார் அவர்கள் “கைவிளக்கேந்திய காரிகையார்” என அழைக்கப்பட்டார்.

தன்னுடைய முயற்சியால் நைட்டிங்கேல் அம்மையார் இராணுவ மருத்துவமனையில் பல முன்னேற்றங்களைக் கொண்டு வந்தார். பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் அம்மையார் 1860 ஆம் ஆண்டு இலண்டனில் உள்ள செயிண்ட் தாமஸ் மருத்துவமனையில் செவிலியர்க்கான முதல் பயிற்சி பள்ளியை துவக்கினார். நைட்டிங்கேல் அம்மையார் செவிலியப்பணி மற்றும் செவிலியக்கல்வி முறை பற்றி தனது எண்ணங்களை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டார். இறுதியாக பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் அம்மையார் செவிலியத் துறைக்கென தனி அங்கீகாரம், செவிலியப் பணி மேல்நிலையுள்ளதாகவும், கருணையுடன் பணிபுரியும் துறை என்று வழிவகுத்தார்.

முதன்முதலில் நைட்டிங்கேல் அம்மையார் செவிலியத்துறையில் ஹோலிஸம் என்ற வார்த்தையை குறிப்பிட்டார்.

“Holism” என்ற வார்த்தையின் அர்த்தம் நோயுற்ற பாகத்தை மட்டும் மனதில் கொள்ளாமல் முழு கவனிப்பு அளிக்க வேண்டும் என்பதாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 6 19-02-2019 15:58:07

www.tnschoolbooks.in

நைட்டிங்கேல் அம்மையார் நவீன செவிலியக் கல்விக்கு அடிகோலியவர் ஆவார். அவர் முழுமையான பொதுசுகாதார பணிக்கு திட்டமிட்டார்.

உடல் நலிவுற்ற போதும் தகுந்த ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளாது செவிலியப்பணி மேம்பாடு அடைய அயராது உழைத்தார்.

1.4.3 பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் உறுதிமொழி

டெட்ராய்டில் (Detroit) உள்ள செவிலியருக்காக பார் (Farr) பயிற்சிப் பள்ளியில் திருமதி லிஸ்ட்ரா. இ கீரிட்டர் என்பவராலும், அவரது குழு உறுப்பினர்களாலும் ஹிப்போகிரேட்ஸின் உறுதிமொழி சிறிது மாறுதலுடன் பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் உறுதி மொழியாக அறிவிக்கப்பட்டது. நவீன செவிலியத் துறைக்கு அடி கோலிய பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் அவர்களின் சேவை பெருமைப்படுத்தும் வகையில் உள்ளது அந்த உறுதிமொழி.

இந்த உறுதி மொழி பயிற்சி முடிந்து பணி ஏற்கும் ஒவ்வொரு செவிலியராலும் எடுத்துக் கொள்ளப்படுகிறது.

உறுதி மொழி

- நான் முழு மனதாக இந்த உறுதிமொழியை கடவுளுக்கு முன்பாகவும் இந்த சபைக்கு முன்பாகவும் கூறுகிறேன். என் பணியை முழு அர்ப்பணிப்புடன் செய்வேன்.
- நான் மனிதகுலத்திற்கு, அன்புடனும், கருணையுடனும் அவர்களது உரிமையையும், உணர்ந்து, நிறம், சாதி, பிரிவு, மதம் மற்றும் தேச வேறுபாட்டைக் கடந்து, அன்புடனும் இரக்கத்துடனும் பணியாற்றுவேன்.
- நான் சுகாதாரப் பணிக்குழுவின் ஒரு நபராக, நவீன அறிவையும், திறமையும் பெற்று, தனி மனிதனுக்கும், குடும்பத்திற்கும், சமுதாயத்திற்கும், எல்லாவிதமான ஸ்தாபனத்திலும் தரமான முழுமையான செவிலியப்பணியாற்றி என் தொழிலின் பெருமையை நிலை நிறுத்துவேன்.
- என்னிடம் ஒப்புவிக்கப்பட்ட நோயாளிகளின் சொந்த விஷயங்களை நம்பிக்கையுடன் பாதுகாப்பேன். மேலும் அவர்களுக்கு என்னால் செய்யப்படும் பணியில் நம்பிக்கையை வளர்ப்பேன்.
- என்னுடைய சொந்த பெருமைக்கோ தொழிலின் பெருமைக்கோ தீங்கு விளைவிக்கும் எந்த செயல்களிலும் ஈடுபட மாட்டேன்.
- என்னுடைய தொழிலுக்கு முழு ஆதரவு கொடுத்து அதன் முன்னேற்றத்திற்கு உழைப்பேன்.

ஒரு குடிமகளாக என் பொறுப்புகளை நிறைவேற்றி, ஆரோக்கியத்தின் மேன்மைக்காக, தேவையான மாற்றங்களை ஊக்குவிப்பேன்.

1.4.4 செவிலியர்களின் சீருடை

நீங்கள் செவிலியரைப் பற்றி நினைக்கும் பொழுது, என்ன உருவத்தோற்றம் உங்கள் மனதில் வரும்? ஒரு பெண் அவள் மிருதுவான வெள்ளை கவுன் அணிந்து கஞ்சிப்பசையிட்ட வெள்ளைத் துணியை தனது தலையில் வைத்திருப்பவள், வெள்ளை நிற பெல்ட் அணிந்து

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 7 19-02-2019 15:58:07

மிகச்சிறந்த தோற்றத்துடன் காணப்படுவதே உலகளாவிய செவிலிய தோற்றம் ஆகும். ஏனெனில், இன்றைய காலகட்டத்தில் செவிலிய சீருடையில் மாற்றம் கொண்டுவரப்பட்டுள்ளது. செவிலியர்கள் சுத்தமான நெகிழ்வான ஆடையை உடுத்துகிறார்கள்.

நைட்டிங்கேல் அம்மையார் செவிலியச் சேவையை அங்கீகாரம் உள்ளதாகவும், உயர்வான இரக்கமுள்ள தொழிலாகவும் வரையறுத்து வடிவமைத்தார். நைட்டிங்கேல் அம்மையார் காலத்தில் செவிலியருக்கு பயிற்சிக்கூடம், சீருடை அமைத்து செவிலியச் சேவையை மிகவும் மரியாதைக்குரிய, தொழிலாக மாற்றினார். செவிலியர்கள் தங்களுக்குள் உள்ள உயர் பதவியை வேறுபடுத்தி காட்ட தொப்பி மற்றும் பட்டையை அணிந்தனர். செவிலியக் கல்வி பயிலும் மாணவர்கள் வெளிர்சிவப்பு (Pink) நீலம் மற்றும் வேறு விதமான வண்ணங்கள் கொண்ட ரிப்பனை அணிந்து கொண்டனர். மூத்த செவிலியர்கள் மற்றும் செவிலிய ஆசிரியர்கள் கருப்பு வண்ண ரிப்பன் அணிந்து தங்களது மூத்த நிலையை வெளிக்காட்டினர்.

1.5 செவிலியம் என்பது ஒரு தொழில் – ஒரு புதிய கண்ணோட்டம்

வரலாற்று ரீதியாக மருத்துவம், சட்டம், பொறியியல், துறைகளை மட்டுமே தொழிற்கல்வி பிரிவாக ஏற்றுக் கொண்டனர்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

செவிலியம் என்பது உடல் நலத்துக்குட்பட்ட தொழிலாகும். தனிமனிதன், குடும்பம் மற்றும் சமூக நலத்தை முன்னிறுத்தி தரமான வாழ்க்கை மற்றும் உகந்த உடல்நலத்தை அடையவும், பேணவும் அல்லது திரும்ப பெறவும் செய்வதாகும்.

1.5.1 செவிலியர் தொழிலுக்கான அடிப்படைத் தகுதிகள்

1945 ஆம் ஆண்டு ஜெனீவீவ் மற்றும் ராய் பிக்ஸ்லர் என்பவர்களே முதன் முதலில் செவிலியர் தொழிலுக்கான தகுதி நிலையினைப் பற்றி எழுதியவராவர். இவற்றின் தகுதி நிலைகள் உள்ளடங்கியவை பின்வருமாறு:-

1. **சேவை என்பது முக்கியமாக மனிதாபிமானம் மற்றும் சமூக நலன் கருதி வழங்கப்படுகிறது:-** செவிலிய சேவை மக்களுக்கு அத்தியவசியமானதும் சமூகத்தின் நன்மைக்காகவும் வழங்கப்படுகிறது.
2. **ஆராய்ச்சியின் மூலம் தொடர்ச்சியான சிறந்த அறிவு வளர்கிறது:-** கடந்த காலத்தில் செவிலியக்கொள்கைகள் உடல், சமூகம், அறிவியல் மற்றும் பிற பிரிவுகளில் இருந்து பெறப்பட்டது. தற்காலத்தில் செவிலியத்தை பற்றிய தனிப்பட்ட அறிவு உள்ளது.
3. **சேவைகள் அறிவுசார் செயலில் உள்ளடக்கியது:-** செவிலிய செயல்முறை ஒரு அறிவுசார் செயல்பாடாகும். இதற்கு திறனாய்வு மற்றும் படைப்புச் சிந்தனை செவிலிய பராமரிப்பிற்கு அடிப்படையாகும்.
4. **பயிற்சியாளர்கள் மேற்படிப்பிற்காக பயிற்றுவிக்கப்படுகின்றனர்:-** அடிப்படை செவிலிய திட்டம், இளங்கலை திட்டம், முதுகலை மற்றும் முனைவர் திட்டம் செவிலியத்தில் உள்ளன.

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 8 19-02-2019 15:58:08

www.tnschoolbooks.in

5. **பயிற்சியாளர்கள் சுயமாகவும் கொள்கை பிடிப்புடனும் நடந்து கொள்ள வேண்டும்:-** செவிலிய செயல்முறை ஒரு தற்சார்பு செயல்முறையாகும், பெரும்பாலும் செவிலியர்கள் மருத்துவமனையில் பணிபுரிவதால் அவர்களின் அதிகாரம் ஒருவரிடமே இருக்கிறது.
6. **பயிற்சியாளர்கள் பிறர்நலம் பேணுவதை பற்றி ஊக்குவிக்க வேண்டும்:-** செவிலியர்கள் அர்ப்பணிப்புடன் சேவை செய்யவேண்டும். இவை (altruism) ஆல்ட்ரூயிஸம் எனப்படும்.
7. **பயிற்சியாளர்கள் குறியீட்டு நெறிமுறைகள் வழிநடத்தி அவர்களை முடிவுகள் எடுக்க வைக்கிறது:-** பன்னாட்டு செவிலிய சபை செவிலியர்கள் குறியீட்டு செவிலிய நெறிமுறைகளை தரமான பயிற்சியின் மூலம் நிறுபிக்கிறார்கள்.
8. **உயர்தரமான பயிற்சியை செய்ய சங்கம்:-** செவிலியம் பல்வேறு வகையான சுகாதார செவிலியத்தை கொண்டுள்ளது. அது செவிலியத் தொழிலுக்கு சிறப்பான சீர்திருத்தத்தை அளிக்கிறது. அவற்றில் முன்னணி வகிப்பது இந்திய தமிழ்நாடு செவிலிய சங்கம் (TNAI) ஆகும்.

1.5.2 செவிலியத்தைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல்

உலக அளவில் செவிலியத்தை செயல்படுத்த செவிலி தன்னை உயர்த்திக்கொள்ள வேண்டும். தன் அறிவை மேம்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும், இந்தியா மற்றும் உலக அளவில் திறன்களை மேம்படுத்தி செயல்பட வேண்டும்.

1. **சமூகத்தில் ஏற்படும் மாற்றம் – ஐந்து காரணிகளால் உருவாக்கப்பட்டது.**
   - அ) அரசாங்கத்தின் தீவிர முயற்சியுடன் மக்களை சந்தித்து அவர்களின் மருத்துவ தேவையை நிறைவு செய்ய வேண்டும்.
   - ஆ) மக்களிடையே கல்வியறிவை படிப்படியாக மேம்படுத்த வேண்டும்.
   - இ) உயர்தரமான அறிவியல் தொழில்நுட்பம்
   - ஈ) பெண்களின் பங்களிப்பை மாற்ற வேண்டும்
   - உ) தொடர் மக்கள் தொகை அதிகரிப்பு
2. **நோயாளியின் ரசிதுக்கான (எழுத்து மூல அறிவிப்பு) உரிமைகள் (Bill to Rights):** செவிலி நோயாளியை கவனித்தலில் கணக்கு மற்றும் சட்ட பொறுப்பு ஆகியவற்றை கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்.
3. **பிற பிரிவுகளில் வளர்ச்சி:** மருத்துவத்துறை தவிர பிற பிரிவுகளிலும் செவிலியத் தொழிலில் செல்வாக்கை பெற்றுள்ளன.
4. **தொழிலுக்கு உள்ளே உள்ள தலைமைத்துவம்:** இந்த தாக்கங்கள் செவிலியத் தொழிலிலும் உள்ளன.
5. **வெளிநாட்டு வாய்ப்புகள் (நோக்கங்கள்):** வெளிநாடுகள் செவிலியர்களின் பற்றாக்குறையாலும் அங்கு அதிக சம்பளம் அளிப்பதாலும் இந்திய செவிலியர்கள் வெளிநாடுகளில் வேலை செய்கிறார்கள்.
6. **செவிலியர்களின் பணி நேரம்:** வசதியான பணி நேரம், சிறந்த தங்கும் இடம் மற்றும் அதிக சம்பளம்
7. **மற்ற நாடுகளின் போக்கு:** வளர்ந்த நாடுகளை போன்று இந்தியாவிலும் மேலைநாட்டு தாக்கங்கள் உள்ளன.

1.5.3 விரிவாக்கப்பட்ட மற்றும் நீட்டிக்கப்பட்ட செவிலியரின் பங்கு

உணரப்பட்ட சில செயல்கள் பின்வருமாறு

வேலை	பங்கு (Role)
செவிலியர் கல்வி (Nurse Education)	தொழிற் பயிற்சிகூடத்தில் வேலை செய்பவர்கள் மாணவர்களுக்கு சுயவேலை மற்றும் வீட்டின் பராமரிப்பை கற்று தருவர்.
சிறப்பு மருத்துவ செவிலி	குறிப்பிட்ட நோயைக்கையாளுதல், சிகிச்சை அளிப்பவராக இருப்பார், கற்றுக்கொடுப்பவர், நிர்வாக பொறுப்புகள் மற்றும் பல.

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 9 19-02-2019 15:58:08

www.tnschoolbooks.in

செவிலிய பயிற்சியாளர்கள்	சமூக அமைப்பு அல்லது வெளிநோயாளிகளுக்கு போதனை (பாதுகாப்பு வழங்குதல்)
அமெரிக்க செவிலிய கல்லூரியில் அங்கிகாரம் பெற்ற மகப்பேறு செவிலி	இவர்கள் பெண்களுக்கு சுகப்பிரசவத்தின் போதும் குழந்தை பராமரிப்பின் போதும் தனிச்சூழலில் கவனம் செலுத்துவர்.
மயக்க மருந்து கொடுக்கும் செவிலி	அறுவை சிகிச்சையின் போது மயக்க மருந்து செலுத்துவர்.
செவிலிய நிர்வாகி	இவர்கள் நடுத்தர மற்றும் உயர்தர நல பராமரிப்பு திட்டங்களை நிர்வாகம் செய்கிறார்கள்
செவிலிய ஆராய்ச்சியாளர்	இவர்கள் முனைவர் பட்டம் பெற்றவர்கள், செவிலிய (துன்பம்) கவனித்தலில் வரும் பிரச்சனையை சரிசெய்வதும் செவிலிய பயிற்சியின் பயன்களை விரிவாக்கம் செய்வதுமாகும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நமது மாநில அரசாங்கத்தில் செவிலியர் சேவை பிரிவு II கீழ் உள்ளதாக கருதப்படுகிறது. தமிழ்நாடு செவிலியர் மருத்துவ சேவை "தமிழ்நாடு செவிலிய சேவை (TNNS) என்றுள்ளது".

1.6 செவிலியின் பண்புகள் – குணங்கள்

அன்பு	அன்பு, இரக்கம், மென்மை, பொறுமை மற்றும் புரிந்து கொள்ளும் தன்மை உடையவராக இருக்க வேண்டும்.
விருப்பமும், தியாக மனப்பான்மையும்	இந்த இரு குணங்களும் ஒன்றுக்கு ஒன்று ஈடு செய்பவை. செவிலியர் தனது நேரம், சுகம் மற்ற பயன்களை இழக்க நேரிடலாம்.
நம்பகத்தன்மை	நம்பிக்கைக்கு தகுதி– வாய்ந்தவளாக இருக்க வேண்டும். சுறுசுறுப்புடன் சூழ்நிலையை கையாள வேண்டும்.
துணிவு	எந்த ஒரு காரியங்களையும் எதிர் கொள்ளும் தைரியம் உடையவராக இருக்க வேண்டும்.
விசுவாசம்	நோயாளிகளுடன் உண்மையாகவும் நேர்மையாகவும் நடந்து கொள்ள வேண்டும்
விழிப்புடன் இருத்தல்	நோயாளின் எதிர்பார்ப்பை செவிலி புரிந்து கொண்டு செயல்பட வேண்டும்.
கற்று கொள்வதில் ஆர்வம்	மருத்துவ உலகின் புதிய நவீன தன்மையைப் பற்றி தெரிந்து கொள்வதுடன் தங்கள் அறிவையும் திறமையையும் பெருக்கி கொள்ள வேண்டும்.
ஒத்துழைப்பு மற்றும் மரியாதை	செவிலியர்கள் எப்போதும் நோயாளிகள் மருத்துவர்கள் மற்றும் மற்ற சேவை குழுவுடன் இணைந்து இயங்குவதுடன் தேவைப்படும் போது அவர்களுக்கு உதவி புரிய வேண்டும்.
சுத்தம்	■ செவிலியர்கள் சுத்தமாகவும் நேர்த்தியாகவும் இருக்க வேண்டும். ■ தரமான சுகாதார தூய்மை அளிக்க வேண்டும்.
முனைப்புடன் இருத்தல்	சுயமரியாதை, சபை அறிதல், மற்றவர்களுக்கு மரியாதை அளித்தல் மற்றும் தெளிவான உரையாடல் (தொடர்பு) கொள்ள வேண்டும். இவற்றை செவிலியர் கண்டிப்பாக தன்முனைப்புடன் பெற வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 10 19-02-2019 15:58:09

1.6.1 செவிலியப் பணிகள் நேரிடையான

செவிலியப் பணிகள்

பராமரிப்பவர்	–	செவிலி நோயாளிக்கு நேரிடையான பராமரிப்பை அளிக்கிறார்
ஆலோசகர்	–	நோயாளி தானாகவே முடிவெடுக்க உதவி செய்பவர்
ஆசிரியர்	–	முறையான அல்லது முறைசாராமல் ஒழுங்கு செய்யப்பட்ட அல்லது நேரம் சார்ந்து போதித்தல்
பரிந்து பேசுபவர்	–	நோயாளிக்காக பரிந்து பேசுபவர்
ஆதாரநபர் (Resource person)	–	திறமையான செயல்களையும் செய்திகளையும் அளிப்பவர்

1.6.2 தொழில் சார்ந்த அமைப்பு அல்லது குழு

தொழில் சார்ந்த அமைப்பு என்பது ஐக்கிய நாடுகளின் கூட்டு முயற்சியின் மூலம் செவிலிய கல்வி மற்றும் பயிற்சியை முன்னேற்றுவதாகும். இவ்வமைப்பு நமது திறமையை வளர்க்கவும் நவீன மருத்துவத்தை தெரிந்து கொள்ளவும் முன்னேற்றவும் தனது கருத்துக்களை முன்வைக்கிறது.

அ) உலக சுகாதார நிறுவனம் (WHO)

உலக சுகாதார நிறுவனம் ஐக்கிய நாடுகளில் தனித்திறனுள்ள நிறுவனம் ஆகும். இது 1948 –ம் ஆண்டு உருவாக்கப்பட்டு அனைத்து மக்களுக்கும் உயர்தர மருத்துவத்தை அளிக்கிறது. உலக சுகாதார நிறுவனம் செவிலியக் கல்விமுறையையும் பல்வேறு வகையான மருத்துவ செயல்முறைகளையும் வழிநடத்துகிறது.

ஆ) சர்வதேச செவிலிய குழுமம் (ICN)

1899 – ஆம் ஆண்டு திருமதி. பெட்போர்டு பென்விக் என்பரால் இந்த ICN நிறுவப்பட்டது.

நோக்கம்

1. இக்குழு ஒரேமாதிரியான செவிலியக் கல்வியும் இந்திய அளவில் பரஸ்பரம் ஒரே மாதிரியான பதிவு செய்யவும் உதவுகிறது.
2. இவ்வமைப்பு அனைத்து மாநிலங்களிலும் உள்ள செவிலிய பாடத்திட்டத்தை அமைக்கும் அதிகாரம் பெற்றுள்ளது.
3. செவிலியக் கல்வி திட்டத்தை நடை–முறைபடுத்த அல்லது அத்திட்டத்தை நிராகரிக்க அதிகாரம் கொண்டுள்ளது.
4. வெளிநாட்டு வழி செவிலியக் கல்வி முறையை அடையவும் பதிவு செய்கிறது.
5. இந்திய செவிலிய பதிவுகளையும் பராமரிக்கிறது.
6. இவ்வமைப்பு மாநில அளவிலான செவிலிய பதிவிற்கு அங்கீகாரம் அளிக்கிறது. தரமான தேர்வுமுறைகளையும், சான்றிதழ்களையும் வழங்குகிறது.

இ) இந்திய செவிலிய குழுமம் (அமைப்பு) INC

1947 ஆம் ஆண்டு இந்திய செவிலியர் குழுமம் விதிகளின் படி இந்திய செவிலிய குழுமத்தால் அங்கீகரிக்கப்பட்டது. 1949-ல் நிறுவப்பட்ட இவ்வமைப்பு ஒரே சீரான தரம் வாய்ந்த செவிலியக் கல்வியும், இந்தியா முழுவதும் செவிலியக்கல்வியை பதிவு செய்யவும் உதவுகிறது.

நோக்கம்

1. தேசிய அளவிலான செவிலிய சங்கத்தை மேம்படுத்துகிறது.
2. செவிலிய கல்வி மற்றும் பயிற்சியின் தரத்தை உயர்த்த தேசிய செவிலிய சங்கம் உதவி புரிகிறது.

3. தேசிய அளவில் செவிலியர்களின் தரத்தை உயர்த்த பன்நாட்டு செவிலிய குழுமம் உதவி புரிகிறது.
4. சர்வதேச அளவில் செவிலியர்களுக்காக குரல் கொடுக்கும் அதிகாரத்தை பெற்றுள்ளது.

ஈ) தமிழ்நாடு செவிலியம் மற்றும் மகப்பேறு சங்கம்

செவிலியர் துறையில் உள்ள அனைத்து தொழிற்சார்ந்த செவிலியர்களும் இந்தியாவிலோ, அல்லது வெளிநாடுகளிலோ உள்ளவர்கள் கட்டாயமாக சர்வதேச செவிலியர் குழுமத்தில் பதிவு செய்ய வேண்டும்.

THE TAMIL NADU NURSES AND MIDWIVES COUNCIL

RHODIUM JUBILEE
1926 - 2013

தமிழ்நாடு செவிலியர் மற்றும் தாதியர் குழுமம்

நோக்கம்

1. செவிலியம் / மகப்பேறு செவிலியம் இவற்றை பதிவு செய்கிறது.
2. சட்டரீதியான பாதுகாப்பை செவிலியர்களுக்கு வழங்குகிறது.
3. தகுதியில்லாத செவிலிய செயல்முறை மற்றும் மோசமான செவிலிய செயல்முறை இவற்றில் இருந்து பொதுமக்களை பாதுகாக்கிறது.
4. அங்கீகாரம் பெற்ற செவிலியர் பள்ளி செவிலிய கல்லூரி ஆகியவற்றை ஆய்வு செய்கிறது.
5. செவிலியருக்கான ஒழுக்க நெறிகள் மற்றும் ஒழுங்கு நடவடிக்கைகளை எடுக்கிறது.
6. செவிலிய தரத்தை உயர்த்த பல ஒருங்கிணைந்த முயற்சிகளை எடுக்கின்றது.
7. பொதுநலத்தை மேம்படுத்த உதவுகிறது.

1.6.3 சமூக சுகாதார தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்கள்

அ) சர்வதேச செஞ்சிலுவை சங்கம்

சர்வதேச செஞ்சிலுவை சங்கம் 1919 –ஆம் ஆண்டு முதல் உலக போருக்குப் பின் நிறுவப்பட்டது.

நோக்கம்

நான்கு வருடங்களுக்கு ஒருமுறை செயற்குழு கூட்டம் நடைபெறுகிறது. இது அனைத்து நிறுவனங்களின் வேலைகளை ஒன்றிணைத்து அரசு ஆதரவுடன் பணிபுரிகிறது.

ஆ) இந்திய செஞ்சிலுவை சங்கம்

இந்திய செஞ்சிலுவை சங்கம் 1920 –ஆம் ஆண்டு மற்றவர்களுக்கு உதவி புரிய வேண்டும் என்ற நடுநிலையான எண்ணத்துடன் நிறுவப்பட்டது. உலகப்போரின் போதும் பேரிடர் ஏற்படும் வேலையில் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு தேவைக்கேற்ப நிவாரணம் அளிக்கிறது.

நோக்கம்

1. சமூகநல நிறுவனத்திற்கு நிதியுதவி வழங்குகிறது.
2. இந்திய அளவில் இரத்த வங்கிகளை இயக்குகிறது.
3. முதல் உதவியை கற்பிக்கிறது.

இ) இளைஞர் செஞ்சிலுவை சமுதாயம்

1914 –ஆம் ஆண்டு கனடாவில், கியூபெக் என்னுமிடத்தில் இளைஞர் செஞ்சிலுவை சங்கம் ஆரம்பிக்கப்பட்டு இளைஞர்கள் ஈடுபடுத்தப்பட்டனர். பள்ளிக் குழந்தைகள்

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 12 19-02-2019 15:58:10

முதலில் பங்கேற்கும் போது கட்டு கட்டுதல், மருந்து கட்டு போடுதல் மற்றும் போர்வீரர்களுக்கான வசதிகளை போன்ற மனிதாபிமான வேலைகளை செஞ்சிலுவை அமைப்பு கற்றுக் கொடுக்கின்றது.

நோக்கம்

மனிதாபிமான அடிப்படையில் இளைஞர்களை செயல்படுத்த வழிகாட்டுகிறது.

ஈ) ஐக்கிய நாடுகளில் சர்வதேச குழந்தைகள் கல்வி நிதி (UNICEF)

UNICEF என்பது ஐக்கிய நாடுகளின் நிறுவனம் ஆகும். இது 1946 –ஆம் ஆண்டு தாய் மற்றும் குழந்தைகளுக்கு உதவி புரியும் நோக்கத்துடன் நிறுவப்பட்டது.

நோக்கம்

இந்தியாவில் உள்ள UNICEF நிறுவனம் செவிலிய கல்வி செய்முறைக்கு தேவையான கற்றல் உபகரணங்கள், புத்தகம், காணொலிக் கருவிகள் முதலிய பொருட்களை பள்ளி மற்றும் செவிலிய கல்லூரிகளுக்கு வழங்குகிறது. இப்பயிற்சி தாய்மார்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் முக்கியமாக உதவுகிறது.

1.6.4 தொழிற் சங்கங்கள்

அ) இந்திய பயிற்சி பெற்ற செவிலிய சங்கம் (TNAI)

TNAI இந்தியாவின் மிகப்பெரிய தேசிய செவிலிய தொழில் சங்கம் ஆகும். இது 1922 –ஆம் ஆண்டு நிறுவப்பட்டது.

நோக்கம்

1. செவிலியத்தின் மரியாதையையும், கண்ணியத்தையும் நிலை நிறுத்துகிறது.
2. அனைத்து செவிலியர்களிடத்து ஒற்றுமை உணர்வை மேம்படுத்துகிறது.
3. செவிலியர்கள் தங்கள் தொழில் சம்பந்தப்பட்ட விவாதங்களை செயல்படுத்த உதவுகிறது.

ஆ) இந்திய மாணவ செவிலியச் சங்கம் (SNA)

SNA 1929 – ஆம் ஆண்டு TNAI ன் அதிகாரத்தின் கீழ் உருவாக்கப்பட்டது.

நோக்கம்

1. செவிலிய மாணவர்கள் செவிலிய தொழிலின் அமைப்புகள் எவ்வாறு கண்ணியமாக, ஏற்றதாக செயல்படுகின்றன என்பதை தெரிந்து கொள்ள உதவுகிறது.
2. செவிலிய பயிற்சி கல்வி மாணவர்களுக்கு செவிலியத் தொழிலின் முக்கியத்துவத்தை தருகிறது.

இ) இந்திய கிறிஸ்துவ மருத்துவ சங்கம்

செவிலிய உலக நாடுகளின் சங்கம் 1930 –ஆம் ஆண்டு இந்திய கிறிஸ்துவ மருத்துவ சங்கத்தை நிறுவியது.

நோக்கம்

1. கிறிஸ்துவ செவிலியர்களை ஊக்குவித்து இணையாக செயல்பட வைக்கிறது.
2. திறமையான செவிலியக்கல்வி மற்றும் சேவையை வழங்குகிறது.
3. பள்ளிச்செவிலிய அமைப்பில் பாதுகாக்கப்படுகிறது.
4. கிறிஸ்துவ செவிலியர்களின் பணியில் உள்ள பிரச்சனைகளை கருத்தில் கொண்டு செயல்படுகிறது.

வேலையாகக் கருதப்பட்ட செவிலியம் தற்பொழுது ஒரு தொழில் நிலைக்கு உயர்த்தப்பட்டுள்ளது.

1.7 முழுமையான செவிலியம்

முன்னுரை

முழுமையான செவிலியம் என்பது மனிதனின் மனம், உடல் மற்றும் ஆன்மா இவற்றை சுற்றுச்சூழலுடன் இணைக்கிறது.

1.7.1 முழுமையான செவிலியம் – வரையறை

ஹோலிசம் என்ற வார்த்தை கிரேக்க மொழியான ஹோலோஸ் holos "அனைத்தும், சகலமும், முழுமையாக" என்ற வார்த்தையில் இருந்து பெறப்பட்டது. (உடல், உயிரியல், இரசாயணம், சமூகம், பொருளாதாரம், மனநலம், மொழி மற்றும் பல) மற்றும் அவற்றின் பண்புகள் நோயுள்ள பாகத்தை மட்டும் கவனத்தில் கொள்ளாமல் முழுமையான கவனிப்பு அளிப்பதாகும்.

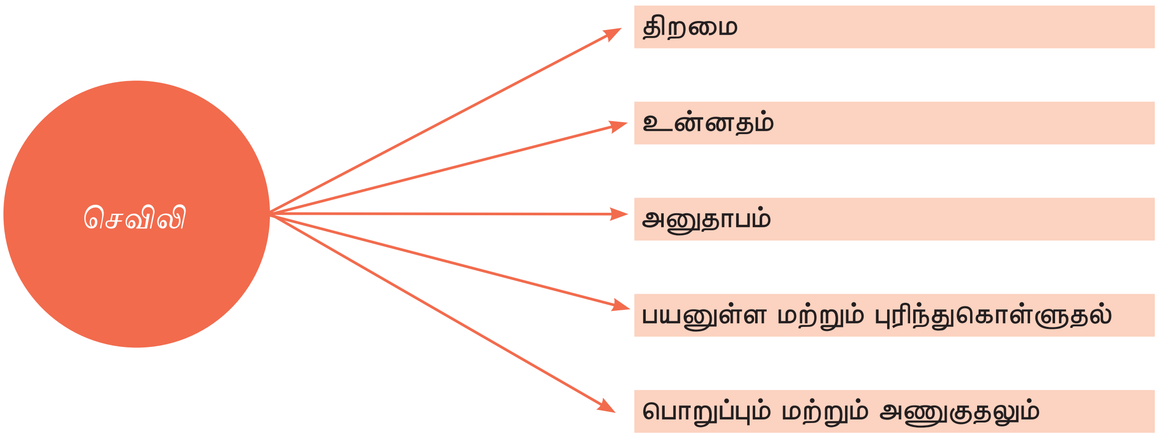
ஹோலிசம் என்ற வார்த்தை ஜெ.சி. ஸ்மட்ஸ் (JC Smuts) என்பவரால் உருவாக்கப்பட்டது.

முழுமையான செவிலியம் என்றால் என்ன?

முழுமையான செவிலியம் என்பது செவிலியத்தை பற்றிய அறிவுடன் அதனை கையாண்டு தரமான சிகிச்சை அளித்து முழுமையாக பராமரிப்பதே Holistic முழுமையான செவிலியம் எனப்படும். ஹோலிஸ்டிக் செவிலியர் முழுவதையும் பேணுபவர், இரக்கத்துடனும் மற்றும் மதிப்புடனும் ஒவ்வொரு மனிதனின் உடல்நலம், மனநலம் உணர்ச்சிகள், ஆன்மீக நிலையை சுற்றுச்சூழலுடன் இணைத்து அவர்களை வலிமைப்படுத்தி ஒவ்வொரு மனிதர்களின் மதிப்பையும், உணர்ந்து சிகிச்சை அளிப்பதால் அவர்கள் கௌரவிக்கப்படுகிறார்கள்.

முழு மனிதனின் உடல்நிலையையும் பரிசோதனை செய்தல், நோய் கண்டறிதல், திட்டமிடுதல், செய்யவேண்டிய மதிப்பீடு ஆகியவற்றை அறிந்து கொண்டு செயல்படுகிறார்கள்.

www.tnschoolbooks.in



பாடச்சுருக்கம்

இந்தப் பாடத்தில் செவிலியத்தின் தோற்றம் மற்றும் அதன் வரலாறு ஆகியவற்றை நாகரிகம் தோன்றிய காலத்திலிருந்து அறிந்தோம். வாழ்வைப் பாதுகாக்க பராமரிப்பு அவசியமாகிறது என்பதை ஆதாரங்கள் விளக்குகின்றன. மனித இனம் செவிலியப்பராமரிப்பை பொறுத்தே இவ்வுலகில் வாழ்கிறது. எந்தவித பலனையும் எதிர்பாராமல் ஒருவருக்கொருவர் சேவை செய்ய வேண்டும் என கிறித்துவத்தில் நம்பப்படுகிறது. ஒரு செவிலியின் தரத்தை உயர்த்துவதற்கு இந்தக் கொள்கை செவிலியத்தில் பின்பற்றப்படுகிறது. ஃபோபி, பேபியோலா, பவுலா மற்றம் மார்செல்லா போன்றோர் நோயாளிகளைப் பராமரிப்பதற்காக தங்களையே தியாகம் செய்துள்ளனர். பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் தினமும் இரவு தங்கள் கையில் விளக்கை ஏந்தியவாறு காயம்பட்ட வீரர்களுக்கு உதவினார். ஆதலால் அவர் "விளக்கேந்திய மங்கை" என அழைக்கப்பட்டார். ஒரு செவிலி அன்பு, இரக்கம், பொறுமை, சேவை செய்தல் மற்றும் நேர்மை உடையவராக இருத்தல் வேண்டும். அவள் நம்பிக்கைக்குரியவளாகவும், போதிப்பவளாகவும், துணிவு மற்றும் ஒற்றுமையுடையவளாகவும் இருத்தல் வேண்டும். செவிலிய சங்கங்களும் நிறுவனங்களும் இணைந்து செவிலியின் தரம், கல்வி மற்றும் பயிற்சியை மேம்படுத்த முயற்சிகள் மேற்கொண்டுள்ளன.

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 15 19-02-2019 15:58:12

www.tnschoolbooks.in

வினாக்கள்

I சரியான விடையை தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. நவீன செவிலியத்தை நிறுவியவர் யார்?
   அ) பியோபி
   ஆ) பேபியோலா
   இ) ஃபிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல்
   ஈ) பவுலா
2. தாய் சேய் நலத்திற்கான தொடங்கப்பட்ட சங்கம்
   அ) ICN ஆ) INC
   இ) UNICEF ஈ) WHO
3. சர்வதேச செவிலிய சங்கம் தொடங்கப்பட்ட ஆண்டு
   அ) 1899 ஆ) 1949
   இ) 1920 ஈ) 1946
4. பேரிடரின் பொது பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கும், தேவைப் படுவோருக்கும் உதவி செய்யும் சங்கம் எது?
   அ) செஞ்சிலுவை சங்கம் ஆ) WHO
   இ) TNAI ஈ) SNA
5. ஹோலிசம் என்ற வார்த்தையை உருவாக்கியவர்
   அ) பெட்ஃபோர்ட் பிரேண்விக்
   ஆ) J.C. ஸ்மட்ஸ்
   இ) நாய்பிண்டர்
   ஈ) மார்செல்லர்

II கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

1. செவிலியம் – வரையறு.
2. செவிலியத்திற்கான பல்வேறு வரை–யறைகளை எழுதுக.
3. கீழ்கண்டவற்றிற்கு விரிவாக்கம் தருக.
   அ) TNAI ஆ) INC
   இ) ICN ஈ) WHO
   உ) IRCS ஊ) INRCS
   எ) UNICEF ஏ) YRCS
   ஐ) SNA ஒ) CMAI
4. ஹோலிசம் வரையறு.
5. கிறிஸ்துவுக்கு முந்தைய காலத்தில் அன்பான சேவையை மக்களுக்கு அளித்த பெண்களின் பெயரை எழுதுக.
6. மத்திய காலத்தில் ஏழை மற்றும் நோயுற்றோருக்கு தங்கள் வாழ்க்கையை அர்ப்பணித்த துறவிகள் மற்றும் கன்னியாஸ்திரிகளின் பெயரை எழுதுக.
7. ஜெர்மனியில் உள்ள கெய்ஸர் வொர்த் டெகானெஸ் பல்கலைக் கழகத்தின் வேலையாது? அது எப்பொழுது தொடங்கப்பட்டது?
8. பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல் ஏன் ‘விளக்கேந்திய மங்கை’ என அழைக்கப்பட்டார்?
9. மகிழ்ச்சியான வாழ்வின் சூத்திரம் யாது?

III குறுகிய விடையளி

10. பிளாரன்ஸ் நைட்டிங்கேல்.
11. நோக்கம் – ICN, INC
12. நோக்கம் TN செவிலி மற்றும் தாதியல் சங்கம்.
13. WHO வின் நோக்கம்.
14. சர்வதேச மற்றும் இந்திய செஞ்சிலுவைச் சங்கத்தின் நோக்கம்.

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 16 19-02-2019 15:58:12

www.tnschoolbooks.in

15. இளைஞர் செஞ்சிலுவைச் சங்கம் – நோக்கம்.
16. UNICEF ன் நோக்கம்.
17. TNAI ன் நோக்கம்.
18. S.N.A ன் நோக்கம்.
19. இந்திய கிறிஸ்துவ மருத்துவ சங்கத்தின் நோக்கம் .
20. ஹோலிஸ்டிக் செவிலி என்றால் என்ன?
21. சமுதாயத்தில் செவிலியத்தை அறிந்து கொள்ளுதலை மாற்றும் காரணிகள் யாவை?

IV விரிவான விடையளி

22. இந்தியாவில் செவிலியர்களின் நோக்கம்.
23. செவிலியக் கல்வியின் தரத்தை உயர்த்திய நிறுவனங்கள் யாவை?
24. செவிலியத் துறையின் பரிணாம வளர்ச்சியை எழுதுக.
25. 19 மற்றும் 20 ம் நூற்றாண்டுகளில் செவிலியத்தின் பல்வேறு நிலைகளை எழுதுக.
26. செவிலியம் ஒரு தொழில் ஒரு புதிய கண்ணோட்டம்.
27. செவிலியின் பண்புகள் யாவை?
28. செவிலியத்தை அறிந்து கொள்ளுதலை பற்றி எழுதுக.
29. விரிவாக்கப்பட்ட மற்றும் நீட்டிக்கப்பட்ட செவிலியரின் பங்குகள் என்ன?

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. நெறிமுறைகள் (Ethics) – தார்மீக கோட்பாடுகள்
2. நலிந்த தளர்ந்த நிலை (Infirmity) – உடல் அல்லது மன பலவீனம்
3. தொழில் (Profession) – தொழில் என்பது நீண்டகால பயிற்சி மற்றும் ஒரு முறையான தகுதி ஆகியவை அடங்கும்.

மேற்கோள் நூல்கள்

- Professional Adjustments and Ethics for Nurses in India.–Mrs.Ann.J.Zwemer.
- A New Textbook for Nurses in India.
  Vol 1 & 2
  CMAI: South India Branch.

இணையத்தில் தேட

- https://lpntornbridge.org/nursing-history
- https://en.wikipedia.org/wiki/History_of_nursing
- https://www.britannica.com/topic/nursing
- https://www.jblearning.com/samples/0763752258/52258_ch01_roux.pdf
- https://www.news-medical.net/health/History-of-Nursing.aspx

Nursing General_Tamil Ch-1.indd 17 19-02-2019 15:58:12

அலகு 2

இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்கள்

DZ03K

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- இப்பாடத்தின் முடிவில் மாணவர்கள் போதுமான அளவு இந்தியாவின் சுகாதார நல திட்டங்களைப் பற்றி அறிந்து கொள்வர்
- சமுதாயத்தில் பெறக்கூடிய நலத்திட்டங்களின் நிலைகள் பற்றி புரிந்து கொள்ளுதல்.
- தேவைப்படுவதற்கேற்றவாறு பராமரிப்பை செயல்படுத்துதல்
- உடல்நலம், நலமின்மை மற்றும் தொடர்ச்சியின் தேவையான கருத்துக்களை மதிப்பிடுதல்
- நோயின் இயற்கைத் தன்மையை ஆய்வு செய்தல்
- உடல் நலத்தை பாதிக்கும் காரணிகளைக் கண்டறிதல்
- நோயாளியின் தேவைகளுக்கேற்ப செவிலியின் மற்ற செயல்முறை படிகளை இணைத்துக் கொள்ளல்

2.1 முன்னுரை

உடல்நலம் என்பது தனிமனிதன் மற்றும் பொது மக்களின் அடிப்படை உரிமையாகும். அதனால் மாநில அரசாங்கமே அங்குள்ள மக்களின் உடல்நலத்துக்கு பொறுப்பாவார்கள் என்பதைக் குறிக்கின்றது. ஒரு நாட்டின் சமூக, பொருளாதார, அரசியல் மற்றும் சூழ்நிலைக் காரணிகள் சுகாதார நலத்திட்டங்களின் மீது தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன என்பதை நாம் அறிவோம் ஏனெனில் அவை குறிப்பிட்ட நாட்டின் வளர்ச்சி மற்றும் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன. உலகிலுள்ள அனைத்து நாட்டின் அரசாங்கமும் அதன் சுகாதார நலத் திட்டங்களை மேம்படுத்தவும் மற்றும் விரிவுபடுத்தவும் முயற்சிக்கிறார்கள். இந்தக் கொள்கையை உலகிலுள்ள அனைத்து நாடுகளும் அறிந்திருக்கின்றன. தற்சமய பின்னடைவு என்னவென்றால் அவை நகரத்தை சார்ந்திருப்பதால் இயற்கையில் நலமடைதல் குறைந்த அளவு மக்களுக்கே கிடைக்கக் கூடியதாகிறது.

இந்தியா போன்ற நாடுகளில் உடல்நல பராமரிப்பு முழுவதும் அரசாங்கத்தின் விருப்பத்துக்குட்பட்டதாகும். சுதந்திரமடைந்ததிலிருந்து இந்தியா துணை நிலையங்கள், பொது சுகாதார நிலையங்கள், சமூக சுகாதார நிலையங்கள் ஆகியவற்றின் உட்கட்டமைப்பை அதிகப்படுத்தியுள்ளது. இந்த கட்டமைப்பினால் 20% மக்கள் மட்டுமே பலனடைந்ததாகவும் மீதம் 80% மக்களின் தேவைகள் தனியார் சுகாதார நிறுவனங்களின் திட்டங்களாலேயே வழங்கப்படுகின்றன.

நலத்திட்டம் என்பது சில சமயங்களில் மக்களின் கூட்டமைப்பு, நலப்பராமரிப்பு திட்ட நிறுவனங்கள் ஆகியவை மூலமாக மக்களின் தேவைக்கேற்ப சேவை அளிக்கப்படுகிறது.

கடந்த காலங்களில் தனிமனிதன் மற்றும் சமூகமும் நல்ல உடல்நலம் அல்லது ஆரோக்கியத்தை நோயுக்கு எதிரான அல்லது நோயில்லாமையாக கருதியது. உடல்நலம் என்பது எல்லா மனிதராலும் அதிகமாக விரும்பப்படும் ஒரு நிலையாகும். நலம் என்பது தனிமனித கருத்து; மக்கள் அநேக நேரங்களில் பல அர்த்தங்களையும் பல்வேறு வகையிலும் காண்கின்றனர். ஆரோக்கியம் என்பது சாதாரண நிலையில் மனிதன் தன் வேலையை செய்வதாகும். வளர்ந்த மற்றும் வளர்கின்ற நாடுகளின் நோக்கம் நாட்டின் மொத்த மக்களையும் சுகாதார நலத்திட்டங்கள் சென்றடைவது மட்டுமல்ல, முதல்நிலை சுகாதார திட்டங்கள் மூலம் எதிர்பார்க்கப்படும் அளவு ஆரோக்கியத்தை அளிப்பதாகும்.

வளரும் மற்றும் வளர்ந்த நாடுகளில் உள்ள மக்களுக்கு வழங்கப்படும் நலப்பராமரிப்பின் சீரற்ற நிலையை WHO கண்டறிந்துள்ளது. இந்த நிலையை மாற்றவும் பாகுபாட்டை தடுக்கவும் தேவையான நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்பட்டுள்ளன. மொத்த மக்கள் தொகைக்கு போதுமான நலப்பராமரிப்பு திட்டங்களை அளிப்பதும் அதனை உபயோகிப்பதை உறுதிப்படுத்துவதுமே அநேக நாடுகளின் சவால் ஆகும்.

2.2 இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்கள்

நமது இந்தியாவில் 29 மாநிலங்களும் 7 யூனியன் பிரதேசங்களும் உள்ளன. மக்களுக்கு நலப்பராமரிப்பு அளிப்பதில் பெரும்பாலான மாநிலங்கள் தனித்தன்மை வகிக்கின்றன. மத்திய அரசின் உந்துதலினால் ஒவ்வொரு மாநிலமும் மேம்பட்ட நலப்பராமரிப்பு மேம்பாட்டுத் திட்டங்களை பெற்றுள்ளது.

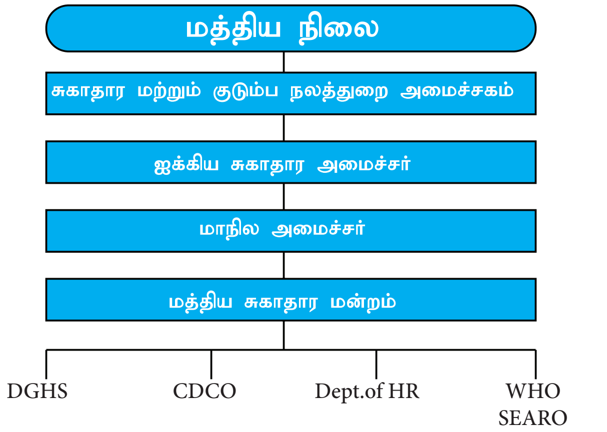
மாநில நல நிர்வாகங்களுக்கு கொள்கை வகுத்தல், திட்டமிடல், வழிகாட்டல், ஒத்துழைத்தல் மதிப்பீடு செய்தல் ஆகியவை மத்திய அரசின் கடமைகளாகும்.

இந்தியாவின் மூன்று முக்கிய நலத்திட்டத் தொடர்புகள்

1. மத்திய நலத்திட்டம்
2. மாநில நலத்திட்டம்
3. உள்ளூர் மற்றும் புறஞ்சார்ந்த பகுதி

2.2.1 மத்திய நல திட்டம்

தேசிய அளவிலான நலதிட்டங்களுக்கான அலுவலகங்கள் கீழ்க்கண்டவற்றைக் கொண்டுள்ளன



DGHS	பொது சுகாதார சேவைகள் இயக்ககம்
CDCO	மத்திய மருந்து கட்டுப்பாட்டு நிறுவனம்
Dept.of HR	சுகாதார ஆராய்ச்சி மையம்
WHO	உலக சுகாதார நிறுவனம்
SEARO	தென் கிழக்கு ஆசிய பிராந்திய நிறுவனம்

I சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல அமைச்சகம்

செயல்பாடுகள்

மத்திய நலத்திட்டம் மற்றும் குடும்பநலத் திட்டப்பணிகள் ஏழாவதுபட்டியல் 246 இந்திய அரசியலைப்புச் சட்டத்தின் கீழ் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டது.

(1) கூட்டமைப்பு
(2) பொதுப்பட்டியல்

1. கூட்டமைப்பு

1. சர்வதேச நாடுகளுக்கிடையே சுகாதாரம் மேம்படுத்துதல் மற்றும் தொற்றுநோய்

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 19 19-02-2019 15:59:09

www.tnschoolbooks.in

பரவாமல் மற்றவர்களிடம் இருந்து தனித்து வைத்திருத்தல்.

2. கொல்கத்தாவில் உள்ள மத்திய நிறுவனங்களான அகில இந்திய சுகாதாரம் மற்றும் பொது நல அமைப்புகள் போன்றவற்றை நிறுவுதல்.
3. ஆராய்ச்சிநிலையங்கள் அமைத்து ஆராய்ச்சிகளை மேம்படுத்துதல்.
4. மருத்துவம், மருந்தியல், பல் சம்பந்தப்பட்ட மருத்துவம், செவிலிய கல்வியை ஒழுங்குபடுத்துதல் மற்றும் மேம்படுத்துதல்.
5. மருந்து கட்டுப்பாட்டு துறைகள் மருந்தின் தரத்தை பராமரித்தல் மற்றும் நிறுவுதல்.
6. மக்கள்தொகை கணக்கெடுப்பு மற்றும் மற்ற புள்ளி விவரங்கள் சேகரித்தல்.
7. பிறநாடுகளில் குடியுரிமை மற்றும் பிரதேசத்திற்குள் குடி பெயர்தல்.
8. சுரங்கங்கள் மற்றும் தொழிற்சாலைகளில் வேலைபார்க்கும் தொழிலாளிகளை ஒழுங்குப்படுத்துதல்.
9. சுகாதார, நல மேம்படுத்துதலில் மாநிலங்களுக்கான ஒருங்கிணைப்பு திட்டங்களை செயல்படுத்துதல்.

2. **அடுத்தடுத்து வரும் பட்டியல்**

மத்திய மாநில அரசுகளின் பொறுப்புகள் கீழ்கண்ட பட்டியலில் உள்ளன.

1. தொற்று நோய்களை தடுத்தல் மற்றும் அழித்தல்.
2. உணவுப் பொருட்களில் கலப்படத்தைத் தடுத்தல்.
3. மருந்து மற்றும் விஷத்தை கட்டுப்படுத்துதல்.
4. இன்றியமையாத புள்ளி விபரங்கள்.
5. தொழிலாளர் நலம்.
6. முறை சாரா பணியாளர் நல மேம்பாட்டுத்திட்டம்.
7. பொருளாதார மற்றும் சமூக நலத்திட்டம்.
8. மக்கள்தொகை கட்டுப்பாடு மற்றும் குடும்ப நல கட்டுப்பாட்டுத் திட்டம்.

II சுகாதாரப் பொது நலப்பணி இயக்ககம்

பணிகள்:

1. சர்வதேச விமான நிலையங்கள் மற்றும் முக்கிய நாடுகளில் உள்ள முக்கிய துறைமுகங்களில் உள்ள சர்வதேச நல அமைப்பு.
2. மருந்தின் தரக்கட்டுப்பாடு.
3. மருந்து சேமிப்பு கிடங்குகளை பராமரித்தல்.
4. முதுகலை பட்டதாரிகளின் பயிற்சி திட்டங்களை நிர்வகித்தல்.
5. இந்தியாவில் உள்ள மருத்துவ கல்லூரிகளை நிர்வகித்தல்.
6. இந்திய மருத்துவ மற்றும் ஆராய்ச்சி நிறுவனம், (ICMR) மூலம் மருத்துவ ஆராய்ச்சிப் பணிகளை மேற்கொள்ளுதல்.
7. மத்திய அரசின் உடல் நலத்திட்டங்களை நிறைவேற்றுதல்
8. தேசிய நலத் திட்டத்தை நடைமுறைப்படுத்துதல்.
9. உடல் நலம் பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்படுவதற்காக, உடல் நலக்கல்வி கூறுகளை, மத்திய உடல் நலக் கல்வி அமைப்பின் மூலம் பாடத்திட்டங்களை தயாரித்தல்.
10. சேகரித்தல், தொகுத்தல், ஆராய்தல், மதிப்பிடுதல், தகவல்களை பரப்புதல், போன்ற செயல்களை மத்திய உடல் நல புலனாய்வு மையம் மூலம் நடைமுறைப்படுத்துதல்.
11. தேசிய மருத்துவ நூலகம் அமைத்தல்.

III மத்திய சுகாதார ஆலோசனை மையம் (Central council of Health)

செயல்பாடுகள்

1. சுற்றுப்புற தூய்மை, சத்துணவு மற்றும் உடல் நல கல்வி போன்ற ஆரோக்கியம் தொடர்பான கருத்துக்களை உருவாக்கும் கொள்கைகளுக்கானதிட்டவரைவுஏற்படுத்துதல்.
2. மருத்துவம் மற்றும் பொது நலம் தொடர்பான சட்டம் இயற்ற வழிகாட்டுதல்.

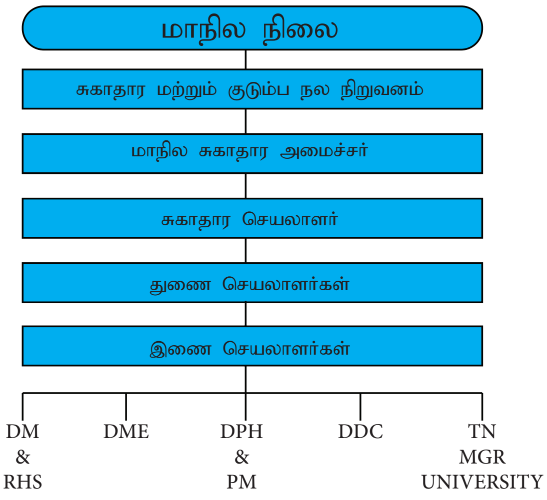
Nursing General_Tamil Ch-2.indd 20 19-02-2019 15:59:10

www.tnschoolbooks.in

3. மத்திய அரசிடம் சாதனங்கள் வழங்குதல் சார்ந்து நிதி வேண்டி பரிந்துரைத்தல்.
4. மத்திய மற்றும் மாநில அரசுகளின் அமைப்புகளுக்கிடையே செயல்பாடுகளை முன்னேற்றவும் மற்றும் ஒத்துழைக்கவும், இயல்பாகவும் கூடிய வகையில் ஏதாவதொரு அமைப்பு அல்லது அமைப்புகளை தேவையான வழி முறைகளுடன் உருவாக்குதல்.

2.2.2 மாநிலம் சார்ந்த அளவில்

உடல் நலம் சார்ந்த அமைப்புகள் மூன்று வகையாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன அவை கூட்டமைப்பு, பொதுப்பட்டியல் மற்றும் மாநில பட்டியல் எனலாம். மாநிலப்பட்டியலே அந்த மாநிலத்திற்கான பொறுப்பாக மருத்துவகவனிப்பு, நோய்த்தடுப்பு சேவைகள் மற்றும் வழிபாட்டுத் தளங்களில் சேவை போன்றவைகளை செய்வனே செயல்படுத்துவதற்கு எனலாம்.



DM&RHS	மருத்துவ மற்றும் சுகாதார சேவைகள் இயக்ககம்
DME	மருத்துவ கல்வி இயக்ககம்
DPH&PM	பொது சுகாதார மற்றும் தடுப்பு மருந்து இயக்ககம்
DDC	மருந்து கட்டுப்பாடு இயக்ககம்
TN MGR UNIVERSITY	தமிழ்நாடு எம்.ஜி.ஆர். பல்கலைக்கழகம்

மாநில சுகாதார நிர்வாகம்

தற்போது இந்தியாவில் 29 மாநிலங்கள் உள்ளன. ஒவ்வொரு மாநிலமும் தனியான பொது சுகாதார அமைப்பைக் கொண்டுள்ளன. அவை மாநில சுகாதார அமைப்பு மற்றும் மாநில சுகாதார இயக்கம் என்று இரு அமைப்புகள் உள்ளன.

1. சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல நிறுவனம் (State Ministry of Health)

மாநில சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல அமைச்சரின் தலைமையில் சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல அமைச்சகம் இயங்குகிறது.

மாநில சுகாதார இயக்கம் : (State Health Directorate)

சுகாதார மற்றும் குடும்ப நலம் மூன்று தனிப்பெரும் பிரிவுகளாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

- மருத்துவ மற்றும் கிராமிய சுகாதார சேவைகள் இயக்கம்.
- மருத்துவ கல்வி இயக்கம்.
- பொது சுகாதார மற்றும் நோய் தடுப்பு மருந்து இயக்கம் இவையே பொது சுகாதார தொடர்பான விஷயங்களில் மாநில அரசாங்கத்திற்கு தலைமை தொழில் நுட்ப இயக்கம் ஆகும்.
- சுகாதார மற்றும் குடும்ப நல இயக்கம்.
- மருந்துகள் கட்டுப்பாடு இயக்கம்.
- சுகாதார போக்குவரத்து இயக்கம்.
- தமிழ்நாடு எய்ட்ஸ் கட்டுப்பாடு சமுதாயம்.
- மாநில சுகாதார பணி.

2.2.3 மாவட்ட சார்ந்த அளவில்

இந்தியாவில் (2007ம் ஆண்டு கணக்கின்படி) 614 மாவட்டங்கள் உள்ளன. 6 வகையான நிர்வாகங்கள் ஒவ்வொரு மாவட்டத்திலும் செயல்படுகின்றன.

1. உட்பிரிவு
2. தாலுகா
3. சமுதாய வளர்ச்சி தொகுதிகள்
4. நகராட்சி மற்றும் மாநகராட்சி
5. கிராமங்கள்
6. பஞ்சாயத்து

இந்தியாவில் உள்ள பெரும்பாலான மாவட்டங்கள் இரண்டு அல்லது அதற்கு

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 21 19-02-2019 15:59:10

www.tnschoolbooks.in

மேல் பல உட்பிரிவுகளாக பிரிக்கப்பட்டு உதவி ஆட்சியர் அல்லது துணை ஆட்சியரின் கீழ் இயங்குகிறது. ஒவ்வொரு உட்பிரிவுகளும் தாலுகா என்று பிரிக்கப்படுகின்றன. தாலுகா மீண்டும் பிரிக்கப்பட்டு அது தாசில்தாரின் கீழ் இயங்குகிறது. ஒரு தாலுக்காவிற்கு 200-600 கிராமங்கள் ஒதுக்கப்பட்டுள்ளன. சமூக மையத்தில் தோராயமாக 100 கிராமங்கள் உள்ளடங்கிஉள்ளன அவற்றில் 80,000 முதல் 1,20,000 மக்கள் தொகை கொண்ட கிராமமானது வளர்ச்சி தொகுதி அலுவலரின் கீழ் இயங்குகிறது (BDO). ஒவ்வொரு கிராம பஞ்சாயத்தும் அதன் உள்ளூர் பஞ்சாயத்தால் இயங்குகிறது.

1. நகர பகுதி குழுக்கள். (இப்பகுதியில் மக்கள் தொகையின் வரம்பு 5000-10,000)
2. நகராட்சி குழு. (இப்பகுதியில் மக்கள்தொகையின் வரம்பு 10,000 – 2,00,000)
3. மாநகராட்சிஅமைப்பு. (இப்பகுதியில் மக்கள் தொகையின் வரம்பு 2,00,000க்கு மேல்)

நகர பகுதி குழுக்கள் பஞ்சாயத்தை போன்றே செயல்படுகின்றன. அவை சுகாதார சேவைகளை வழங்குகின்றன. நகராட்சி வாரியம் உறுப்பினர்களால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு, குழுதலைவர் தலைமையின் கீழ் செயல்படுகின்றது.

மாநகராட்சி பணிகள்

1. சாலை கட்டுமானம் மற்றும் பராமரிப்பு.
2. சுகாதாரம் – கழிவுநீர்அகற்றம்.
3. சாலை மின் விளக்கு பராமரிப்பு.
4. தண்ணீர் விநியோகம்.
5. மருத்துவமனை மற்றும் மருந்தகங்கள் பராமரிப்பு.
6. கல்வி.
7. பிறப்பு, இறப்பு பதிவு.

மாநகராட்சியின் தலைவர் மேயர் ஆவார். மாநகராட்சி மேயர்கள் தலைமையின் கீழ் இயங்குகிறது. இவர் கவுன்சிலர்களால் தேர்ந்தெடுக்கப்படுகின்றனர். நகரத்தில் உள்ள பல்வேறு வார்டுகளில் இருந்து தேர்ந்தெடுக்கப்படுகிறார்கள். ஆணையர், செயலாளர், பொறியாளர், சுகாதார அதிகாரி ஆகியோர் நிர்வாக நிறுவனத்தில் உள்ளடங்கியோர் ஆவர். இவற்றின் செயல்பாடுகள் நகராட்சியின் பணிகளை போன்றே விரிவாக உள்ளது.

2.2.4 பஞ்சாயத்துராஜ்

பஞ்சாயத்து ராஜ் என்பது மூன்று அமைப்புகள் இணைந்த கிராம புற உள்ளூர் சுய அரசாங்கம் ஆகும். இவை மூன்று அமைப்புகளாக இணைந்துள்ளன. இந்தியாவில் உள்ள கிராமங்கள் மாவட்டங்களுடன் இணைந்துள்ளன.

மூன்று அமைப்புகள்:

1. பஞ்சாயத்து. (கிராம அளவில்)
2. பஞ்சாயத்துசமிதி. (தொகுதி அளவில்)
3. மாவட்டபஞ்சாயத்து. (மாவட்ட அளவில்)

1. பஞ்சாயத்து (கிராம அளவில்)

கிராமிய அளவில் உள்ள பஞ்சாயத்துராஜ் கொண்டிருக்கும் அமைப்புகளாவன

அ. கிராமசபை (The gram sabha)

ஆ. கிராமபஞ்சாயத்து (The gram Panchayat)

இ. நியாயபஞ்சாயத்து (The nyayapanchayat)

கிராமசபை, வரி நிர்ணயித்தல் மற்றும் கிராம பஞ்சாயத்திற்கான உறுப்பினர்களைத் தேர்ந்தெடுத்தல் சம்பந்தமான அறிவுரைகளை கணக்கில் கொள்ளும்.

சுற்றுச்சூழல் தூய்மை மற்றும் பொதுசுகாதாரம் மேலும் கிராமத்தின் சமூக மற்றும் பொருளாதார முன்னேற்றம் போன்ற உள்ளாட்சி நிர்வாகம் சம்பந்தமானவற்றை கிராம பஞ்சாயத்தின் பணிகள் எனலாம்.

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 22 19-02-2019 15:59:10

www.tnschoolbooks.in

2. பஞ்சாயத்து சமிதி/ ஊராட்சி ஒன்றியம்

ஊராட்சி ஒன்றியம் முன்னேற்றத்திற்கான (நிகழ்ச்சிகள்) செயல்களை தொகுதி வளர்ச்சி அலுவலர் (BDO) மற்றும் சக துணை தொழில்நுட்ப அலுவலர்கள் வளர்ச்சி பணியில் வழி காட்டுதல் மூலம் நடைபெறுகின்றன.

3. மாவட்ட பஞ்சாயத்து (Zila Parishad)

இந்த அமைப்பானது மேற்பார்வையிடுதல் மற்றும் ஒருங்கிணைத்தல் என்னும் முக்கிய பணிகளைச் செய்கிறது. இது மாவட்ட அளவில் கிராமிய உள்ளூர் சுய அரசாங்கத்தின் நிறுவனம் ஆகும். இதன் செயல்பாடு மற்றும் அதிகாரம் மாநிலத்திற்கு மாநிலம் மாறுபடுகிறது.

மாணவர் செயல்பாடு

1. பள்ளி நிர்வாகத்திற்கான விளக்கப்படம் அமைத்தல்.
2. மாணவர்களை குழுக்களாக பிரித்து பள்ளி நிர்வாகம், பார்வையிட்ட மருத்துவமனை நிர்வாகம், ஆகியவற்றின் விளக்கப்படம் அமைக்க உற்சாகப்படுத்துதல்.

2.3 ஆரம்பசுகாதாரம் (Primary Care)

முன்னுரை

ஆரம்ப சுகாதாரம் என்ற கருத்தானது 1978-ல் ALMA ATA USSR நடந்த சர்வதேச மாநாட்டுக்கு பின் முக்கியத்துவம் பெற்றது. சமூக சமத்துவ வழிகளை வலியுறுத்துவதாகவும் நாடு முழுமைக்குமானதாகவும், தற்சார்புடனும், பொது சுகாதாரத்திற்கான நோக்கங்கள் சரியான உள் தொடர்புடனும், அவற்றை நிறைவேற்றும் வகையிலும் ஆரம்ப சுகாதார கோட்பாட்டின் அணுகுமுறை இருக்க வேண்டும். இந்த அணுகுமுறையானது "மக்களால் ஆரோக்கியம், மற்றும் மக்களின் கைகளில் மக்களின் ஆரோக்கியம்" என வரையறுக்கப்படுகிறது.

வரையறை

அவசியமான சுகாதாரத்திட்டம் என்பது நடைமுறைக்கேற்ற, அறிவியல் பூர்வமான சமுதாயத்தில் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட, மேலும் உலக அளவில் ஒத்துக் கொள்ளப்பட்ட ஒன்று எனலாம். அது தனிநபர்கள், குடும்பம், சமூகத்தின் முழுமையான பங்களிப்பு என்பதுடன் சமூகம் மற்றும் அரசின் செலவில் முன்னேற்றத்தின் ஒவ்வொரு நிலையையும் உயர்த்தும் என்ற குறிக்கோளைக் கொண்டுள்ளது.

2.3.1 சுகாதார கவனிப்பின் நிலைகள்

சுகாதார சேவைகள் பொதுவாக மூன்று நிலைகளில் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. ஒவ்வொன்றும் குறிப்பிட்ட நோயாளியை உயர்நிலைகளின் மூலம் ஆதரிக்கப்படுகின்றனர்.

சுகாதார கவனிப்பின் நிலைகள்

1. முதல் நிலை – பி.ஹெச்.சி, எஸ்.சி.
2. இரண்டாம் நிலை – தாலுக்கா
3. மூன்றாம் நிலை – மருத்துவ கல்லூரி

ஆரம்ப சுகாதார கவனிப்பு முதல் நிலை (Primary Health Care)

இந்நிலை தனி நபருக்கும், நலத்திட்டங்களுக்கும் இடையேயான தொடர்பின் முதல் நிலை எனலாம். பெரும்பான்மையான சுகாதார பிரச்சனைகள் மற்றும் குறைகள் இந்நிலையிலேயே தேவைக்கேற்ப நிறைவேற்றப்படுகின்றன.

இரண்டாம் நிலை சுகாதார கவனிப்பு (Secondary Health care)

இந்நிலை மருத்துவ உதவிக்கு முதல் சேவை மற்றும் அதிகப்படியான சிக்கலான பிரச்சனைகளை கையாளுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 23 19-02-2019 15:59:10

www.tnschoolbooks.in

மூன்றாம் நிலை சுகாதார கவனிப்பு (Tertiary Health Care)

மண்டலம் மற்றும் மத்திய அமைப்புகள் அதிநவீன கருவிகளை கொண்டு சிறப்பு சிகிச்சைகள் வழங்குகின்றன.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

சரியான நேரத்தில் படுக்கைக்கு சென்று அதிகாலையில் விழித்தல் மனிதனை சுகாதாரமாகவும், வளமையாகவும், மதிநுட்பமுடையவராகவும் வைக்கிறது. நோய் வரும்வரை உடல்நலம் மதிக்கப்படுவதில்லை.

மாணவர் செயல்பாடு

மாணவர்களை குழுக்களாகப்பிரித்து சுகாதாரக்குழு அமைக்கவும் பல்வேறு பொறுப்புகளையும் செயல்களையும் செய்யுமாறு ஒப்படைப்புகள் வழங்கவும்.

மாதாந்திர உடல்நல பரிசோதனைகள் நடத்த ஊக்கப்படுத்துதல்.

2.4 குறுகிய கால மற்றும் நீண்ட கால கவனிப்பு (Short Term Care and Long Term Care)

2.4.1 குறுகியகால செவிலியர் கவனிப்பு

குறுகிய கால கவனிப்பு என்பது ஒரு நபர் திடீர் நோய்வாய்ப்படும் போதும், காயம் அல்லது அறுவை சிகிச்சையின் போதும் விரைவில் குணமடைய கவனிப்பு வழங்கப்படுவதாகும்.

கீழ்க்காணும் வகையினர்

- மூன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட நாட்கள் மருத்துவமனையில் தங்க வேண்டிய நிலையில் உள்ளவர்கள்.
- மெடிகேர் திட்டத்தின் மூலம் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டவர்கள்.
- மேற்கூறிய நிபந்தனைகளின் கீழ்வருபவர்கள் குறுகிய கால கவனிப்பின் மூலம் சுமார் 100 நாட்கள் வரை பயன் பெறுவர்.

2.4.2 நீண்டகால செவிலியர் கவனிப்பு (Longterm Nursing Care)

நீண்டகால கவனிப்பு என்பது நெடுநாட்கள் நோய் அல்லது இயலாமையுடைய நோயாளிக்கு வழங்கும் மருத்துவம் மற்றும் மருத்துவம் அல்லாத கவனிப்பு அளிக்கும் முறை ஆகும்.

உடல் ஊனம் அல்லது வயோதிக காலத்துக்கே உரிய பொதுவான பாதிப்புகள் போன்ற நிலைகளே இதற்கு காரணம். இச்சேவையைப் புரியும் செவிலியர் கீழ்க்காணும் தினசரி கவனிப்புகளை உள்ளடங்கியுள்ளன.

- குளிப்பாட்டுதல்.
- கட்டுக்கட்டுதல்.
- வலிக்கு நிவாரணம் அளித்தல்.
- சுய துய்மையை கவனித்தல்.
- அங்குமிங்கும் அலைய விடாமல் தடுத்தல்.
- நம்பிக்கை மற்றும் ஆறுதல் அளித்தல்.
- மருத்துவ தேவைகளைக் கவனித்தல்.
- உணவூட்டுதல்.
- வீட்டு பொருட்களை பராமரித்தல்.

2.5 நோய் –நலம் தொடர்பு (அ) தொடர்ச்சி

உடல்நலம்:

நோய்கான அறிகுறிகள் இல்லாமல் இருப்பது மட்டும் அல்லாமல் அன்றாட செயல்பாடுகளை செய்ய கூடிய நிலையாகும்.

உடல்நலமின்மை: (நோய்)

ஒரு மனிதர் நோயுற்றோ அல்லது நோயில்லாத நிலையில் உடல் நலமற்றிருப்பது போல உணர்வதாகும்.

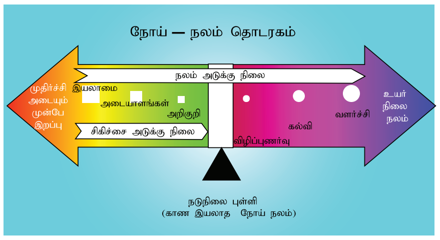
Nursing General_Tamil Ch-2.indd 24 19-02-2019 15:59:10

ஆரோக்கியம்:

நல்ல உடல் நலம் அல்லது உடல் நல்ல செயல்பாட்டுடன் உள்ள நிலை ஆகும்.

ஆரோக்கியம் என்பது செயல்முறை, நிலையானது அல்ல:

நம்மில் பெரும்பாலானோர் நோயில்லாமல் இருப்பதை உடல் நலமுடன் இருப்பதாக எண்ணிக்கொள்கிறோம். நோய் இல்லாமல் இருப்பது ஆரோக்கியத்துடன் இருப்பதை குறிக்கிறது என்று நாம் கருதுகிறோம். நடைமுறையில் உடல் நலத்திற்கு பல அளவுகள் உள்ளதை போன்று உடல் நலமின்மைக்கும் பல அளவுகள் உள்ளன.



நலமின்மை- நலம் தொடர்ச்சி, தனி நபரின் நலம் மற்றும் நோயின் போது ஏற்படும் பல்வேறு நிலைகளில் ஏற்படும்அனுபவங்களின் வழியாக செயல்முறை மாற்றத்தை விளக்குகிறது.

(நல்ல உடல் நலத்திலிருந்து இறப்பு வரை பல்வேறு ஏற்ற இறக்கங்களுடன் வாழ்க்கை முழுவதும் இத்தொடர்ச்சி நடை பெறுகின்றன. மக்கள் தினந்தோறும் இந்த தொடர்ச்சியினுள் முன்னும் பின்னும் சென்று வருகின்றனர்)

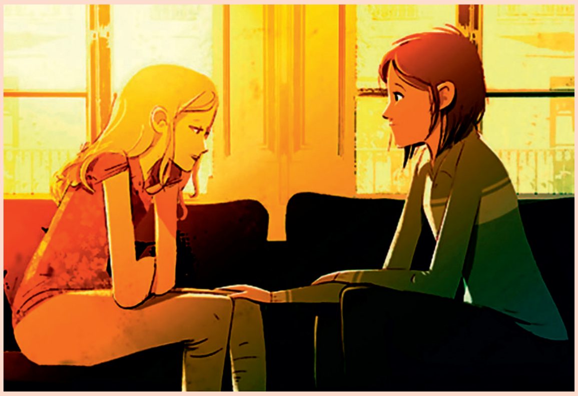
ஆரோக்கியமும், உடல்நலமின்மையும் இரண்டு அம்புக்குறிகள் எதிர் எதிர் திசையில் பார்த்தவாறு உள்ளன. இரண்டும் பொதுவான மையப்புள்ளியில் இணைகின்றன.

1. அம்புக்குறி வலது புறத்தை நோக்கி இருத்தல் (அதிகபடியான உடல்நலம் மற்றும் நன்றாக இருக்கிறோம் என்ற உணர்வை மூன்று நிலைகளில் அடைகின்றோம்).
   - அ) விழிப்புணர்வு.
   - ஆ). கல்வி.
   - இ) வளர்ச்சி.
2. அம்புக்குறி இடதுபுறமாக நோக்கி இருத்தல். (உடல் முதிர்ச்சி அடைவதற்கு முன் மரணத்தை நோக்கி இருத்தல்). படிப்படியாக உடல் நலக்குறைவு ஏற்பட்டு பின்வரும் மூன்று நிலைகளில் அடைகின்றன.
   - அ) அடையாளங்கள்.
   - ஆ) அறிகுறிகள்.
   - இ) உடல் இயலாமை.
3. ஒரு மனிதன் வழியில் எத்திசையை நோக்கி செல்கிறார் என்பதே முக்கியமானதாகும்.
   - அ) நல்ல உடல் நலத்துடன் இருப்பார்கள் என்றால் அந்நபர்களின் உடலானது நேர்மறையான உடல்நிலை தோற்றத்துடன் (அவன்/அவள்) காணப்படுவார்கள்.
   - ஆ) முதிர்ச்சி அடைவதற்கு முன் மரணத்தை நோக்கி இருப்பவர் என்றால் அந்நபர் எதிர்மறையான உடல் நிலை தோற்றத்துடன்(அவன்/அவள்) காணப்படுவார்கள்.
4. சிகிச்சையின் மாதிரியை உடல்நல மாதிரியோடு ஒப்பிடுதல்
   - அ) சிகிச்சை மாதிரி பயன்படுத்தினால் ஒரு தனி மனிதன் நடுநிலைப்புள்ளியை நோக்கி வலதுபுறமாக நகர்தல் (எ.கா) இரத்த அழுத்தம் அதிகம் உள்ள நோயாளி வாழ்க்கை முறையினை மாற்றிக் கொள்ளாமல் மருந்துகளை மட்டும் உட்கொள்ளுதல் ஆகும்.
   - ஆ) உடல் நல மாதிரி பயன்படுத்தப்படுமானால் மையப்புள்ளியை நோக்கி வேகமாக நகரலாம்.

     (எ.கா) – இரத்த அழுத்தம் அதிகம் உள்ள நோயாளி மருந்துகளுடன் புகைப்பிடித்தலை நிறுத்துதல் மற்றும் உடல் எடையை குறைத்தல் போன்றவை ஆகும்.

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 25 19-02-2019 15:59:10

மாணவர் செயல்பாடு



2017 உலக சுகாதார நாள் படமாகும். இதே போல் 5 வருட படங்களை சேகரிக்கவும் நல்ல மற்றும் கெட்ட உடல்நல பழக்க வழக்கங்களை நாடகமாக நடித்துக் காட்டவும்.

2.6 நோயின் இயற்கை தன்மை

நோயின் இயற்கை தன்மை என்பது மனிதரின் உடலில் எவ்வித தலையீடும் இல்லாமல் அதிக காலம் நோயின் செயல்பாடுகள் வளர்ச்சி அடைவதாகும். இந்த நிலை நோய் உண்டாக்கும் தன்மையுள்ள சில காரணிகளுக்கு உட்படுவதாலோ அல்லது காரணிகள் குவித்ததாலோ நோய் ஏற்பட தொடங்குகிறது. மருத்துவ தலையீடு இல்லாவிடில் இந்த நிலை குணமடைதல், இயலாமை, அல்லது இறப்பில் முடிகிறது.

வெளிப்பாடு → விருந்தோம்பி → நோய் குணமடைதல், ஊனம் மற்றும் இறப்பு

நோயினை கட்டுப்படுத்துவதற்கும், தடுப்பதற்கும் அந்த நோயின் இயற்கை தன்மையை அத்துடன் நோய்க்கு காரணமானவற்றையும் புரிந்து கொள்ளுதல் அவசியமாகிறது.

2.6.1 நோயாளியின் நோயின் தன்மை:

- A – நோயின் உயிரியல் தாக்கம் (Biologic onset)
- P– முயன்று நோய்க்கான ஆதாரங்களை கண்டறிதல் (Pathologic evidence)
- S – நோயின் அடையாளங்களும் அறிகுறிகளும் (signs and symptoms)
- M– தேவையான மருத்துவ உதவி (medical care)
- D– நோய் கண்டறிதல் (Diagnosis)
- T– சிகிச்சையளித்தல் (Treatment)

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

2.6.2 நோய்த்தடுப்பின் நிலைகள்

அ. முதல் நிலை தடுப்பு

ஒருவருக்கு சுகாதார பிரச்சனைகள் ஏற்படுமுன் தடுப்பு நடவடிக்கைகள் எடுத்தல்.

சுகாதார கல்வி திட்டங்கள் – நோய் தடுப்பு, உடல் மற்றும் உணவூட்ட உடற்பயிற்சி செயல்பாடுகள்.

ஆ. இரண்டாம் நிலை தடுப்பு

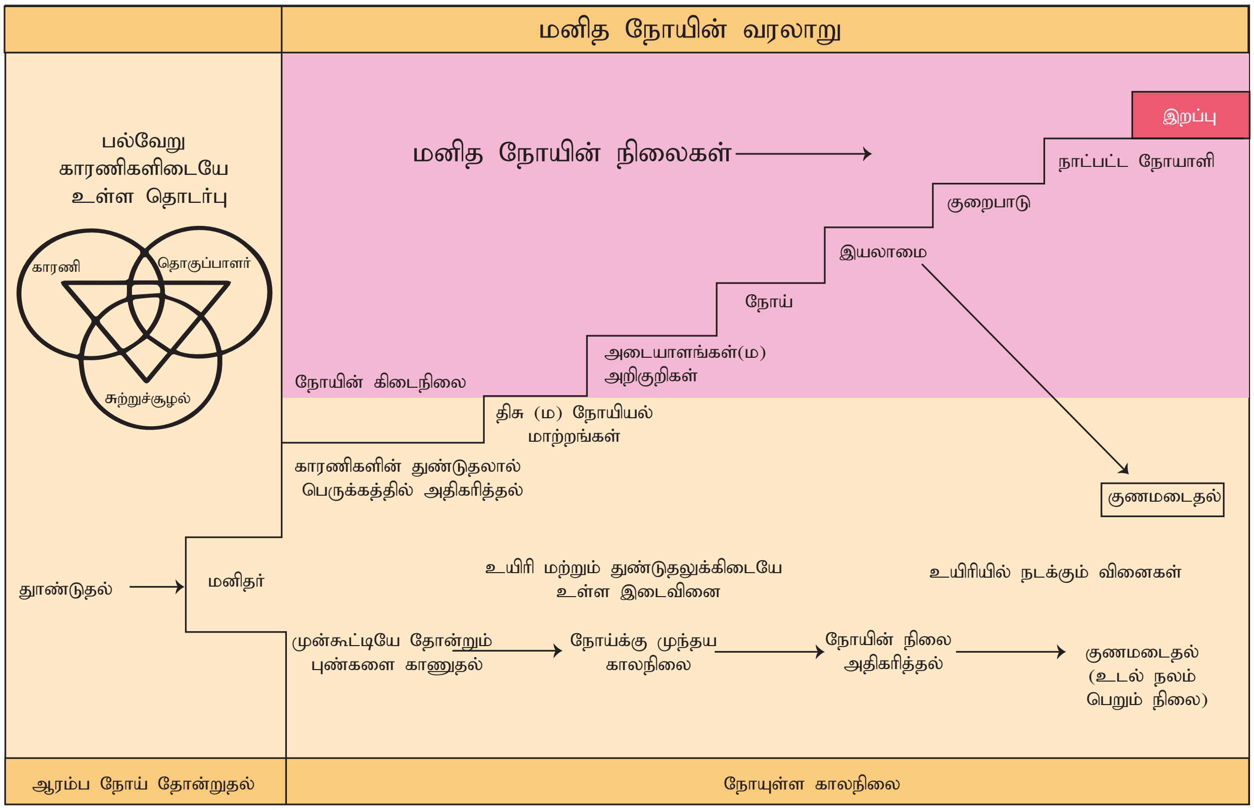
வெளிப்புற அடையாளங்கள் எதுவும் இல்லாமல் அதிகபடியான பிரச்சனைகளை வளர்க்க கூடிய உடல் நல பிரச்சனைகளோடிருக்கும் ஒருவருக்கு தடுப்பு நடவடிக்கைகள் அளிப்பதில் கவனம் செலுத்தப்படுகிறது.

தடுப்பு பராமரிப்பு: ஆரம்ப நிலை நோய் கண்டறிதல் மற்றும் சிகிச்சை (எ.கா.) பள்ளி குழந்தைகளுக்கு மருத்துவ பரிசோதனை.

இ. மூன்றாம் நிலை தடுப்பு

நோய் தாக்கம் அதிகரித்தபின் உடல் ஊனத்திலிருந்து தடுப்பதற்காக எடுக்கப்படும்

www.tnschoolbooks.in



தடுப்பு நடவடிக்கைகளால் அவர் அதிகபடியான தன்னுடைய செயல்களை செய்ய முடியும். (எ.கா.) எலும்பு முறிவு உள்ளவர்களுக்கு மாவு கட்டு போடுவதன் மூலம் பிற சிக்கல்களை தவிர்த்தல்.

2.6.3 நோய் தோற்றம்

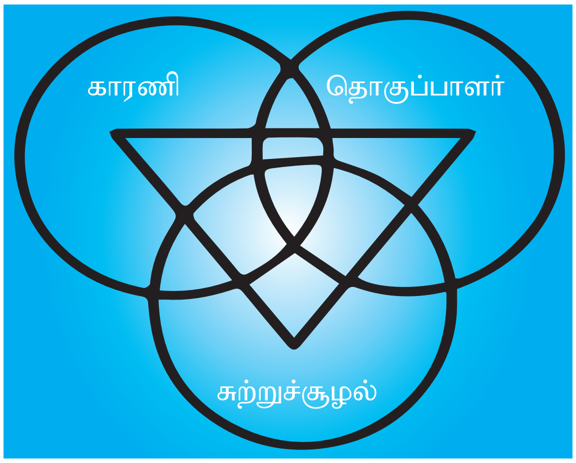
நோய் ஒரு தனிப்பட்ட காரணியால் ஏற்படாமல் 3 காரணிகளை உள்ளடக்கியது. விருந்தோம்பி காரணி மற்றும் சுற்றுச்சூழல் இந்த 3 காரணிகளுக்கு இடையே உள்ள தொடர்பு நோய் தொற்று நோய் முனையம் என்றழைக்கப்படுகிறது. (epidemiological triad of disease)

இந்த மூன்று காரணிகள் மட்டும் நோய் தோன்ற போதுமான காரணம் அல்ல. அவை குறிப்பிட்ட முறையில் ஒன்றுடன் ஒன்று இணைந்து செயல்படுவதால் நோய் தோன்றுகிறது.

காரணி: இது ஒரு சுற்றுப்புற காரணி ஆகும். நோய் தோன்றுவதற்கு இது இருந்தோ, இல்லாமலோ அழுத்தத்தை கொடுக்கிறது. (எ.கா.) பாக்டீரியா, வைரஸ், தூசி, நச்சு, பூச்சிக் கொல்லிகள், வெப்பம், குளிர், ஒளி அதிகபடியான அல்லது குறைவான ஊட்டச்சத்து மற்றும் வைட்டமின்கள்.

விருந்தோம்பி: விருந்தோம்பி என்பது வாழும் உயிரி. இது காரணிகளால் தொற்றுக்குட்பட்டோ அல்லது பாதிக்கப்பட்டோ இருக்கலாம். எ.கா. வயது, பாலினம், உடல் நல பழக்க வழக்கங்கள்.

சுற்றுசூழல்: சூழ்நிலையே காரணிக்கும், விருந்தோம்பிக்கும் இடையே உள்ள தொடர்பை எளிதாக்குகிறது. (எ.கா.) வெப்பநிலை, காற்று, வைரஸ், பூச்சிகள், விலங்கு, தாவரம், கலாச்சார பழக்க வழக்கங்கள், வாழ்க்கை முறை ஆகும்.



Nursing General_Tamil Ch-2.indd 27 19-02-2019 15:59:13

எ.கா. தீக்காயம்

விருந்தோம்பி: பாதிக்கப்படகூடிய நபர்

காரணி: இயற்பியல் மற்றும் வேதியியல் காரணிகள்

சுற்றுசூழல்: வெளிப்படுத்துதலுக்கான நிலைகள்/ காயம்

மண்ணெண்ணை அனைத்து வீடுகளிலும் உள்ளன மற்றும் குழந்தைகள் அபாயகரமான நிலையில் உள்ளனர். ஆனால் எல்லா குழந்தைகளும் தீக்காயம் அடைவதில்லை. இது வீட்டுச் சூழ்நிலைக்கும், குழந்தைகளுக்கும் இடையே உள்ள தொடர்பாகும்.

2.7 உடல் நலத்தை மாற்றக்கூடிய மற்றும் பாதிக்கும் காரணிகள்

உடல் நலத்தை பாதிக்கும் காரணிகள்:

- உடல் நலத்திட்டங்கள்: மருத்துவ பராமரிப்பை அணுகுதல்.
- மனிதனின் சுற்றுப்புறம்: வீடு, தட்பவெப்பநிலை, காற்று, குடிநீரின் தரம்.
- வாழ்க்கை முறை மற்றும் பின்னனி: உணவு செயல்பாடு போன்றவை.
- சமூக பொருளாதார நிலை: வேலை மற்றும் கூட்டுச் செயல்கள்.
- கல்வி மற்றும் எழுத்தறிவு.
- சுய சுகாதார பழக்கவழக்கங்கள் மற்றும் நம்பிக்கை திறன்கள்.
- உடல்நலத்தை பாதிக்கும் காரணிகள்.

மாணவர் செயல்

- ஒவ்வொரு நோய்க்கும் காரணி, விருந்தோம்பி மற்றும் சுற்றுச் சூழலுக்கான தொகுப்பு (album) தயாரிக்குமாறு கூறுதல்
- மலேரியாவின் வாழ்க்கை சுழற்சியின் படம் வரைக.
- ஏதேனும் ஒரு நோய்க்கு பள்ளி சார்ந்த செயல்பாடுகளை பட்டியலிடுக.

2.8 நோயினால் ஒருவருக்கு ஏற்படும் தாக்கம்.

தனிமனித கடமை கூறுகள் மாற்றம்: இளம் பருவத்தினரின் பெற்றோர் நோய்வாய்ப்பட்டால் அவரது அன்றாட செயல்களை நடைமுறைப்படுத்த முடிவதில்லை. அப்பிள்ளைகள் பெற்றோரின் பல பொறுப்புகளை மேற்கொண்டு பெற்றோருக்கு பெற்றோராகின்றனர்.

நேரம் தேவை அதிகரிக்கும்: தகப்பனார் சாதாரணச் சளியினால் பாதிக்கப்படும் பொழுது அவரது ஆற்றலும் குடும்பத்துடன் பொறுமையாக பகிர்ந்திடும் நேரமும் குறைகிறது. பிறகு அவர் எரிச்சலுற்று குடும்பத்துடன் தொடர்பு கொள்வதைத் தவிர்க்கிறார்.

- விளைவுகள் பற்றிய பதட்டம்.
- பொருளாதார சிக்கல்கள்.

ஆபத்துக் காரணி	விளக்கம்	எ.கா.
பரம்பரை	பெற்றோரிடமிருந்து பிள்ளைக்களுக்கு பண்புகள் உயிரியல் ரீதியாக கடத்தப்படுகின்றது.	ஆபத்து விளைவிக்கும் நோய்களான நீரிழிவு, புற்றுநோய் ஆகியவை அதிகம் ஜீன்கள் வழி கடத்துகின்றன.
சூழ்நிலை	உடல் மற்றும் சமூக நிலையை ஒரு மனிதனை சூழ்ந்து மாற்றத்தை ஏற்படுத்துகிறது.	குடிநீரின் தரம், புகையிலைப் பழக்கத்திற்குட்படல், நண்பர்களின் தூண்டுதல், கலாச்சாரம்.
நடத்தைகள்	மனிதன் செயல்களாலும் முடிவுகளாலும் ஏற்படும் நிலைகள்	புகை பிடித்தல், உயர்ந்த கொழுப்பு நிறைந்த உணவு, மன உணர்வுகளை அடக்கிவைத்தல்.

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 28 19-02-2019 15:59:13

மாணவர் செயல்

நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட மாணவனுக்கு ஆலோசனை வழங்க ஏற்பாடு செய்திடல் வேண்டும். நோயின் பாதிப்பினால் அவனுடைய எண்ணங்களை கண்டறிந்து அப்பிரச்சனையிலிருந்து மாணவர் வெளிவர ஒரு ஆலோசகரை வரவழைத்து பிரச்சனையை கலைந்திட உதவி செய்தல் வேண்டும்.

- சமூக வழக்கங்களில் மாற்றம்
- ஒதுங்கியிருப்பதால் ஏற்படுகின்ற தனிமை

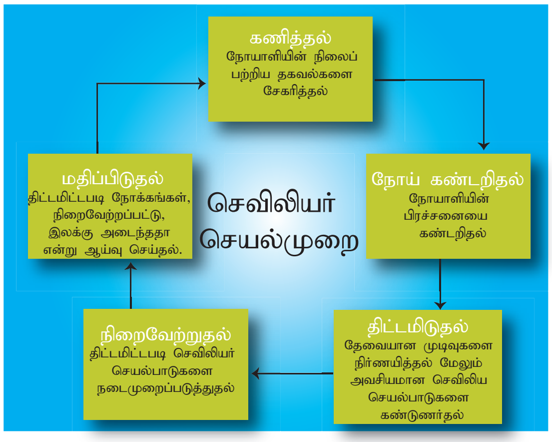
2.9 செவிலி விதிகள்

"செவிலியர் செயல்முறை என்பது மிகவும் நுணுக்கமாக சிந்தித்து செயல்படுவதாகும். தொழில் முறை செவிலியர் தங்களுக்கு கிடைக்கின்ற சிறந்த சான்றுகளைப் பயன்படுத்தி மனிதனின் உடற்செயல்பாடுகளையும், ஆரோக்கியம் மற்றும் நலமின்மைக்கு காரணமானவற்றை கண்டறிந்து உடல் செயல்பாடுகளை முன்னேற்றுவதில் கவனம் செலுத்தி சரி செய்கின்றனர்" என அமெரிக்க செவிலிய நிறுவனம் (2010) வரையறை செய்கிறது.

இது நோயாளியை எவ்வாறு கவனிப்பது என்பதற்கான அடிப்படையான செயல் திட்டம் எனலாம். மேலும் இது ஒரு நிலைப்படுத்தப்பட்ட நடைமுறை என்பதால், சரியான முறையில் செயல்படுத்தப்பட்டால், செவிலியறை சட்ட ரீதியான பிரச்சனைகளிலிருந்து காப்பாற்றவும் செய்கிறது.

2.9.1 செவிலிய செயல்முறையில் கண்ணோட்டம்

செவிலியர் நடைமுறை என்பது இலக்கை நோக்கிய முறை எனலாம். இது செவிலியர் கவனிப்பு வழங்குவதற்கு ஒரு கட்டமைப்பு திட்டத்தை ஏற்படுத்துகிறது.இவற்றில் ஐந்து பெரும் படிகள் உள்ளடங்கியுள்ளது.



A – கணித்தல் (சேகரிக்கப்பட்ட தகவல்கள் என்ன?

D – கண்டறிதல் (Diagnose) என்ன பிரச்சனை?

P – திட்டமிடுதல் எவ்வாறு பிரச்சனையை கையாள்வது?

I – நிறைவேற்றுதல் (திட்டமிட்டபடி செயல்படுத்தல்) நிறைவேற்றுவதற்கு அறிவியல் ரீதியான காரணங்கள்

E – மதிப்பிடுதல் (திட்டமிட்டபடிசெயல்படுத் தப்பட்டதா?)

சில அறிஞர்களின் கூற்றுப்படி மேற்கூறிய விளக்கம், செவிலியர் நடைமுறை பற்றிய பழமையான மற்றும் செவிலியர் பற்றிய தவறான புரிதலை ஒரே போக்காகவும், குறுகியதாகவும் காட்டுகிறது என்று எண்ணப்படுகிறது.

கணித்தல் நிலை (Assessing Phase)

செவிலியர் என்பவர் தனிநபர்/குடும்பம்/ சமூகத்திற்கு தேவையான மருத்துவ உதவி பற்றி முழுமையாக மதிப்பீடு செய்வார் அப்போது அவர் விபத்தின் காரணம் பற்றி பொருட்படுத்த மாட்டார். மெஜோரி கார்டன் அவர்களின் சுகாதார செயல்பாடுகள் முறைபடி செவிலியர் செவிலிய திட்ட வரைவுப்படி நோயாளியின் அகநிலை தரவு மற்றும் புறநிலை தரவு பெறுதல் வேண்டும்.

தரவுகளைப் பெறுவதற்கான வழிமுறைகள்:

செவிலிய பணியில் செவிலியர் நோயாளியை கணித்தலே நோயை கண்டறிவதற்கு ஆரம்ப

புள்ளியாக அமைகின்றது. செவிலிய பயிற்சியில் திட்டமிட்டு கணித்தல் என்பது நோயாளியின் பிரச்சனைகள், ஆபத்துகள், மற்றும் விளைவுகளை அறிவதற்கு உதவுகிறது மற்றும் நோயாளியின் உடல் நிலையை மேம்படுத்த உதவுகிறது.

செவிலியர்கள் ஆதாரங்களின் அடிப்படையில் பயன்படுத்தும் கட்டமைப்பு முறைகளான கார்டனின் செயல்பாட்டு சுகாதார மதிப்பீடு முறை நோயாளியின் நோயை கண்டறிந்து மதிப்பீடு செய்வதற்கு NANDA-I செவிலியர்களுக்கு உதவுகின்றன.

வழிமுறைகள்

- நோயாளியுடனான (நேர்காணல்) சந்திப்பு.
- உடல் ரீதியான பரிசோதனை.
- நோயாளியின் உடல் நல வரலாறு விபரங்கள்(உணவு முறை விபரங்கள்).
- குடும்ப வரலாறு/அறிக்கை (மருத்துவ விபரங்கள்).

செவிலியத்தில் கண்டறிதல் நிலை:

ஒரு தனிநபர், குழு, குடும்பம், சமுதாயத்தில் உள்ள மக்களின் சாதாரண அல்லது தீவிரமான சுகாதார பிரச்சனைகளை செவிலியர் கண்டறிவதன் வழியாக மருத்துவ முடிவுகளை அளிக்க இயலும் என்பதை குறிக்கின்றது. செவிலியர் தெளிவாக நோயாளியை அடையாளங்காணும் திறன் பெற்றிருப்பாரேயெனில் மேலும் நோய்க்கு தொடர்புடைய ஆபத்தான காரணிகள் மற்றும் அவற்றின் தன்மைகளை அறிந்து நோயாளி மதிப்பீடு செய்யப்படுகிறார். அதன் அடிப்படையில் நோயாளியின் நோய் கண்டறிதல் துல்லியமாக சரிபாக்கப்படுகிறது. ஒரு நோயாளிக்கு பல நோய்களை கண்டறியும் சோதனைகள் மேற்கொள்ளப்படலாம்.

திட்டமிடும் நிலை (PLANNING PHASE)

நோயாளியின் அனுமதியுடன் ஒரு செவிலியர் நோய் கண்டறியும் நிலையில் கண்டு பிடித்த பிரச்சனைக்களுக்கு தீர்வு காணலாம். ஒருவேளை ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட நோய் கண்டறியும் பதிவுகள் இருப்பின் நோயின் தீவிரம், மற்றும் பொதுவாக பாதிப்புகளின் அடிப்படையில் அதிக கவனம் செலுத்தப்படுகிறது. ஒவ்வொரு பிரச்சனைகளுக்கும் எதிர்பார்க்கும் நோக்கம் விளைவை முடிவு செய்வார். ஒவ்வொரு நோக்கமும்/விளைவுக்கும் தேவையான மருத்துவ உதவி குறித்து செவிலியர் முடிவு செய்வார். எதிர்பார்க்கும் விளைவு பெறும் வண்ணம், சான்றுகள் அடிப்படையிலான செவிலியர் விளைவுகளின் வகைப்பாடு என்னும் முறைப்படுத்தப்பட்ட (நடைமுறை) செயல்திட்டம் உதவிகரமாக உள்ளது. இது வரையறை விளைவுகளின் நடவடிக்கைகள் சொற்கள் பயன்பாடு என்பதில் எந்த குழப்பமும் ஏற்படாது. இது மேலும் செவிலியரின் வேலைப்பளு மற்றும் பணியாளர்கள் குறியீடுகளையும் தரவுகளையும் உடன் தொடர்பு படுத்த இயலும். இந்த நிலையின் பலன் என்பது செவிலியரின் கவனிப்பு பற்றிய திட்டம் குறித்து தெளிவான புரிதில் ஏற்படும்.

நடைமுறைப்படுத்தும் நிலை:

செவிலியர் திட்டமிட்டபடி தேவையான முடிவுகள் வருவதற்கு ஏற்ப உருவான திட்ட வடிவை செயல்படுத்துகிறார். இந்நிலையில் முன்னரே தேர்வு செய்யப்பட்ட வேலைகள் மற்றும் அவற்றை மேற்பார்வையிடுதல் போன்றவற்றையும் செவிலியர் செயல்படுத்த வேண்டும்.

நடவடிக்கைகள்

- நோயாளியைப் பற்றி மதிப்பீடு செய்து அதன் மூலம் தேவையான நடவடிக்கைகளை தொடங்கவும் அது சரியானதா என்று ஆராய்தல்.
- தேவையான உதவி குறித்து முடிவு செய்தல்.
- செவிலியர் இடும் கட்டளைகளை நிறை வேற்றுதல்.
- வேலைகளை பிரித்து வழங்குதல் மற்றும் மேற்பார்வை செய்தல்.

மதிப்பிடும் நிலை Evaluaing Phase

செவிலியர் இதுவரை செயல்படுத்தப்பட்ட செயல்பாடுகளின் முன்னேற்றத்தை மதிப்பிடுவார் அந்த முன்னேற்றம் குறைவாக இருந்தால் அல்லது முன்னேற்றமே இல்லாமல் இருந்தாலோ

www.tnschoolbooks.in

தேவைக்கேற்ப திட்டத்தை மாற்றுவார். மாறாக எதிர்பாத்த திட்டமிட்ட முடிவு கிடைத்து விட்டால் செயல் முற்றுப்பெறும். ஒருவேளை புதிய பிரச்சனைகள் அடையாளங்கண்டால் அதற்கேற்ப திட்டத்தை மாற்றங்களுடன் முதலில் இருந்து தொடங்குவர்.

2.9.2 செவிலியர் நடைமுறையின் பண்புகள்/குணநலன்கள்

செவிலிய செயல்முறை என்பது ஒரு சுழற்சி முறையானது மற்றும் தொடர்ந்து நிகழும் செயல்முறை ஆகும். அவை எந்த நிலையிலும் முடிவு பெறலாம் நோயாளியின் பிரச்சனை முடிவு அடையும் வரை தொடரலாம்.

ஒரு நோயாளி/குடும்பம்/குழு என ஒவ்வொருவருக்குமான பிரச்சனைகளை பொறுத்து நடைமுறை மாறுபடும். இது நோயாளியின் உடல் ரீதியான முன்னேற்றத்துக்கு மட்டுமே முக்கியம் தராமல் அவருடைய சமுதாய மற்றும் உள ரீதியான தேவைகளுக்கும் உதவிபுரிகிறது.

- சுழற்சி மற்றும் மாறும் தன்மை
- இலக்கை நோக்கி மற்றும் நோயாளியை மையப்படுத்தி
- தனிநபர்களுக்கிடையேயான தொடர்பு/ மற்றும்குழுக்களாக
- உலகவியல் பொருந்த கூடியது
- முறைப்படுத்தப்பட்ட இந்த நடைமுறையின் மொத்த நிகழ்வுகளும் பதிவு செய்யப்பட்டு அல்லது ஆவணப்படுத்தப்பட்டு சுகாதார உதவிக்குழு உறுப்பினர்கள் அனைவரின் பார்வைக்கும் தரப்படும்.

பாடச்சுருக்கம்

உலகெங்கும் விரிவான பலவிதமான சுகாதார அமைப்புகள் உள்ளன. அவைகளுக்கென பல வரலாறும் ஒருங்கிணைந்த அமைப்புகளும் உள்ளன. ஒவ்வொரு நாளும் தங்களது தேவை மற்றும் வளங்களுக்கு ஏற்றவாறு சுகாதார அமைப்புகளை வடிவமைத்து மேம்படுத்த வேண்டும் என்ற நிலை உருவாகியுள்ளது. எவ்வாறாயினும் அனைத்து சுகாதார அமைப்புகளும் ஆரம்ப சுகாதாரம் மற்றும் பொது சுகாதார நடவடிக்கைகள் முக்கியமான பொதுக்காரணிகளாக உள்ளன.

செவிலியம் என்பது சுகாதார முன்னேற்றம், நோயினை தடுத்தல் மற்றும் நோய் வாய்ப்பட்ட உடல் ஊனமுற்ற மற்றும் இறக்கும் தருவாயில் உள்ளோரைக் காத்தல் போன்ற பொறுப்புகளை உள்ளடக்கியது. பாதுகாப்பான சூழலை ஆதரித்து மேம்படுத்துதல் மற்றும் சுகாதார தொடர்பான கொள்கைகள், நோயாளி மற்றும் சுகாதாரத்திட்டம், கல்வி போன்றவற்றில் பங்கெடுத்தல் என்பன செவிலியரின் முக்கிய செயல்பாடுகள் எனலாம். உருவாக்கப்பட்ட கொள்கைகளை சிறந்த முறையில் நடைமுறைப்படுத்தும் முக்கியமான பணியையும் செவிலியர்கள் செய்கின்றனர்.

மாணவர் செயல்

- மருத்துவமனையை பார்வையிட ஏற்பாடு செய்தல். மருத்துவமனையிலுள்ள நோயாளியின் தேவைகள், சிக்கல்கள் ஆகியவற்றை கண்டறிய மாணவர்களுக்கு உதவுதல்.
- வெவ்வேறு நிலைக்கும் உள்ள ஒவ்வொரு பிரச்சினைகளையும் வேற்றுமைப்படுத்தும் ஒரு ஓய்வு நேர வேலையை தயார் செய்க.

ஆசிரியர் செயல்

- மருத்துவமனைக்கு வருகை புரிந்து வெவ்வேறு தொகுதிகளின் வேலைகளை தெரிந்து கொள்ள ஏற்பாடு செய்.
- சமூக நல நிலையங்கள், அரசாங்க அலுவலகங்கள், குடும்ப நல நிலையங்களுக்கு வருகை செய்து அவற்றின் பணிகளின் தன்மையை புரிந்து கொள்ள ஏற்பாடு செய்.

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 31 19-02-2019 15:59:14

www.tnschoolbooks.in

வினாக்கள்

I சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. உடல்நலம் என்பது உடல், மனம் மற்றும் சமூகத்தின் ஒருங்கிணைந்த நிலை
   அ) நலமான நிலை
   ஆ) முதிர்ந்த
   இ) நோயுற்ற
   ஈ) உடல் நலக்குறைவு

2. இந்தியாவில் சுகாதார அமைப்பைக் கொண்டுள்ளது
   அ) மத்திய
   ஆ) மாநில
   இ) உள்ளூர்
   ஈ) மேற்கண்ட அனைத்தும்

3. சுகாதார குடும்ப நலத்திட்டங்களில் தொழிற் சங்க அமைப்பின் வேலை பட்டியலிடப்பட்டது.
   அ) கட்டுரை 246
   ஆ) கட்டுரை 200
   இ) கட்டுரை 250
   ஈ) கட்டுரை 156

4. நோய் தடுப்பின் நிலைகளாவன
   அ) 3 ஆ) 4
   இ) 5 ஈ) 6

5. தொற்று நோய் முனையம் கொண்டுள்ளது.
   அ) காரணி
   ஆ) விருந்தோம்பியும் மற்றும் சுற்றுச் சூழலும்
   இ) (அ) மட்டும்
   ஈ) (அ) மற்றும் (ஆ)

II கீழ்கண்டவற்றிற்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

1. வரையறு – உடல்நலம்.
2. வரையறு – நோய்.
3. வரையறு – பஞ்சாயத்ராஜ்.
4. ஆரம்ப சுகாதாரம் என்றால் என்ன?
5. உடல்நலத்தை மாற்றக்கூடிய காரணிகள் யாவை?
6. உடல்நலத்தை பாதிக்கும் காரணிகள் யாவை?
7. உடல்பராமரிப்பின் நிலைகள் யாவை?
8. குறுகிய கால பராமரிப்பு என்றால் என்ன?
9. நீண்ட கால பராமரிப்பு என்றால் என்ன?

III குறுகிய விடையளி

1. ஆரம்ப சுகாதாரம் விளக்குக.
2. குறுகிய கால நீண்டகால பராமரிப்பை வேறுபடுத்துக.
3. உடல், உடல்நலமின்மை தொடர்ச்சியை விளக்குக.
4. நோயின் இயற்கைத்தன்மை யாது?
5. தொற்று நோய் முனையம் விளக்குக.

IV விரிவான விடையளி

1. இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்களை விவரி?
2. நோயினால் ஏற்படும் தனிநபர் தாக்கத்தை விவரி?
3. நோய் தடுப்பின் நிலைகளை விவரி?
4. செவிலிய செயல் முறையின் பண்புகளை விவரி?

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 32 19-02-2019 15:59:14

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. தொடரகம் (Continnum) – தொடர்ச்சியான அல்லது வரிசையாக
2. பிடிபடாமல் இருக்கிற (Elusive) – கண்டறிய அல்லது அடைய கடினமாக இருத்தல்
3. கொள்ளை நோயியல்/நோய் பரவியல் (Epidemiology) – மருத்துவ துறையில் ஒரு பரப்பு பகுதியில் மற்றும் பிற பகுதியில் நோய் பரவுதல் பற்றி சார்ந்த பிரிவு ஆகும்.
4. பெரும் பரவலாக இருக்கிற நோய் (Pandemic) – உலகம் முழுவதும் அல்லது நாடு முழுவதும் நோய் பரவி இருத்தல்
5. கருத்து (Perception) –கருத்துகளை புரிந்து கொள்ளுதல்
6. ஆட்சி எல்லை, அதிகார எல்லை (Realm) – ஒரு துறையில் செயல்பாடு அல்லது ஆர்வம்
7. நிலையான (Static) – நகர்வு அல்லது செயல் அல்லது மாற்றம் ஆகியவை இழத்தல்
8. முக்கிய புள்ளிவிவரங்கள் (Vital Statistics) – பிறப்பு, இறப்பு எண்ணிக்கைகளின் தரவு
9. நெய்யப்பட்ட பொருள்/வலை (Web) – மெல்லிய நூல்களின் வலை பின்னல்

இணையத்தில் தேட

- Park's Textbook of preventive and social medicine, 21st edition
- Textbook of Epidemiology, Leon Gordis, 4th edition.
- Textbook of public health and community medicine, AFMC, 2009
- Measures of prognosis, Bloomberg School of Public Health, 2008
- CDC, Principles of Epidemiology in Public Health Practice, 3rd edition

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 33 19-02-2019 15:59:14

இணையச் செயல்பாடு

Hospital Care for Children

செயல்பாட்டின் இறுதியில் கிடைக்கப்பெறும் படம்.

படி–1

கீழ்க்காணும் உரலி / விரைவுக் குறியீட்டைப் பயன்படுத்தி, Hospital Care for Children என்னும் செயலியைப் பதிவிறக்கி, நிறுவிக் கொள்க ..

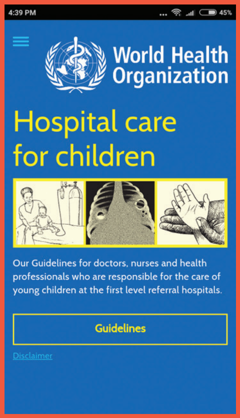
படி–2

செயலியை இயக்கி, Menu என்பதை சொடுக்கி GUIDELINES ஐ தெரிவு செய்யவும்.

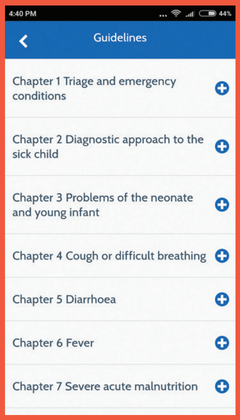
படி–3

GUIDELINES தெரிவினுள் Browse by Chapter என்பதைச் சொடுக்கி, பின் தேவைப்படும் தலைப்பைச் சொடுக்கியதும் அது சார்ந்த தேவையான தரவுகளை அறியலாம்.

படி–1



படி–2



படி–3

உரலி:

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.production.ksm.generalsurgery

*படங்கள் அடையாளத்திற்கு மட்டுமே.

Nursing General_Tamil Ch-2.indd 34 19-02-2019 15:59:14

அலகு 3

மருத்துவமனையும் அதன் சூழலும்

F7ERAQ

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- மருத்துவமனையின் வகைகளை விளக்குதல்.
- மருத்துவமனையின் அடிப்படை வேலைகளை எண்ணிக்கையிடுதல்.
- நோயாளியின் தேவைகளை சந்தித்தல் மற்றும் செவிலியின் பொறுப்புகளை விவாதித்தல்.
- மருத்துவமனையின் பொருளாதாரத்தை விவரித்தல்.
- நோயாளியை சேர்த்தல் நடைமுறையை விளக்குதல்.
- சேர்த்தல், கவனித்தல் மற்றும் பதிவு செய்தலை விவரித்தல்.
- வசதியும், சூழலையும் பற்றி விவாதித்தல்.
- நோயாளியை வீட்டுக்கு அனுப்புதலை விவாதித்தல்.

3.1 முன்னுரை

ஹாஸ்பிட்டல் என்ற வார்த்தையானது 'ஹாஸ்பிஸ்' என்ற லத்தீன் வார்த்தையில் இருந்து வந்ததாகும். ஹாஸ்பிஸ் என்பதற்கு வரவேற்கப்பட்டு பராமரிக்கப்படும் ஸ்தாபனம் என்பது பொருளாகும்.

வரையறை

'மருத்துவமனை என்பது மக்களுக்கு முழு நலபராமரிப்பையும் அளிக்கக்கூடிய சமூக மற்றும் மருத்துவ நிறுவனத்தின் பகுதியாக செயலாற்றுகிறது' என உலக சுகாதார நிறுவனம் மருத்துவமனையை வரையறுக்கிறது.

3.2 மருத்துவமனையின் வகைகள்

உரிமைகளின் அடிப்படையில்

பொது மருத்துவமனை/ அரசு மருத்துவமனை	இந்த மருத்துவமனைகள் மத்திய அல்லது மாநில அரசாங்கம், பேரூராட்சி அல்லது ஊராட்சியால் நடத்தப்படுகின்றன.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 35 19-02-2019 15:59:48

www.tnschoolbooks.in

	இவை பல்வேறு வகையான நலப்பராமரிப்பை இலவசமாக வழங்குகின்றன.
தொண்டு நிறுவனங்கள்	இந்த மருத்துவமனைகள் சமூக சட்டம் கீழ் சேவை நோக்கத்தோடு நிறுவப்பட்டது. இவை பொதுவாக நன்கொடைகள், மானியங்கள், மற்றும் உதவிகளை தொண்டு நிறுவனங்களிலிருந்து பெறப்பட்டு நடத்தப்படுகின்றன.
தனியார் மருத்துவமனைகள்	இவை பொதுவாக ஒரு தனிப்பட்ட நபர் அல்லது ஒரு குழுவினரால் நடத்தப்படுகிறது. இவை பொதுவாக தனிப்பட்ட நிதியை கொண்டு நடத்தப்படுகிறது.
இணைக்கப்பட்ட மருத்துவமனைகள்	இந்த மருத்துவமனைகள் நிறுவனங்கள் சட்டம் கீழ் பதிவு செய்ய நிறுவனங்களால் நிறுவப்பட்டது.

சிறப்பு மருத்துவமனைகள் அடிப்படையில்

பொதுவான மருத்துவமனைகள்	இந்த மருத்துவமனைகள் பல்வேறு நோய்க்கான சிகிச்சைகளை ஆண், பெண் மற்றும் எல்லா வயதினருக்கும் வழங்குகிறது.
சிறப்பு மருத்துவமனைகள்	இந்த மருத்துவமனைகள் தகவல் சேவையை சிறப்பு சிகிச்சைகளான இருதயம், நரம்பியல், சிறுநீரகவியல், போன்றவற்றிற்கு குறிப்பாக சிகிச்சை அளிக்கின்றன.

மருத்துவமனையில் தங்கும் அடிப்படையில்

நீண்ட நாட்கள் தங்கும் மருத்துவமனை	இந்த மருத்துவமனைகளில் சேர்க்கப்படும் நோயாளிகளில் 90 சதவீதம் பேர் 30 நாட்களுக்கு மேல் தங்கி சிகிச்சை பெறுவர்.
குறைந்த நாட்கள் தங்கும் மருத்துவ மனைகள்	இந்த மருத்துவமனைகளில் சேர்க்கப்படும் நோயாளிகளில் 90 சதவீதம் பேர் 30 நாட்களுக்கும் குறைவாக தங்கி சிகிச்சை பெறுவர்.
பகல் நேர கவனிப்பு மருத்துவமனைகள்	பகல் நேரங்களில் மட்டுமே நோயாளிகள் பராமரிக்கப்படுகின்றனர். ஒரேநாளில் நோயாளிகள் அனுமதிக்கப்பட்டு, சிகிச்சையளிக்கப்பட்டு அதே நாளில் வெளியேற்றப்படுவர். எ.கா. கண் பராமரிப்பு மருத்துவமனைகள்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இந்தியாவில் 879 பேருக்கு ஒரு மருத்துவமனை படுக்கை வீதம் உள்ளது. உலகளவில் சராசரியாக 10,000 பேருக்கு 30 மருத்துவமனை என்பதற்கும் கீழாக உள்ளது. WHO வின் படி இந்தியாவிற்கு 80,000 க்கும் மேற்பட்ட மருத்துவமனை படுக்கைகள், ஒவ்வொரு ஆண்டும் பெருகும் மக்கள் தொகையை சமாளிக்க தேவைப்படுகிறது.

நோக்கத்தில் மாறுபட்ட மருத்துவமனைகள்

கற்பிக்கும் மருத்துவமனைகள்	இரண்டு நோக்கங்களுக்காக நடத்தப்படுகின்றன. மருத்துவர், செவிலியர் மற்றும் இதர மருத்துவத்துறை மாணவர்களுக்கு கற்றுக் கொடுப்பதற்காகவும், மக்களுக்கு சிகிச்சையளிக்கவும் பயன்படுகின்றன.
கற்பிக்காத மருத்துவமனைகள்	இந்த மருத்துவமனைகள் சுகாதார நலத்திட்டங்களை மட்டுமே அளிக்கின்றன. ஆனால் எந்தவித கல்வியையும் மருத்துவ மாணவர்களுக்கு அளிப்பதில்லை.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 36 19-02-2019 15:59:48

www.tnschoolbooks.in

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இந்திய மருத்துவ சுற்றுலாவில் 20–25% வளர்ச்சியடைந்துள்ளது. இத்துறை தற்போதைய (ஏப்ரல் 2017) நிலையை காட்டிலும் இரண்டு மடங்காகும் என்று எதிர்ப்பார்க்கப்படுகிறது. US$3 பில்லியன் – US$6 பில்லியன் வரை 2018 இந்தியாவிற்கு மருத்துவ சுற்றுலா பயணிகளின் வருகை 50% மேல் அதிகரித்துள்ளது. 2015 ல் 1,30,000 லிருந்து 2016 ல் 2,00,000 ஆக உள்ளது. நாடு முழுவதும் 3598 மருத்துவமனைகளும் 25723 மருந்தகங்களும் AYUSH சிகிச்சை அளிக்கின்றன (ஆயுர்வேதா, யோகா இயற்கை மருத்துவம், யுனானி, சித்தா மற்றும் ஹோமியோபதி) மாற்று மருத்துவம் மூலம் சிகிச்சையளிக்கின்றன. 2017 ல் இந்திய அரசாங்கம் மாநிலம் மற்றும் யூனியன் பிரதேசங்களில் AYUSH கல்வி நிலையங்கள் அமைக்க உதவித்தொகை வழங்கியுள்ளது.

3.3 மருத்துவமனையின் அடிப்படை வேலைகள்

- நோய்கண்டறிதல்
- மருத்துவம்
- அவசரசிகிச்சை
- தீவிரசிகிச்சை
- மறுவாழ்வு
- தடுப்புசேவை
- ஆரோக்கியம் மேம்படுதல்
- கல்வியும், பயிற்சியும்
- ஆராய்ச்சி

VN158

3.3.1 நோயாளியின் தேவைகளை சந்தித்தலும், செவிலியின் பொறுப்புகளும்

மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகள் அனைவருக்கும் ஒன்றே ஆனால் ஒவ்வொருவரும் வெவ்வேறு விதமாக அதனை சந்திக்கின்றனர் நீண்ட நாட்களாக தங்கியிருப்பவர்களுடைய தேவைகளை சந்திக்க உதவிகள் அவசியமாகின்றன.

உடல் தேவைகள்

ஆக்ஸிஜன் / காற்று

- சுவாசப் பிரச்சனை உள்ள நோயாளிகளுக்கு படுக்கையின் தலைப்பகுதியை உயர்த்த வேண்டும்.
- படுக்கையிலும், நாற்காலியிலும் அமரும் பொழுது நுரையீரல் விரிவடைய ஏற்றநிலையில் அமர்த்த வேண்டும்.
- நோயாளியை நடமாட உதவி செய்ய வேண்டும்.

உணவுத் தேவைகள்

- உணவு வேலையை முடிந்தவரை மகிழ்ச்சியுள்ளதாக்கவும்.
- உணவு உண்ண உதவி செய். தேவைப்படுமாயின் உணவு ஊட்டவும்.
- மாமிசம் வெட்டுவதற்கும், அட்டைப்பெட்டிகளை திறப்பதற்கும் உதவி செய்ய வேண்டும். உடல் நிலைக்கு ஏற்றவாறு சத்தான உணவுகளை வழங்கவும்.

திரவம் மற்றும் எலக்ட்ரோலைட்டுகள்

- அடிக்கடி திரவங்களை அளிக்கவும்.
- கைக்கெட்டும் தூரத்தில் நீர்க் குவளைகளை வைக்கவும்.
- புதிதான நீர் மற்றும் திரவங்களை சரியான வெப்பநிலையில் வைக்கவும்.

கழிவு நீக்கம்

- கழிவு நீக்கத் தேவைகளுக்கு உதவவும்.
- தனிமையை வழங்கவும்.

ஓய்வு

- தூங்குவதற்கு ஏற்ற சூழ்நிலையை உருவாக்கவும்.
- தூங்கும் முறையில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளைக் கவனிக்கவும்.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 37 19-02-2019 15:59:49

செயல்பாடு மற்றும் உடற்பயிற்சி

- அன்றாட வாழ்வில் நகர்வின் எல்லைகளுக்கான செயல்களை செய்ய உற்சாகப்படுத்தவும்.
- நடமாட்டம், திருப்புதல் மற்றும் அசைவு ஆகியவற்றை சரியாக செய்யவும்.
- செயல்பாடுகளை ஊக்கப்படுத்தவும்.

உணர்ச்சித் தேவைகள்

- அன்பை உணரச் செய்யவும்.
- பாசத்தை உணரவும் அன்பை வெளிக்காட்டவும் செய்திடவும்.
- மரியாதையாகவும் கண்ணியமாகவும் நடத்தவும்.
- சுயமரியாதை பாதுகாக்கப்பட்டதாக உணரச் செய்யவும்.

ஆன்மீகத் தேவைகள்

- ஒவ்வொருவருக்கும் தனிப்பட்ட மத நம்பிக்கைகள் கொள்ள உரிமைகள் உள்ளதால் எந்த நம்பிக்கையும் மறுக்கவும் உரிமை உண்டு.
- நோயாளிகளின் எண்ணங்களை கேட்டறிந்து அவை இரகசியமாக பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்.

சமூகத் தேவைகள்

- நோயாளியை பேசுவதற்கு அனுமதிப்பதுடன் அவை மற்றவரிடம் பகிர்ந்து கொள்ள மாட்டேன் என்றும் உறுதி அளிக்கவும்.
- செய்முறை தேவை பற்றி விளக்கப்படுவதுடன் தேவைப்படுமாயின் உதவிசெய்க.
- நோயாளியின் தனிமைக்கு எல்லா நேரங்களிலும் மதிப்பளிக்க வேண்டும்.
- ஒருவரின் சமூகத் தேவை நிறைவு செய்யப்படும் பொழுது அவரது சுயமரியாதை அதிகரிக்கப்படுகிறது.
- மற்றவருடன் கலந்துரையாட வாய்ப்புகள் அளிப்பதால் தனிப்பட்ட உணர்வுகளை தாராளமாக வெளிப்படுத்த முடியும்.

3.4 மருத்துவமனை பொருளாதாரம்

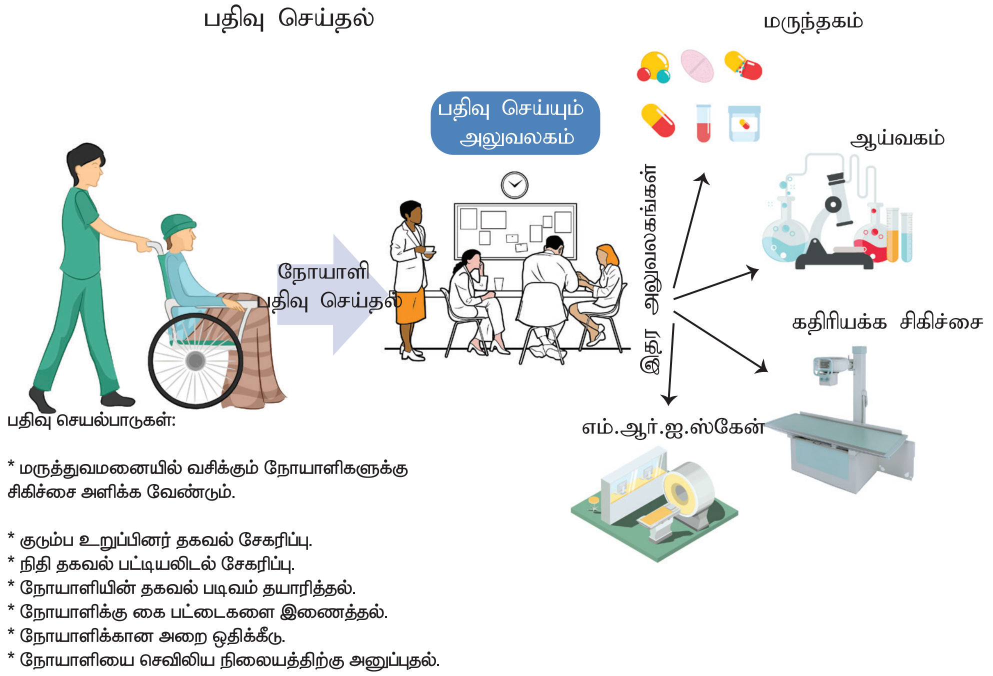
கால ஒழுங்கு முறை அநேக நேரங்களில் அலட்சியப்படுத்தப்படுகிறது. செவிலி தனக்குத் தெரியாதவற்றை முயற்சி செய்யும் முன் தெரிந்தவர்களின் வழிகாட்டுதலின் கீழ் நேரத்தை வீணாக்காமல் செய்ய வேண்டும். இது தன் தேவையற்ற முயற்சியின் மூலம் ஏற்படும் நேர இழப்பைத்தவிர்க்கும். குறித்த வேலையை வேகமாக செய்யும் வழியாகும். தமது உடல் நலத்தை பேணுவதன் மூலம் நோய் காரணமாக ஏற்படும் வேலை நேர இழப்பைத் தவிர்க்கலாம்.

- முக்கிய கருவிகளை தினமும் கணக் கெடுத்தல் கருவிகள் தொலைவதைத் தடுக்கும்
- பழையப் போர்வைகளை மருத்துவ ஒத்தடங்களுக்குப் பயன்படுத்தலாம்
- சிறியக்கட்டுத்துணி தேவைப்படும் பொழுது அகலமான கட்டுத்துணியைப் பயன்படுத்தக் கூடாது.
- காயம் கட்ட பயன்படும் மருந்துகள் தேவையான அளவு மட்டுமே ஊற்றப்பட வேண்டும்
- கட்டுகட்டும் பொழுது படுக்கை, இரப்பர் ஷீட்டாலும் கட்டுத்துவாலையாலும் பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்.
- உபயோகப் படுத்தாமலிருக்கும் பொழுது நீர்க் குழாய்கள், விளக்கு மற்றும் சமையல் எரிவாயு போன்றவை மூடிவைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்.
- ஒழுகும் நீர்க்குழாய்கள் சரி செய்யப்பட வேண்டும் கெட்டில், ஸ்டெர்லைசர், சாஸ்பேன்கள் ஆகியவை நீரில்லாமல் தீய்ந்து போக விடக்கூடாது அல்லது அடுப்பில் தேவையில்லாமல் வைக்கக்கூடாது.
- குறைந்த அளவு வெந்நீர் தேவைப்படும் பொழுது கெட்டில் முழுவதும் நீரால் நிரப்பக்கூடாது.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 38 19-02-2019 15:59:50

- எதற்காக உருவாக்கப்பட்டதோ அதற்காக மட்டுமே கருவிகள் உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும்.
- மருந்துகள் மருத்துவ அறிவுரையின்படி சரியாகப் பயன்படுத்த வேண்டும், திறந்து வைத்தல் மூலமோ ஆவியாதல் மூலமோ வீணாகுதல் தடுக்கப்பட வேண்டும்
- தண்ணீரில் சோப்பானது மூழ்கி தங்கியிருக்க அனுமதிக்ககூடாது.
- தொற்றுநீக்கு கரைசல்களை வீணாக்கவோ தகுதியில்லாத விகிதத்திலோ பயன்படுத்தவோ கூடாது.
- சுத்தம் செய்யும் பவுடர், மர பாலிஷ், உலோக பாலிஷ் போன்றவற்றை சிக்கனமாக பயன்படுத்த வேண்டும்.
- கிழிந்த துணிகளை உடனே தைத்து பயன்படுத்த வேண்டும் அல்லாவிடில் அதிகமாக கிழிந்து பயனற்றதாகிவிடும்.
- நோயாளி உணவு உட்கொள்ளும் பொழுது படுக்கையைப் பாதுகாக்க துவாலைகள் பயன்படுத்த வேண்டும்.
- குறைந்த அளவு உணவே முதல் முறை கொடுக்கப்பட வேண்டும். தொடர்ந்து தேவைப்பட்டால் அனுமதிக்கப்படலாம். மீதமுள்ள உணவு சமையலறைக்கு கொண்டு செல்லப்பட வேண்டும்.
- நோயாளிகள் நன்றாகத் தோற்றமளிக்க சலவைத் துணிகள் அவசியமாகிறது ஆனால் அவை அதிக பொருட்செலவுள்ளவை என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும்
- பீங்கான் பொருட்கள் கவனமாக கையாளப்படுவதால் உடைந்து போதலையும் விரிசல் ஏற்படுவதையும் தடுக்கலாம்.
- செவிலியர் பொருட்கள் மற்றும் லோஷன்கள் போன்றவற்றின் விலையை அறிந்திருக்க வேண்டும்.
- தவறான ஒழுங்குமுறை மூடத்தனமானது மற்றும் சிலசமயங்களில் குற்றமானது.
- மருத்துவமனை பொதுமக்கள் பணத்தால் நடத்தப்படுகிறது என்பதை செவிலி நினைவில் கொள்ள வேண்டும். மக்கள் அதற்காக தங்களை வருத்திக் கொள்கிறார்கள் என்பதை அறிய வேண்டும்
- ஒவ்வொரு பிரிவாக மதிப்பிட்டு அவற்றின் செலவுகளை பட்டியலிட்டு அனைத்து வார்டுகளுக்கும் அனுப்பப்பட வேண்டும் இது செவிலியை ஊக்கப்படுத்தும்.

உள் நோயாளி மருத்துவமனையில் தங்குதல் பதிவு செய்தல்



www.tnschoolbooks.in

3.5 நோயாளியை மருத்துவமனையில் சேர்த்தல்

வரையறை

நோயாளியை மருத்துவமனையில் சேர்த்தல் என்பது அவரை மருத்துவமனைப்பிரிவு அல்லது வார்டில் தங்கவைத்து, அவர் எந்த நோயினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறார் என்பதை அறிந்து, பரிசோதனை செய்து சிகிச்சையளித்தலாகும்.

நோக்கம்

1. உடனடி சிகிச்சை வழங்க.
2. நோயாளிக்கு வசதியும், பாதுகாப்பும் வழங்க.
3. அவரது உடல் தன்மைக்கேற்ற வார்டில் அனுமதிக்க.
4. அவசர சிகிச்சைக்கு தயார்செய்ய.
5. மருத்துவச் சூழலுக்கு ஏற்ப தன்னை தயார்படுத்த நோயாளிக்கு உதவ.
6. நோயாளியைப் பற்றிய விவரங்களைச் சேகரித்து மருத்துவ செவிலி மற்றும் நோயாளிக்கான சிகிச்சை உறவை நிறுவ.
7. நோயாளி மற்றும் குடும்பத்தினர் நலத்தில் அக்கறை கொள்ள செய்தல்.
8. வீட்டுக்கு அனுப்புதலில் சரியான முறையைத் தேர்வு செய்ய.

3.5.1 நோயாளியை மருத்துவமனையில் சேர்த்தலின் வகைகள்

- **வழக்கமான சேர்த்தல்:** நோயாளிகளை பரிசோதனை செய்வதற்காகவும் திட்டமிடப்பட்ட சிகிச்சை அளிக்கவும் மற்றும் அறுவை சிகிச்சைக்காகவும் மருத்துவமனையில் சேர்த்தல். எ.கா இரத்த அழுத்தம்
- **அவசரச் சிகிச்சைக்காக சேர்த்தல்:** தீவிர, அவசரநோய் சிகிச்சைகளானதீவிபத்து, மூழ்குதல், விபத்துகள், விழுதல் மற்றும் இதய செயலிழப்பு போன்ற நோய்களுக்காக ஏற்படுத்தப்பட்டது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

தன் விருப்பத்திற்கு உட்பட்ட அனுமதி

நோயாளி தன் விருப்பத்தின் அடிப்படையில் மருத்துவமனையில் தங்கி சிகிச்சை தேவைப்படின் மருத்துவர் நோயாளியை தங்கி சிகிச்சை பெற முடிவெடுப்பார்.

விருப்பாற்றலுக்குட்படாத அனுமதி

கவர்னர் (மேற்பணி முதல்வர்) அவர்களின் ஆணைக்கிணங்க இரண்டு மனநல மருத்துவர்கள் நோயாளியை பரிசோதித்து அதன் விளைவுகளை கொண்டு தேவைப்படின் மருத்துவமனையில் அனுமதிப்பார்கள் ஏனென்றால் அவர் தன்னைத்தானே தாக்கி கொள்ளவோ அல்லது அடுத்தவரைத்தாக்கவோ கூடும்.

மருத்துவ கவனிப்பு மற்றும் பாதுகாப்பு வேண்டி.

நோயாளியின் விருப்பம் இல்லாவிடினும். நோயாளியை பாதுகாவலரின் சம்மதத்தின் அடிப்படையில் மருத்துவ தேவையை உணர்ந்து நோயாளியை அனுமதிக்கிறார்கள்.

சேர்த்தல், கவனித்தல், பதிவுசெய்தல்

3.5.2 அனுமதிக்கும் நிறுவனத்தின் பொறுப்புகள்

- நோயாளியைப் பற்றிய விபரங்கள் சேகரித்தல் (பெயர், வயது, பாலினம், விலாசம், தொலைபேசி எண் போன்றவை).
- மருத்துவ பதிவேட்டை தயார் செய்தல்.
- நோயாளியின் அடையாளக்காப்பை (identification bracelet) தயார் செய்தல்.
- ஒப்புதல் படிவத்தில் கையொப்பம் பெறுதல்.
- தொடக்க சிகிச்சைக்கான ஆணையைப் பெறுதல்.
- வார்டு செவிலியிடம் அறிவித்தல்.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 40 19-02-2019 15:59:51

3.5.3 செவிலியின் பொறுப்புகள்

அறையை தயார் செய்தல்

- நோயாளிக்கு தேவைப்படும் அனைத்து உபகரணங்களும் அடங்கிய சுத்தமான ஒரு அறையை ஆயத்தம் செய்ய வேண்டும்.
- நோயாளியின் உடல் நிலைக்கு ஏற்ப உயரங்களை மாற்றியமைக்கக் கூடிய படுக்கையை தயார் செய்ய வேண்டும்.

சுய அடையாளம் காணுதல்

- நோயாளியையும், உறவினர்களையும் சரியான அணுகு முறையில் வரவேற்க வேண்டும்.
- நோயாளியை படுக்கையில் வசதியாக அமர்த்தி மருத்துவமனை அங்கியை அணிவித்து போதுமான மறைவிடம் இருக்குமாறு செய்ய வேண்டும்.
- பயத்தையும் பதற்றத்தையும் நீக்குதல்.

நோயாளியை ஒருமுனைப்படுத்துதல்

- செவிலிய அறையின் அமைவிடம்
- அறை அமைவிடம்
- துணிகள் சேமிப்பு
- அழைப்பு விளக்கு
- படுக்கைக் கட்டுப்படுத்திகள்
- விளக்கு கட்டுப்படுத்திகள் (switches)
- தொலைபேசி முறை
- கட்டுப்பாடு
- உணவு நேரம்
- வரவேற்பு நேரம்
- உணவு
- பாதுகாப்பு வசதி – படுக்கைக்கம்பிகள்
- மருத்துவர் வருகை நேரம்
- பரிசோதனைகளின் அட்டவணை

கீழ்கண்ட விவரங்கள் பெறப்பட வேண்டும்

- மருத்துவ ஆணை
- சிகிச்சை
- பரிசோதனைகள்
- பரிசோதனை முடிவுகள்
- உணவு
- செயல்பாடு

3.5.4 பதிவு செய்தல்

- நோயாளியின் அடிப்படைத் தகவல்களை நோயாளியின் பதிவு ஏட்டில் பதிவு செய்ய வேண்டும்.
- நோயாளியை மருத்துவமனையில் அனுமதித்த தேதி, நேரம், நோயாளியை பற்றிய விபரங்கள், நோயாளியின் உடல் நலமின்மை பற்றிய புகார்கள், ஒவ்வாமை, மனநிலை ஆகியவற்றை தெளிவாக பதிவு செய்ய வேண்டும்.
- சேர்த்தல் பதிவேடு, சிகிச்சை பதிவேடு, அறிக்கை பதிவேடு, மருந்து சட்ட அறிக்கை பதிவேடு (M.L.C) (medical legal case) வார்டு கணக்கு, செவிலியர் அறிக்கையில் பதிவு செய்ய வேண்டும்.
- உடல் பரிசோதனை
- நோயாளியின் வசதி
- தகவல்கள் சேகரித்தல்
- சேர்க்கையின் போது தொடக்க நிலை பரிசோதனை
- ஆய்வக பரிசோதனைகள், மருத்துவ செயல்பாடுகளுக்கு மருத்துவ ஆணை
- தகவல்களைக் கண்டறிதல்
- முக்கியமான உடல்நிலை புகார்கள்
- தற்போதைய உடல்நிலை வரலாறு
- முந்தைய உடல்நிலை வரலாறு
- உடல் நிலையை மறு ஆய்வு செய்தல்

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 41 19-02-2019 15:59:52

உற்றுக் கவனித்தல்

புதிதாக அனுமதிக்கப்பட்ட நோயாளியிடம் கவனிக்க வேண்டியவை

- பதட்டம்
- தனிமை
- அதிகப்படியான மறைவிடம்
- தன்னிலை தொலைத்தல்

3.5.5 சேர்த்தலின் மதிப்பீடு

நோயாளியைப் பராமரிக்க அவரது உடல் நிலைப் பற்றிய நல்ல மதிப்பீடு தேவை. அவரது உடல் நிலைக்கு உடனடியாக சிகிச்சையளிக்க வேண்டிய தேவையிருந்தால் மருத்துவருக்கு தெரிவித்து நோயாளியை பரிசோதனைக்கு தயார் செய்ய வேண்டும். மருத்துவர் உடல் நிலையைப் பரிசோதித்த பின் மருத்துவர் உத்தரவின் படி சிகிச்சையளிக்க வேண்டும்.

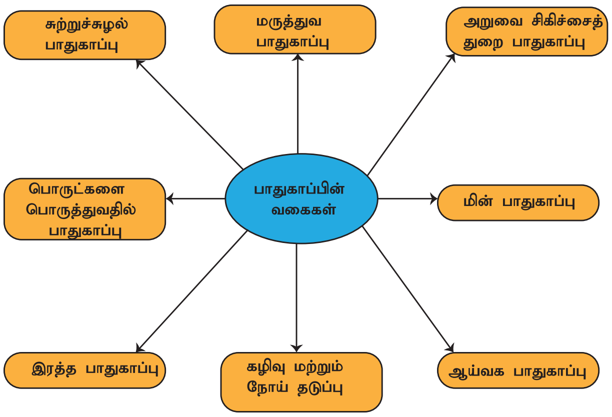
3.6 வசதியும் பாதுகாப்புமான சூழ்நிலை

நோயாளி வைக்கப்பட்ட சூழ்நிலையானது வசதியும் பாதுகாப்புமானதாக இருக்க வேண்டும் அது நோயாளி நலமடைதலை ஊக்குவிப்பதாக இருக்க வேண்டுமே தவிர தடையாக இருக்கக் கூடாது.

அ) நோயாளியின் வசதி மற்றும் பாதுகாப்பும் முறைகள்

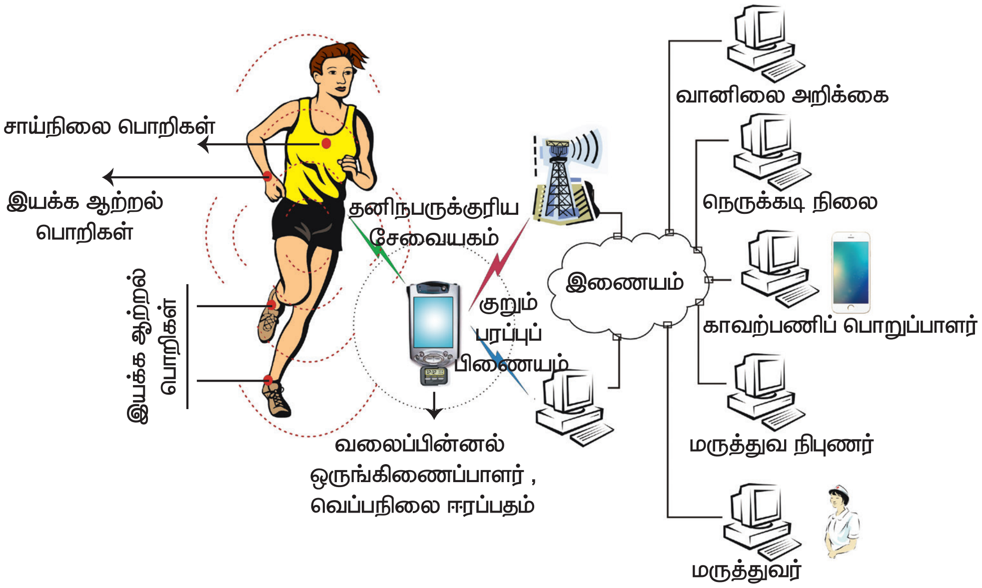
பாதுகாப்பு என்பது நோயாளியின் உடல் நிலை பராமரிப்பின் போது ஏற்படக் கூடிய காயங்களிலிருந்து பாதுகாத்தல் ஆகும்.

பாதுகாப்புகளின் வகைகள்



மருத்துவ பாதுகாப்பு

- மருத்துவரின் ஆணையை தெளிவுபடுத்து.
- ஒத்த பெயருடைய நோயாளிகளை சரியாக அடையாளம் காண வேண்டும்.
- பணிமாறும் பொழுது சரியான முறையில் அறிக்கை ஒப்படைப்பும் பெற்றுக் கொள்ளுதலும் இருக்க வேண்டும்.



Nursing General_Tamil Ch-3.indd 42 19-02-2019 15:59:53

- ஆக்ஸிஜன் ஒட்டம் மற்றும் காலி சிலிண்டர்களை கண்காணிக்க வேண்டும்.
- நீரோட்ட போக்கின் (drip flow) வேகம், கருவிகள், அமைப்பு, காற்றுக் குமிழிகள், போன்றவற்றை கண்காணிக்க வேண்டும்.
- தவறான மருந்தூட்டுதலை தவிர்க்க வேண்டும்.
- தொலைபேசி வாயிலாக மருத்துவ ஆணை பெறுதலை தவிர்க்க வேண்டும்.

அறுவை சிகிச்சைத் துறை பாதுகாப்பு

- நோயாளியை சரியாக அடையாளம் காணல்.
- சரியான செயல் முறைகளை உடலின் சரியான இடத்தில் செயல்படுத்துதல்.
- கை சுத்தத்தை (hand hygiene) மேம்படுத்துதல்.
- குழாய்களை தவறாக பொறுத்துதலைத் தவிர்க்க வேண்டும். (எ.கா. சிறுநீர்க் குழாய்)
- பாதுகாப்பு குறியீடுகளைக் கண்காணித்தல்.
  - ✓ சிவப்பு – ஒவ்வாமை
  - ✓ மஞ்சள் – வீழ்ச்சி ஆபத்து
  - ✓ சிவப்பு கலந்த நீலம் (purple) – உயிர்ப்பிக்காதே

ஆய்வக பாதுகாப்பு

- ஒரு தடவை மட்டும் பயன்படுத்தும் ஊசிக்குழாய்கள்.
- ஊசி முனை குத்தப்படுதலைத் தவிர்.
- இரத்தம் சிதறுதலைத் தவிர்.
- அமிலம் மற்றும் எளிதில் தீப்பற்றக் கூடிய பொருட்களை கவனமாக கையாளுதல்.

மின் பாதுகாப்பு

- பாதுகாப்பு மின்தடைகளை எல்லா உபகரணங்களிலும் பயன்படுத்துதல்.
- தளர்த்தியான அல்லது சரியாக பொருந்தாத மின் கம்பிகளையோ, மின் இணைப்புகளையோ தவிர்த்தல்.
- இணைப்புகள் சரியாக மாட்டப்பட வேண்டும்.
- மின் கசிவுகளுக்கு மின்னியல் வல்லுநரை உடனடியாக அழைக்கவும்.

நெருப்பு பாதுகாப்பு

- கட்டிடங்கள் கட்டும் பொழுது மின் கசியாப் பொருட்களை பயன்படுத்த வேண்டும்.
- அவசர நேரத்தில் வெளியேறும் வழிகளை கட்டிடங்களில் அமைக்க வேண்டும்.
- எல்லா தளங்களிலும் புகைகண்டறியும் கருவிகளையும் நீர் தெளிப்பான்களையும் அமைக்க வேண்டும்.
- தீயணைக்கும் கருவிகளை எல்லா இடங்களிலும் அமைக்க வேண்டும்.
- தீயணைக்கும் பயிற்சியை அளிக்க வேண்டும்.

கருவிகள் மற்றும் பொருத்துதல் பாதுகாப்பு

- தினமும் கருவிகளை கணக்கிட வேண்டும்.
- மின்தாக்குதலை சமாளிக்க புவிக்கோடு (earthline)அமைக்க வேண்டும்.
- வழக்கமான பராமரிப்பும், மற்றும் பழுதுபார்ப்பும் நடைபெற வேண்டும்.
- செவிலியருக்கும், இயந்திர வல்லுநருக்கும் (mechanics) சாத்தியமான அபாயங்கள் பற்றிய பயிற்சிகள் அளிக்க வேண்டும்.

இரத்தம் பாதுகாப்பு

- சரியான இரத்தம் பிரிவு, குறுக்கு பொருத்துதலும் (grouping and cross matching).
- எச்.ஐ.வி மற்றும் ஹெப்படைடிஸ் பரிசோதனை செய்ய வேண்டும்.

சுற்றுச் சூழல் பாதுகாப்பு

- போதுமான வெளிச்சமும் காற்றோட்டமும்.
- மாடிப்படிகளில் கைப்பிடிச் சுவர்கள்.
- வழுக்கலில்லாத தரை.
- தீயணைப்பு கருவிகளும் மற்றும் அபாய ஒலிப்பான்களும்.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 43 19-02-2019 15:59:53

www.tnschoolbooks.in

- அதிகமான ஒலிகளை தவிர்க்க வேண்டும்.
- பாதுகாப்பான தள்ளு வண்டிகளும் சக்கர நாற்காலிகளும்.
- குளியல் அறைகளில் நீர்தேங்காதிருத்தல்.
- அழைப்பு மணி அமைப்புகள்.
- போதுமான அளவு திரைச்சீலைகள்.

ஆ) நோயாளியின் உடைமைகளை பாதுகாத்தல்

விலையுயர்ந்த பொருட்களை பட்டியலிடும் பொழுது வெள்ளை அல்லது மஞ்சள் உலோகம் அல்லது தங்கம் விலையுயர்ந்த கற்கள், வைரம் அல்லது கற்கள் போன்ற வார்த்தைகளை உபயோகப்படுத்த வேண்டும்.

- செவிலி மற்றும் நோயாளியின் கையெழுத்து பெற வேண்டும்.
- வீட்டிற்கு செல்லும் பொழுது விலை உயர்ந்த பொருட்களை திரும்ப பெற்றுக் கொள்ளலாம் என தெரிவிக்கவும்.

கழிவு மற்றும் நோய் தொற்றுக் கட்டுப்பாடு

- மருத்துவக் கழிவுகளை சரியான முறையில் பிரித்தெடுத்தலும் அப்புறப்படுத்தலும்.
- சரியான நுண்ணுயிரற்ற செய்முறைகள் பயன்படுத்தல்.
- மருத்துவமனை நோய்தொற்று தடுப்பு அமைப்புக்குழுவை உருவாக்குதல்.
- சரியான விகிதத்தில் சரியான காலத்தில் சரியான தொற்றுநீக்கிகளை பயன்படுத்துதல்.
- ஊசிகளை பாதுகாப்பான முறையில் அப்புறப்படுத்துதல்.
- நோய்தடுப்பு பற்றிய விளக்கவுரைகள் மீண்டும் மருத்துவருக்கும் செவிலியருக்கும் அளித்தல்.

மருத்துவமனையில் தங்கும் போது நோயாளியின் வசதி

- போதுமான மறைவிடம் (கதவை மூடுதல், திரைச்சீலை) வழங்குதல்.
- தேவையானால் நோயாளியின் உடையைக் களைந்து மருத்துவமனை அங்கியை அணிவித்தல்.
- தேவையானால் கூடுதலான போர்வையை அளித்தல்.
- மருத்துவமனை - நோயாளியின் உறவினர்களை அனுமதிக்க மட்டுமல்லாமல் தடுக்கவும் அதிகாரம் கொடுத்துள்ளது. எந்த ஒரு பார்வையாளராலும் மன அழுத்தம் உருவாகுமானால் அது குணமடைதலுக்கு உதவாது.
- பார்வையாளர்கள் தேவையான நேரம் மட்டுமல்லாமல் இரவிலும் தங்கலாம்.
- தொலைக்காட்சிப் பெட்டி, ரிமோட் (Remote) மற்றும் நாற்காலிகளை அளித்தல்.
- ஆலோசனை மையங்கள், பிரார்த்தனை செய்யவும், தியானம் செய்யவும் உகந்த இடங்களை அளித்தல்.
- காத்திருக்கும் நேரங்களை உபயோகமானதாகவும், சலிப்படையாதவாறும் மாற்ற வேண்டும்.
- மருத்துவமனையில் பணம் செலுத்துதல், மருத்துவரை சந்தித்தல், மருத்துவமனை விதி முறைகள் ஆகியவற்றை எளிதாக்க உதவுதல்.
- நோயாளி, உறவினர்கள் மற்றும் மருத்துவமனையில் நோயாளியின் அனுபவங்கள் ஆகியவற்றை கண்டறிதல்.

3.7 மருத்துவமனையிலிருந்து நோயாளி வெளியேற்றம்

வெளியேற்றம் என்பது நோயாளியையும், அவருடைய நோய் பற்றிய விவரங்களையும் அளித்து மருத்துவமனையில் இருந்து அனுப்புதல்.

நோக்கம்

1. நோயாளி நன்றாக குணமடைந்த பின்னும் மருத்துவமனையிலிருந்து வெளியேறிய

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 44 19-02-2019 15:59:54

www.tnschoolbooks.in

பின்னும் தொடர்ந்து பராமரிப்பை உறுதி செய்தல்.

2. வெளியேற்றம் செயல் முறையில் நோயாளிக்கு உதவிசெய்தல்.

வழிமுறைகள்

நோயாளியை மருத்துவமனையில் இருந்து நோயாளி பின்வருவனவற்றில் ஏதேனும் ஒன்றினால் வெளியேற்றப்படுகிறார்.

1. **வீட்டிற்குஅனுப்புதல்:** வீட்டிற்கோ, மற்றொரு மருத்துவமனைக்கோ, அதே மருத்துவமனையின் வேறொரு பிரிவிற்கோ, நோயாளி மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி அனுப்பப்படுகிறார். நோயாளி நன்றாக குணமடைந்து மருத்துவமனையிலிருந்து வீட்டிற்கு அனுப்பப்படுவார். அல்லது அதே மருத்துவமனையின் வேறொரு பிரிவுக்கு சிகிச்சைக்காக வேறு மருத்துவமனைக்கு அனுப்பப்படுவார்.

2. **வேறோரு மருத்துவமனைக்கோ அல்லது மருத்துவமனையின் மற்றொரு பிரிவுக்கோ அனுப்புதல்:** நோயாளி அல்லது அவரது குடும்பம் சிகிச்சையில் மனநிறைவு பெறாவிடில் மருத்துவரின் அறிவுரைக்கு எதிராக மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறுதல். இந்நிலையில் நோயாளியின் உறவினர் தன்னுடைய பொறுப்பில் நோயாளியை எடுத்துச் செல்வதாக எழுதி கையொப்பமிட்டுச் செல்லுதல்.

3. **மருத்துவரின் ஆலோசனைக்கு எதிராக வெளியேற்றம்:** மருத்துவருக்கோ, மருத்துவமனை ஊழியருக்கோ அறிவிக்காமலும், தாம் செல்வதாக எழுதி கையெழுத்திடாமலும் மருத்துவ அறிவுரைக்கு எதிராக மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறினால் பதிவேட்டில் காணாமல் போனதாகக் குறிக்கப்படும்.

3.7.1 செவிலியர் பொறுப்பு

1. மருத்துவமனையிலிருந்து நோயாளி வெளியேறுவதற்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு நாட்களுக்கு முன்பே நோயாளிக்கும், உறவினர்களுக்கும் அறிவிக்க வேண்டும்.
2. நோயாளியைப் பரிசோதித்து உயிர்நிலை அறிகுறிகளை அறிந்த பின்பு அனுமதிச் சீட்டை அளிக்க வேண்டும்.
3. நோயாளியின் சுகாதாரத்தை பராமரித்து, தன்னுடைய ஆடையை அணியும் படி செய்து, உணவு உட்கொண்டாரா என்று பார்க்கவேண்டும்.
4. நோயாளியின் விலையுயர்ந்த உடைமைகள் பாதுகாக்கப்பட்டிருக்குமாயின் அதனை ஒப்படைப்பு செய்ய வேண்டும்.
5. வெளியேற்ற பதிவேடு, வார்டுபதிவேடு, நோயாளிபதிவேடு போன்றவற்றை பூர்த்தி செய்ய வேண்டும்.
6. நோயாளியின் குறிப்பேடுகள் மற்றும் புறபதிவேடுகள் முடிக்கப்பட்டு மருத்துவ பதிவேடு பராமரிக்கும் அறைக்கு சரியான ரசீதுடன் அனுப்பப்பட வேண்டும்.
7. மருத்துவமனை அதிகாரிகளுக்கு நோயாளியின் வெளியேற்றம் மருத்துவ சட்டத்திற்கு உட்பட்டதாக இருந்தால் தெரிவிக்கவேண்டும்.
8. வெளியேற்றும் சீட்டை நோயாளி அல்லது அவர்களுடைய உறவினர்களிடம் ஒப்படைக்க வேண்டும். கீழ்கண்டவற்றை விளக்க வேண்டும்.
   - அ. வீட்டில் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டிய உணவு மற்றும் சிகிச்சை.
   - ஆ. மறுமுறை வரும் பொழுது வெளியேற்றுச் சீட்டை கொண்டு வருதல்.
   - இ. அவரது நிலையைப் பற்றிய சிறப்பான ஆலோசனை.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 45 19-02-2019 15:59:54

9. வெளியேற்றுச் சீட்டில் உள்ள மருந்துகளைப் பெற்று செல்கிறாரா என்பதைக் கவனிக்க வேண்டும்.
10. நோயாளி மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறு முன் அவர் உபயோகித்த மருத்துவமனைப் பொருட்களை சரிபார்க்க வேண்டும்.
11. நோயாளியின் நோய்க்கு ஏற்றார் போல் தள்ளுவண்டியோ, தூக்குப்படுக்கையோ ஒழுங்கு செய்ய வேண்டும்.
12. நோயாளி சென்ற பின் அந்தப் பிரிவை மறு ஒழுங்கு செய்ய வேண்டும்.

பாடச்சுருக்கம்

மருத்துவமனை என்பது சமூக மற்றும் மருத்துவத்தின் ஒரு முழுமையடைந்த பகுதியாகும். மருத்துவமனையின் வேலையானது மக்களுக்கு ஒரு முழுமையான சுகாதார கவனிப்பை அளிப்பதாகும். உரிமை, சிறப்பு மருத்துவம், தங்கும் நாட்கள் மற்றும் பல்வேறுபட்ட நோக்கங்களின் அடிப்படையில் மருத்துவமனையில் பல்வேறு வகைகள் உள்ளன. மருத்துவமனையின் அடிப்படை பணிகள், சிகிச்சை, குணமாக்குதல், பராமரிப்பு, மறுவாழ்வு, அவசர சிகிச்சை மற்றும் தடுப்பு நடவடிக்கைகளாகும். மருத்துவமனைகள் நோயாளியை மருத்துவமனையில் சேர்த்ததிலிருந்து வீட்டுக்கு அனுப்புதல் வரை உள்ள தேவைகளை சந்திக்கின்றன. மருத்துவமனையில் தங்கும் நாட்களில் சுகமளிக்கும் சேவையை மட்டுமல்லாமல் வசதியும் பாதுகாப்புமான சூழ்நிலையை அளிக்கின்றன. அதுமட்டுமல்லாமல் ஆரோக்கிய மேம்பாடு, கல்வி மற்றும் ஆராய்ச்சி போன்ற நீட்டிக்கப்பட்ட சேவையையும் செய்கின்றன. இவ்வாறு மருத்துவமனை உடல்நல பராமரிப்பு திட்டத்தில் முக்கியபங்கு வகிக்கின்றன.

வினாக்கள்

I சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக.

1. மருத்துவமனை என்ற சொல் இதிலிருந்து தோன்றியது
   அ) நம்பிக்கை   ஆ) தூய
   இ) ஹாஸ்பிக்   ஈ) ஹாப்ஸ்

2. 30 நாட்களுக்கு குறைவாக மருத்துவ–மனையில் நோயாளி தங்கியிருத்தல் இவ்வாறு அழைக்கப்படுகிறது
   அ) நீண்ட நாட்கள் தங்கும் மருத்துவமனை
   ஆ) சிறப்பு மருத்துவமனை
   இ) குறைந்த நாட்கள் தங்கும் மருத்துவமனை
   ஈ) பகல் நேர கவனிப்பு மருத்துவமனை

3. நோயாளியின் எல்லா அடிப்படைத் தகவல்களும் இதில் பதியப்படுகின்றன
   அ) சேர்க்கை
   ஆ) உற்று நோக்குதல்
   இ) பதிவு செய்தல்
   ஈ) வீட்டுக்கு அனுப்புதல்

CNG27

4. ஒரு குறிப்பிட்ட நோய்க்கு மருத்துவமனையின் சேவை ஒரு கட்டுப்பாட்டுக்குள் உள்ளது
   அ) பொது மருத்துவமனை
   ஆ) இணைக்கப்பட்ட மருத்துவமனை
   இ) தொண்டு நிறுவனங்கள்
   ஈ) தனியார் மருத்துவமனை

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 46 19-02-2019 15:59:54

5. அறுவை சிகிச்சையில் ஒவ்வாமைக்கு பாதுகாப்பு குறியீடு

அ) சிவப்பு ஆ) மஞ்சள்

இ) சிவப்பு ஊதா ஈ) ஊதா

II கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

6. உலக சுகாதார நிறுவனத்தால் மருத்துவமனை எவ்வாறு வரையறுக்கப்படுகிறது?
7. நோயாளியை மருத்துவமனையில் சேர்த்தலின் வகைகள் யாவை?
8. பதிவுசெய்தல் என்றால் என்ன?
9. நோயாளியை மருத்துவமனையில் இருந்து வீட்டிற்க்கு அனுப்புதலின் வழிமுறைகள் யாவை?
10. வசதி என்றால் என்ன?

III குறுகிய விடையளி (3 மதிப்பெண்கள்)

11. நோயாளியின் தன்மைக் கேற்ப மருத்துவமனைகள் எவ்வாறு வகைப்படுத்தப்படுகின்றன?
12. மருத்துவமனையின் அடிப்படை வேலைகள் யாவை?
13. நோயாளியின் பாதுகாப்பின் வகைகளை வரிசைப்படுத்துக.
14. நோயாளியை வீட்டுக்கு அனுப்புதலின் நோக்கம் யாது?
15. மருத்துவமனையில் நோயாளிக்கு அளிக்கப்படும் பாதுகாப்பின் வகைகள் பற்றி எழுதுக?

IV விரிவான விடையளி

16. மருத்துவமனையின் வகைகளை விவரி?
17. மருத்துவமனையில் நோயாளியை பதிவு செய்தல் பற்றி விளக்குக.
18. நோயாளிகளின் தேவைகளையும் செவிலியின் பொறுப்புகளையும் எழுது?
19. மருத்துவமனை பொருளாதாரத்தை எவ்வாறு சமாளிப்பாய்?
20. வசதியான சூழல் பற்றி எழுது?

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. சேர்க்கை (Admission) – சேர்க்கை என்பது ஒரு நோயாளியை அனுமதித்தல் மற்றும் வசதியுடன் மருத்துவமனை வார்டுகளில் தங்க வைத்து உற்று கவனித்தல், விசாரித்தல் மற்றும் (அவன்/அவள்) நோயினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் போது சிகிச்சை அளிப்பதாகும்.
2. வெளியேற்றம் (Discharge) – நோயாளி மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேற தேவையான பதிவுகளை தயாரித்தல்.
3. காயக்கட்டு (Dressing) – இது ஒரு தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்ட திண்டு அல்லது காயத்திற்கு பயன்படுத்தப்படும் கட்டுத்துணி மற்றும் அவற்றை குணமடைய செய்யவும் மேலும் காயம் அதிகரிக்காமல் பாதுகாக்கிறது.
4. மருத்துவமனை (Hospital) – இது சமூக மற்றும் மருத்துவ அமைப்பின் ஒருங்கிணைந்த பகுதியாகும். இதன் செயல்பாடு மக்களுக்கு முழுமையான சுகாதார பராமரிப்பு வழங்குவதாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 47 19-02-2019 15:59:54

www.tnschoolbooks.in

மேற்கோள் நூல்கள்

1. Sr. Nancy, (2017) Principles and practice of Nursing Vol 1 – Nursing Arts Procedures (7th ed.)
2. Tailor, C. (2001) Potter and Perry's Fundamentals of Nursing
3. A new text book for nurses in India Vol 1 & 2, CMAI, South India Branch
4. https://doctors.practo.com/setting-up-hospital-in-india-guide/
5. https://www.ibef.org › Industry
6. http://www.byouin.metro.tokyo.jp/matsuzawa/english/admission_type.html
7. https://en.wikipedia.org/wiki/Dressing_(medical)

Nursing General_Tamil Ch-3.indd 48 19-02-2019 15:59:55

அலகு **4**

செவிலியத் துறையில் தகவல் தொடர்பு திறன்

AK9W3

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- கருத்துகள் மற்றும் தகவல் தொடர்பின் வகைகளை விவரித்தல்.
- தகவல் தொடர்பின் முக்கியத்துவத்தை விவாதித்தல்.
- தகவல் தொடர்பின் அத்தியாவசிய கூறுகளை பட்டியலிடுதல்.
- சிறந்த தகவல் தொடர்பின் அத்தியாவசியங்களை விவரித்தல்.
- தகவல் தொடர்பிற்கான தடைகளை பட்டியலில் இணைத்து கொள்ளல்.
- தனிப்பட்ட நபர்களுக்கிடையே உள்ள தொடர்பு பற்றி விளக்குதல்.

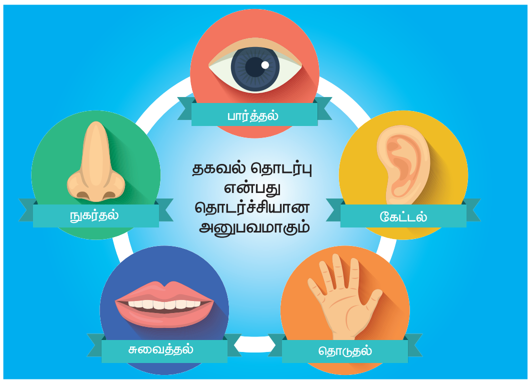
4.1 முன்னுரை

கேட்டார்ப் பிணிக்குத் தகையவாய்க் கேளாரும்
வேட்ப மொழிவதாஞ் சொல். – திருக்குறள்

விளக்கம்:
"சொல்லும் போது கேட்டவரைத் தன் வயப்படுத்தும் பண்புகளுடன், கேட்காதவரும் கேட்க விரும்புமாறு கூறப்படுவது சொல்வன்மையாகும்."

தகவல் தொடர்பு என்பது தகவலை கடத்துவதில், கருத்துக்கள், அணுகுமுறைகளை ஒரு நபரிடமிருந்து மற்றொருவருக்கு தெரிவிக்கும் ஒரு கலை ஆகும். தகவல் தொடர்பு என்பது மனிதர்களிடையே நிகழும் ஒரு கலை ஆகும். தகவல் தொடர்பு என்பது மனிதர்களிடையே ஒரு அர்த்தமுள்ள பரஸ்பர உறவை ஏற்படுத்தக் கூடிய செயல்முறையாகும். தொடர்பு (Communication) என்ற வார்த்தை “கம்யூனிஸ்” என்ற வார்த்தையிலிருந்து பிறந்ததாகும்.

தகவல் தொடர்பு என்பது வாழ்நாள் முழுவதும் நடைபெறும் ஒரு கற்றல் செயல்முறையாகும். இவையே செவிலியத் துறையில் மனிதர்களிடையே பரஸ்பர உறவை



Nursing General_Tamil Ch-4.indd 49 19-02-2019 16:00:44

ஏற்படுத்துவதில் ஒரு அடிப்படையான மற்றும் முக்கிய கூறுகளாகும். செவிலியர்கள் நோயாளிகளுடன், குடும்ப உறுப்பினர்களுடன், மற்ற சக சுகாதார நல பணியாளர்களுடன் திறம்பட தொடர்பு கொள்ளுதல் அவசியமாகும். செவிலியர்கள் தகவல் தொடர்பு திறன் மற்றும் நுட்பங்களை கட்டாயமாக பெற்றிருக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு நோயாளியையும் செவிலியர் கவனிப்பின் போது நல்ல ஒரு வெற்றிகரமான விளைவு ஏற்பட செவிலியர் மற்றும் நோயாளி இடையே நல்ல தகவல் தொடர்பு அத்தியாவசியமாகும். செவிலியர் கட்டாயமாக நேரத்தை ஒதுக்கி நோயாளியிடமும் அவரை சுற்றி உள்ள உறவினரிடமும் தேவையான நல்ல நம்பகத்தன்மை ஏற்படும் வகையில் தொடர்பு ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நல்ல தகவல் தொடர்பு என்பது செவிலியரின் உடல் திறன்களை மட்டும் அடிப்படையாக கொண்டிராமல் கல்வி மற்றும் அனுபவத்தின் வழியாகவும் பெறப்படுவதாகும்.

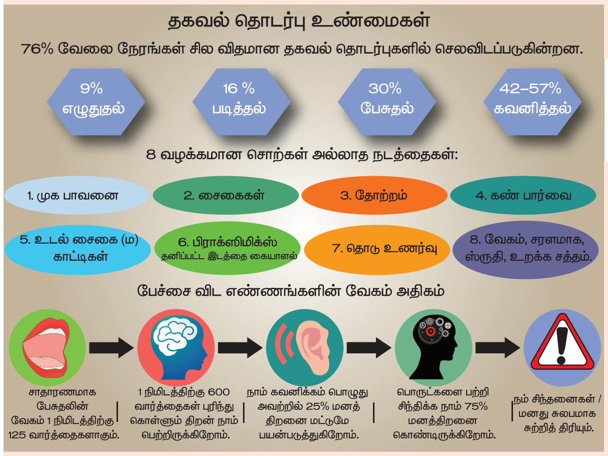
4.2 தகவல் தொடர்புக்கான கருத்துக்கள் மற்றும் வகைகள்

நீங்கள் பேசுவதற்கு முன்பு சிந்திக்க வேண்டும்: இது தேவைப்பட்டால்? இது உண்மை என்றால்? இரக்கமுடையது என்றால்? ஒருவரை காயப்படுத்தும் என்றால்? மௌனத்தை மேம்படுத்தலாமா?

கருத்துக்கள்

1. தகவல் தொடர்பு என்பது ஒரு நபரிடமோ அல்லது பல நபரிடமோ தகவலை அனுப்புதல் மற்றும் பெறுதல் ஆகும்.
2. தகவல் தொடர்பு என்பது தகவல், எண்ணங்கள், கருத்துக்கள் ஆலோசனைகள், ஒரு தனிநபரிடம் இருந்து மற்றவருக்கு பரிமாற்றும் செயல்முறையாகும்.
3. தகவல் தொடர்பு என்பது அனுப்புவர் தெரிவிக்கும் தகவல் ஒருவரிடமிருந்து கடந்து சென்று (பெறுபவர்) மற்ற நபர் புரிந்துகொள்ளும் செயல்முறையாகும்.
4. தகவல் தொடர்பு என்பது குறியீடு செய்திகளை பகிர்ந்து ஒரு தொடர்ச்சியான செயல்முறையாக இருத்தல் வேண்டும்.
5. தகவல் தொடர்பு என்பது மீளா மற்றும் மீண்டும் நிகழாத செயலாக இருத்தல் வேண்டும்,
6. தகவல் தொடர்பு என்பது கலாச்சாரம் சம்பந்தப்பட்டது.
7. தகவல் தொடர்பில் தெரிவிக்கப்படும் தகவல், கருத்துக்கள் ஆலோசனைகள் உணர்ச்சிகள், மற்றும் திறன்களை தெரிவிக்க குறியீடுகள், வார்த்தைகள், படங்கள், புள்ளிவிவரங்கள், வரைபடங்களை பயன்படுத்தலாம்.
8. தகவல் தொடர்பு என்பது பரப்பப்படும் தகவல், கருத்துகள், அணுகுமுறைகள் அனுப்பவரிடமிருந்து பெறுபவர் விருப்பத்துடன் தெரிந்துகொள்ள தூண்டுதலாக இருப்பதே இதன் நோக்கமாகும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?



Nursing General_Tamil Ch-4.indd 50 19-02-2019 16:00:45

4.2.1 தகவல் தொடர்பின் வகைகள்

தகவல் தொடர்பு இரண்டு வகைப்படும். இவை தகவலை பரப்புவதன் வழி இரண்டு வகைப்படும்.

- வாய்வழி (அ) வாய்மொழித் தகவல் தொடர்பு
- சைகைவழி (அ) சொற்கள் இல்லா தகவல் தொடர்பு

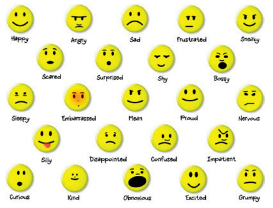
வாய்மொழித் தொடர்பு: வாய்மொழித் தொடர்பு என்பது வாய்வழி சொல்லப்பட்ட வார்த்தைகளோ அல்லது எழுதப்பட்ட வார்த்தைகளையோ உள்ளடக்கியதாகும். இவை வாய்வழி தகவல் மற்றும் எழுதப்பட்ட தகவல் என இரண்டு வகையாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

வாய்வழி தகவல் தொடர்பு: இவற்றில் பேச்சு வார்த்தைகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இவற்றில் உரையாடலை எதிர்கொள்ள முக பாவனைகள், பேச்சு, தொலைபேசி வழி உரையாடல், காணொலி, தொலைக்காட்சி, இணையத்தில் குரல்களை கேட்டல் ஆகியவை உள்ளடக்கியதாகும்.

எழுத்துவழி தகவல் தொடர்பு: எழுத்து வழி தகவல் தொடர்பிற்கு அடையாளங்கள், அறிகுறிகளை பயன்படுத்தலாம். இவற்றில் உள்ளடங்கியவை மின்அஞ்சல், கடிதங்கள் அறிக்கைகள், குறிப்புகள் ஆகும்.

சொற்கள் இல்லா தகவல் தொடர்பு (சைகை வழி தகவல் தொடர்பு): சைகைவழி தகவல் என்பது அனுப்புபவர் மற்றும் பெறுபவர் வார்த்தையில்லா தகவலை பயன்படுத்துவது ஆகும். இது உடல் அசைவுகளை கொண்டு தெரிவித்தல் என்றும் கூறப்படும் இதில் உள்ளடங்கியவை.

- முகபாவனைகள் மற்றும் காட்டிகள் மூலம் தன் கருத்து, மனநிலை, ஆரோக்கியம் ஆகியவற்றை நம்பகமான குறியீடுகளாக கூறலாம்.
- முகபாவனைகள் தகவல் தெரிவிப்பதில் ஒரு உலகளாவிய பொருளாக கருதப்படுகிறது.
- கண்கள் வழி தொடர்பு (எ.டு) பரஸ்பர கண்கள் தொடர்பு.
- உடல் அசைவுகள் (எ.டு) தோல்பட்டை தோள்கள் அசைத்தல் அல்லது உயர்த்துதல்.
- தொடுதல் ஒரு நெருங்கிய உறவை ஏற்படுத்துகின்றன.
- குரலின் ஒலியை வெளிப்படுத்துவதன் மூலம் நேர்மை மற்றும் திறமைகளை அறிய முடியும்.
- சைகைகள் என்பது வழிமுறைகள் மற்றும் எச்சரிக்கைகள் தெரிவிப்பதில் சிறந்த அடையாளமாகும்.
- குறியீடு என்பது கருத்துக்களை தெரிவிப்பதில் சிறந்த அடையாளங்களாகும்.



புகைப்பிடித்தல் கூடாது

ஆண்கள் மட்டும்

பெண்கள் மட்டும்

@ விகிதத்தில்

ⓘ இணைய தள தேர்வு

முதல் தகவல் சாதனம்

தொலைபேசி (தொலைதூர சத்தம் என்று பொருள்) பொதுவாக பரவலாக பயன்படுத்தக் கூடிய தகவல் தொடர்பு சாதனம் ஆகும். 1876 ஆம் ஆண்டு கண்டுபிடிக்கப்பட்டது.

—அலெக்ஸாண்டர் கிராஹாம்பல்

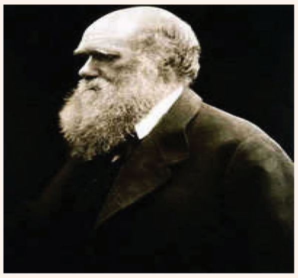
Nursing General_Tamil Ch-4.indd 51 19-02-2019 16:00:46

www.tnschoolbooks.in

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

உடல் சைகையைப் பற்றி முதன் முதலில் கற்றவர் மற்றும் அதன் தோற்றத்தை அறிந்தவர் யார்?

வேறு யாரும் அல்ல, சார்லஸ் டார்வின், பரிணாமத்தின் தந்தை, தன்னுடைய புத்தகங்களில் மனிதர் மற்றும் விலங்குகளின் உடல் சைகைகளைப் பற்றி முதலில் கற்றறிந்த முதல் மனிதர். 1872 ஆம் ஆண்டில் வெளியான மனிதன் மற்றும் விலங்குகளில் உள்ள உணர்ச்சிகளின் வெளிபாடு.



இவர் இதனை கவனமாக ஆராயும் பொழுது மனிதர்களுக்கும் விலங்குகளுக்கும் உள்ள நடத்தைகள் சில பொதுவாக இருப்பதைக் கவனித்தார். இவ்வகையான சொற்களற்ற சைகைகள் உள் உணர்ச்சிகளை மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதற்கு உதவுகின்றன. தகவல் தொடர்பில் உடல் சைகைகள் பற்றிய படிப்பிற்கு KINESICS எனப்படும். இந்த படிப்பின் நோக்கம் எப்படி வெவ்வேறு விதமான சைகைகள் வளர்ந்த து என்பதையும் மற்றும் தொடர்பு கொள்ளும் சைகைகளின் அர்த்தங்களை வகைப்படுத்தவும் மற்றும் புரிந்து கொள்வதும் ஆகும்.

தகவல் நிலைகளைக் கொண்டு தகவல் தொடர்பு 5 நிலைகளாக வகைப்படுத்துகின்றனர்

1. தனிப்பட்ட தகவல் தொடர்பு (சுயதகவல் தொடர்பு)
2. இருவருக்கிடையே தகவல் தொடர்பு
3. குழுத்தகவல் தொடர்பு
4. பொதுத் தகவல் தொடர்பு
5. மக்கள் திரள் தகவல் தொடர்பு

1. **தனிப்பட்ட தகவல் தொடர்பு:** இவ்வகை தகவல் தொடர்பு தங்களுக்குள் நிகழும் தகவல் தொடர்பாகும். எண்ணங்கள், உணர்ச்சிகள், மற்றும் அவற்றை தங்கள் வழி எப்படி காண்கிறோம் என்பதை பொறுத்து அமைவதாகும். இவ்வகை தகவல் தொடர்பு என்பது மக்கள் தங்களுக்குள் நினைக்கும் கருத்துகளை பிறருக்கு புரியும்படி விளக்குதல்.
2. **இருவருக்கிடையே தகவல் தொடர்பு:** இருநபரிடையேயோ அல்லது சிறுகுழுவினரிடையேயோ நிகழுகின்ற தகவல் பரிமாற்றமாகும்.
3. **குழுத் தகவல் தொடர்பு:** குழுநபரிடையே உள்ள ஆர்வத்தை பொருத்து இத்தகவல் தொடர்பு அமைகின்றது.
4. **பொது தகவல் தொடர்பு:** பொது தகவல் தொடர்பு என்பது பொதுவாக ஒரு மனிதர் தகவலை பெரிய குழுவாகிய (மக்களுக்கு) மனிதர்களுக்கு தெரிவிப்பதாகும்.
5. **மிகுந்த மக்கள் தகவல் தொடர்பு:** பெரிய குழுக்களுக்கு தகவலை ஊடகங்களான தொலைக்காட்சி, செய்தித்தாள்கள், வானொலி வழியாக தெரிவித்தல் ஆகும்.

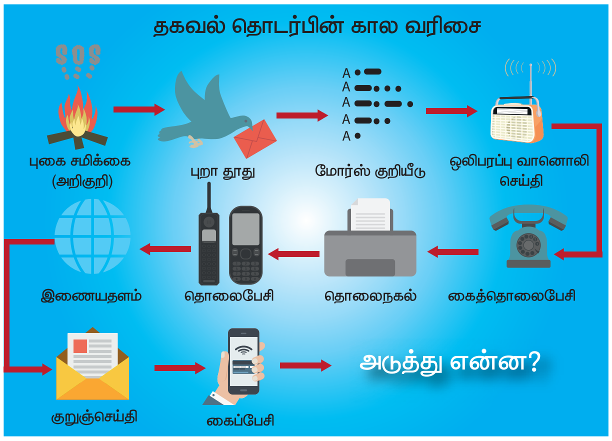
4.3 தகவல் தொடர்பின் முக்கியத்துவம்

- நோயாளிகள், உறவினர், மருத்துவர் மற்றும் குழுவில் உள்ள நல கவனிப்பாளர்கள்

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 52 19-02-2019 16:00:47

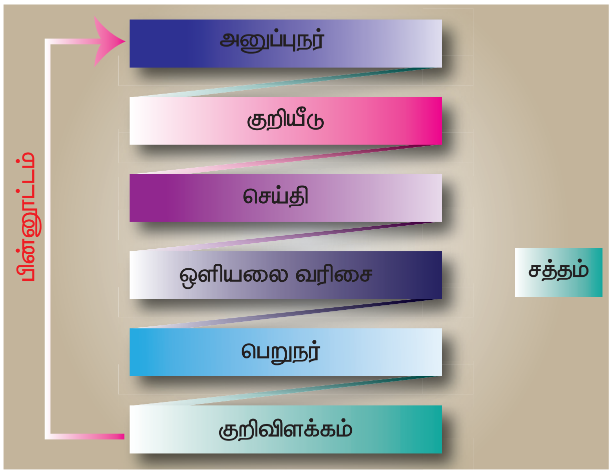
தெரிவிக்கும் கருத்துக்களை புரிந்துகொள்ளவும், பரிமாறிக் கொள்ளவும் உதவுகிறது.

- செவிலியர் மற்றும் நோயாளிக்கிடையே நல்ல ஒரு நம்பகத்தன்மை உருவாதல்.
- செவிலியர் மற்றும் நோயாளிக்கும் இடையே உண்டாகும் பதற்றத்தை குறைக்கிறது மேலும் இருவரிடையே நல்ல பரஸ்பர உறவை அதிகரிக்கிறது,
- செவிலியர்களின் நடத்தை மாற்றங்களை ஏற்படுத்த உதவுகிறது.
- மற்றவர்களின் நடத்தை மாற்றத்தை ஏற்படுத்த தூண்டுதலாக இருக்கிறது.
- வார்டுகளில் எந்த வித கோளாறுகள் (அ) பிரச்சனைகள் ஏற்படுவதை தடுக்கிறது.
- செவிலியருக்கு சிறந்த தலைமைப் பண்பை உண்டாக்குகிறது.



4.4 தகவல் தொடர்பு செயல்முறையில் உள்ள அத்தியாவசிய கூறுகள்

1. **அனுப்புபவர்** அனுப்புபவர் என்பவர் தகவலை குறியிட்டு வழங்குபவர்.
2. **பெறுபவர்** அனுப்பப்பட்ட செய்தியை குறியிட்டு பெறுபவர் ஆவர்.
3. **செய்தி** என்பது அனுப்புபவரால் அனுப்பப்படும் தகவலாகும்.



4. **வழிகள்** என்பது செய்திகளை பரிமாறுதல் மற்றும் பெறுதல் ஆகும். அவை காண்பவை, கேட்பவை, மற்றும் தொடு உணர்வு மூலம் வழங்குதல்.
5. **பின்னூட்டம் (அ) செயல் விளைவு:** பெறுநரால் அனுப்பப்படுகின்ற பதில் செய்தியாகும். அவை அனுப்புநர் அனுப்பிய செய்தியின் பொருளை பெறுநர் புரிந்துகொண்டாரா என்பதை அறியும் ஒரு குறிப்பாக விளங்குகிறது.

4.5 சிறந்த தகவல் தொடர்புக்கான அத்தியாவசிய கூறுகள்

கூர்ந்து கவனித்தல்

தொடக்கத்தில் தனக்கு தெரிந்த அனைத்து கருத்துக்களையும் வெளிப்படுத்தாமல் செவிலியர் திறந்த மனப்பான்மையுடன் பெறுநர் தெரிவிக்க நினைக்கும் கருத்துக்களை கூர்ந்து கவனித்தல் வேண்டும். அமைதி காத்தல் அவசியமாகும்.

குறுக்கீடு செய்தல் கூடாது

பெறுநர் வெளிப்படுத்த நினைக்கும் கருத்துக்களை முழுமையாக வெளிப்படுத்த அனுமதிக்க வேண்டும். தாங்களாக அவரை அவசரப்படுத்தி கூற நினைக்கும் கருத்துக்களை பாதியில் நிறுத்த நினைக்க கூடாது.

www.tnschoolbooks.in

சுட்டிக்காட்டும் விரல்களை தவிர்க்கவும்

குற்றம் சாட்டப்படுவது எப்போதுமே தவிர்க்க முடியாதது போலவும், விரைவாக மற்ற நபரை அந்நியப்படுத்தவும் செய்யும்.

தெளிவாக மற்றும் சுருக்கமாக தெரிவித்தல்

தெரிவிக்க வரும் தகவலை நோயளியிடம் தெளிவாகவும் சுருக்கமாகவும் தெரிவித்தல் வேண்டும். அவர்களுக்கு எந்தவிதமான குழப்பத்தையும் சந்தேகத்தையும் ஏற்படுத்தாத வகையில் அறையை விட்டு வெறியேற வேண்டும். குறிப்பாக தகவல்களை தெளிவாக முடிந்த அளவுக்கு எடுத்து விளக்க வேண்டும்.

மீண்டும் மற்ற நபரின் கருத்துக்களை கவனித்தல்

எப்போழுதும் மற்ற நபர் (பெறுபவர்) கூற நினைக்கும் தகவலை (அ) வெளிப்படுத்த நினைக்கும் எண்ணங்களை முழுவதுமாக அவரது கண்ணோட்டத்திலிருந்து மீண்டும் கவனித்தல் வேண்டும்.

பின்னூட்டம் (அ) செயல்விளைவு வழங்குதல்

பெறுபவரின் வார்த்தைகளை குறுக்கிடாமல் இடையில் ஒரு சில நடுநிலையான வார்த்தைகளை கூறுதல் வேண்டும்.

அவை “ஒ அப்படியா” போன்றவை அவர்கள் கூறுவதை கவனம் சிதறாமல் பின் தொடர்ந்து எண்ணங்களோடு செல்ல ஏதுவாகும்.

அனுதாபம் காட்டு

அனுதாபப்படுதல் என்பது ஒரு திறன் அவர்களுடைய நிலையில் இருந்து உணர்வுகளை புரிந்து கொள்ளுதல் ஆகும். எந்த நபரின் பல வாதங்களையும் தாண்டி குறிப்பாக அவ்விடத்தில் உணர்வு பூர்வமான சூழல் ஏற்படும் நிலையில் அவர்களிடம் அனுதாபத்துடன் நடத்தல் அவசியமாகும்.

சைகை செயல்களுக்கு கவனம் செலுத்துதல்

உடல் அசைவுகள் (சைகைகள்) என்பது பெறுநர் கூற நினைக்கும் தகவலில் முக்கியமான மற்றும் கூடுதலான தகவல் ஆகும். சில நேரங்களில் இவை தேவையற்ற போது சூழ்நிலைக்கு தகுந்த நேரங்களில் உண்மைத்தன்மைகேற்ப கவனித்தல் கொள்ளப்படுகிறது.

4.5.1 செவிலியர்கான தகவல் தொடர்பு திறன்

செவிலியத் துறையில் தகவல் தொடர்புதிறன் என்பது ஒரு முக்கியமான திறன் மற்றும் இன்றியமையாததாகும். செவிலியர்கள் மக்களிடையே பேசும் பொழுது கல்வி, நாகரிக, சமூக ரீதியாக அனுபவம் கொண்டிருக்க வேண்டும் மற்றும் கட்டாயமாக சிறந்த முறையில், அக்கறையுடன் தொழில் ரீதியாக செயல்புரிதல் வேண்டும். குறிப்பாக நோயாளி மற்றும் குடும்ப உறுப்பினர்களிடம் தகவலை தெரிவிக்கும் நேரங்களில் இவ்வாறு நடக்க வேண்டும்.

> இரக்கமுள்ள வார்த்தைகள் சுருக்கமாகவும், பேசவும் எளிமையாக இருக்கும். ஆனால் அவற்றின் எதிரொளி உண்மையில் முடிவே கிடையாது.
>
> – அன்னை தெரேசா

நீங்கள் உங்கள் தகவல் தொடர்பு திறனை வளர்த்து கொள்ள விரும்பினால் கீழே உள்ள குறிப்புகள் உதவி புரியும்.

1. நிதானமாக (அ) மெதுவாக பேசுதல்

ஒரு சில வார்த்தைகளின் உச்சரிப்பு பொதுவாக ஒன்றைபோல் மற்றொன்றும் வேகமாக பேசும் சமயங்களில் இருக்க வாய்ப்புள்ளது. தேவையான நேரங்களை எடுத்துக் கொண்டு மெதுவாகவும், நிதானமாகவும், கவனமாகவும் பேசுவதால் நோயாளிகள் தவறாக புரிந்துகொள்வது குறைக்கப்படுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 54 19-02-2019 16:00:49

www.tnschoolbooks.in

2. தெளிவாக பேசுதல், சத்தமாக பேசக்கூடாது

மிகுந்த சத்தத்துடன் பேசுவதற்கு பதில், அதிகம் தெளிவாக பேசுவதில் முயற்சி செய்தல் வேண்டும். குறிப்பாக வயதான நோயாளிகளுடன் தகவல் தொடர்பு கொண்டு இருக்கும் வேலையில் தெளிவாக பேச வேண்டும்.

3. வழக்கு மொழியில் பேசுவதை தவிர்க்கவும்

மக்களிடையே நிகழும் பொதுவான தவறுகள் பெரிய வார்த்தைகள் மற்றும் கடினமான வார்த்தைகள் பயன்படுத்துவதால் ஏற்படுகின்றன. மற்றொரு பிரச்சனை வழக்குமொழி (கொச்சை வார்த்தைகள்) பொருந்தாத வார்த்தைகள் பயன்படுத்துவது. சிறந்த தகவல் தொடர்பிற்கு இத்தவறுகளை தவிர்த்தல் வேண்டும்.

4. பார்வையாளர்களை நினைவில் கொள்ளுதல்

நீங்கள் கூற நினைக்கும் தகவல் மருத்துவரிடமும் மற்றும் சக செவிலியரிடமும் இருந்து நோயாளிகளிடமும், நோயாளியின் குடும்ப உறுப்பினர்களிடத்தும், தகவல் மொழி நடை முற்றிலும் மாறுபட்டதாக இருக்க வேண்டும். சூழ்நிலைக்கு பொருந்தியவாறு கவனிப்பாளர்களுக்கு தகுந்தவாறு வார்த்தைகளை தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

5. நிறுத்திவிடுதல் மற்றும் கவனித்தல்

சிறந்த தகவல் தொடர்புக்கு ஒரு முக்கியமான திறன் பெற்றிருத்தல் வேண்டும். அவை யாதெனில் செவிலியர் தான் பேசுவதை நிறுத்திவிட்டு நோயாளி என்ன கூற வருகிறார் என்பதை அமைதியாக கவனித்தல் வேண்டும். கவனித்தல் என்பது தகவல் தொடர்பில் ஒரு சக்திவாய்ந்த கருவியாகும்.

6. பிரதிபலித்தல்

தகவல் தொடர்பு என்பது தொடர்ச்சியானது என்பதை உறுதி செய்தல் வேண்டும். ஒரு சாதாரண நுணுக்கங்களான நோயாளி கூறும் செய்திகளுக்கு பிரதிபலித்தல் ஆகும். இறுதியில் முக்கிய கருத்துக்களைச் சுருக்கமான வார்த்தைகளில் மறுபடியும் நோயாளிக்கு எடுத்து கூறுதல்.

7. உடல் சைகைகளை பயன்படுத்தல்

நீங்கள் கூற நினைக்கும் தகவலை வார்த்தைகளோடு நிறுத்தி கொள்ளாமல் முகபாவனைகள், கையசைவுகள், தலையசைவு கொண்டு தெரிவித்தல் வேண்டும். வார்த்தைகளால் கூறியவையும் உடல் கூறு மொழியால் தெரிவித்தவையும் ஒரு சேர இருத்தல் என்பதில் கவனத்தில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும், எந்த ஒரு முரண்பாடான தகவலையும் தெரிவித்தல் கூடாது.

8. தகவல் தொடர்பின் எல்லையை அறிதல்

ஒரு சில சந்தர்ப்பங்களில் எப்பொழுதாவது தடுமாறினாலோ அல்லது வார்த்தையால் தொடர்பு கொள்ள முடியவில்லை என்று விரக்தியடைந்தாலோ உன்னுடைய எல்லை தடைபடுகிறது என அறிவாய். இச்சிதைவினால் சூழ்நிலைகளை நலமாக எவ்வாறு கையாளலாம் எனக் கற்றுக் கொள்வாய்.

9. அயல் நாட்டு மொழியை கற்றுக் கொள்வதில் கவனம் செலுத்துதல்

இது விநோதமானதாக இருக்கலாம் ஆனால் ஒரு புதிய மொழியைக் கற்றுக் கொள்வது உங்கள் தாய்மொழியுடன் சிறந்த தொடர்பில் வைக்கும் நீங்கள் ஏற்கனவே தெரிந்த வார்த்தைகளை கொண்டு சூழ்நிலையை சமாளிக்க இயலும்.

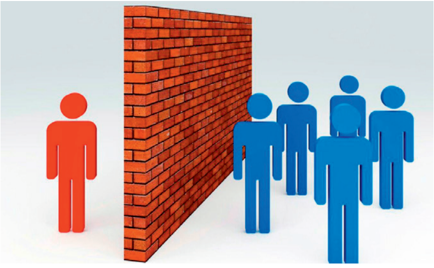
10. மற்ற தகவல் தொடர்பு முறைகளை மறக்கக்கூடாது

பேசுதல் மற்றும் கவனித்தலோடு, மற்ற திறன்களான எழுதுதல் மற்றும் வாசித்தலை மறக்க கூடாது. இவற்றையும் கட்டாயமாக தெரிந்து கொள்ளல் அவசியமாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 55 19-02-2019 16:00:49

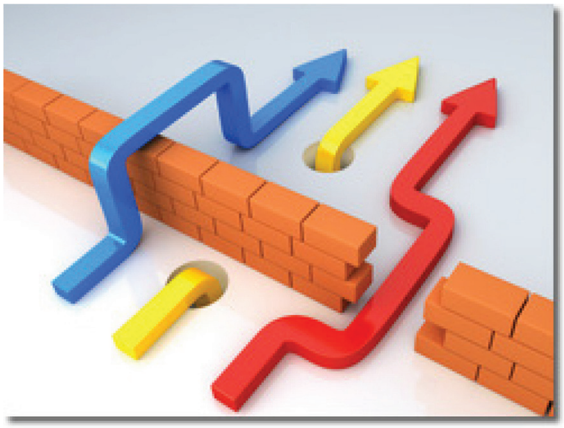
4.6 திறமையான தகவல் தொடர்புக்கு தடை செய்யும் காரணிகள்

சிறந்த தகவல் தொடர்பில் முழுமையாக பரிமாறப்படுவதற்கு முன்பே தடுக்கப்படுகிறது. விரும்பத்தகாத செயல்களால் தகவல் தொடர்பு செயல்முறை இடையிலேயே தோல்வியில் தழுவுகிறது.



- **உடற்தடைகள்** – தொடர்ச்சியாக ஏற்படும் உடற் தடைகள் இயற்கையான சூழ்நிலை நிகழ்வுகளான அதிக சத்தம், பார்வை குறைபாடுகள், மற்றும் சில.
- **நிறுவன தடைகள்** – பணிபுரியும் இடங்களில் நிறுவனங்களின் பிரச்சனை காரணமாக தடை ஏற்படுதல் (எ.டு) கண்காணிப்பு குறைபாடு, பயிற்சி, கொள்கைகள் ஒழுங்கின்மை.
- **தனிநபர் தடைகள்** – இவ்வகையான தடைகள் ஒரு தனிநபரின் உளவியல் ரீதியான பிரச்சனைகளால் ஏற்படுகின்றது (எ.டு) சரியான ஊக்குவித்தலின்மை, பணியில் திருப்தியில்லாமை, கவனமின்மை.
- **இருபொருள் தரும் வார்த்தைகள் / சொற்றொடர்கள்** – ஒரு சில வார்த்தைகளின் ஒரே உச்சரிப்பு ஆனால் அர்த்தங்கள் (பொருள்) வேறுபடும். ஒரே நேரத்தில் பல பொருள் பரப்பப்படுகின்றது. கொடுத்த தகவலின் பொருளை சரியாக புரிந்து கொண்டாரா என்பதை உறுதிப் படுத்திக் கொள்ளல் வேண்டும்.
- **தனிப்பட்ட மொழித்திறன்** – வாசகங்களை பயன்படுத்துதல் (ஜார்கன்) கடினமான மற்றும் பொருந்தாத வார்த்தைகளை பயன்படுத்துவதால் பெறுபவர் தகவலை பெறுவது தடைசெய்யப்படுகின்றது.
- **உடலியல் தடுப்பு** – இவை தனிநபரின் அசௌகரியமான உடல்நிலை, உடல் நலமின்மை, கண்பார்வை குறைவு, கேட்கும் திறன் குறைவாக இருக்கும் போது ஏற்படுகிறது.
- **கடந்து செல்லுதல்** – தகவல் தெரிவிப்பவர் (அனுப்புநர்) கொடுக்கும் தகவலை ஒத்திசைந்து பெறுபவர் குறியீடுகளை புரிந்து கொள்ளாமல் நிகழ்வும் ஏற்படும்.
- **நாகரீக தடைகள்** – ஆழ்ந்த நம்பிக்கை, வழக்கம், அணுகுமுறை, மதம், உணர்வுகள், படிப்பறிவில்லாமை ஆகியவற்றால் தகவல் கடத்துவதில் தடைகளாக தூண்டப்படுகின்றன.
- **விமர்சிக்கப்படுவது பற்றி பயம்** – இவை ஒரு நல்ல தகவல் தொடர்பு ஏற்படுவதில் ஒரு பெரும் தடையாக விளங்குகிறது.
- **பாலின ரீதியான தடை** – தகவல் தொடர்பாளர்கள் தொழில் பற்றிய முறையான தொகுப்புகளை வைத்திருந்தாலும் அதைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு இல்லை. இது ஆண், பெண்களுக்கு இடையே பெரிதும் முரண்பாடு ஏற்படுகின்றது.

4.6.1 தகவல் தொடர்புக்கான தடைகளை கடக்க பயன்படுத்தும் நடவடிக்கைகள்



Nursing General_Tamil Ch-4.indd 56 19-02-2019 16:00:50

கருத்துக்களை வழங்குவதில் தெளிவுபடுத்துதல்

தெளிவாக கருத்துக்களை சொல்லுதல் – தகவலை வழங்குபவர் தெரிவிக்கும் தகவலில் தெளிவாக இருத்தல் வேண்டும்.

தகவலை முழுமைப்படுத்தல் – அனுப்பப்படும் தகவல் அதை தெரிவிக்கும் நோக்கத்தோடு மட்டும் இருத்தல் வேண்டும். இயற்கைக்கு புறம்பானதாக இருத்தல் கூடாது.

பெறுபவரின் நிலையை புரிந்துகொள்ளல் – வெளிப்படுத்தும் தகவல் மொத்த உடல் அமைப்பு மற்றும் மனித அமைப்பு பொறுத்து மொத்த விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துவதாக இருத்தல் வேண்டும்.

சாதகமான மற்றும் பொருத்தமான வழிகளை பயன்படுத்தல் – தகவலை தெரிவிப்பதில் பொறுத்தமான வழிகளை கட்டாயமாக தேர்ந்தெடுத்தல் வேண்டும்.

தகவல் தொடர்பில் நிலைத்தன்மை – அனுப்பப்படும் செய்தி நிலைத் தன்மையோடு நோக்கம் கொண்டதாக இருத்தல் வேண்டும்.

செயல் விளைவு (அ) பின்னூட்டம் – இவற்றில் சிறந்த (அ) பயனுள்ள பங்களிப்பு இருவரிடையே பரஸ்பர புரிதலை அதிகப்படுத்துவதாக இருத்தல் வேண்டும்.

எளிமைப்படுத்தப்பட்ட அமைப்பு – அனுப்பப்படும் தகவலின் அமைப்பு, எளிமையான செயல்முறையில் இருத்தலே வலிமையை ஏற்படுத்தும் மேலும் தகவலை செலுத்துவதை ஒழுங்குபடுத்தும்.

கவனித்தலை மேம்படுத்தவும் – தகவலை அனுப்புபவரும், பெறுபவரும் அமைதியாக கவனித்தல், பொறுமையாக மற்றொருவரின் அனுபவத்தை அனுபவித்தல்.

பரஸ்பர நம்பிக்கை மற்றும் உண்மைத் தன்மை – இவையே ஒரு சிறந்த தகவல் பரிமாற்றத்தை மேம்படுத்தும்.

4.7 ஒருவருக்கொரு– வரிடையேயான தொடர்பு (IPR)

தகவல் தொடர்பின்றி அங்கு நல்ல உறவு நிலை இருக்காது. நல்ல மரியாதையின்றி அங்கு அன்பு கிடையாது. உண்மையின்றி அங்கு தொடர காரணம் கிடையாது.

4.7.1 வரையறை

IPR என்பது ஒரு நபர் மற்றவர்களின் முன்னிலையில் எடுக்கும் அனைத்து நடத்தைகளையும் அறிதல் ஆகும். இவை சமூக சங்கம், இணைப்பு (அ) இணைப்புகள் இரு அல்லது பல மக்களிடையே உள்ள கலந்துரையாடல் ஆகும்.

4.7.2 நோக்கம்

- தன்னைப் பற்றி மற்றும் சமூகத்தை பற்றி கற்றல்.
- உறவுகளை (உறவை) நிறுவவும், பராமரிக்கவும்.
- தனிமையை ஒழிக்க தகவல் தொடர்பு தேவை.
- திசை திருப்ப உதவிபுரிதல் (கவலையில் இருந்து கவனத்தை திசை திருப்புதல்).
- அடுத்தவர்களின் தேவையை அறிய உதவி புரிதல்.
- தன்னம்பிக்கை பெறுதல் மற்றும் திருப்தி அடைதல்.

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 57 19-02-2019 16:00:50

4.7.3 நிலைகள்

உளவியலாளர் ஜியார்ஜ் லெவின்ஜ், கூற்றுப்படி ஐந்து நிலைகளாக பிரித்துள்ளார்.

தனிப்பட்ட இரு நபர்களுக்கு இடையேயான தொடர்பு நிலைகள்

அறிமுகம் – முதல் நிலை
↓
உருவாக்கும் நிலை – இரண்டாம் நிலை
↓
தொடர்ச்சி நிலை – மூன்றாம் நிலை
↓
தரம் கெடுதல் – நான்காம் நிலை
↓
இறுதி நிலை – ஐந்தாம் நிலை

அறிதல்: இவை முன்பிருந்த உறவுநிலையை பொருத்து முதல் உணர்வை (அ) அபிப்ராயத்தை பொருத்து அமையும்.

படிகளை அமைத்தல்: மக்களுக்கு நம்பிக்கை, உண்மைத்தன்மையை ஏற்படுத்தல், அடுத்தவர் மீது கவனிப்பு (அ) அக்கறை செலுத்துதல்

தொடர்ச்சி: நீண்ட காலத்திற்கு ஒரு பரஸ்பர அர்ப்பணிப்பு (அ) பொறுப்புகள் பின்பற்றுதல்

சீரழிந்த நிலை: எல்லா உறவு நிலைகளும் சிதைந்து போவதில்லை. ஒரு சில உறவுகள் நம்பிக்கை மற்றும் உண்மைத்தன்மை இல்லாத காரணத்தால் அல்லது திருப்பி இல்லாத நேரங்களில் சிதைந்து போகலாம்.

இறுதியான நிலை: இந்த நிலையில் உறவுகள் இறுதி நிலையை அடைந்து முடிகின்றது. இவை இறப்பினாலோ அல்லது பிரிவுகாரணமாகவோ இருக்கலாம்.

4.7.4 இருவருக்கிடையேயான உணர்சிவசப்படாமல் உறவுநிலையின் கொள்கைகள்

- ***பரஸ்பர நன்மை கோட்பாடு:***

இருவருக்கிடையேயான உறவுகளில் மக்கள் அனுப்புபவர் மற்றும் பெறுபவர் தங்கள் உணர்ச்சிகளை பகிர்ந்து கொள்வதில் ஒரே ஆர்வத்துடன் இருக்கும் நிலையில் வலுவான உறவுநிலை ஏற்படும். இவை தகவல் அனுப்புபவருக்கும் பெறுபவருக்கும் ஒரு நல்ல வலுவான பிணைப்பு ஏற்பட்டு தங்களால் சமூக ரீதியாக மக்களின் தேவையை அறிந்து செயல்படமுடியும்.

- ***கௌரவித்தல் கொள்கை:***

நல்ல பயனுள்ள மற்றும் இனிமையான உறவுமுறையை மக்களிடையே ஏற்படுத்தும் போது மக்கள் நீங்கள் ஏற்படுத்தி உள்ள நிலையை பயனுள்ளதாக உணர்வர்.

- ***மரியாதையை உண்டாக்கும் கொள்கை:***

அனைவருக்கும் பேசுவதற்கு உரிமை உண்டு எனவே அனைவரும் தங்கள் எண்ணங்களை வெளிப்படுத்தவும் பகிரவும் உரிமையை பெற்றுள்ளனர். மரியாதை செலுத்துவதன் வழியாக மட்டுமே இருவருக்கிடையே ஒரு நல்ல உறவை தொடர்ந்து செயலாக்க முடியும்.

- ***சகிப்புத் தன்மை உடைய கொள்கை:***

சகிப்புத் தன்மை என்பது ஒரு நபர் தனக்கு ஏற்படும் சிறுசிறு பிரச்சனைகளுக்கு அக்கறை செலுத்துவதில்லை மற்றும் குழப்பமான பிரச்சனைகளை ஒதுக்கி வைத்துக் கொள்ளுதல்

- ***மிதமான கொள்கை:***

சமூகரீதியான ஒரு நல்ல தகவல் தொடர்பு பராமரிக்க மிதமான வழியில் மக்களிடையே தகவல் தொடர்பு ஏற்பட ஒரு ஒப்பந்தம் ஏற்படுத்திக் கொள்ளல் வேண்டும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

சிகிச்சை அளிக்கும் செவிலியர்களின் நடத்தைகள்:-

சுய விழிப்புணர்வு:- ஒருவர் வெளிப்படுத்தும் எதிர்ச் செயல்களுக்கு உணர்வயப்படாமல் சூழ்நிலைக்கு, மக்கள் இடங்களுக்கு, ஏற்றார் போல் தன் சுய மதிப்பீடு அறிந்து செயல் பட வேண்டும்.

நாகரிகத்துடன், இதமாக, மரியாதையுணர்வுடன்:- நல்ல உயர் திறன் மற்றும் அனுபவம் வாய்ந்த செவிலியர் ஒரு நோயாளியிடம் இணக்கமான

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 58 19-02-2019 16:00:51

(அ) வெற்றிகரமான உறவு முறையை ஏற்படுத்திக்கொள்ளும் திறனை நிச்சயமாக பெற்றிருக்க வேண்டும்.

பச்சாதாபம்:- மற்றொருவரின் ஆளுமையிற் புகுந்து கற்பனையான மற்றொருவரின் அனுபவத்தை அனுபவிக்கும் திறனை பெற்றிருப்பதன் வழியாக அடுத்தவரின் நிலையை முழுமையாக புரிந்து கொண்டு நடத்தலாகும்.

நாகரிகம் கருதி மிகைவுணர்வு கொள்ளல்:- மக்களின் வாழ்க்கை மற்றும் சுகாதாரம் பற்றிய கருத்துகளுக்கு நாகரிகமாக அதன் விளைவுகளை கவனமாக கையாளுதல் வேண்டும்.

4.7.5 இருநபரிடையே தொடர்புகளுக்கான தடைகள்

- உடற்தடைகள்
- கருத்து
- உணர்வுகள்
- நாகரிகம்
- மொழி
- பாலின தடைகள்
- தற்காப்பு தடைகள்

4.7.6 தடைகளை கடக்க மேற்கொள்ளும் முறைகள்

- அடுத்தவர்களின் கருத்துக்களை கேட்க திறந்த மனத்துடன் இருத்தல்.
- வார்த்தைகளை தேர்ந்தெடுக்கும் பொழுது கவனமாக செயல்படுதல்.
- ஒற்றுமைகளை கவனித்தல்.
- வேலையில் உண்மைகளை கடைபிடித்தல்.
- தவறிழைக்கும் போது நீங்கள் ஒப்புக் கொள்ளுங்கள்.
- வாய்மொழி கூற்றுகளுக்கு கவனம் செலுத்துதல்.

பாடச்சுருக்கம்

செவிலியல் துறையில் தகவல் தொடர்பு என்பது ஒரு முக்கியமான உள் அடங்கிய பகுதியாகும் (அ) கூறுகள் ஆகும். தகவல் தொடர்பு மனிதர்கள் தங்களின் உறவுகளை நிறுவ, பராமரிக்க, மேம்படுத்த அனுமதிக்கின்றது. தகவல் தொடர்பு என்பது வாய்மொழி மற்றும் சொற்கள் இல்லா நடத்தை மூலம் சமூக சூழலில் தெரிவிப்பதை குறித்தலாகும். இதில் பல்வேறு வகையான குறியீடு மற்றும் தடயங்களை பயன்படுத்து தகவலின் பொருளை கொடுத்தல் மற்றும் பெறுதல் ஆகும்.

வினாக்கள்

I சரியான விடையை தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. மின் அஞ்சல், கடிதங்கள் அறிக்கை, குறிப்பானை ஆகியவைகளை உபயோகித்தல் என்பது
   அ. வாய்மொழி தகவல் தொடர்பு
   ஆ. எழுத்து வழி தகவல் தொடர்பு
   இ. மிகுந்த மக்கள் தகவல் தொடர்பு
   ஈ. பொது தகவல் தொடர்பு

2. சொற்கள் இல்லா தகவல் தொடர்பு என்பதன் வேறுபெயர்
   அ. உடல் அசைவுகள்
   ஆ. இருவருக்கிடையே ஆன தகவல் தொடர்பு
   இ. மக்கள் தொடர்பு அமைப்பு ஊடகங்கள்
   ஈ. காட்டிகள் மற்றும் நடை

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 59 19-02-2019 16:00:51

www.tnschoolbooks.in

3. தங்களுக்குள் நிகழும் தகவல் தொடர்பின் எவ்வகையான தகவல் தொடர்பு என்று கூறலாம்.

அ. தனிப்பட்ட தகவல் தொடர்பு

ஆ. இருவருக்கிடையேயான தகவல் தொடர்பு

இ. வாய்மொழித் தகவல் தொடர்பு

ஈ. குழுத்தகவல் தொடர்பு

4. தகவலை பார்த்தல், கேட்டல், உணர்தல் வழி அனுப்புதல், பெறுதல் நிகழ்வு என்று எது அழைக்கப்படுகிறது.

அ. குறியிடுதல்

ஆ. செய்தி விளைவு

இ. வழி

ஈ. குறிவிளக்கம்

5. தனிநபர் அசௌகரியங்களான உடல் நிலை சரியில்லாமை, கண்பார்வை குறைபாடு, கேட்கும் திறன் பிரச்சனை போன்ற காரணங்களால் ஏற்படும் தடைகள் அழைக்கப்படுவது எது?

அ. உடலியல் தடுப்பு

ஆ. தனிநபர் தடுப்பு

இ. உடற் தடுப்பு

ஈ. நாகரீகத் தடை

6. ஒரு நபர் மற்றவர்களின் முன்னிலையில் ஈடுபடுகின்ற நடத்தை என அழைக்கப்படுகிறது எது?

அ. தகவல் தொடர்பு

ஆ. குறியிடுதல்

இ. குறளை உயர்த்துதல்

ஈ. இருவருக்கிடையே ஆன உறவுநிலை

7. இவற்றில் எது இருவருக்கிடையேயான தொடர்புகள் (அ) உறவுநிலையின் கொள்கைகள் இல்லை.

அ. கௌரவித்தல் கொள்கை

ஆ. சகிப்புத் தன்மை கொள்கை

இ. மரியாதைக் கொள்கை

ஈ. தெளிவுபடுத்துதல் கொள்கை

II கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

8. தகவல் தொடர்பு என்றால் என்ன?
9. இருவருக்கிடையேயான தொடர்பு வரையறை?
10. இருவருக்கிடையேயான தொடர்பு கொள்கைகளை பட்டியலிடுக?
11. செவிலியர்க்கு தெரிந்திருக்கவேண்டிய 2 முக்கிய தகவல் தொடர்பினை எழுதுக

III குறுகிய விடையளி

12. தகவல் தொடர்பின் நிலைகள் யாவை?
13. தகவல் தொடர்பு செயல்முறையில் அத்தியாவசிய கூறுகள் விளக்குக?
14. செவிலியருக்கு தேவையான தகவல் தொடர்பு திறன்கள் யாவை?
15. தகவல் தொடர்புகளை தடுக்கும் தடைகள் பற்றி விளக்குக?
16. தகவல் தொடர்பை தடுக்கும் தடைகளை களைவதற்கான நடவடிக்கைகளை குறிப்பிடுக?
17. இருவருக்கிடையேயான உறவு நிலையில் உள்ள நிலைகளை விளக்குக?
18. இருவருக்கிடையேயான உறவு நிலையில் உள்ள தடைகள் மற்றும் களைவதற்கான முறைகள் யாவை?

IV விரிவான விடையளி

19. பல்வேறு வகையான தகவல் தொடர்பை விளக்குக?
20. தகவல் தொடர்பின் போது ஏற்படும் தடைகள் மற்றும் களைவதற்கான நடவடிக்கைகள் யாவை?

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 60 19-02-2019 16:00:51

www.tnschoolbooks.in

மாணவர் செயல்பாடு

- வார்டில் உள்ள நோயாளியிடம் தகவல் தொடர்பு கொள்வது போல நடித்துக்காட்டுதல்.
- மக்கள் தொடர்பு அமைப்பு (ஊடகங்கள்) வழியாக தகவல் தொடர்பு பற்றி அறிக்கை தயாரித்தல்.
- அருகிலுள்ள மருத்துவமனையில் பார்வையிட்டு குறியீடு பலகைகள் தயாரித்து ஒப்படைக்கவும்.

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. தகவல் தொடர்பு/தொடர்பு (Communication) – தகவல்கள், எண்ணங்கள், கருத்துக்கள் மற்றும் ஆலோசனைகள் ஒரு நபரிடம் இருந்து மற்றவருக்கு பரிமாற்றும் செயல்முறையாகும்.
2. ஒருவருக்கொருவர் இடையே தொடர்பு (Interpersonal Relationship) – ஒரு நபர் மற்றவர்களின் முன்னிலையில் எடுக்கும் அனைத்து நடத்தைகளையும் அறிதலாகும்.
3. சொல்வழியற்ற தகவல் தொடர்பு (Nonverbal Communication) – சொற்கள் இல்லா தகவல்களை அனுப்புதல் (அ) பெறுதல்.
4. வாய்வழி தகவல் தொடர்பு (Verbal Communication) – வாய் வழி சொல்லப்பட்ட வார்த்தைகளோ அல்லது எழுதப்பட்ட வார்த்தைகளை தகவலாக பரிமாறிக்கொள்கின்றனர் என்பதாகும்.

மேற்கோள் நூல்கள்

1. Clement I. (2008). Textbook on Communication and Educational Technology, (1st ed.). Bangalore: EMMESS Medical Publishers
2. Basavanthappa B T. (2011). Communication and Educational Technology for nurses, (1st ed.). Newdelhi: Jaypee Brothers Medical Publishers
3. Potter P A, et al., (2013). Potter & Perry's Fundamentals of Nursing (1st ed.) Newdelhi: Elsevier

Nursing General_Tamil Ch-4.indd 61 19-02-2019 16:00:51

www.tnschoolbooks.in

அலகு 5

உடல் நல நிர்ணயம் மற்றும் மதிப்பீடு

உற்றான் அளவும் பிணியளவும் காலமும்
கற்றான் கருதிச் செயல் – திருக்குறள்

விளக்கம்:

மருத்துவ நூலைக் கற்றவன், நோயுற்றவனுடைய வயது முதலியவற்றையும், நோயின் அளவையும், காலத்தையும் ஆராய்ந்து செய்ய வேண்டும்.

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- உடல்நலநிர்ணயம், வெப்பநிலை, நாடித்துடிப்பு, சுவாசம், இரத்த அழுத்தம் ஆகியவற்றை வரையறை செய்தல்
- உடல்நல நிர்ணய முறைகளை விளக்குதல்
- உடலின் வெப்பநிலை, நாடித்துடிப்பு, சுவாசம், இரத்த அழுத்தம் ஆகியவற்றை பாதிக்கும் காரணிகளை விரிவாக விளக்குதல்
- வெப்பமானியின் வகைகளை அடையாளம் காணல்
- வெப்பநிலை, நாடித்துடிப்பு, சுவாசம், இரத்த அழுத்தம் அளவிடும் செய்முறைகளை விவரித்தல்
- நாடித்துடிப்பு அளவிடும் இடங்களை கண்டறிதல்
- பல்ஸ் ஆக்ஸிமீட்டரை விளக்குதல்
- சுய உணர்வு உள்ள நிலை மற்றும் கிளாஸ்கோ–கோமா–அளவீடு பற்றி வாதித்தல்.

5.1 முன்னுரை

நோயாளியின் தரமான சிகிச்சைக்கு நோய் கண்டறிதல் அடிப்படையாக அமைகிறது. நோய் கண்டறிதலுக்கு கூர்மையான கவனிப்பு அவசியமாகிறது. ஆகவே ஒரு சுகாதாரப் பணியாளருக்கு நோயாளிகளை துல்லியமாக கவனிக்கும் திறன் மிகவும் அவசியமாகிறது. செவிலியர் தான் கவனித்தவற்றை சரியாகவும், தெளிவாகவும் அழகாகவும் பதிவு செய்தல் அவசியமாகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 62 19-02-2019 16:01:25

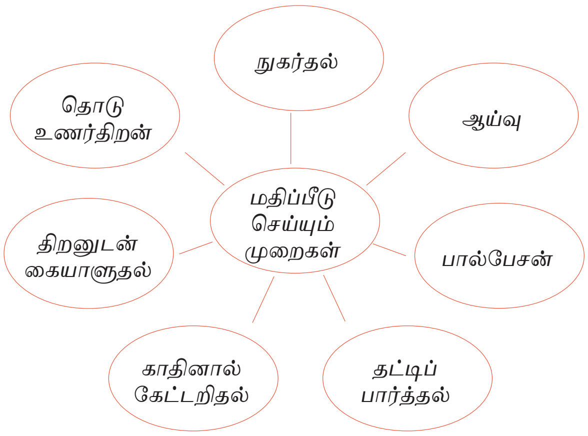
5.2 வரையறை

உடல் நல நிர்ணயம் ஓர் நோயின் தன்மை அறிவதற்கும் சிறந்த சிகிச்சையளிக்கவும் முக்கியமானதாகும். உடல் நல கவனிப்பில் நோயினை முறையாக கண்டறிவதற்கும் சிறந்த சிகிச்சை அளிப்பதற்கும் உடல் நல நிர்ணயம் முக்கிய கூறு ஆகும்.

உடல் நல நிர்ணயம் கீழ் உள்ளவற்றை உள்ளடங்கியது.

1. **அன்திரோபொமெட்ரிக் அளவைகள் உயரம், எடை, தலைச்சுற்றளவு, மார்புச் சுற்றளவு, மற்றும் நடுக்கை சுற்றளவு ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது**
   - உடல் பரிசோதனை
   - உயரம் மற்றும் எடை
1. மனவளர்ச்சி பற்றிய ஆய்வு
2. ஆய்வக பரிசோதனைகள்
3. சிறப்பு பரிசோதனைகள்

5.3 உடலை மதிப்பீடு செய்வதில் கவனிக்க வேண்டிய செய்முறை நுட்பம்



1. ஆய்வு (Inspection): கண்களால் பார்த்தல் வழியாக அறிதல் என்பதாகும். உடலில் ஏதேனும் வெட்டுப்பட்ட தழும்பு, நிறம், அளவு ,அமைப்பு, வடிவம் மற்றும் பிளவு சமச்சீர் ஆகியவற்றை அறிதல்.
2. பால்பேசன் (Palpation): தொடு உணர்வு வழிமுறையை பயன்படுத்தி உணர்வதாகும். இதன் மூலம் ஏதேனும் வீக்கம்,குளிர், வெப்பம், இறுக்கம், திடமான, மென்மையான, கடினத்தன்மை, வலி, அதிர்வு, உறுதியான மற்றும் தளர்வு தன்மை போன்றவற்றை அறிதல்.

3. பர்கஷன் (Percussion) (தட்டிப்பார்த்தல்): விரல்களை கொண்டு தட்டிப்பார்த்தல் வழியாக நோயாளியின் நிலையை அறிவதாகும். இது சத்தத்தை எழுப்பு வதை கொண்டு கீழ்காணும் திசுக்கள் திடமாக உள்ளதா அல்லது நீர் நிரம்பி உள்ளதா என்பதை குறிக்கின்றது.

அ. ரிசோனன்ட் (Resonant): சாதாரண நுரையீரல் திசுவின் மேல் உரத்த சத்தம் ஏற்படும்.

ஆ. டிம்ப்பானிக் (Tympanic): மேளம் அடிப்பது போன்ற சத்தம், காற்று நிரப்பப்பட்ட திசுக்களின் மேல் காணப்படும். காற்று நிரம்பிய திசுக்களான இரைப்பை காற்று குமிழ் ஆகும்.

இ. குறைவான ஓசை (Dull): திடத் திசுக்களை கொண்ட இருதயம், கல்லீரல் பகுதியின் மீது உரத்த

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 63 19-02-2019 16:01:26

சத்தமில்லாமல், ஒரு மிதமான ஒலி குறிப்பிட்ட கால அளவில் காணப்படும்.

ஈ. தட்டையான (Flat): முழுமையான திடத் திசுக்களான எலும்புகள் மீது குறுகிய கால அளவில் உரத்த சத்தமின்றி ஒரு மிதமான சத்தம் ஏற்படுதல் காணப்படும்.

4. காதினால்கேட்டுஅறியும்ஒலி (Auscultation): உடலின் நிலையை அறிய பயன்படுத்தும் ஸ்டெத்தஸ்கோப் மூலம் உடலில் உள்ள உறுப்புகளின் சத்தத்தை அறிவதற்கும் இரத்தக்குழாய், இதயத்தின் துடிப்பு மற்றும் குடலில் ஏற்படும் ஒலி ஆகியவற்றை அறிதல் ஆகும்.

5. திறனுடன் கையாளுதல் (Manipulation): உடல் உறுப்புகள் நகரும் வழியாக கையை நகர்த்துதல், இறுக்கமான உடல் பகுதி கடினமான உடல் பகுதி மற்றும் உடல் உறுப்புகளில் அசௌகர்யமான அசைவினை கண்டறியலாம்.

6. தொடு உணர்திறன் ஆய்வு (Reflex testing): கொடுக்கப்படும் தூண்டல்களுக்கு தானே இயங்கி உடனடி எதிர்வுணர்வை வெளிப்படுத்துதல் (துலங்கல்) தன்னிச்சையாக தொடுதலுக்கு உடன் உணர்ச்சி செயல்படுதல் இருக்கிறதா அல்லது இல்லையா என்பதை வெளிப்படுத்துதல். பலம், மற்றும் நகர்வுத்தன்மை கை கால்களில் வெளிப்படும்.

7. நுகர்தல் (Olfaction): நுகர்தல் என்பது என்ன மணம் என்பதை அறிவது ஆகும். நோயாளியின் நோய் அறிகுறியினை நுகர்தல் மூலம் அறிந்து கொள்ளுதல்.

5.4 தலைமுதல் கால் வரை பரிசோதித்தல்

5.4.1 எடையினை அளவிடுதல்

எதிர்பார்க்கப்படும் உடம்பின் அளவையும், உடலின் ஆரோக்கியத்தையும், வளர்ச்சியையும், கிலோ கிராமிலோ, அல்லது பவுண்டிலோ எடை பார்க்கும் கருவியின் மூலம் அளந்து கூறுவதே எடைபார்த்தல் ஆகும்.

[குழந்தையின் எடையை அளக்கும் கருவி]

நோக்கங்கள்:

- குழந்தையின் துல்லியமான வயதிற்கு ஏற்ற எடையை தணிக்கை செய்தல்
- உணவு தேவைகளை கணக்கிடுதல்
- சிரைவழி திரவம் மற்றும் மருந்துகளை கணக்கிடுதல்
- நோயின் காரணமாக குழந்தையின் எடை அதிகரிப்பதையும் அல்லது குறைவதையும் கணக்கிடலாம்.

தேவையான பொருட்கள்

- குழந்தையின் எடை அளவி இன்பேன்டோ மீட்டர்
- ட்ராஷீட்
- துடைக்கும் துணி
- காகிதம் மற்றும் பென்சில் கணக்கிடுவதற்கு.

செய்முறை

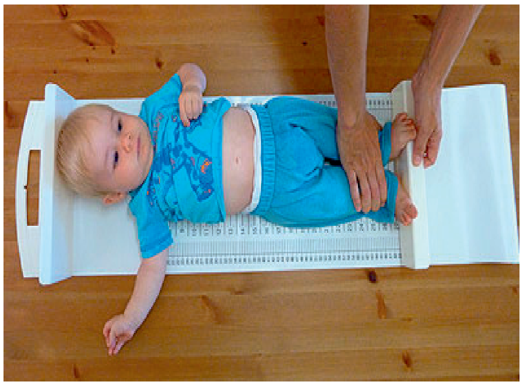
1. எடைபார்க்கும் போது பதிவுகளிலிருந்து குழந்தையின் முந்திய எடையைக் குறித்துக் கொள்ள வேண்டும்,

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 64 19-02-2019 16:01:27

2. ஈரமான துணியைக் கொண்டு எடைபார்க்கும் கருவியை சுத்தப்படுத்த வேண்டும்.
3. ட்ராஷீட்டை அளவுகருவியின் மேல் விரிக்க வேண்டும்
4. ட்ராஷீட்டுடன் குறிமுள் "0" வில் இருக்க வேண்டும்.
5. குழந்தை கீழே விழாமல் இருக்க, சுவரை ஒட்டி எடைக்கருவியை வைக்க வேண்டும்.
6. அளவியின் பின்புறம் தாயை நிற்க சொல்ல வேண்டும்.
7. அளவிடும் முன் குழந்தையின் ஆடைகளை நீக்க வேண்டும்.
8. அதே ட்ராஷீட்டால் குழந்தையை மூடி எடைபார்க்கும் ஸ்கேலின் மேல் அமர்த்த வேண்டும்.
9. குழந்தையின் மேல் இடது கையை தொடாமல் வைக்க வேண்டும்.
10. எடையை குறித்தல்.
11. எடை பார்த்தவுடன் எடைக்கருவியிலிருந்து குழந்தையை எடுத்து தாயிடம் ஒப்படைத்து ஆடைகளை அணிய வேண்டும்.
12. தற்போது உள்ள எடையையும், முன் உள்ள எடையையும் சரிபார்க்க வேண்டும்.
13. 100 கிராமுக்கு மேல் வித்தியாசம் தென்பட்டால், குழந்தையின் எடையை தேவைக்கேற்ப திரும்பவும் சரி பார்த்து கணக்கிட வேண்டும்.
14. அதே வித்தியாசத்தில் எடை காணப்பட்டால், மருத்துவரிடம் சொல்ல வேண்டும்.
15. எடையானது அவுன்ஸில் (pounds) இருந்தால் அதனை கிலோகிராமில் மாற்ற வேண்டும்.
16. எடையை சரியாக பதிவு செய்ய வேண்டும்.

1 Kg = 2.2 lbs

5.4.2 குழந்தையின் நீளத்தை அளத்தல்



காகித பரப்பின் மீது படுக்க வைக்கப்பட்ட குழந்தையின் நீளத்தை அளப்பதற்கு, முடிவு புள்ளியை தலையிலிருந்து கால் வரையும், மற்றும் இரண்டு புள்ளிகளுக்கு நடுவில் அளக்க வேண்டும்.

எடை பார்க்கும் கருவியின் மேல் படுக்கவைக்கப்பட்ட குழந்தையின் நீளத்தை தலைமுதல் குதிகால்வரை குறித்து அளவிட வேண்டும்.

5.4.3 தலை சுற்றளவை அளத்தல்

1. தட்டையான பகுதியின் மேல் மெல்லிய இழுப்புதுணி அல்லது காகிதத்தை பரப்ப வேண்டும்.
2. குழந்தையை காகிதம் அல்லது துணியின் மேல் உட்காரவோ அல்லது மல்லாந்த நிலையிலோ வைக்க வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 65 19-02-2019 16:01:27

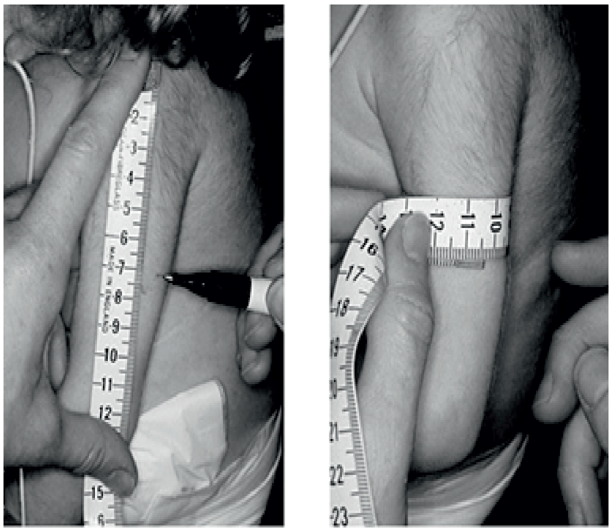
www.tnschoolbooks.in

3. பின் தலைபுள்ளியின் (Occipital point) மேல் நாடாவை வைத்து தலையைச் சுற்றி புருவங்களின் மேல் மற்றும் காது மடல்களை சுற்றி அளப்பதே தலைச்சுற்றளவு ஆகும்.

5.4.4 மார்பு சுற்றளவை அளத்தல்

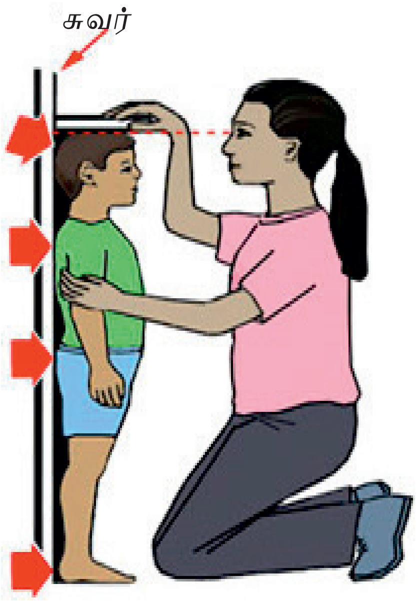
மார்பு சுற்றளவை கணக்கிட குழந்தையின் முதுகு பகுதியிலிருந்து முன்புற பகுதியான முலைக் காம்பு வரை நாடாவை வைத்து அளக்க வேண்டும்.

5.4.5 மேற்கையின் நடுச்சுற்றளவை அளத்தல்



1. நாடாவை குழந்தையின் மேற்கையின் பக்கவாட்டில் அக்ரோமியன் மற்றும் ஒலிக்கிரைனானுக்கு செங்குத்தாக வைத்து நடுபுள்ளியை குறிக்க வேண்டும்.
2. அளவு நாடாவை நடுப்புள்ளியில் வைத்து கையை சுற்றி அளக்க வேண்டும். இதுவே மேற்கையின் நடுச்சுற்றளவை கொடுக்கும்.

5.4.6 பெரியவர்களின் உயரம் மற்றும் எடையை அளத்தல்



உயரம் கணக்கிடுதல்

உயரம் ஒருவரின் உயரம் என்பது தலைமுதல் பாதம் வரை அளப்பதாகும். இது உடல் வளர்ச்சி

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 66 19-02-2019 16:01:27

www.tnschoolbooks.in

மற்றும் ஆரோக்கியத்தை குறிப்பிடுகிறது. இதனை அடி, அங்குலம் அல்லது சென்டிமீட்டர் போன்றவற்றால் கணக்கிடப்படுகிறது.

நோக்கம்:

நோயாளியின் உயரத்தை சரியாக கணக்கிடுதல்.

தேவையான பொருட்கள்

1. சுவரில் பதிய வைக்கப்பட்ட அளவுகோல்.
2. அளவுகோல் (ஸ்கேல்) அல்லது நேரான பொருள்.
3. தாள் மற்றும் பென்சில்/எழுதுகோல்.
4. செய்தித்தாள்.

வழிகாட்டி

1. உயரம் அளவிடும் போது தவறான உயரத்தை தவிர்க்க நோயாளியின் காலணிகளை கழற்ற வேண்டும்.
2. தலையின் மீது அளவிடும் பொருளின் நிலையான குறியீடு முதல் செங்குத்து கிடைமட்ட அளவு பார்த்து பொருளின் கீழ் மட்ட கால் பாதம் வரை அளக்க வேண்டும்.

செய்முறை

1. தேவையான உபகரணங்களை தயார் செய்தல்.
2. நோயாளிக்கு நோக்கம் மற்றும் செய்முறையை விளக்க வேண்டும்.
3. செவிலியர் கைகளை கழுவ வேண்டும்.
4. நோயாளியின் காலணிகளை கழற்றிவிட சொல்ல வேண்டும்.
5. நோயாளியை மெல்லிய காகிதத்தாள் பரப்பப்பட்ட தரை மீது நிற்க வைக்க வேண்டும்.
6. நோயாளி இடுப்பின் பின்பகுதி அளவுகோலின் மீது படும் படி தலையை அளவுகோலுடன் வைத்து, கால்பகுதியை தட்டையாகவும், குதிகால் இரண்டையும் சேர்த்து, தலையை நேராக வைத்து நிற்க வேண்டும்.
7. நேரான பொருளை (Straight object) தலை சரியாக சுவரின் மீது படும் படி வைத்து அளவுக்கோலின் குறியீட்டுடன் சேர்த்து கணக்கிட்டப்பின்பு, உயரத்தை அளவுகோல் கொண்டு குறிக்க வேண்டும்.
8. பின்னர் நோயாளிகளை காலணியை அணிய சொல்ல வேண்டும்.
9. நோயாளியை சாதாரணமாக, வசதியான நிலையில் நிற்க சொல்ல வேண்டும்.
10. பயன்படுத்திய பொருட்களை அதற்குரிய இடத்தில் வைக்க வேண்டும்.
11. கைகளை கழுவ வேண்டும்.
12. செவிலியர் குறிப்பு அல்லது வரைபடத்தில் தேதி, நேரம், செய்முறை மற்றும் உயரத்தை பதிவு செய்ய வேண்டும்.

எடையை கணக்கிடுதல்

எடை: உடல் வளர்ச்சி மற்றும் உடல் ஆரோக்கியத்தை அறிய உடல் பருமன் அளவு கணக்கிடப்படுகிறது. இதனை கிலோகிராம், பவுண்ட்ஸ் அல்லது கிராமில் எடை நிர்ணயிக்கப்படுகிறது.

நோக்கங்கள்

1. நோயாளியின் எடையை துல்லியமாக அறிதல்.
2. நோயாளியின் உடல் நலத்தை துல்லியமாக பரிசோதித்தல்.
3. நோயாளியின் நிலையை மதிப்பீடு செய்து பரிசோதனைக்கு தயார்படுத்துதல்,

தேவையான உபகரணங்கள்

1. எடைபோடும் அளவு கருவி
2. காகிதத்தாள்

குறிப்பீடுகள்

1. எடைபோடும் அளவு கருவியை பயன்படுத்தி நடமாடும் நோயாளியின் உடல் எடையை பார்த்தல்.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 67 19-02-2019 16:01:27

www.tnschoolbooks.in

2. நோயாளிக்கு தினமும் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் குறிப்பிட்ட உடையுடன் அதே அளவு கோளை பயன்படுத்தி எடைபருமனை அளத்தல்.
3. எடைபோடுவது சாப்பிடும் முன்பும் சாப்பிட்ட பின்பும் எடையை அளத்தல்.
4. உள் நோயாளியாக வரும் போதும் மற்றும் தினமும் நோயாளியின் உடல் எடையை அளவிட்டு மதிப்பிடுவதால் உடல் எடையில் முன்னேற்றம் அல்லது குறைதல் போன்ற மாற்றங்களை கணிசமாக அறிய முடியும்.
5. எடைபோடும் கருவி மிக துல்லியமாக இருத்தல் அவசியம். எனவே கருவிளை நோயாளிக்கு பயன்படுத்தும் முன்னர் எடைமுள் துல்லியமாக உள்ளதா என அறிதல் வேண்டும்.

செய்முறை

1. தேவையான உபகரணங்களை ஒன்று சேர்த்தல்
2. நோயாளிக்கு உரிய விளக்கம் மற்றும் தேவையின் முக்கியத்துவத்தை தெரிவித்தல்.
3. கையை கழுவுதல்.
4. நோயாளிக்கு அவர்களின் செருப்பு மற்றும் கூடுதல் துணிகளைக் கழற்றி விட சொல்லுதல்.
5. நோயாளியை சிறுநீர் கழிக்க சொல்ல வேண்டும். அல்லது சிறுநீர் பையை காலி செய்ய சொல்லவும்.
6. பொதுவாக சாதாரண தட்டையான எடைபோடும் கருவியை பூஜ்ஜியம் நிலையில் வைத்தல் அல்லது அதை சரிசெய்தல்.
7. எடைபோடும் கருவியின் மையப் பகுதியில் நோயாளியை நிற்க வைத்தல்.
8. நோயாளியின் எடை அளவை அளந்து பிறகு நகர செய்தல்.
9. நோயாளியை பின்படுக்கைக்கு அனுப்புதல்.
10. உங்கள் கையை கழுவ வேண்டும்.
11. எடையை செவிலியரின் குறிப்பில் நோயாளியின் எடையை பதிவு செய்தல்.

5.4.7 உடல் பருமன் குறியீடு B.M.I (Body Mass Index)

B.M.I என்பது (Body Mass index) ஒருவரின் தசை, கொழுப்பு மற்றும் எலும்பின் வலுவைக் குறிக்கும். அதாவது ஒருவர் குறைவான எடை, ஆரோக்கியமான எடை, அதிக எடை, மிகவும் அதிக எடை, அல்லது மிக மிக அதிகப்படியான எடையில் உள்ளாரா என்பதை உடல் பருமனை வைத்து கணக்கிடுதலாகும்.

B.M.I என்பது ஒருவரது உயரத்தையும் அவரது எடையையும் கொண்டு கணக்கிடுதலாகும்.

B.M.I என்பது உடலின் எடைக்கும், உயரத்திற்கும் உள்ள தொடர்பை கீழ்கண்ட வாய்ப்பாட்டின் மூலம் கணக்கிட்டு விடையாகக் கிடைக்கும் எண்ணைக் கொண்டு உடல் பருமனைப் பற்றிய குறிப்புகள் தரப்படுகின்றன.

B.M.I = எடை (கிலோவில்) / உயரம் (மீட்டர்)^2

மாணவச் செயல்பாடு

ஒவ்வொரு மாணவரும் அவருடைய BMI-யை கணக்கிட்டு வகைப்படுத்த வேண்டும்.

உலக சுகாதார நிறுவனத்தின் படி (WHO) B.M.I 18.5- க்கும் கீழ் இருந்தால் போதா உணவு (malnutrition) எனப்படுகிறது ஒருவரது BMI 25-க்கும் மேல் இருந்தால் அதிக எடை என்றும் BMI 30-க்கு மேல் இருந்தால் மிகவும் அதிக எடை (obese) எனவும் குறிப்பிடப்படுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 68 19-02-2019 16:01:27

www.tnschoolbooks.in

வகை	BMI (கிலோகிராம்/மீட்டர்^{2}) இருந்து	வரை
குறைந்தது		18.5
சாதாரணமாக	18.5	25
பருமன் (நிலை 1)	25	30
பருமன் (நிலை 2)	30	35
பருமன் (நிலை 3)	35	40
பருமன் (நிலை 4)	40	

ஒருவரின் எடை மற்றும் நோயை பொறுத்து அவரது BMI-மாறும்.

அதிக எடை மற்றும் மிகவும் அதிக எடை உள்ளவர்கள் கீழ்கண்ட நோய்களுக்கு அதிக வாய்ப்புள்ளவர்கள்.

- இருதய தமனிநோய் (coronary artery disease)
- கொழுப்பு சார்ந்த நோய்கள் (Dyslipidaemia)
- நீரிழிவு நோய் (Diabetes mellitus)
- பித்தப்பை நோய்கள் (Gallbladder disease)
- உயர் இரத்த அழுத்தம் (Hypertension)
- எலும்பு மூட்டுகளில் வாதம் (Osteoarthritis)
- பக்கவாதம் (Stroke)

5.5 வெப்பநிலையை அளத்தலும் பதிவு செய்தலும்

உடலின் வெப்பநிலை என்பது உடலின் வெப்ப அளவை அறிவதாகும். உடலின் வெப்பநிலை என்பது சாதாரணமாக உருவாக்கப்படும் வெப்பத்தின் அளவிற்கும், வெளியேற்றப்படும் வெப்பத்தின் அளவிற்கும் இடையில் ஏற்படும் சமநிலையாகும். இது நார்மோ தெர்மியா (normothermia) அல்லது யூதெர்மியா (Euthermia) எனப்படும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

வயது வந்தோரின் சாதாரண வெப்பநிலை 37°C (98.4° F)

5.5.1 உடலின் வெப்பநிலையை பாதிக்கும் காரணிகள்

1. வயது 2. உடற்பயிற்சி 3. நாளமில்லா சுரப்பியின் நிலை 4. சர்கார்டியன் இசைவு 5. மனஅழுத்தம் 6. சூழ்நிலை 7. வெப்பநிலையில் மாறுதல்கள் 8. காய்ச்சல் 9.ஹைபர்பைரிக்ஸியா, 10. வெப்ப தாக்குதல், 11. ஹைபோபைரிக்ஸியா

1) **வயது:** வயதானவர்கள் அதிக வெப்பநிலைக்கு உணர்திறன் பெற்றவர்களாக இருப்பர். ஏனென்றால், கட்டுப்படுத்தும் இயக்கங்கள் தளர்ந்து சேதமடைந்த நிலை, வியர்வை நாளங்களின் செயல்பாடு குறைவு, அடித்தோலில் உள்ள கொழுப்புகளின் அளவு குறைவு, மற்றும் வளர்ச்சிதை மாற்றத்தின் செயல் குறைவினால் ஏற்படுகிறது.

2) **பயிற்சி:** தசைகளின் இயக்கங்களால் வளர்ச்சிதை மாற்றம் அதிகரித்ததும் அதனால் கார்போஹைட்ரேட்டுகள் பயன்பாடு அதிகரித்தும் கொழுப்பினை கரைக்கவும் செய்கின்றன. எந்த விதமான பயிற்சி செய்தாலும் வெப்பநிலை உடலின் வெப்ப உற்பத்தியை அதிகரிக்கச் செய்யும்.

3) **நாளமில்லா சுரப்பியின் நிலை:** ஆண்களை விட பெண்களின் உடல் நிலையில் வெப்பநிலை மாறுதல் அதிகமாக காணப்படுகிறது. நாளமில்லா சுரப்பிகளின் செயல்களால் பெண்கள் மாதவிடாய் காலங்களில் உடல் வெப்ப நிலையில் வித்தியாசம் ஏற்படுகிறது. வெப்ப நிலை மாறுபாடு பெண்களுக்கு மெனோபாஸ் நிலை ஏற்படும் போது உடல் வெப்பநிலையில் மாறுபாடு அடைகிறது.

4) **சர்கார்டியன் இசைவு (Circardian rhythm):** உடல் வெப்பநிலையின் வெப்பஅளவுகள் 0.5 முதல் 1°C வரை 24 மணிநேரத்தில் மாறுபடுகிறது. வெப்பநிலை அளவு குறைவதற்கு குறிப்பிட்ட நேரம் 1.00 A.M மற்றும் 4.00 A.M ஆகும்.

5) **மனஅழுத்தம்:** உடற்பயிற்சியாலும் மற்றும் உணர்ச்சி வசப்படுவதாலும் உடல் வெப்பநிலையில் ஹார்மோன்களின், நரம்புசெல் தூண்டுவதாலும் உடல் வெப்பம் உயருகிறது. இவைகள் உடற்கூற்று இயல்செயல்கள் கூடுதல் வளர்சிதை மாற்றத்தில் பங்கேற்று உடல் வெப்பம் கூடுதலாகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 69 19-02-2019 16:01:27

www.tnschoolbooks.in

6) **சூழ்நிலை:** சூழ்நிலையினால் உடலின் வெப்பம் மாறுபடுகிறது. கதகதப்பான அறையில் வெப்பநிலை உயர்வாகவும் குளிர்காலத்தில் உடலின் வெப்ப அளவு குறைந்தும் காணப்படுகிறது. ஏனெனில் வெப்பக்கடத்துதல் மற்றும் வெப்ப இழப்பு காரணமாக அமைகிறது.

7) **வெப்பநிலையில்மாறுதல்கள்:** உடலின் வெப்பநிலையில் ஏற்படும் வெப்ப உயர்வு உடலின் வெப்பம் கூடுதல், குறைதல் அல்லது வெப்பகூடுதல், இழப்பு ஆகிய இரண்டு நிலையிலும் ஏற்படுகின்றது.

8) **காய்ச்சல்:** ஹைபர்பைரிக்ஸியா அல்லது காய்ச்சல் ஏற்படுவது ஏனென்றால் உடலில் வெப்ப இழப்பு செயல்கள் குறைந்து அதிக வெப்ப உற்பத்தி வேகத்திற்கு ஈடு கொடுக்க இயலாத நிலையே காய்ச்சல் ஆகும். அதிக உற்பத்தி விளைவால் உடலில் அசாதாரண வெப்பத்தை உண்டாக்குகின்றன.

9) **ஹைபர்பைரிக்ஸியா (Hyper pyrexia):** வெப்பநிலை உயர்வு உடலில் இருந்து வெப்ப இழப்பு உற்பத்தியை குறைக்க இயலாத நிலையை ஈடுகட்ட முடியாததால் ஏற்படுகிறது. இந்நிலைக்கு ஹைப்பர்தெர்மியா என்று பெயர். ஹைப்போதலாமஸ் பகுதியில் ஏதேனும் நோய் அல்லது காயம் ஏற்படின் உடலின் வெப்ப இழப்பை ஈடு செய்ய இயலாமல் பாதிக்கப்படுகின்றது.

10) **வெப்பதாக்குதல் (Heat strokes):** அதிக நேரம் சூரிய வெப்பத்தில் அல்லது வெப்ப சூழ்நிலையில் ஏற்படும் உயர் வெப்பத்தால் உடலில் ஏற்படும் வெப்ப இழப்பை ஈடு செய்யும் ஹைபோதலாமல் பணிகள் வெப்பத்தால் பாதிக்கப்படுகிறது. இதனால் வெப்பதாக்குதல் உடலில் ஏற்பட்டு ஆபத்தான நிலைக்கு தள்ளப்படுகிறார்கள். இதன் காரணமாக இறப்பு வீதம் எண்ணிக்கையில் அதிகரிக்கிறது.

வெப்பதாக்குதலால் இளம் குழந்தை, வயது முதிர்ந்தவர், இதய சம்பந்தமான கோளாறு உள்ளவர், நீரழிவு மற்றும் ஆல்கஹால் உட்கொள்ளுபவர்கள் ஆகியோர் பாதிக்கப்படுகின்றன.

11) **ஹைபோதெர்மியா (hypothermia):** உடல் அதிகப்படியான நேரம் குளிர் நிலையில் வைக்கப்படும் போது ஏற்படும் வெப்ப இழப்பின் காரணமாக ஏற்படும் நிலைக்கு ஹைபோதெர்மியா என்று பெயர்.

ஹைபோதெர்மியா பின்வருமாறு வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது

	செண்டிகிரேடு	பாரன்ஹீட்
குறைவான	33–36 °C	91.4° – 96.8° F
மிதமான	30–33 °C	86.0° – 91.4° F
அதிகமான	27–30°C	80.6°–86.0°F
மிககூடுதலான	<36°C	<80.6°F

5.5.2 உடலின் வெப்பநிலை மதிப்பீடு செய்வதற்கு உரிய இடங்கள்

1. வாய்வழியாக
2. ஆசனவாய்
3. அக்குள்
4. தொடைச்சந்து
5. காது (டிம்பானிக்சவ்வு)

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 70 19-02-2019 16:01:28

வாய்வழி வெப்பநிலை அளத்தல்: வாய்வழியாக வெப்பநிலை அளவிடும் முறை எளிமையானதும், நம்பத்தகுந்ததும் மட்டும் அல்லாமல் சாதாரணமாக பயன்படுத்தும் முறையாகும்.

கீழ்க்கண்ட நோயாளிகளுக்கு பயன்படுத்தக் கூடாது.

அ) 6 வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகள்.

ஆ) சுயநினைவற்ற நோயாளிகள், மனநலம் பாதிக்கப்பட்டோர்.

இ) மிகவும் பலவீனமான வாயை திறக்க முடியாதவர்கள்.

ஈ) மூச்சு விடுதலில் சிரமம் அல்லது தொடர்ந்து இருமல்.

உ) வாயில் நோய்த்தொற்று அல்லது காயம்.

வாய்வழி வெப்பநிலை அளவீடு தவிர்க்கப்பட வேண்டிய சூழ்நிலை

1. வாய்வழியாக வெப்பமான பானமோ அல்லது குளிர்பானமோ உட்கொண்டவருக்கும் வெப்பக் குளியல் மேற்கொண்டவருக்கும் வாய்வழி வெப்பநிலை அளவீடு தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

2. ஆசனவாய்வழியாக: ஆசனவாய் வெப்பநிலை அளவீடு மிகவும் நோயுற்றவருக்கும், இளங்குழந்தைகளுக்கும் குழந்தைகளும் அளவிடப்படுகிறது. இந்த வெப்பநிலை அளவீடு சிறிதளவு வாய்வழியாக அளவிடுதலை விட அதிகமாக இருக்கும்.

3. அக்குள்வழியாக: வாய்வழியாக வெப்பநிலை அளவிட முடியாத சூழ்நிலைகளில் அக்குள் வழியாக அளவிடப்படுகிறது. வாய்வழியாக எடுப்பதைவிட அந்த அளவீடு மிகவும் துல்லியமானதல்ல. அக்குள் வழி வெப்பநிலை அளவீடு வாய்வழியாக எடுப்பதை விட சிறிதளவு குறைவாக இருக்கும்.

அக்குள் பகுதி அளவிடப்படும் முன் உலர்வாக இருக்க வேண்டும். வெப்ப நிலைமானியின் குமிழ்பகுதி தோலின் இருபகுதிகளிலும் ஒட்டி இருப்பதற்காக மேற்கையைமார்போடு நெருக்கமாக இருக்கும் படி செய்ய வேண்டும்.

4. தொடைச்சந்துவழியாக: இது குழந்தைகளுக்கு அளவிட மிகவும் வசதியான முறையாகும். தொடைச்சந்து பகுதி துடைத்து உலர வைக்கப்பட வேண்டும். தொடைச்சந்து பகுதியில் வெப்ப நிலைமானியை வைத்து வயிற்றோடு நெருக்கமாக வளைத்துப் பிடிக்க வேண்டும்.

5. காது: மனநிலை பாதிக்கப்பட்ட நோயாளிகளுக்கு இது வசதியான இடமாகும். டிஜிட்டல் தெர்மாமீட்டர்கள் அளவிடுவதற்கு பயன்படுகின்றன.

5.5.3 வெப்ப நிலைமானியின் வகைகள்

1) பாதரச வெப்பநிலைமானி

2) எலக்ட்ரானிக் வெப்பநிலைமானி (மின்னனு)

3) டெம்போரல் தமனி வெப்பநிலைமானி

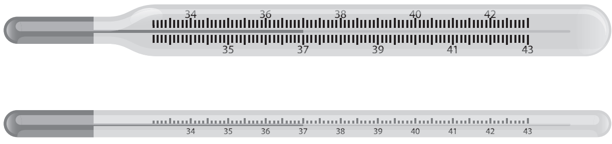
4) ஒரு முறை பயன்படுத்தி அகற்றும் வெப்பநிலைமானி (Disposable thermometers)

1) பாதரச வெப்பநிலைமானி: மருத்துவ வெப்பநிலைமானிகள் உடலின் வெப்பநிலையை அளவிட பயன்படுகின்றன. இதில் ஒரு நீண்ட கண்ணாடி குழாயும் முனையில் பாதரசத்துடன் கூடிய குமிழும் உள்ளது.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 71 19-02-2019 16:01:29

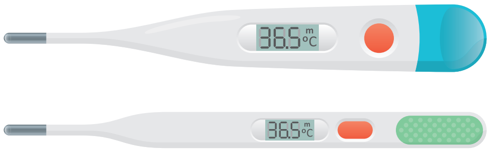
www.tnschoolbooks.in

மனித உடலின் சாதாரண வெப்பநிலை 37°Cற்குமேல்உள்ளது. ஆனால் 35°C லிருந்து42°C வரை உள்ளது. பாதரச அளவு நமது உடலின் வெப்பநிலையை°C காண்பிக்கிறது.பாதரசம் ஒரு நச்சுப் பொருளாதலால் மருத்துவதுறையிலிருந்து நீக்கப்படுகிறது. எனவே நோயாளியை பாதரச வெப்பநிலைமானியை பயன்படுத்துவதை தவிர்க்கு மாறு கூற வேண்டும். நீங்கள் எங்கேனும் கண்ணாடியில் பாதரம் தெர்மாமீட்டரை காணும் போது அந்நோயாளிக்கு பாதுகாப்பான வெப்ப மானி கருவிகளைப் பற்றி கூற வேண்டும். மேலும் பாதரச பொருட்களின் அருகில் உள்ள ஆபத்தான பொருட்களை அப்புறப்படுத்தும் நிலையங்களில் முறையாக போடுமாறு ஊக்கமளிக்க வேண்டும். இதனால் சுற்றுப்புற சுகாதாரத்தை பாதுகாக்கலாம்.



2) **எலக்ட்ரானிக்வெப்பநிலைமானி (மின்னணுவெப்பநிலை):** எலக்ட்ரானிக் வெப்பநிலைமானி கீழ்கண்ட பகுதிகளைக் கொண்டது. பேட்டரி, காட்சி அலகு (display unit) தொடர்பு கம்பி (cord wire) ஆய்வு செய்யும் கம்பி (processing probe) அதைச்சுற்றியுள்ள ஒருமுறை பயன்படுத்தப்படும் உறையும் வாய் மற்றும் ஆசனவாய் உபயோகத்துக்காக தனித்தனி ப்ரோப்கள் (probe) உள்ளன. வாய்வழியாக ஆய்வு செய்ய பயன்படும் ப்ரோபை அக்குள் வழியாக அளவிடுவதற்கும் பயன்படுத்தலாம்.

எலக்ட்ரானிக் வெப்பநிலைமானி 4 நொடிகளில் வெப்பநிலையை முன்னறிவிக்கிறது. 3 நிமிடங்களில் நிலையான வெப்பநிலையைத் தருகிறது. அதிகப்பட்ச வெப்பநிலையைத் தருகிறது. அதிகப்பட்ச வெப்பநிலை அளவிடப்பட்டவுடன் ஒலிப்பானுடன் அளவீடு காட்சி அலகில் (display unit) தெரிகிறது.



3) டெம்போரல் தமனி வெப்பநிலைமானி (Temporal artery thermometer): டெம்போரல் தமனியின் வெப்பநிலை அளவிடப்படுகிறது. அகச்சிவப்பு சென்சார் முனை கொண்ட ஸ்கேனரால் நெற்றியின் முன்புறம் அல்லது காதின் பின்புறம் அளவிடப்படுகிறது. அளவிடல் முடிந்தவுடன் அளவீடு காட்சி அலகில் தெரிகிறது. இம்முறை நம்பக்கூடியதும் மற்ற முறைகளைவிட சரியானதுமாகும்.

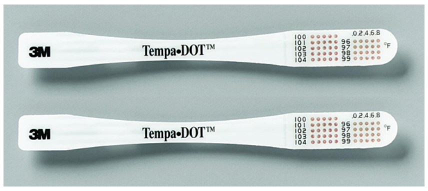
4) ஒருமுறை பயன்படுத்தும் வெப்பநிலைமானி: ஒருமுறை அல்லது திரும்ப பயன்படுத்தும் வெப்பநிலைமானிகளில் ஒரு நீண்ட பிளாஸ்டிக்கால் ஆன தட்டையான பகுதி உள்ளது. இதில் வெப்பநிலையால் தூண்டப்படும் இரசாயணத்தால் ஆன புள்ளிகள் உள்ளன. இவை அக்குள் பகுதியில் வைக்கப்படும் பொழுது வழுவாமல் இருப்பதற்காக ஒட்டக்கூடிய பொருள் ஒருபக்கம் வைக்கப்பட்டுள்ளது. இப்புள்ளியில் உள்ள இரசாயணம்

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 72 19-02-2019 16:01:29

www.tnschoolbooks.in

வெப்பத்தால் தூண்டப்படும் பொழுது 60 வினாடிக்குள் புள்ளியின் நிறம் மாறுகிறது.

செல்சியஸ்அளவில்50புள்ளிகள்உள்ளன. ஒரு புள்ளி 0.1°C அதற்கு மேல் 35.5° C - 40.4°C அளவு வரை உள்ளன. பாரண்ஹீட் அளவில் 45 புள்ளிகள் உள்ளன. ஒருபுள்ளி 0.2°F மதிப்புடன் 96°F- 104.8°F வரை உள்ளன. 3 நிமிடங்கள் அக்குளில் வைப்பதன் மூலம் அக்குள் வெப்பநிலையை அளவிடலாம். இவை மிகவும் நம்பத்தகுந்தவை ஆகும். இளம் குழந்தைகள், குழந்தைகள் மற்றும் செயற்கை சுவாசக் கருவியில் உள்ள நோயாளிகளுக்கும் பயன்படுகிறது.



வெப்பநிலை அளவிடுதலின் நோக்கம்

1) உடல் பரிசோதனை செய்வதற்காக அல்லது நோயாளியின் நிலையை அறிய.

2) நோயாளியின் உடல் முன்னேற்றத்தை அறிய.

5.5.4 வெப்பநிலையை வாய்மூலமாக அறிதல்

பொது கருத்துக்கள்

1) நோயாளி சூடான, அல்லது குளிர்ந்தபானம் அல்லது உணவு உண்டவுடனேயே வெப்பநிலையை அளத்தல் கூடாது.

2) பின்வரும் நிலையில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு வெப்பநிலையை வாய் மூலமாக அறிதல் கூடாது.

   1. 5 வயதிற்கும் குறைந்த குழந்தைகளுக்கு.
   2. ஆக்ஸிஜன் அளிக்கக்கூடிய நிலையில் உள்ள நோயாளிகள்.
   3. மூக்கு அடைப்பு கடினமான சுவாசம், உலர்ந்த வாய் போன்றவை உள்ள நோயாளிகள்.
   4. வெறி கொண்ட, சுய நினைவில்லாத, உடல் வளர்ச்சி பாதிக்கப்பட்டவர்கள்.
   5. மனவளர்ச்சி குன்றிய நோயாளிகள்.
   6. வாயில் அறுவை சிகிச்சை செய்த நிலையில் உள்ள நோயாளிகள்.

வெப்பநிலையை பதிவு செய்தல் (வாய் மூலமாக)

உபகரணங்கள்

அகன்ற பாத்திரத்தில் வைக்கப்பட வேண்டியவைகள்

1) மூன்று அல்லது நான்கு சோதனை குழாய்கள் அல்லது புட்டியின் அடியில் வைக்கப்பட்ட அதனுடன் நிரம்பிய (Savlon) நோய் எதிர்ப்பு திரவம் 2%

2) ஒரு கண்ணாடி புட்டி உடன் சுத்தமான நீர் அத்துடன் சிறிதளவு பஞ்சு அடியில் வைத்தல்.

3) ஒரு கிண்ணத்தில் வைக்கப்பட்ட சிறிதளவு சோப்புடன் கூடிய வெண்மையான துடைக்கும் துணி

4) ஒரு சுத்தமான சிறிய துண்டு துணி

5) ஒரு கிட்னிதட்டு

6) ஒரு பேப்பர் பை

7) கையில் கட்டப்பட்ட வினாடி முள் கடிகாரம்

8) சிகப்பு நிற பேனா

செய்முறைகள்

1) நோயாளிக்கு செய்முறையை விளக்கிகூறு

2) நோயாளியை உட்கார அல்லது படுக்க வைத்தல்

3) திரவத்தில் இருந்து வெப்பமானியை எடுத்து சுத்தமான நீரில் கழுவி பின்பு துண்டு துணியில் உலர வைத்து உடன் வெப்பமானியின் குமிழ் பகுதியிலிருந்து தண்டு பகுதி வரை துடைக்க வேண்டும். இதனால் பாக்டீரியா வாய்பகுதியில் நுழைவதை தடுக்கலாம்.

4) வெப்பநிலைமானியை உடனடியாக உதறி பாதரச மட்ட நிலையை 95°Fக்கு

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 73 19-02-2019 16:01:29

www.tnschoolbooks.in

உறுதிப்படுத்துதல். நோயாளியின் நாக்கு அடியில் வெப்பமானியை வை. நோயாளியிடம் அதை கடித்து விடக் கூடாது என்றும் மெதுவாக உதடுகளை மூடிக் கொள்ளுமாறு கூறுதல்.

5) வெப்பமானியை தொடர்ச்சியாக இரண்டு நிமிடம் வைத்திரு அந்த நேரத்தில் நோயாளியினுடைய நாடித்துடிப்பையும், சுவாசத்தையும் அறிதல் வேண்டும்.

6) வெப்பமானியை வாயில் இருந்து எடுத்து விட்டு அதன் வெப்பநிலையை குறித்து கொண்டு பின் குமிழ் பகுதியை கீழ் நோக்கியவாறு வைத்து சோப்பு தண்ணீர் கொண்டு சுத்தம் செய்து வெப்பமானி முழுவதுமாக பாக்டீரியா தாக்காத வண்ணம் சுத்தப்படுத்த வேண்டும்.

7) அழுக்கு கலந்த நீரை கிட்னி தட்டில் சேகரித்து சோப்புக்கரைசலால் நனைக்கப்பட்ட சிறிய பஞ்சு உறைகளை பேப்பர் பையில் போடுதல் வேண்டும்.

8) அதற்குரிய சோதனைகுழாயில் அல்லது கண்ணாடி பாட்டில் உள்ள திரவத்தில் வெப்பமானியை மீண்டும் சொருகி வைக்க வேண்டும்.

9) பின்பு வரைபடத்தில் வெப்பநிலை அளவிட்டு வரைதல் வேண்டும்.

பயன்படுத்திய சாதனங்களை பத்திரமாக வைத்தல்

1. பயன்படுத்திய அனைத்து கருவிகளையும் சுத்தப்படுத்தி மீண்டும் பயன்படுத்த தயார் நிலையில் வைக்க வேண்டும்.
2. வெப்பமானியை சோப்புடன் கழுவி பின்பு குளிர்ந்த நீரில் கழுவுதல் வேண்டும்.
3. தொற்று நோய் நீக்கு திரவத்தில் 2 அல்லது 5 நிமிடத்திற்கு வெப்பமானியை சொருகி வைத்தல் வேண்டும்.
4. மீண்டும் பயன்படுத்துவதற்காகத் தட்டில் இருந்தவற்றை சரிவர அமைத்தல் வேண்டும்.

அளவைகள் மாற்றம்

1. செண்டிகிரேடை பாரன்ஹீட்டாக மாற்ற
2. செண்டிகிரேட் அளவை ஒன்பதால் பெருக்கி, ஐந்தால் வகுத்து 32 ஐ கூட்டவும்
3. பாரன்ஹீட்டை செண்டிகிரேடாக மாற்ற
4. பாரன்ஹீட் அளவில் 32 ஐ கழித்து ஐந்தால் பெருக்கி ஒன்பதால் வகுக்கவும்.

$$F = (9/5 \times C) + 32$$

$$C = (F-32) \times 5/9$$

அசாதாரணவெப்பநிலைகள்

1. குறைந்த வெப்பநிலை – 35 °C - 36.1° C (95 - 97 °F)
2. மிகக் குறைந்த வெப்பநிலை– 35° C க்குகீழ் (95° F)
3. காய்ச்சல் அல்லது (pyrexia) பைரக்ஸியா
   - குறைந்த காய்ச்சல்– 37.2° C - 38.3° C (99° - 101° F)
   - சாதாரணக் காய்ச்சல் - 38.3° C - 39.4° C (101° - 103° F)
   - கடுமையான காய்ச்சல் – 39.5° C - 40.5° C (103° - 105°F)
   - மிகக் கடுமையான காய்ச்சல் – 40.5° C க்குமேல் (105° F)

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

பழமையான வெப்பநிலைமானியைக் கண்டுபிடித்தவர் கலிலியோ கலிலி என்பவராவார்.

5.6 நாடித்துடிப்பு (Pulse)

நாடித்துடிப்பு என்பது ஒரு எலும்பின் மீது அழுத்தக்கூடிய இடத்தில் தமனியின் விரிவடைதலை உணரக் கூடியதாகும்.

நாடித்துடிப்பு உணரக்கூடிய இடங்கள்

ரேடியல் (Radial) மணிக்கட்டில் பெருவிரலுக்கு கீழ் உட்பக்கமாக 2 அல்லது 3 விரல்களை வைத்து உணரலாம்.

கரோடிட் (Carotid) கழுத்தின் பக்கத்தில் உணரலாம்

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 74 19-02-2019 16:01:29

டெம்போரல் (Temporal) தலையில் கண்ணுக்கும் காதுக்கும் இடையில் உணரலாம்.

பேசியல் (Facial) கீழ்த்தாடை முடியும் இடத்தில் உணரலாம்.

பெமோரல் (Femoral) தொடைச் சந்து பகுதியில்.

அண்டீரியர்பாண்டேனல் (Anterior Fontanalle) இளம் குழந்தைகளுக்கு தலையின் மேற்பகுதியிலுள்ள எலும்புகள் பொருந்தாத இடத்தில் உணரலாம்.

கவனிக்க வேண்டியவை

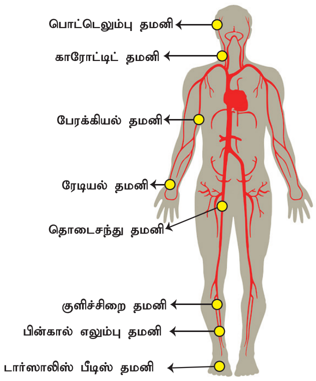
1. எண்ணிக்கை- ஒரு நிமிடத்தில் துடிப்புகளின் எண்ணிக்கை.
2. தாளகதி- துடிப்புகளுக்கு இடையே உள்ள இடைவெளி.
3. வலிமை- தமனிகளின் சுவர்களுக்கெதிராக கொடுக்கும் அழுத்தம்.

   ஒய்வாக உள்ள நிலையில் நாடித்துடிப்பின் அளவு

   வயது வந்தோர் 60 – 80 / நிமிடம்

   குழந்தைகள் 80 – 100 / நிமிடம்

   இளம் குழந்தைகள் 100 – 140 / நிமிடம்



5.6.1 நாடித்துடிப்பின் அளவை மாற்றக்கூடிய காரணிகள்

1. பாலினம்:- பெண்களின் நாடித்துடிப்பு ஆண்களின் நாடித்துடிப்பை விட சற்று கூடுதலானது.
2. உடற்பயிற்சி:- உடற்பயிற்சியின் போது நாடித்துடிப்பின் எண்ணிக்கை கூடுகிறது. ஒய்வின் போது எண்ணிக்கை குறைகிறது.
3. உணர்ச்சி:- கோபம், பயம், மகிழ்ச்சி போன்றவை நாடித்துடிப்பின் எண்ணிக்கையை அதிகரிக்கின்றன.
4. பசியும், களைப்பும்:- நாடித்துடிப்பின் எண்ணிக்கையை குறைக்கிறது.
5. மருந்துகள்:- சில மருந்துகள் (எபிநெஃபரின்) எண்ணிக்கையை கூட்டுகின்றன. டயாக்ஸின் போன்றவை குறைக்கின்றன.
6. வலி:- திடீரென தோன்றும் வலி எண்ணிக்கையை கூட்டுகிறது.
7. குறைந்த இரத்த அளவு:- நீரற்ற நிலை இரத்த ஒழுக்கு மற்றும் அதிர்ச்சி போன்றவை நாடித்துடிப்பின் எண்ணிக்கையை அதிகரிக்கின்றன.
8. இதயம் மற்றும் தைராய்டு சம்பந்தமான நோய்கள் நாடித்துடிப்பின் எண்ணிக்கையை மாற்றுகின்றன.

டேக்கிகார்டியா நாடித்துடிப்பு 100க்குமேல் /நிமிடம்

பிரேடிகார்டியா நாடித்துடிப்பு 60க்குகீழ்/ நிமிடம்

5.6.2 நாடித்துடிப்பை அளவிடுதலும் பதிவு செய்தலும்

பொதுவாக நாடித்துடிப்பு வெப்பநிலை அளவிடும் சமயங்களில் அளவிடப்படுகிறது. ஆனால் அறுவை சிகிச்சைக்குப்பின், விபத்துகள் மற்றும் இதய நோய்களின் போது 15 நிமிடங்களுக்கு ஒருமுறை அளவிடப்பட்டு பதிவு செய்ய வேண்டும்.

அளவிடும் முறை

1. நோயாளியை வசதியான நிலையிலிருத்த வேண்டும்.
2. நோயாளியின் கை நன்றாக தாங்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 75 19-02-2019 16:01:30

3. மணிக்கட்டின் ரேடியல் தமனியின் மேல் பெருவிரலைத்த விரமற்ற 3 விரல்களை வைக்க வேண்டும்.

4. நாடித்துடிப்பை நன்கு உணர்ந்து நாடித்துடிப்பின் வலிமையையும், சீரான துடிப்பையும் உணர வேண்டும்.

5. பல்ஸ் ஆக்ஸிமீட்டரையோ அல்லது வினாடிகள் காட்டக்கூடிய கடிகாரத்தையோ பயன்படுத்தி ஒரு நிமிடத்திற்கு நாடித்துடிப்பை எண்ண வேண்டும். தேவைப்படுமாயின் சரியாகவும் , உறுதிப்படுத்துவதற்காகவும் திரும்பவும் எண்ண வேண்டும்.

6. நாடித்துடிப்பின் எண்ணிக்கை மற்றும் அதன் வலிமையில் ஏற்படும் மாறுபாடுகளை குறிப்பேட்டில் குறிக்க வேண்டும். பொதுவான TPR அட்டவணையில் சிவப்பு பேனாவால் நாடித்துடிப்பு குறிப்பிட வேண்டும்.

5.7 சுவாசம்

சுவாசம் என்பது காற்று உள்ளிழுக்கப்பட்டு வெளியேற்றப்படும் செயல் ஆகும்.

சுவாசம் என்பது ரெஸ்பிரோ (respireo) என்றலத்தின் மொழியிலிருந்து வந்ததாகும். நுரையீரலின் பரப்பளவு தோராயமாக ஒரு டென்னிஸ் விளையாட்டு மைதானத்தின் அமைப்பை போன்றதாகும்.

சாதாரணமாக சுவாசம் மற்றும் நாடித்துடிப்பின் விகிதம் 1 - 4 ஆகும்.

சாதாரண சுவாசத்தின் அளவு

வ.எண்	பருவம்	எண்ணிக்கை/ நிமிடம்
1	பிறந்த குழந்தை	35 –40
2	ஒரு வயது குழந்தை	30 –50
3	நடைபயிலும் குழந்தை	25 –32
4	குழந்தை	20 –30
5	வயதுவந்தோர்	16 –20
6	பெரியவர்	12 –20

5.7.1 சுவாசத்தின் அளவை பாதிக்கும் காரணிகள் (வயதைதவிர)

1. பாலினம்:–ஆண்களைவிட பெண்களுக்கு எண்ணிக்கை அதிகமாக உள்ளது.
2. உடற்பயிற்சி:– எண்ணிக்கையை அதிகரிக்கிறது
3. உணர்ச்சிகள்:– பயம் போன்றவை சுவாசத்தை பாதிக்கின்றன.
4. வெப்பம்:– வெந்நீர் மற்றும் வெப்ப பகுதி போன்றவை சுவாசத்தின் எண்ணிக்கையை அதிகரித்து சுவாசத்தின் ஆழத்தை மாற்றுகிறது.
5. குளிர்:– சுவாசத்தை முழுமையானதாகவும் ஆழமானதாகவும் மாற்றுகிறது.
6. மருந்துகள்:–மயக்க மருந்துகள் சுவாசத்தின் அளவைக் குறைக்கின்றன.
7. சுவாசக்கோளாறுகள்:– நிமோனியா போன்ற சுவாசப்பிரச்சனையில் சுவாசத்தின் எண்ணிக்கையை அதிகப்படுத்துகின்றன.
8. நோய்கள்:–காய்ச்சல், வலி, இரத்தசோகை, இரத்த ஒழுக்கு மற்றும் அதிர்ச்சி போன்றவை சுவாசத்தின் அளவை அதிகப்படுத்துகின்றன.
9. சுயநினைவற்ற நிலை மற்றும் மூளைக்காயங்கள் சுவாசத்தின் அளவைக் குறைக்கின்றன.

செய்முறை:– (சுவாசம் அளவிடல்)

1. நோயாளி ஓய்வில் இருக்க வேண்டும். மேலும் நாம் சுவாசம் அளவிடுதலை அவர் அறியாத வண்ணம் எடுப்பதற்காக

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 76 19-02-2019 16:01:30

நாடித்துடிப்பு அளவிடும் நிலையிலேயே கணக்கிட வேண்டும்.

2. நோயாளி மார்பின் ஏற்ற இறக்கத்தைக் கவனித்தல்.

3. ஒரு ஏற்ற இறக்கத்தை ஒரு முறையாகக் கொண்டு ஒரு முழு நிமிடத்துக்கு கவனித்தல்.

4. சுவாச எண்ணிக்கையை கணக்கிடும் பொழுது

அ) சுவாசத்தின் தண்டை:- ஒழுங்கானதா அல்லது ஒழுங்கற்றதா என்பதை கவனித்தல்.

ஆ) ஆழம்:- மேலோட்டமானதா, சாதாரணமானதா, அல்லது ஆழமானதா என்பதை கவனித்தல்.

இ) ஒலி:-சாதாரணமாக அல்லது ஒலியுடன்

ஈ) வேறு ஏதேனும் வசதியின்மை மற்றும் மூச்சு விடுதலில் சிரமம் உள்ளதா என்பதையும் கவனித்து பதிவு செய்ய வேண்டும்.

5.7.2 சுவாசத்தின் மாறுபாடுகள்

அ. பிரேடிப்னியா:- மிகக் குறைந்த சுவாசம் 10/நிமிடம் குறைவாக.

ஆ. டேக்கிப்னியா:- அதிக அளவு சுவாசம் 30 நிமிடம் அதிகமாக.

இ. ஏப்னியா:- சில நொடிகளுக்கு சுவாசம் இல்லாமல் போதல்.

ஈ. ஹைபர்வென்டிலேஷன் (அதிககாற்றோட்டம்):- சுவாசத்தின் எண்ணிக்கையும் ஆழமும் அதிகரித்தல்.

உ. ஹைபோவென்டிலேஷன் (குறைக்காற்றோட்டம்):- சுவாசத்தின் எண்ணிக்கையும் ஆழமும் மிகவும் குறைந்து காணப்படல்.

ஊ. செயின்ஸ்ட்ரோக்ஸ்சுவாசம்:- சுவாசம் மிகவும் மெதுவாகவும் மேலோட்டமாகவும் தொடங்கி அசாதாரண எண்ணிக்கை மற்றும் ஆழத்தில் முடிகிறது. பின்னர் மெதுவான மேலோட்டமான சுவாசம் சிறிது நேர சுவாசம் இல்லாமையில் (apnoea) முடிவடைகிறது. இது சங்கிலி போல் தொடர்கிறது.

பல்ஸ் ஆக்ஸிமீட்டர் (Pulse oxymeter)

இரத்தத்தில் பிராண வாயுவின் அளவை அளவிட பல்ஸ் ஆக்ஸி மீட்டர் என்னும் கருவி பயன்படுகிறது. பிராண வாயுவை திசுக்களுக்கு எவ்வாறு அனுப்பப்படுகிறது என்பதை இந்தக் கருவி வலியில்லாமல் கணக்கிடுகிறது.அதே சமயத்தில் இது நாடித்துடிப்பின் அளவையும் கணக்கிடுகிறது.

5.8 இரத்த அழுத்தம்

இரத்த அழுத்தம் என்பது இரத்தம் இரத்தக்குழாய்களின் வழியே செல்லும் பொழுது கொடுக்கும் அழுத்தத்தையே இரத்த அழுத்தம் என்கிறோம்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

உயர் இரத்த அழுத்தம் என்பது அமைதியான உயிர்க்கொல்லியாகும்.

இரத்த அழுத்தம் கீழ்கண்ட காரணிகளைப் பொறுத்து அமைகிறது.

1. இதயத்துடிப்பின் வேகம்.
2. இரத்தக்குழாய்களின் மீள் தன்மை.
3. இரத்தக்குழாய்களில் இரத்தத்தின்அளவு.
4. தந்துகிகளிலும் சிறிய இரத்தக்குழாய்களிலும் உள்ள இரத்தத்தின் மிகுதியான அல்லது குறைவான அடர்த்தி.

சிஸ்டோலிக் அழுத்தம் (systolic pressure)	டயஸ்டோடலிக் அழுத்தம் (diastolic pressure)
சிஸ்டோலிக் அழுத்தம் இதய சுருக்கத்தின் போது தமனிகளில் கொடுக்கப்படும் அதிகப்பட்ச அழுத்தமாகும்.	டயஸ்டோடலிக் அழுத்தம் இதயத்துடிப்புகளுக்கு இடையில் ஏற்படும் குறைந்தபட்ச அழுத்தமாகும்.

பல்ஸ்பிரஷர் (pulse pressure)

பல்ஸ் பிரஷர் என்பது டயஸ்டோலிக் அழுத்தம் மற்றும் ஸிஸ்டோலிக் அழுத்தத்திற்கிடையே உள்ள வேறுபாடு சாதாரணமாக 35 ஆகும். இது இதயத்தின் வலிமையைக் குறிக்கிறது.

இரத்த அழுத்தத்தில் ஏற்படும் மாறுபாடு

உயர் இரத்த அழுத்தம் ஏற்படக்காரணங்கள்

- பயம்
- கவலை
- உணர்ச்சி
- உடற்பயிற்சி

உயர்இரத்தஅழுத்தம் → அதிகப்படியான இரத்தஅழுத்தம் 140 /90 mmHg

குறைவானஇரத்தஅழுத்தம் → குறைந்தளவு 90/60 mmHg

சாதாரணஅளவு → 120/80 mmHg

5.8.1 இரத்த அழுத்தமானியின் வகைகள்

1. ஸ்பிக்மோமேனோமீட்டர் (spygmomano meter):-இக்கருவியில் ஒரு அழுத்தமானி பொருத்தும் உறை காற்றழுத்தம் குமிழ் காற்றினால் விரியக்கூடிய பை மற்றும் வால்வும் உள்ளன. இக்கருவி மிகவும் மலிவானதும் நம்பக்கூடியதுமாகும்.

2. எலக்ட்ரானிக் இரத்த அழுத்தமானி:- பலவிதமான எலக்ட்ரானிக் இரத்த அழுத்தமானிகள் தானாகவே இரத்த அழுத்தத்தை அளவிடுமாறு அமைக்கப்பட்டுள்ளன. இரத்தக்குழாய்களில் இரத்தம் பாயும் பொழுது ஏற்படுத்தும் அதிர்வலைகளை எலக்ட்ரானிக் சென்ஸார் கணக்கிடுவதை சார்ந்து அமைகிறது.

3. சுயமாக அளவிடும் இரத்தமானி (Self measurement of blood pressure):- மின்னனு கருவியானது ஒரு பொத்தானை அழுத்துவதன் மூலம் தன்னுடைய இரத்த அழுத்தத்தை தானே அளவிடுமாறு அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

4. டயல்முறை இரத்த அழுத்தமானி:- இது எடை குறைவானதும், வீடுகள் சந்திப்பின் போது எடுத்துச் செல்ல வசதியானதுமாகும். இதில் பாதரசமோ, கண்ணாடியோ இல்லை. ஆனால் ஸ்பிக்மோ மேனோமீட்டரைப் போல நம்பத்தகுந்தது அல்ல.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 78 19-02-2019 16:01:32

ஸ்பிக்மோ மேனோமீட்டர் மூலம் அளவிடும் பொழுது ஸ்டெதெஸ்கோப்பை பயன்படுத்தி பிரேக்கியல் தமனியின் சத்தத்தை அறிய வேண்டும்.

5.8.2 இரத்தஅழுத்தம்அளவிடும்முறை

1. செய்முறையை நோயாளிக்கு விளக்கிக் கூற வேண்டும். உட்கார்ந்த நிலையிலோ அல்லது படுத்து இருக்கும் நிலையிலோ நோயாளியின் கைகள் நன்கு தாங்கப் பட்டிருக்க வேண்டும்.
2. நோயாளியின் முழங்கைக்கு 5 cm மேலாக பிரேக்கியல் தமனியின் மீது இரத்த அழுத்தமானியின் உறையை மெதுவாகவும் சரியாகவும் சுற்ற வேண்டும் முனையை சரியாக சொருகவும்
3. பிரேக்கியல் நாடித்துடிப்பை கையால் உணர்ந்து அதன் மீது ஸ்டெதெஸ்கோப்பை வைக்கவும்.
4. திருகு வால்வை மூடி பாதரசமட்டத்தை நாடித்துடிப்பை உணர முடியாத அளவுக்கு 20 மி.மி மேலே வரை கொண்டு வர வேண்டும்.
5. வால்வை மெதுவாக திறந்து முதல் தெளிவான ஓசை மேனோமீட்டரில் எந்த அளவில் கேட்கிறது என கவனி. இது ஸிஸ்டோலிக் அளவீடு ஆகும். காற்று வெளியேறும் பொழுது சத்தம் தெளிவாகவும் உறுதியாகவும் கேட்கும்.
6. காற்றை மெதுவாக வெளியேற்று. மேனோமீட்டரில் எங்கே ஓசை நிற்கிறது என்பதைக் கவனி. இது டயஸ்டோலிக் அழுத்தம் ஆகும்.
7. உறையில் உள்ள காற்றை வெளியேற்றி பாதரசமட்டம் '0'வுக்கு வருமாறு செய்யவும்.
8. அளவீட்டில் ஏதாவது சந்தேகம் இருந்தால் திரும்ப செய்யவும்.
9. பதிவு செய்யும் பொழுது எப்பொழுதும் சிஸ்டோலிக் அழுத்தத்தை டயஸ்டோலிக் அழுத்தத்தின் மேல் எழுதுக. எ.கா 120 / 80 mmHg
10. உறையை நோயாளியின் கையிலிருந்து கழற்றி சுற்றி மானோமீட்டர் பெட்டியில் வைக்கவும்.

5.9 உணர்வு நிலையின் நிலைகள்

சுய நினைவற்றுப் போதல் என்பது மூளையின் சாதாரண செயல்பாட்டில் ஏற்படும் இடையூறாகும். சுய நினைவற்ற நிலையில் உள்ள மனிதனால் தன்னைச் சுற்றி நடப்பதை அறிந்து கொள்ள முடியாத நிலையாகும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

விழித்திருக்கும் பொழுது மனிதனின் மூளை தோராயமாக 23 வார்ட்ஸ் அழுத்தத்தை உண்டாக்கக் கூடியதாகும்.

உணர்வு நிலையின் வகைகள்

உணர்வு நிலையின் நிலையானது மூளையின் செயல்பாட்டினால் நிர்ணயிக்கப்படுகிறது. உணர்வு நிலையின் வகைகள் பின்வருமாறு

1. விழிப்பானநிலை:- ஒரு தெளிவான நிலையானது சாதாரணமாக கேட்கப்படும் கேள்விகளுக்கு துரிதமாக பதிலளித்தலாகும்.
2. ஒலிக்குஎதிர்வினை:- பல வீனமாகவும் தூக்கக் கலக்கத்துடன் காணப்படுதல் எளிதாக விழித்துக் கொள்வதுடன் நம்முடைய கட்டளைக்கு கீழ்படிவார். நோயாளி பொதுவாக சிறிதளவு குழப்ப மனநிலையினுடனும் கிளர்ச்சியுற்றும் காணப்படுவார்.
3. வலிக்கு எதிர் வினைபுரிதல்:- சிரமத்துடன் விழித்துக் கொள்ளுதலுடன் வலிக்கும் எதிர்

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 79 19-02-2019 16:01:32

www.tnschoolbooks.in

வினைபுரிவார் ஆனால் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கும் நிலை இல்லை.

4. சுய நினைவற்ற நிலை:- எந்த விதமான வெளிப்புறதூண்டுதலுக்கும் வினைபுரியாமல் விழித்துக் கொள்ள முடியாத நிலை.

குறிப்பு

விழிப்பான நிலைக்கு கீழான எல்லா நிலைகளும் சுயநினைவற்ற நிலையாகும். ஆகவே நோயாளி எந்த நிலையில் உள்ளார் என்பதை கண்டறிவது அவசியமாகிறது.

5.9.1 க்ளாஸ்கோகோமாஸ்கேல் (Glasco coma scale)

'கிளாஸ்கோகோமாஸ்கேல்'என்பது நோயாளி வினைபுரியும் தன்மைக்கேற்ப மதிப்பெண்கள் வழங்கப்படுகிறது. இதன் அடிப்படையில் நோயாளியின் சுயநினைவற்ற நிலை அளவிடப்படுகிறது.

3க்குகீழ் – சுயநினைவற்ற நிலை
8க்குகீழ் – கடுமையான பாதிப்பு
9 - 12 – நடுத்தரஅளவு பாதிப்பு
13 - 14 – சிறியஅளவு பாதிப்பு

விழி திறத்தல் வினைபுரிதல் Eye opening response	1. எந்த எதிர் வினையும்இல்லை
	2. வலிக்குஎதிர்வினைபுரிதல்
	3. பேசுவதற்கு எதிர்வினை புரிதல்
	4. தானாக விழி திறத்தல்
மோட்டார் ரெஸ்பான்ஸ் (motor response)	1. எந்த எதிர்வினையும் இல்லை
	2. அசாதாரண நீட்டுதல்
	3. அசாதாரண மடக்குதல்
	4. திரும்ப மடக்குதல்
	5. வலிக்கு எதிர்வினை
	6. வாய்வழி கட்டளைகளுக்கு கீழ்படிதல்
பேசுதலுக்கு எதிர்வினை புரிதல்	1. எந்த எதிர்வினையும் இல்லை
	2. அதிகப்படியா சத்தத்துக்கு எதிர்வினை
	3. பேசுவதற்கு மெதுவாக பதிலளித்தல்
	4. குழப்பத்துடன் கூடிய உரையாடல்
	5. நன்கு சுயநினைவுடன் இருத்தல்

1. கண்விழித்தல் (1– 4 மதிப்பெண்கள்)

அ) தானாக விழித்தல் –(4 மதிப்பெண்) கண்கள் திறந்து பார்த்தல். நோயாளி மற்றவரை அடையாளம் காணுதலும் கண்ணினால் பின் தொடருதலும்
3க்கும் குறைவாக – கோமா
8க்கு குறைவாக – அதிகமான பாதிப்பு
9–12 – நடுத்தர அளவு பாதிப்பு
13 – 14 குறைந்த பாதிப்பு

ஆ) பேசுவதற்கு–(E3 மதிப்பெண்கள்) பேசும் பொழுது நோயாளி கண் திறந்து பார்த்தலும், கட்டளைகளுக்கு கீழ் படிதலும்

இ) வலிக்கு:- (E2 மதிப்பெண்கள்) வலித்தூண்டலுக்கு நோயாளி கண்களை திறந்து பார்த்தல்

ஈ) எதுவுமில்லை:–(E1 மதிப்பெண்)

2. கட்டளை நரம்பு எதிர் உணர்வு (1 - 6 மதிப்பெண்கள்)

அ) கட்டளைகளுக்கு கீழ்ப்படிதல்– (M6) மதிப்பெண்கள்

ஆ) வலிக்கு எதிர்வினை – (M5) மதிப்பெண்கள்

இ) வலிக்கு உறுப்புகளை இழுத்துக் கொள்ளுதல் – (M4) மதிப்பெண்கள்

ஈ) அசாதாரணமாக கை கால்களை மடக்குதல் – (M3) மதிப்பெண்கள்

உ) அசாதாரணமாக கை கால்களை நீட்டுதல் – (M2) மதிப்பெண்கள்

ஊ) எதுவுமில்லை – (M1) மதிப்பெண்கள்

3. பேசுதலுக்கு எதிர்வினை 5 மதிப்பெண்கள் (V5 மதிப்பெண்கள்)

அ) விழித்துக் கொண்டிருத்தல்:– நோயாளி தன்னை மறந்து முழுமையாக பேசுதல்

ஆ) குழப்பமடைதல் (4 மதிப்பெண்கள்)

நோயாளி தொடர்ந்து பேசுவார். ஆனால் இடம், நபர், நேரம் ஆகியவற்றில் குழப்பமான மனநிலை காணப்படும்.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 80 19-02-2019 16:01:32

இ) உழறல்:- (3 மதிப்பெண்கள்) கேள்விகளுக்கு பொருத்தமில்லாமலும் தெளிவாக இல்லாமலும் பதிலளித்தல்

ஈ) குறைவான வார்த்தைகள்:- 2 மதிப்பெண்கள்
தேவையில்லாத சத்தங்களும் வார்த்தைகளும்

உ) எதுவுமில்லை: (1 மதிப்பெண்)
இந்த அளவீடு விபத்தினால் சுயநினைவற்ற நிலையில் உள்ளவர்களுடைய நிலையை அறிவதற்கும் நீண்ட நாட்களாக (chronically ill) சுகவீனமாயிருக்கும் நோயாளிகளின் நிலையை அறிவதற்கும் பயன்படுகிறது.

பாடச்சுருக்கம்

- உடல் நல நிர்ணயம் நோயின் தன்மை அறிவதற்கும் சிறந்த சிகிச்சையளிக்கவும் அவசியமானதாகிறது
- உடல் நல நிர்ணயம் உடல் பரிசோதனை, மன வளர்ச்சி பற்றிய ஆய்வு, ஆய்வக தேர்வு மற்றும் சிறப்பு பரிசோதனை ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது.
- உடல் மதிப்பீடு செய்வதில் ஆய்வு , பால்பேசன்,பெர்குஷன், காதினால் கேட்டறிதல்,திறனுடன் கையாளுதல், தொடு உணர்திறன் அறிவு, நுகர்தல் ஆகிய நுட்பங்கள் பயன்படுகின்றன.
- உடலில் உருவாக்கப்படும் வெப்பத்திற்கும் வெப்ப இழப்பிற்கும் இடையே ஒரு சீரான வெப்பநிலையை நிலை நிறுத்திக் கொள்வதை உடலின் வெப்பநிலை என்கிறோம்.
- வயது வந்தோரின் உடலின் சாதாரண வெப்பநிலை 37°C அல்லது 98.4° F
- உடலின் வெப்பநிலை அளவிடக் கூடிய இடங்கள், வாய், ஆசனவாய், அக்குள், டெம்போரல் தமனி மற்றும் தொடைச்சந்து ஆகும்.

வெப்ப நிலைமானியின் வகைகள்

பாதரச வெப்பநிலைமானி, எலக்ட்ரானிக் வெப்பநிலைமானி, டெம்போரல் தமனி வெப்பநிலைமானி மற்றும் ஒருமுறை பயன்படுத்தும் (disposable) வெப்பநிலைமானி.

- நாடித்துடிப்பு என்பது ஒரு எலும்பின் அழுத்தப்படக்கூடய இடத்தில் தமனியின் விரிவடைதலை உணரக் கூடுமானால் அது நாடித்துடிப்பு எனப்படும்
- வயது வந்தோரின் நாடித்துடிப்பு சாதாரணமாக 60 – 80 /நிமிடம்
- சுவாசம் என்பது காற்று உள்ளிழுக்கப்பட்டு வெளியேற்றப்படும் செயல் ஆகும்.
- பல்ஸ் ஆக்ஸிமீட்டர் என்பது இரத்தத்தில் பிராணவாயுவின் அளவை அளவிடுவதுடன் நாடித்துடிப்பையும் அளவிட பயன்படும் கருவியாகும்.
    - இரத்த அழுத்தம் என்பது இரத்தக்குழாய்களின் சுவற்றின் மீது இரத்தம் கொடுக்கும் அழுத்தமேயாகும்.
    - இரத்த அழுத்தத்தை அளவிட பயன்படும் கருவிகள் ஸ்பிக்மோ மேனோமீட்டர், எலக்ட்ரானிக் இரத்த அழுத்தமானி, தானாக இரத்த அழுத்தம் அளவு மானி மற்றும் டயல்டைப் இரத்த அழுத்தமானியாகும்.
    - நான்கு வகையான சுயநினைவற்ற நிலை உள்ளன. அவையாவன,

விழிப்பான நிலை, ஒலிக்கு எதிர்வினை, வலிக்கு எதிர்வினை, சுயநினைவற்ற நிலை, க்ளாஸ்கோ கோமா அளவீடு சுயநினைவற்ற நோயாளியின் வினைபுரிதலை அளவிட பயன்படுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 81 19-02-2019 16:01:32

www.tnschoolbooks.in

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. கைவிரல்களைக் கொண்டு விரல்களால் தட்டிப்பார்த்து நோய் அறியும் நிலை
   - அ. ஆஸ்கல்டேஷன்
   - ஆ. மேணிபுலேஷன்
   - இ. ஆல்பாக்ஷன்
   - ஈ. பெர்குஷன்

2. கையினால் தடவிப் பார்த்து நோய் அறிதல்
   - அ. பெர்கஷன்
   - ஆ. மணிபுலேஷன்
   - இ. பல்பேஷன்
   - ஈ. இன்ஸ்பெக்ஷன்

NR2CL

3. வயது வந்தோரின் உடலின் சாதாரண வெப்பநிலை
   - அ. 98.4°F
   - இ. 94.4°F
   - ஆ. 94.8°F
   - ஈ. 99.4°F

4. நீண்ட நேரம் குளிருக்கு உட்படுவதால் ஏற்படுவது
   - அ. ஹைபர்பைரக்ஸியா
   - ஆ. வெப்பதாக்குதல்
   - இ. ஹைபோதெர்மியா
   - ஈ. காய்ச்சல்

5. அக்குளில் வெப்பநிலை அளவிட வெப்பநிலைமானியை அக்குளில் வைக்கும் நேரம்
   - அ. 2 நிமிடம்
   - இ. ஒருநிமிடம்
   - ஆ. 3 நிமிடம்
   - ஈ. 5 நிமிடம்

6. வயது வந்தோரின் சாதாரண நாடித்துடிப்பின் அளவு
   - அ. 60 – 80 / நிமிடம்
   - ஆ. 80– 100 /நிமிடம்
   - இ. 100 – 140 /நிமிடம்
   - ஈ. 40 – 60 /நிமிடம்

7. இரத்தத்தில் ஆக்ஸிஜனின் அளவைக் கணக்கிட அறியும் கருவி
   - அ. பல்ஸ்ஆக்ஸிமீட்டர்
   - ஆ. பல்ஸோமீட்டர்
   - இ. ஸ்பிக்மோமேனோமீட்டர்
   - ஈ. எலக்ட்ரானிக்தெர்மோமீட்டர்

8. சுவாசத்தின் எண்ணிக்கையும் ஆழமும் அதிகரித்தல்
   - அ. எப்னியா
   - ஆ. ஹைபர்வெண்டிலேஷன்
   - இ. ஹைபோவெண்டிலேஷன்
   - ஈ. எலக்ட்ரானிக்தெர்மோமீட்டர்

9. சில நொடிகளுக்கு சுவாசம் இல்லாமல் போகும் நிலை
   - அ. ஏப்னியா
   - ஆ. பிரேடிப்னியா
   - இ. டேக்கிப்பீனியா
   - ஈ. செயின்ஸ்ட்ரோக்ஸ்சுவாசம்

10. குறை இரத்த அழுத்தத்தில் இரத்த அழுத்தத்தின் அளவு இதைவிட குறைந்து காணப்படும்
    - அ. 120 / 80 mmHg
    - ஆ. 90 / 60 mmHg
    - இ. 140 / 90 mmHg
    - ஈ. 110 / 70 mmHg

II. கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

1. தட்டி அறிதல் என்றால் என்ன?
2. காதினால் கேட்டறிதல் என்றால் என்ன?
3. வெப்பநிலைமானியின் வகைகள் யாவை?
4. உடலின் வெப்பநிலை அளவிடும் இடங்கள் யாவை?

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 82 19-02-2019 16:01:32

5. செண்டிகிரேடை எவ்வாறு பாரண்ஹீட்டாக மாற்றுவாய்?
6. நாடித்துடிப்பு என்றால் என்ன?
7. சுவாசம் என்றால் என்ன?
8. 'பல்ஸ்பிரஷர்' வரையறு.
9. செயின்ஸ்ட்ரோக்ஸ் சுவாசம் வரையறு.
10. சுய நினைவற்ற நிலை என்றால் என்ன?

III. குறுகிய விடையளி

1. வெப்பநிலை அளவீடு தவிர்க்கப்பட வேண்டிய சூழ்நிலைகள் எவை?
2. நாடித்துடிப்பு அளவிடும் இடங்கள் யாவை?
3. பல்ஸ் ஆக்ஸிமீட்டர் பற்றி சிறு குறிப்பு வரைக.
4. சுவாசத்தின் அளவை மாற்றக்கூடிய காரணிகள் யாவை?
5. இரத்த அழுத்தமானியின் வகைகள் யாவை ?

IV. விரிவான விடையளி

1. உடல் நலத்தை எவ்வாறு நிர்ணயம் செய்வாய்?
2. உடலின் வெப்பநிலையைப் பாதிக்கும்– காரணிகள் எவை?
3. டெம்போரல் தமனி வெப்பநிலைமானி பற்றி எழுது.
4. உணர்வு நிலைகள் யாவை? விளக்குக.
5. ஹைபோதெர்மியா– விளக்குக.
6. 'க்ளாஸ்கோ– கோமா– ஸ்கேல்' – பற்றி விளக்குக.

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. மூச்சுத்திணறல்/சுவாசம் நின்றுவிடுதல் (Apnoea) – சுவாசமற்ற நிலை
2. ஒலிச்சோதனை (Auscultation) – உடலில் எழும் ஓசையை அறிதல்
3. குறை இதயத் துடிப்பு (Bradycardia) – குறைவான இதயத்துடிப்பு
4. சுவாசத்தின் அசாதாரண வகை (Chynestoke respiration) – சுவாசம் மிகவும் மெதுவாகவும் மேலோட்டமாகவும் தொடங்கி அசாதாரண எண்ணிக்கை மற்றும் ஆழத்தில் முடிகிறது
5. இதய விரிவு (Diastole) – இதய தளர்வு நிலை
6. சுவாசத்தன்மை அதிகம் (Hyper ventilation) – ஆழமான அதிகமான சுவாசம்
7. சுவாசத்தன்மை குறைவு (Hypo ventilation) – அதிக ஆழமற்ற சுவாசம்
8. அதிக வெப்பநிலை (Hyperthermia) – உயர் வெப்பநிலை
9. தாழ் வெப்பநிலை (Hypothermia) – குறைந்த வெப்பநிலை
10. நுகர்தல் (Olfaction) – மணம் என்ன என்பதை நுகர்தல்
11. பிராணவாயு அளப்பான் (Oxymeter) – இரத்தத்தின் பிராணவாயுவின் அளவை அளவிடல்
12. இதயத் துடிப்பு மிகைப்பு (Tachycardia) – உயர் இதய துடிப்பு

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 83 19-02-2019 16:01:32

மேற்கோள் நூல்கள்

- Dr. Mrs. KasthuriSundar Rao92004) . An introduction to community health nursing. BI Publication Pvt Ltd. Chennai
- Park JE Park K (1983) The Text Book Of Preventive And Social Medicine. Jabalpur .Banarsidan Publishers
- Shafers medical surgical nursing (1996) BI Publication New Delhi
- The board of nursing education, nurses league , a new text book for nurses in india BI Publication Chennai

இணையத்தில் தேட

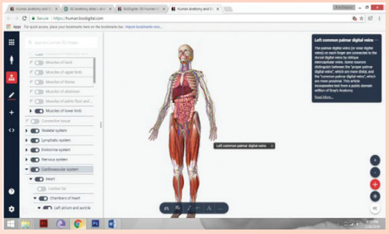
- https//www .atp-instrumentation.co.uk
- www.sensoronics.com
- www.health247.com
- www.netfind.com

www.tnschoolbooks.in

இணையச் செயல்பாடு

Human body

செயல்பாட்டின் மூலம் மனித உடற்கூறியலைப் பற்றி அறிந்து கொள்ள முடியும்.



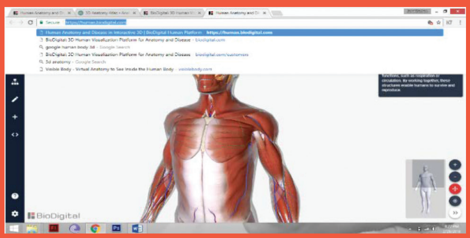
படி 1: கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் உரலியைப் பயன்படுத்திட, இணையத்தில் உடற்கூறியல் பக்கம் தோன்றும்.

படி 2: இடது பக்கத்தில் உள்ள பட்டியலில் ‘Anatomy Explorer’ என்பதைத் தெரிவு செய்யவும்.தேவைக்கேற்ப ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட உடற்கூறு மண்டலங்கக ளைத் தெரிவு செய்து கொள்ளவும்.

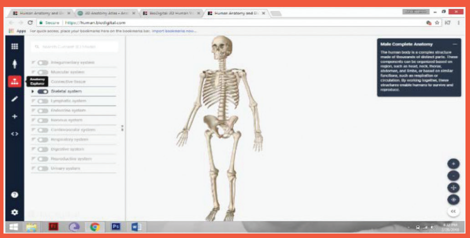
படி 3: இடது பக்கத்தில் உள்ள பட்டியலில் ‘Customize 3d Model’ என்பதைத் தெரிவு செய்து ஏதேனும் ஒரு பகுதியை மட்டும் இயக்கிப் பார்க்க ‘View modes’ யைத் தெரிவு செய்யவும்.

படி 4: வலது பக்கத்தின் கீழேயுள்ள பொத்தானை அழுத்தி அல்லது வழிகாட்ட குறியீடுகளைப் பயன்படுத்தி உடற்கூறு அமைப்பை முன்,பின்,மேலே, கீழே என விரும்பிய பக்கத்திற்குத் திருப்பலாம்.

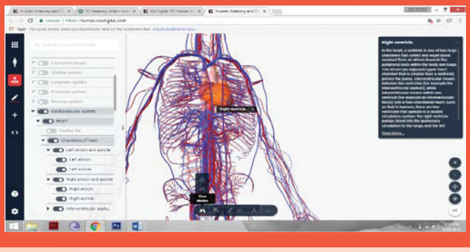
படி–1



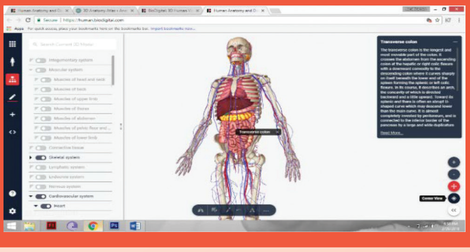
படி–2



படி–3



படி–4



உரலி:

https://human.biodigital.com/

*படங்கள் அடையாளத்திற்கு மட்டுமே.

Nursing General_Tamil Ch-5.indd 85 19-02-2019 16:01:33

அலகு 6

தொற்று கட்டுப்பாடு

89XEL

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- நோய் எதிர்ப்பாற்றல் வகைகள் பற்றி பட்டியலிடுதல்
- நோய் எதிரிப்பு சக்தி குறைபாடுடையவர்களுக்கு பொதுவாக நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்களை பட்டியலிடுதல்
- நோய் எதிரிப்பு சக்தி குறையுடைய நோயாளிக்கு உண்டாக்கும் பெறும்பாலான நோய்களை கண்டறியும் ஆய்வக பரிசோதனை முறைகளை பட்டியலிடுதல்
- தொற்று நோய்களின் செயல்பாடுகளை விவரித்தல் (தொற்று சங்கிலி)
- நாசோகோமியல் தொற்றுகள் ஏற்படுத்தும் பிரச்சனைகளை புரிந்துகொண்டு அவற்றை எவ்வாறு தடுத்தல் என்பதை புரிந்துகொள்ளுதல்
- கை தூய்மையின் செய்முறைகளை விவரித்தல்
- தொற்று நீக்குதல், நுண்ணுயிர் நீக்குதல், அடிப்படைக் கருத்துக்களான தூய்மைப்படுத்துதல் பற்றி புரிந்துகொள்ளுதல்
- தொற்று கட்டுப்பாடு மற்றும் சுகாதார கவனிப்பு மற்றும் கழிவு மேலாண்மை இடையே உள்ள இணைப்பை புரிந்துகொள்ளுதல்

6.1 முன்னுரை

தொற்றுக் கட்டுப்பாடு என்பது அபாய நிலையில் உள்ள பரவும் நோய்களை குறிப்பாக மருத்துவமனைகள் மற்றும் மனிதர்களிடையே பரவாமல் தடுக்க பயன்படுவதே இதன் கொள்கையும், மற்றும் செயல்முறைகளும் ஆகும். தொற்று கட்டுப்பாடு என்பது நோசோகோமியல் தொற்று அல்லது நல கவனிப்பிடங்களை சார்ந்த தொற்று பரவாமல் தடுக்கும் துறையை சார்ந்துள்ளது. நல்ல ஆரோக்கியம் என்பது ஒரு பாதுகாப்பான சூழ்நிலையினையை ஓரளவிற்கு சார்ந்திருக்கின்றது. கிருமிகளால் தொற்றும் நோய்களை தடுக்கும் மற்றும் கட்டுப்படுத்தும் பயிற்சி முறைகளே நோயாளிகளையும் நல கவனிப்பு பணியாளர்களையும் நோயிலிருந்து பாதுகாப்பதற்கு உதவுகின்றது. இத்துறை தொற்று கட்டுப்பாட்டில் தொடர்ந்து அங்கீகரிக்கப்பட்டிருப்பினும் மேலும் சுகாதார பராமரிப்பு உள்கட்டமைப்பின் பங்கு அவசியமாகிறது.

கிருமிகள் கட்டுபாடு சுகாதார அமைப்பில் தொற்று பரவுதல் தொடர்பான காரணிகளை பற்றி குறிப்பிடுகின்றது. (ஒரு நோயாளியிடமிருந்து- நோயாளிக்கோ, நோயாளியிடமிருந்து- நலப்பணியாளர்களுக்கு,

www.tnschoolbooks.in

மற்றும் நலப்பணியாளரிடமிருந்து – நோயாளிக்கு தொற்று ஏற்படலாம்). தொற்று கட்டுப்பாடு செயல்முறைகளே நோய் பரவுவதை தடுக்கவும், நோயாளிகளையும் நலப்பணியாளர்களையும் தொற்று ஏற்படாமல் பாதுகாக்க உதவுகின்றன. அனைத்து சுகாதார அமைப்புகளிலும் பரவும் தொற்று நோய்களை தடுக்க தொற்று தடுப்பு கட்டுப்பாட்டு அமைப்பு தேவைப்படுகின்றது. மருத்துவமனைகளில் அனுமதிக்கப்படும் நோயாளிகள் கிருமிகளால் ஏற்படக்கூடிய தொற்றுநோய்க்கு குறைந்த அளவு நோய்த்தடுப்புத் தன்மை பெற்றிருப்பதால் அதிக எண்ணிக்கைகள் நோய் உருவாக்கும் நுண்ணுயிர்களால் தாக்கப்படக் கூடிய அபாய சூழ்நிலையில் இருக்கின்றார்கள்.

நலப்பணியாளர்கள் மருத்துவமனைகளில் பரவும் தன்மையுள்ள நோய்களில் இருந்து தங்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்ள தடுப்பூசிகள் கட்டாயமாக எடுக்க அறிவுறுத்தப்படுகிறார்கள். எ.கா ஹெப்படைட்டிஸ் – B

சுகாதார நலகவனிப்பிடங்களில் நலக்கவனப் பணியாளர்கள் நோய்த் தொற்றின் செயல்முறைகளையும், தடுக்கும் வழி முறைகளையும் அறிந்திருத்தல் தேவையாகும். தொற்று காரணிகளை கொண்டுள்ள உடல் திரவங்கள், சுற்றுபுற பரப்புகளுக்கு வெளிப்படும் போது மக்கள் ஆபத்தான நோய்களுக்கு (டியுபர்குலோசிஸ், ஹெச்.ஐ.வி- எய்ட்ஸ்) ஆளாகின்றனர் என்பதை கண்டறிந்து கட்டாயமாக தகுந்த பராமரிப்பு நடவடிக்கைகள் பரிந்துரைப்பதன் மூலம் தொற்று நோய்கள் பரவுவதை குறைக்க முடியும். நோயிலிருந்து பாதுகாக்கும் பொருத்தமான தடுக்கும் வழிமுறைகள் பற்றிய அறிவினைப் பெற்றிருப்பதனாலேயே தாங்கள் நோய் தொற்றுதல் ஏற்படுத்தும் பொருட்களோடு தொடர்பு கொண்டிருந்தபோதும் தங்களை நோய் தாக்காத வண்ணம் பாதுகாத்துக்கொள்ள முடிகின்றது.

செவிலியத் துறையில் நுண்ணுயிரியல் பற்றிய அறிவு அத்தியாவசிய கூறுகள் ஆகும். அவை நோய்த்தொற்றினை நீக்குவதற்கான பயிற்சிகளையும், நுண்ணுயிர் நீக்குதல் முறைகளையும்,நலப்பணியாளர்கள் முழுமையாக அறிந்திருத்தல் இன்றியமையாததாகும்.

நுண்ணுயிரியல் என்பது மிகமிகச் சிறிய கண்களுக்கு புலப்படாத உயிரிகளின் வாழ்க்கைமுறை பற்றிய கல்வி ஆகும். நுண்ணுயிரிகளை நுண்ணோக்கியின் வழியாக மட்டுமே காண இயலும்.

6.2 நோய் தடுப்பாற்றல்

இயற்கையாகவே நமது உடலானது நுண்ணுயிர்களால் தாக்கப்படும் போது ஏற்படும் நோய்த்தொற்றுதலுக்கு அல்லது நச்சுக்களுக்கு ஏற்றவாறு எதிர் விளைவாக குறிப்பிட்ட எதிர்பொருள் அல்லது உணர்ச்சி பெற்ற வெள்ளை அணுக்கள் உருவாகும் ஆற்றலே நோய்த்தடுப்பாற்றல் எனப்படும்.

6.2.1 நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அமைப்பு

நமது உடலில் பலவகையான சிறப்புமிக்க செல்கள், திசுக்கள், உறுப்புக்கள் ஒருங்கிணைந்து வெளிப்பொருட்களை கண்டறிந்து நோய்தொற்றுதலுக்கு ஏற்றவாறு அதனை எதிர்த்து செயல்படும் தன்மை கொண்டது. நோய்களை உண்டாக்குபவை வைரஸ், பாக்டீரியா, ஒட்டுண்ணிகள், மற்றும் பூஞ்சைகள் ஆகும்.

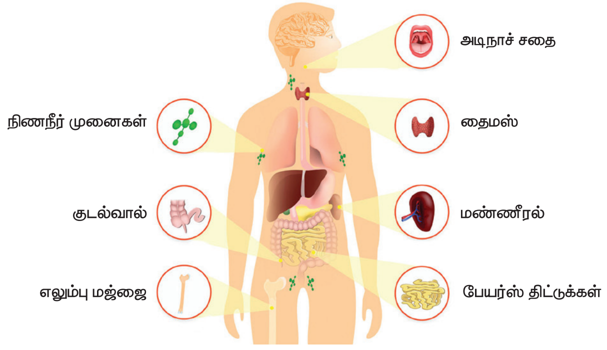
நிணநீர் உறுப்புகள்

i. முதன்மை நிணநீர் உறுப்புகள் - தைமஸ், எலும்பு மஜ்சை
ii. இரண்டாம் நிணநீர் உறுப்புகள் – நிணநீர் முனைகள், மண்ணீரல்

இவ்வகை உறுப்புக்கள் நோய் எதிர்ப்பு செல்களை உற்பத்தி செய்கின்றன. அவை T செல்கள், B செல்கள், NK செல்கள், மெக்ரோபேஜ் செல்கள், லியூக்கோசைட் செல்கள் வெள்ளையணுக்கள் ஆகிய செல்கள் நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிரிகளை எதிர்த்து போராடுகின்றன.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 87 19-02-2019 16:02:09

நோய் எதிர்ப்பு மண்டலம்



6.2.2 மனிதர்களில் நோய்த்தடுப்பாற்றல் தன்மையை தூண்டும் காரணிகள்

இயற்கையாய் அமையப்பெற்றவை

சிற்றினம்: விலங்குகளில் சில சிற்றினங்கள் குறிப்பிட்ட சில நோய்களுக்கு எதிரான தடுப்புத்தன்மை பெற்றுள்ளன. இவற்றில் ஒருவகை சிற்றினம் நோய் பாதிப்படையும். ஆனால் அதே நோய்க்கு மற்ற சிற்றினம் பாதிப்படைவதில்லை.

(எ.கா) மாட்டினங்களில் ஏற்படும் பிளேக்தொற்று, கோழிகளில் ஏற்படும் காலரா, தொற்று மனிதர்களில் உண்டாவதில்லை. அதே போன்று விலங்குகளில் டைப்பாய்டு நோய் தொற்று ஏற்படுவதில்லை.

இன சம்பந்தமான நோய் தடுப்பாற்றல்: ஒரு சிலர் குறிப்பிட்ட நோய்களுக்கு நோய் எதிர்ப்பு தன்மையில் பல்வேறு இனத்தவர் குறிப்பிட்ட நோய்களுக்கு வேறுபாடுகளை கொண்டுள்ளனர்.

எ.கா. குறிப்பிட்ட சில இனங்கள் சிக்கல் செல் அனிமியா எனும் நோய்க்கு (மரபு சார்ந்த நோய்) பாதிக்கப்படுவர் என்பர். ஆனால் மலேரியா தொற்றுநோய்க்கு எதிர்ப்புத்திறன் பெற்றிருப்பர், சில இனத்தவர் மலேரியா தொற்றால் பாதிக்கப்படுவர்.

தனிநபர் நோய்த் தடுப்பாற்றல்: ஒரே இனத்தை சேர்ந்த சில மனிதர்கள் இயற்கையாகவே ஒரு சில தொற்றுகளுக்கு நோய் தடுப்பாற்றலைப் பெற்றிருப்பர். சிலர் அதே தொற்றுக்குப் பாதிக்கப்படுவர்.

(எ.கா.) குழந்தைகள் தட்டம்மை, சின்னம்மை போன்ற நோய்களுக்கு பாதிக்கப்படுவர். பெரியவர்கள் (அ) வயதானவர்கள் நியுமோனியா தொற்றினால் கடுமையாக பாதிக்கப்படுவர்.

6.2.3 நோய் தடுப்பாற்றலின் வகைகள் மனிதர்களில் மூன்று வகையான நோய் தடுப்பாற்றல் உள்ளன. அவை

1. இயற்கையாக பிறப்பிலிருந்து தழுவிய நோய்த் தடுப்பாற்றல் (இயற்கையான அல்லது குறிப்பிடப்படாத)
2. பெறப்பட்ட தடுப்பாற்றல் (குறிப்பிட்ட அல்லது ஏற்கப்பட்ட)
3. செயல்மிகு மற்றும் இயல்பான தடுப்பாற்றல்

> உங்களுக்குத் தெரியுமா?
> "சளி மற்றும் இருமல் நேரங்களில் பழங்களை நீங்கள் எடுத்துக்கொள்வீர்களா?."
> வைட்டமின் சி சத்து நிறைந்த பழங்கள் சளி மற்றும் இருமலுக்கு எதிராக செயல்படும் திறனை வளர்த்து உடலுக்கு பாதுகாப்பு அளிப்பதாக அறிவியல் ரீதியாக நிரூபித்துள்ளனர்.

இயற்கையான நோய்த் தடுப்பாற்றல்

சில மனிதர் இயற்கையாகவே பிறந்ததிலிருந்து நோய் எதிர்ப்புத்திறன் பெற்றிருப்பர். இவை மரபு ரீதியாக ஒரு பரம்பரையில் இருந்து அடுத்த பரம்பரைக்கு கடத்தப்பட்டிருக்கும். இவ்வகை நோய் தடுப்பாற்றல் பல்வேறு நுண்ணுயிர்களை எதிர்த்து போராடி அழிக்கும் திறன் கொண்டிருக்கும்.

(எ.கா) குறிப்பிட்ட நோய்களான தட்டம்மை போன்ற நோய்களை பெறுவதன் மூலம் இயற்கையான தடுப்பாற்றல் தோன்றுகிறது. இவ்வகை தடுப்பாற்றல் வாழ்நாள் முழுவதும் பெற்றிருப்பர். இயற்கையான தடுப்பாற்றல் சிற்றினம், இனம், தனிநபர் என்ற வகையில் வகைப்படுத்தப்படுகின்றன.

பெறப்பட்ட நோய்த் தடுப்பாற்றல்

குறிப்பிட்ட எதிர்தோன்றிகளுக்கு வெளிப்படும் போது மனிதரில் நோய் எதிர்பாற்றல் வளர்ச்சியடைகின்றது. பெறப்பட்ட தடுப்பாற்றல்

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 88 19-02-2019 16:02:09

என்பது எதிர்பொருள் கடத்தப்பட்ட பிறகு மற்றும் தடுப்பூசிகள் செலுத்துவதன் மூலம் உடலில் ஏற்படுகின்றது (அ) வளர்ச்சி அடைகின்றது.

செயல்மிகு நோய்த் தடுப்பாற்றல்

உடலானது தானாக எதிர் பொருட்களை உற்பத்தி செய்து மேலும் நினைவுச் செல்களையும் செயல் மிகு நோய் தடுப்பாற்றலையும் உண்டாக்குகிறது.

இயல்பான நோய்த் தடுப்பாற்றல்

பிற உயிரிகளிலிருந்து எதிர்பொருட்களை முயன்று அடைவதன் மூலம் பெறப்படுகிறது. ஆதனால் நினைவு செல்கள் வளர்ச்சி பெறுவதில்லை. செயல் மிகு தடுப்பாற்றல் நீண்ட நாட்கள் நிலைப்பெற்றிருக்கும். ஆனால் இயல்பான தடுப்பாற்றல் நினைவு செல்கள் இன்மையால் நீண்ட நாட்கள் செயல்படுவதில்லை.

செயல்மிகு மற்றும் இயல்பான தடுப்பாற்றல் இவ்விரண்டும் இயற்கையான அல்லது செயற்கையான இயக்கங்களின் மூலம் தூண்டப்படுகிறது.

செயல்மிகு தடுப்பாற்றலின் எடுத்துக்காட்டுகள்

இயற்கை – நுண்ணுயிர்களால் ஏற்படும் குறிப்பிட்ட நோயினால் பாதிக்கப்படுவர் அந்நோயிற்கான தடுப்பாற்றலை பெற்று எதிர்பொருட்களை உற்பத்தி செய்கின்றன. எ.கா. (சின்னம்மை, தட்டம்மை)

செயற்கை – கட்டுப்படுத்தப்பட்ட வீரியம் குறைந்த நுண்ணுயிர்களுக்கு வெளிப்படும் போது அதற்கு எதிர் செயலாக எதிர்பொருட்கள் உற்பத்தி செய்கின்றன. எ.கா. (தடுப்பூசி)

இயல்பான நோய்த் தடுப்பாற்றலின் எடுத்துக்காட்டுகள்

இயற்கை – எதிர்பொருட்களை பிற உயிரிகளிடமிருந்து பெறுவதாகும்.

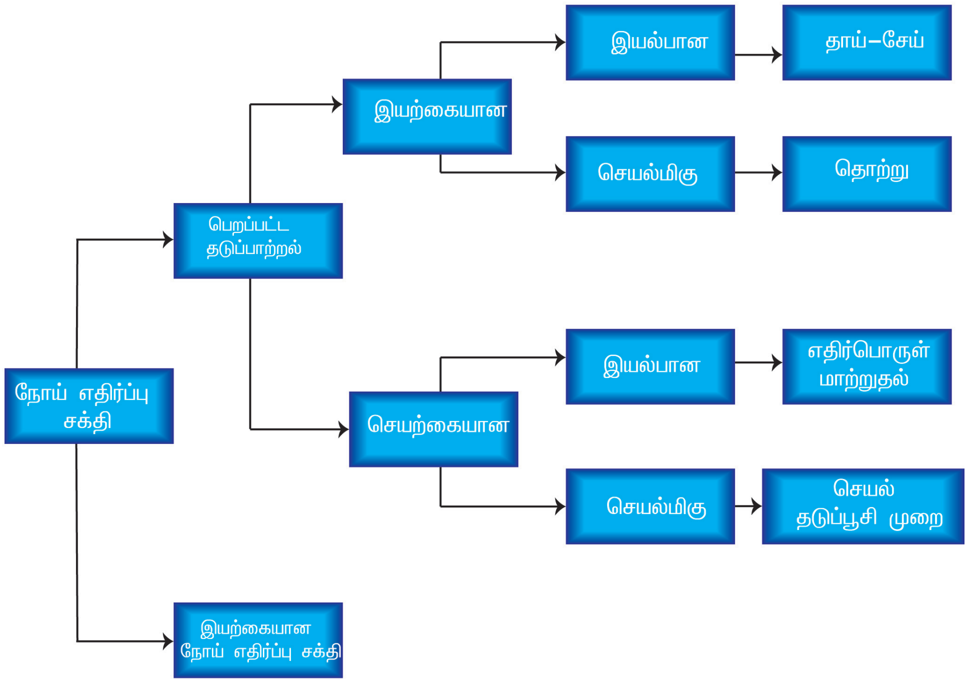
எ.கா. IgG–தாயிடமிருந்து சேயானது எதிர்பொருட்களை தாய் சேய் இணைப்புத்திசு மூலம் பெறுகின்றது.

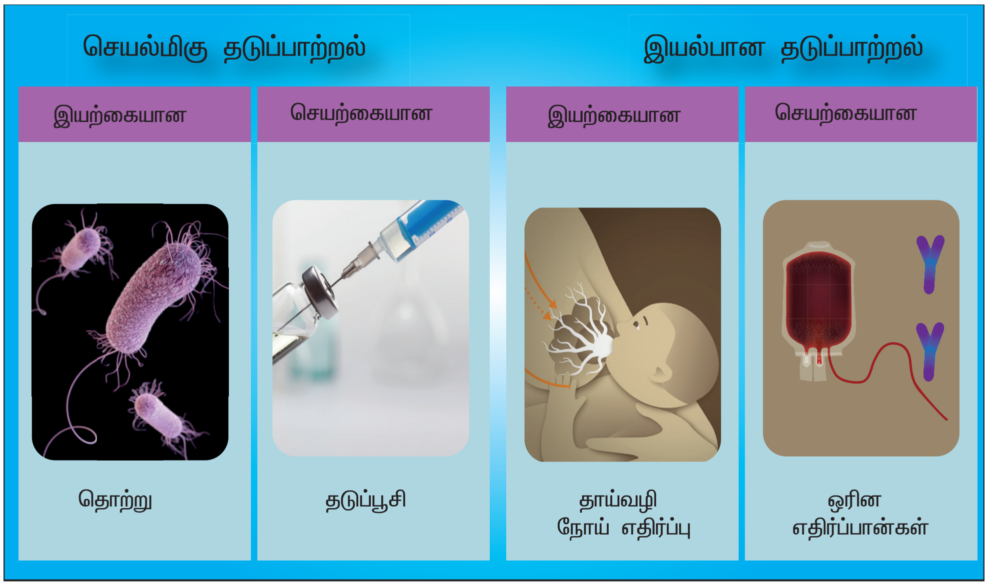
எ.கா. IgA– பிறந்த குழந்தை தாயிடமிருந்து தாய்ப்பாலின் வழியாக பெறுகின்றது. (கொலஸ்ட்ரம்)

செயற்கை – தயாரிக்கப்பட்ட எதிர்பொருட்களை பெறுவதன் மூலம் கிடைக்கின்றது. (இரத்தம் செலுத்துதல், மோனோகுலோனல் (ஒரின) எதிர்பொருட்கள்)

நோய் எதிர்ப்பின் வகைகள்

எடுத்துக்காட்டு





நோய்த்தடுப்பின் வகைகள்

செயல்மிக தடுப்பூசி முறை: இம்முறை மூலம் ஒரு நபரின் திசுக்களில் எதிர்பொருட்கள் உற்பத்தி தூண்டப்படுகிறது. தடுப்பூசிகளில் செயலிழக்கப்பட்ட எதிர் தோன்றிகளின் மூலக்கூறுகள் செலுத்துவதன் மூலம் உடலில் எதிர்பொருள் உற்பத்தியாகி மற்றும் அவை நிலையாகவும் இருந்திடலாம். இதுவே செயல்மிகு தடுப்பாற்றல் எனப்படுகிறது. இயற்கையாகவே தொற்று ஏற்படுவதற்கு முன் உடலில் ஊசிகள் வழியாக நுண்ணுயிர்களை செலுத்துவதன் மூலம் தொற்று கிருமிகளை எதிர்க்க உடல் தயார்நிலைக்கு உண்டாகிறது.

இயல்பான தடுப்பூசி முறை: எதிர்பொருளை தாங்களாகவே உற்பத்தி செய்ய இயலாத நிலையில் இம்முறையில் வழங்கப்படுகிறது. குறிப்பிட்ட எதிர்பொருட்களை பெற்றுள்ள சீரம் நேரடியாக செலுத்தப்பட்டு இயல்பான தடுப்பாற்றல் உருவாக்குகிறது. ஒரு குறிப்பிட்ட நுண்ணுயிரியால் பாதிக்கப்படும் போது எவ்வித நோய் எதிர்ப்பாற்றலும் வளர்ச்சி பெறுவதில்லை.

(எ.கா) டிப்தீரியாவின் எதிர்நச்சுசீரம் (குதிரையின் சீரத்திலிருந்து தயாரிக்கப்பட்டது) டெட்டனஸ் இம்யூனோகுளோபின்

மாணவர்கள் செயல்பாடு

வினாடி வினா அமைத்தல் – நோய் எதிர்ப்பு அமைப்பு பகுதி (குழு செயல்பாடு) – தொற்றும் ஏற்படும் நேரங்களில் நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றலில் பங்கு பெறும் செல்களை பற்றி வினாடி வினா).

அட்டை தயாரித்தல் – நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றல் வகைகள்

6.2.4 தடுப்பூசி

வரையறை

தடுப்பூசி என்பது நுண்ணுயிர்களில் இருந்து தயாரிக்கப்படுகிறது. இவை உடலில் செலுத்துவதால் பெறப்பட்ட செயல்மிகு தடுப்பாற்றலை வழங்குறது. குறிப்பிட்ட நோய்களை எதிர்க்கும் திறன் பெற்றுள்ள தடுப்பூசியில் நோய் ஏற்படுத்தக்கூடிய நுண்ணுயிர்களின் உருவ அமைப்புகளை கொண்டுள்ளது. நுண்ணுயிர்களை நீண்ட காலம் ஊடகத்தில் வளர்ப்பதன் மூலம் செயலழிக்க இயலும், வேதிப்பொருள்களை கொண்டு (வீரியத்தைக் குறைத்தல்) கொள்ளுதல், நச்சுக்களை செலுத்துதல், நுண்ணுயிர்களின் புரத மூலக்கூறுகளை செலுத்துதல், இப்பொருட்கள் உடலில் நோய் எதிர்ப்பு அமைப்புகளை தூண்டி எதிர்காலத்தில்

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 90 19-02-2019 16:02:11

www.tnschoolbooks.in

நோய் ஏற்படுத்தும் நுண்ணுயிர்களை கண்டறிந்து அவற்றை அழிக்கின்றன.

(வேக்ஸின்) – 1796 ஆம் ஆண்டில் தடுப்பூசி என்ற வார்த்தையை முதலில் கண்டறிந்தவர் எட்வர்ட்ஜென்னர் ஆவார்.

வேக்ஸின் மற்றும் தடுப்பூசி முறையை வேரியோலா வேக்ஸினியா (மாட்டிற்கு ஏற்படும் அம்மைநோய்) வைரஸ் என்ற சொல்லில் இருந்து கண்டறிந்தார்.

தடுப்பூசி வகைகள்

- உயிருள்ள உயிரிகள் வகை தடுப்பூசி
- செயலிழக்கப்பட்ட (அ) இறந்த உயிரினங்கள் வகை தடுப்பூசி
- மூலக்கூறுகள் வகை தடுப்பூசி
- வீரியமிழந்த நச்சுவகை தடுப்பூசி
- துணை தடுப்பூசி
- டி.என்.ஏ வகை தடுப்பூசி
- இனக்கலப்பு கடத்தி தடுப்பூசி

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஒருமனிதரின் நோய் எதிர்ப்பு அமைப்பில் சூரிய ஒளி முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. ஒருவர் தன் உடலின் மீது சூரிய ஒளிபடும்படி இருக்கும் நேரங்களில் உடலானது வைட்டமின் D உற்பத்தி செய்கின்றன.

உயிருள்ள உயிரிகள் வகை தடுப்பூசி

உயிருள்ள (வீரியமிக்க) நுண்ணுயிர்கள் (அல்லது) உருவ அமைப்பு ஒத்துள்ள நுண்ணுயிர்களால் நோய் எதிர்ப்புத்தன்மை தூண்டப்படுகிறது. இவ்வகை நுண்ணுயிர்களை நெடுநாட்கள் ஊடகத்தில் மாற்றி கடத்தும்போது அதன் வீரியத்தன்மை இழக்கப்படுகிறது. அட்டினுவேஷன் என்பது நுண்ணுயிரிகளில் வீரியம் இழத்தல் என்று பொருள் (attenuated – நுண்ணுயிர் வீரியம் இழத்தல்) (எ.கா.) BCG, டியூபர்குளோசிஸ், அம்மை தடுப்பூசி, மஞ்சள் காய்ச்சல், OPV, MMR

செயலிழக்கப்பட்ட (அ) இறந்த உயிரினங்கள் வகை தடுப்பூசி

முழு நுண்ணுயிர்களும் வெப்பம், வேதிப்பொருள் கதிர்கள், உயிர்கொல்லி கொண்டு அழிக்கப்படுகின்றது

(எ.கா) ஹெப்டைட்டிஸ் ஏ தடுப்பூசி மற்றும் B, டைப்பாய்டு தடுப்பூசி, IPV, HIB

நியுமோகாக்கல் கூட்டு சர்க்கரை (பாலிஸாக்கரைடு)

வீரியமிழந்த நச்சுவகை தடுப்பூசி

நுண்ணுயிர்களின் நச்சுக்களை செயலிழக்கச் செய்தல் ஆகும். செயலிழக்கப்பட்ட நச்சு பொருட்களே டாக்ஸாய்டு ஆகும்.

நச்சு + பார்மலின் = வீரியமிழந்தநச்சு (டாக்ஸாய்டு)

(எ.கா) DPT, டெட்டனஸ்டாக்ஸாய்டு, ஸ்கார்லெட் காய்ச்சல்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

- தடுப்பூசி ஒவ்வொரு ஆண்டும் 2.5 மில்லியன் இறப்புக்களைத் தடுக்கிறது.
- CDC (நோய் கட்டுப்பாட்டு மையம், USA) ஹீமோபிளஸ் இன்புளுயன்சா நுண்ணுயிரியில் உண்டாகும் மூளைச் சவ்வு நோய் 99% உயிரிழப்பு குறைந்திருப்பதாக பதிவு செய்கின்றன.

மூலக்கூறுகள் வகை தடுப்பூசி

நுண்ணுயிர்களின் புரதமூலக்கூறுகள் இதில் உள்ளன.

1. மேற்புற புரதங்கள் மற்றும் செயற்கை வைரஸ்கள் போன்ற செல்கள் மரபணுக்கள் இல்லாத நிலையில் உள்ளன. படியெடுக்க இயலாத நிலை (இரட்டிப்பாதல்)

எ.கா. ஹெப்படைட்டிஸ் B

ஒற்றை வலுவுள்ள தடுப்பூசி

ஒரு வகை நுண்ணுயிரிகளுக்கு அல்லது எதிர்தோன்றிகளுக்கு எதிராக நோய் எதிர்ப்பை உண்டாக்குதல் ஆகும்.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 91 19-02-2019 16:02:11

www.tnschoolbooks.in

பல வலுவுள்ள தடுப்பூசி

பலவகை எதிர்தோன்றிகளுக்கு (நுண்ணுயிர்களுக்கு) எதிராக நோய் எதிர்ப்பை உண்டாக்குதல் ஆகும். ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டுடன் உள்ள குழந்தைகள் நோய்த்தொற்றுகளுக்கு எதிர்த்து போராடும் திறன் குறைவாக பெற்றிருப்பர். ஆகவே, அக்குழந்தைகளுக்கு தடுப்பூசி செலுத்துவது அவசியமானதொன்றாகும். அனைத்து குழந்தைகளும் தங்களை கடும்நோய்களில் இருந்து காத்துக்கொள்ள உரிமைகளை பெற்றுள்ளனர். கடும் ஊட்டச்சத்துக்குறைபாடு உள்ள குழந்தைகள் தடுப்பூசிகளுக்கு உடனடி எதிர்விளைவுகள் வெளிப்படுத்துகின்றனர்.

(எ.கா) தட்டம்மை தடுப்பூசி.

நன்மைகள் மற்றும் தீமைகள்

உயிருள்ள உயிரிகள் வகை தடுப்பூசி

நன்மைகள்	தீமைகள்
ஒரு முறை செலுத்துதல்	வீரியமற்றவை வீரியமுள்ளவையாக மாறும் வாய்ப்பு உண்டு
செல்வகைநோய் எதிர்ப்பு சக்தி தூண்டப்படுகிறது	நோய் தடுப்பாற்றல் குறைவான குழந்தைகளுக்கு கொடுக்கக்கூடாது
நீண்ட நாள் நோய் தடுப்பாற்றல்	சீரான குளிர்சாதன பெட்டியில் வைத்து பராமரிக்க வேண்டும்
குறைந்த செலவு	
அனைவருக்கும் தடுப்பூசி செலுத்த உகந்தது	

செயலிழக்கப்பட்ட தடுப்பூசி

நன்மைகள்	தீமைகள்
பாதுகாப்பு	மீண்டும் ஊக்குவிப்பான் தேவை
நிலையானது	நீண்ட நாள் நோய் தடுப்பாற்றல் இருப்பதில்லை
பலதடுப்பூசிகளை இணைத்து செலுத்தலாம்	

> உங்களுக்குத் தெரியுமா?
>
> கடந்த 60 ஆண்டுகளில் பெரியம்மை நோய் முற்றிலுமாக ஒழிக்க தடுப்பூசி உதவி புரிந்திருக்கின்றன.
>
> போலியோ நோயினை கட்டுக்குள் கொண்டு வரப்பட்டுள்ளது.

குளிர்சாதன பெட்டியில் (கோல்டு செயினில்) பராமரித்தல்

தடுப்பூசியின் ஆற்றலை பராமரிக்க குளிர்ந்த நிலையில் சாதகமான வெப்பநிலையில் பராமரிப்பது அவசியமாகும்.தடுப்பூசிகளின் வீரியம் குறையாமல் இருக்க அவற்றை குளிர்சாதனப் பெட்டியில் 2 முதல் 8 °C வெப்பநிலையில் வைத்தல் அவசியமாகும். தடுப்பூசிகளை கட்டாயமாக உறைந்த அறையில் வைக்க வேண்டும். அந்த குளிர்ந்த இடத்தில் தெர்மாமீட்டரை வைத்து வெப்பநிலையை உறுதிப்படுத்த வேண்டும். பயணத்தின் போது தடுப்பூசிகளை கட்டாயமாக பனிக்கட்டிகள் நிறைந்த பையில் (அ) பெட்டியில் வைத்து வெப்பநிலையை பராமரித்துக் கொள்ள வேண்டும். சிறந்த பயன்பாட்டிற்கு தடுப்பூசியின் காலாவதி தேதியைப் பொறுத்து வரிசைப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

நோய்த்தடுப்புக்கான முரண்பாடு

- சாதாரண நோய் மற்றும் காய்ச்சல் உள்ள நிலையில் கொடுக்கக் கூடாது.
- நோய் எதிர்பை குறைக்கும் மருந்துகள் (அ) கதிர்வீச்சு எடுத்துக் கொள்ளும் பொழுதும் தடுப்பூசி கொடுக்கக் கூடாது.
- புற்று நோயால் (லியூகெமியா) குழந்தைகள் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் பொழுது தடுப்பூசி கொடுக்கக் கூடாது.

> உங்களுக்குத் தெரியுமா?
>
> உலகளவில் தட்டம்மை நோயினால் இறக்கும் சதவிகிதம் (2000-2008) 78% குறைந்துள்ளமைக்கு தடுப்பூசிகள் உதவி புரிகின்றன.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 92 19-02-2019 16:02:11

www.tnschoolbooks.in

தேசிய நோய்த்தடுப்பு அட்டவணை				
தேசிய நோய்த்தடுப்பு அட்டவணை – பிறந்த குழந்தைகள், குழந்தைகள் கருவுற்ற பெண்கள்				
தடுப்பூசி	எப்பொழுது கொடுக்க வேண்டும்	அளவு	செலுத்தும் வழி	செலுத்தப்படும் இடம்
கர்ப்பிணி பெண்களுக்கு				
TT1–	கருவுற்றிருக்கு ஆரம்ப நிலையில்	0.5ml	தசை வழி	மேல் கை
TT2–	TT–1* செலுத்தி 4 வாரங்களுக்கு பிறகு	0.5ml	தசை வழி	மேல் கை
TT–உயர்த்திகள்	கடந்த 3 ஆண்டுகளில் கருவுற்றிருக்கும் 2TT அளவை பெற்றிருந்தால்*	0.5ml	தசைவழி	மேல் கை
கைக்குழந்தைகளுக்கு				
பி.சி.ஜி	பிறந்தவுடன் அல்லது முடிந்தவரை 1 வயது நிறைவடைவதற்குள்	0.5ml (0.05ml 1 மாதம் வரை)	தோல் வழி	இடது மேல் கை
ஹெப்படைடிஸ் B	பிறந்தவுடன் (அ) முடிந்த வரை 24 மணி நேரத்திற்குள்	0.5 ml	தசை வழி	மத்தியத் தொடையின் முன் பக்க வாட்டில்
OPV.O	பிறந்தவுடன் (அ) முடிந்தவரை முதல் 15 நாட்களுக்குள்	2 சொட்டு	வாய் வழி	வாய் பகுதி
OPV 1,2,3	6 வது வாரம், 10 வது வாரம் மற்றும் 14 வது வாரம்	2 சொட்டு	வாய் வழி	வாய் பகுதி
டி.பி.டி1,2,3	6 வது வாரம், 10 வது வாரம் மற்றும் 14 வது வாரம்	0.5 ml	தசை வழி	மத்தியத் தொடையின் பக்க வாட்டில்
ஹெப்பி 1,2,3	6 வது வாரம், 10 வது வாரம் மற்றும் 14 வது வாரம்	0.5 ml	தசை வழி	மத்தியத் தொடையின் முன் பக்கவாட்டில்
தட்டம்மை	9 வது மாதம் முடிந்தவுடன் 12 வது மாதம் வரை	0.5 ml	தோலுக்கு அடியில்	வலது கை மேல்
வைட்டமின் A (முதல் அளவு)	9வது மாதம் தட்டம்மை ஊசியுடன்	1ml (1 லட்சம் IU)	வாய் வழி	வாய்
குழந்தைகளுக்கு				
டி P T உயர்த்திகள்	0.5 ml	தசை வழி	மத்தியத் தொடையின் முன் பக்க வாட்டில்	0.5 ml
2 வது அளவு தட்டம்மை	0.5ml	தோலுக்கு அடியில்	வலது கை மேல்	0.5ml
OPV உயர்த்திகள்	2 சொட்டு	வாய்	வாய்	2 சொட்டு
ஜப்பானிய மூளை வீக்கம் (அ) மூளை அழற்சி**	0.5ml	தோலுக்கு அடியில்	இடது மேல் கை	0.5ml
வைட்டமின் A***				
2வது a வது அளவு	2ml (2 லட்சம் 10)	வாய்	வாய்	2ml (2 லட்சம் 10)
டி.பி.டி உயர்த்திகள்	0.5 ml	தசை வழி	மேல் கை	0.5 ml
TT	0.5 ml	தசை வழி	மேல் கை	0.5 ml

*TT–2 அல்லது ஊக்குவிப்பான் அளவுகள் கருவுறுவதற்கு 36 வாரங்களுக்கு முன்பு கொடுக்கப்பட வேண்டும். தடுப்பூசி 36 வாரங்களுக்கு முன்பு கொடுத்திருந்தாலும் மீண்டும் செலுத்தப்பட வேண்டும். ஒரு வேளை அவர் முன்பு TT பெற்று கொள்ளாமல் இருந்திருந்தால் பிரசவிக்கும் இடத்தில் அப்பெண்மணிக்கு TT கொடுக்க வேண்டும்.

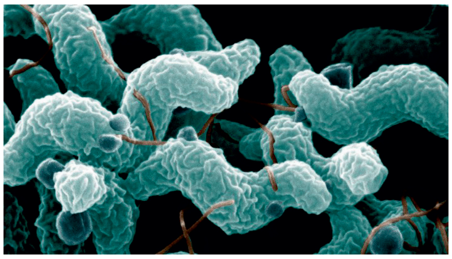
**JE (மூளைக்காய்ச்சலுக்கான தடுப்பூசி, நோய் பரவக்கூடிய மாவட்டங்களில் முகாம்களை அமைத்துக் கொடுக்க வேண்டும்.

***ஒன்று முதல் ஐந்து வயது வரை உள்ள குழந்தைகளுக்கு வைட்டமின் A இரண்டாம் முதல் ஒன்பதாம் அளவைகள் ஆண்டொன்றுக்கு இரண்டு சுழற்சி முறையில் ICDS இணைந்து கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 93 19-02-2019 16:02:12

6.2.5 தொற்று மற்றும் பரவும் தன்மை

1. நுண்ணுயிர்கள் மூன்று வழிகள் மூலம் உடலினுள் நுழையலாம்.
   - செரிமான பாதை – அசுத்தமான நீர் மற்றும் உணவை உட்கொள்ளுதல்.
   - சுவாசபாதை – நுண்ணுயிர்கள் கலந்த காற்றை சுவாசித்தல்
   - தோல் மற்றும் சளிசவ்வு – காயம், வலிமை இழந்த மேல் தோல் அல்லது ஊசி செலுத்துதல்
2. தொற்று உள்ளவரிடம் இருந்து நுண்ணுயிர்கள் வெளிவரும் வழிகள்
   - கழிவு, மலம், மற்றும் சிறுநீர்
   - இருமல், தும்மல், கோழை
   - சீழ் மற்றும் கட்டியில் இருந்து வெளிவரும் நீர்
   - இரத்தம் (எ,கா) கொசுக்கடி அல்லது போடப்படும் ஊசி
3. பரவுதல்
   - மலத்திலிருந்து வாய்மூலமாக பரவுதல்
   - மலத்திலிருந்து தோலுக்கு தோற்றுநோய் பரவுதல்
   - காற்றிலுள்ள சிறு சளித்துளிகள் மூலம் பரவுதல்
4. தொற்றுகளை தடுக்கும் வழிகள்
   - சுத்தமான உணவையே உண்ண வேண்டும். ஈக்களிடமிருந்து உணவு பாதுகாக்க வேண்டும்.
   - உண்ணும் முன்பு கைகளை நன்றாக கழுவ வேண்டும்.
   - பாதுகாக்கப்பட்ட குடிநீர் மற்றும் கொதிக்க வைத்த நீரை குடித்தல்
   - மக்கள் நெருக்கமாக இருக்கும் இடங்களை தவிர்க்க வேண்டும்
   - தடுப்பூசிகள் முக்கியமாக குழந்தைகளுக்கு போட வேண்டும்,
   - இருமும் போது சிறு குட்டையினால் மூக்கையும், வாயையும் மூடிக்கொள்ள வேண்டும்.



ஸ்பைரில்லா எ.கா. – காம்பைலோபாக்டர்

6.3 நுண்ணுயிர்கள்

6.3.1 வரையறை

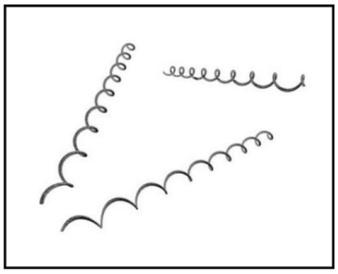
நுண்ணுயிர் என்பது மிகமிகச் சிறிய கண்களுக்கு புலப்படாத உயிரிகள் ஆகும். நுண்ணுயிரிகளை நுண்ணோக்கியின் வழியாக மட்டுமே காண இயலும். நுண்ணுயிரியல் என்பது நுண்ணுயிர்களை பற்றி படித்து அறியும் ஒரு அறிவியல் துறையாகும்.

நுண்ணுயிரிகள் ஏழு வகைகளாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன

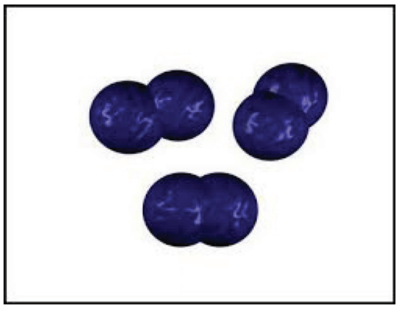
பாக்டீரியா	பூஞ்சை
ஆர்கியா	வைரஸ்கள்
புரோட்டோ சோவா	பல செல் உயிரி ஒட்டுண்ணிகள் (குடல் புழுக்கள்)
பாசிகள்	

பாக்டீரியாக்கள்

ஒவ்வொரு வகையும் செல்லின் அமைப்பு, நகரும் தன்மை, இனப்பெருக்கம் செல் சுவரின் அமைப்புகளைக் கொண்டு பல்வேறு வகைகளாக பிரிக்கின்றனர், பாக்டீரியாக்கள் என்பது ஒரு செல் உயிரியாகும். பிற உயிரிகளை விட இதற்கு எளிமையான செல் அமைப்புகளை கொண்டுள்ளது. பாக்டீரியா செல் அமைப்புகளை கொண்டு பல வகையாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளது.

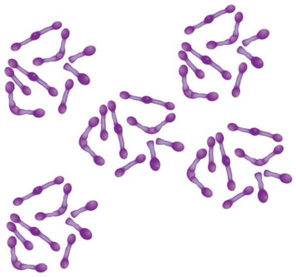


ஸ்பைரோகீட்டுகள் எ.கா. – டிரிப்போனிமா பாலிடம்



டிப்லோகாக்கை (இரட்டை ஜோடி அமைப்பு)

எ.கா. – ஸ்ரெப்டோகாக்கை நியுமோனியே



பல்வேறு வடிவமுடையவை (பிலியோமார்பிக்)

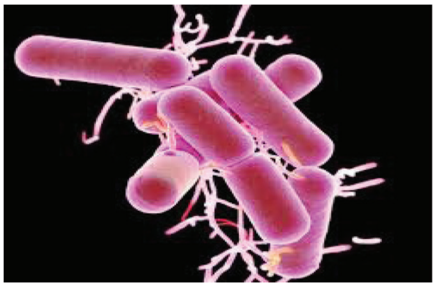
எ.கா. – கார்னிபாக்டீரியம் டிப்தீரியே

கோல் (அ) குச்சி வடிவம்

எ.கா. – இ.கோலி

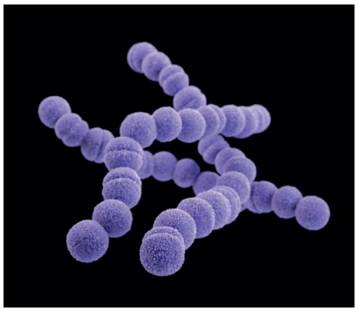
என்டோஸ்போர் (உள்வித்து)

எ.கா. – கிலாஸ்ட்ரிடியம் டெட்டனி



சுற்று நகரிழைகள் (கசையிழை)

எ.கா. – ஸால்மோனல்லா டைபி

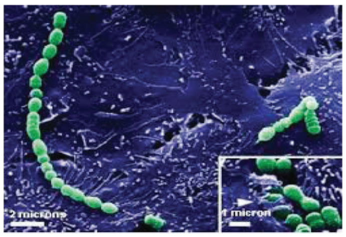


காக்கைகள் சங்கிலி வடிவம்

எ.கா. – ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் பையோஜீன்ஸ்

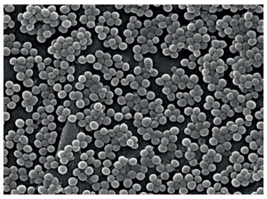
உருவ அமைப்பை பொறுத்து பாக்டீரியாக்கள் பல வகையாகப் பிரிக்கப்படுகின்றன

சங்கிலி அமைப்பில் காக்கைகள் (உருண்டையான (அ) நீள் உருளை வடிவம்



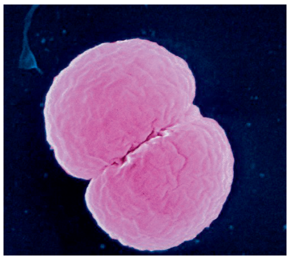
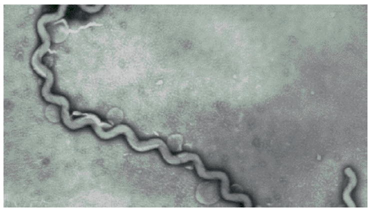
ஸ்ரெப்டோகாக்கை

கொத்துகள் அமைப்பில் காக்கைகள்



ஸ்டெபைலோ காக்கைகள்

www.tnschoolbooks.in

காக்கைகள் (இணையாக இருக்கும் அமைப்பு)		டிப்லோகாக்கை நியுமோனியே
குச்சிகள் சங்கிலி அமைப்பில்(கோல் வடிவம்)		லாக்டோ பாஸில்லஸ்
ஸ்பைரோகீட்டுகள் (நெகிழ்வான மற்றும் சுருள வடிவமைப்பு)		டிரிப்போனிமா பாலிடம்
விப்ரியோ (கமா வடிவம்)		விப்ரியோ காலரே

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஆண்டிபயாடிக்களுக்கு எதிராக செயல்படுபவை புரோபயாடிக் ஆகும். இவை உடலில் நன்மை செய்யும் நுண்ணுயிர்கள் வளர்ச்சியை அதிகரிக்க துணை புரிகின்றன.

இவை தீங்கு விளைவிக்கும் பாக்டீரியங்களை கொல்கின்றன. எ.கா (தயிர், யோகர்ட்)

புரோபயாடிக் – எ.கா. பிஃபிடோபாக்டீரியம் லாக்டோபாசில்லை

பாக்டீரியா இரண்டு வகைகளாக பிரிக்கப்படுகின்றன

1. நன்மை செய்யும் நுண்ணுயிரிகள்
2. தீங்கும் விளைவிக்கும் நுண்ணுயிரிகள்

பயனுள்ள நுண்ணுயிரிகள்

பயனுள்ள பாக்டீரியாக்கள் மனித வாழ்வில் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றன. பாக்டீரியாக்கள் மனித ஜீரண மண்டலத்தில் உணவுப் பொருளை சிதைத்தலுக்கும், சில ஊட்டச்சத்துக்களான வைட்டமின் கே (இகொலி.) உற்பத்தி செய்வதிலும் பங்கு வகிக்கின்றன. நன்மை செய்யும் பாக்டீயாக்கள் புரோபயாடிக்குகள் எனப்படும், நன்மை செய்யும் பாக்டீரியாக்கல் (normal flora) உடலின் மேல் அல்லது உள்ளே தங்கி இருக்கும் இவை தற்காலிகமாகவோ அல்லது நிரந்தரமாகவோ நோய் எதுவும் ஏற்படுத்தாமல் தங்கி இருக்கின்றன.

6.3.2 தீங்கு விளைவிக்கும் பாக்டீரியாக்கள்

தீங்கு விளைவிக்கும் பாக்டீரியாக்கள் பாத்தோஜென்கள் எனப்படும். ஏனென்றால்

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 96 19-02-2019 16:02:13

www.tnschoolbooks.in

அவை மனிதர் மற்றும் விலங்குகளில் நோயினை உண்டாக்குகின்றன.

செல் சுவர்களின் அமைப்பை கொண்டு பாக்டீரியாக்கள் கிராம் பாஸிடிவ் மற்றும் கிராம் நெகடிவ் என்று பிரிக்கின்றனர்.

கிராம் பாஸிடிவ் காக்கை சங்கிலி வடிவத்தில்	–	ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் பையோஜின்ஸ்
கிராம் பாஸிடிவ் காக்கை கொத்துக்களாக	–	ஸ்டெபைலோகாக்கஸ் ஆரியஸ்
கிராம் நெகட்டிவ் காக்கை ஜோடிகளாக (இணையாக)	–	நெய்ஸீரியா மெனிஜிட்டிஸ்
கிராம் பாஸிட்டிவ் குச்சுகள் சங்கிலி வடிவத்தில்	–	பாஸில்லஸ் ஆந்திராசிஸ்
ஆசிட் பாஸ்ட் பாஸில்லை	–	மைக்கோ பாக்டீரியம் டியூபர்குளோசிஸ்
என்டோஸ்போர் (உள்வித்து)	–	கிளாஸ்ட்ரிடியம் டெட்டனி
பல்வேறு வடிவமுடையவை	–	கார்னிபாக்டீரியம் டிப்திரியே
கிராம் நெகட்டிவ் பாசில்லை	–	எஸ்கரிஸியா கோலி

பாக்டீரியாக்கள் மனித உடலில் தங்கி இருந்து நோயினை உண்டாக்காத நிலையை காலனைசர் (colonizer) எனப்படும். நுண்ணுயிரிகள் உள்ள நீர், காற்று மற்றும் உணவிலிருந்து மக்கள் தொற்றை பெறுகின்றனர்.

தோலில் ஏற்படும் தொற்று

நுண்ணுயிரிகள் பொதுவாக தோல்பகுதியில் அதிகம் காணப்படும். இவை மேலோட்டமான தொற்று மற்றும் உள்உறுப்புகளில் நோய் தொற்று உண்டாகின்றன.

மேலாட்டமான தொற்று கொப்புளங்கள், இம்பட்டிகோ, பாலிகுளிட்டிஸ், சீழ்பிடித்தல், செல்அழிதல்.

சுவாச பாதை தொற்று

நுண்ணுயிரிகள் அதிகம் வாய் பகுதியில் உள்ளன. தொற்று மேல் சுவாசப்பாதையிலோ அல்லது கீழ் சுவாசப் பாதையிலோ உண்டாகலாம்.

(எ.கா) ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் பையோஜன்ஸ்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

என்ஸைன் லிங்க்டு இமினோ சார்பன்ட் அஸ்சே-எலிசா. இந்த நுட்ப முறை ஹெச்.ஐ.வி தொற்றில் எதிர்பொருட்களை கண்டறிய பயன்படுகிறது.

மேல் சுவாச பாதை	–	தொண்டை அழற்சி குரல்வளை அழற்சி அடித்தொண்டை அழற்சி
கீழ் சுவாச தொற்று	–	நியுமோனியா காசநோய்

இரைப்பை தொற்று

பல்வேறு வகையான கிராம் நெகட்டிவ் பாக்டீரியாக்கள் சிறு குடல் பகுதியில் உள்ளன. இரைப்பை தொற்றை உண்டாக்குகின்றன. இரைப்பை மற்றும் குடல் பகுதி புண் உண்டாக்குகின்றன. இத்தொற்றின் மூலம் அறிகுறிகளான வாந்தி, வயிற்றுப்போக்கு, வயிற்று வலி போன்றவை உண்டாகின்றது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நமது உடலில் உள்ள பாக்டீரியாக்களின் மொத்த எண்ணிக்கை நான்கு பவுண்ட்களுக்கு மேல் உள்ளன.

(2 கிலோ கிராம் பாக்டீரியா)

சிறுநீர் பாதை நோய் தொற்று

இவ்வகை தொற்று சிறுநீரக மண்டலங்களில் உள்ள சிறுநீரகம், சிறுநீர்பை, கருப்பை, சிறுநீர் குழாய் போன்ற பகுதிகள் பாதிப்படைகின்றன.

கீழ்	–	சிறுநீர்ப்பை அழற்சி
மேல்	–	சிறுநீரக நுண்குழலற்சி

பொதுவாக சிறுநீர் பாதை தொற்று (எகரிஸியா கோலி) எனும் பாக்டீரியாவால் உண்டாகின்றன.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 97 19-02-2019 16:02:13

பாக்டீரியா தொற்று		
பாக்டீரியா	**இருப்பிடம்**	**தொற்று**
• ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் நியுமோனியே • நெய்ஸீரியா மெனிஞ்ஜைடிஸ் • ஹீமோபில்லஸ் இன்புளுயன்ஸா	மூளை (மெனின்ஜஸ்)	மூளைக் காய்ச்சல்
• ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் நியுமோனியே	காது	காது அழற்சி
• ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் நியுமோனியே • ஸ்டெபைலோ காக்கஸ் ஆரியஸ் • மைகோபிளாஸ்மா நியுமோனியே • மைகோ பாக்டீரியம் டியூபர்குளோசிஸ்	நுரையீரல் (உட்சுவாசம்)	• கீழ் சுவாசம் பாதை தொற்று – நியுமோனியா – டியுபர்குளோசிஸ் • மேல் டியுபர்குளோசிஸ் – தொண்டை அழற்சி – புரை அழற்சி (ஸைனசிட்டிஸ்) – அடி தொண்டை அழற்சி
• ஸ்டெபைலோகாக்கஸ் ஆரியஸ் • ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் பையோஜன்ஸ் • ஸீடோமோனஸ் ஏரோஜீனோஸா	புண் /காயங்கள்	தோல் தொற்று – உயிரணு அழற்சி (அ) புரையோடுதல் – சீழ்க்கட்டி – சீழ்க்கொப்புளம்
• எஸ்கரிஸியா கோலி • ஸீடோமோனஸ் ஏரேஜினோஸா	சிறுநீர் குழாய்	சிறுநீரக தொற்று, சிறுநீர்பை தொற்று, சிஸ்டிட்டிஸ்
• ஸால்மோனல்லா • இகோலி • ஷிஜல்லா • கிளாஸ்ட்ரிடியம் • ஸ்டெபைலோகாக்கஸ் ஆரியஸ்	வாய்வழி	டைபாய்டு பயணத்தின் போது வயிற்றுப் போக்கு சீதபேதி டெட்டனஸ் உணவில் நஞ்சு கலத்தல்
• ஹெலிகோபாக்டர் பைலோரை	வயிறு	இரப்பை அழற்சி
• ஸ்டெபைலோகாக்கஸ் ஆரியஸ் • நைஸீரியா கொனேரியே	கண்கள்	கண்கள் தொற்று விழிவெண் படலம் அழற்சி கருவிழித் தொற்று
• நைஸீரீயா கொனேரியே	பாலுறவு பாலியல் தொடர்பு	கொனேரியா, சிபிலிஸ்

மாணவர்கள் செயல்பாடு

பள்ளி அருகில் உள்ள மருத்துவமனையில் மேற்கொள்ளும் மருத்துவ கழிவு மேலாண்மை முறைகளை பார்வையிடுதல்

6.3.3 வைரஸ்கள்

வைரஸ்கள் என்பவை கட்டாய செல்லக அல்லது ஊடுருவும் ஒட்டுண்ணி வகையாகும். இவை மற்ற நுண்ணிய அங்கக உயிரிகளை விட மிகவும் சிறியவை. பிற உயிருள்ள செல்களில் மட்டும் இனப்பெருக்கம் அடையும். வைரஸ் புரத மூலக்கூறுகள் அனைத்தும் பிற செல்களில் உருவாகின்றன. வைரஸின் மரபணுக்கள் மற்ற செல்களுக்கு கடத்தப்படுகின்றன.

வைரஸின் அனைத்து நுண்ணிய அமைப்புகளை மின்னணு நுண்ணோக்கி

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 98 19-02-2019 16:02:13

www.tnschoolbooks.in

மூலம் மட்டுமே காண இயலும். இவற்றை சாதாரண நுண்ணோக்கி வழியாக காண இயலாது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

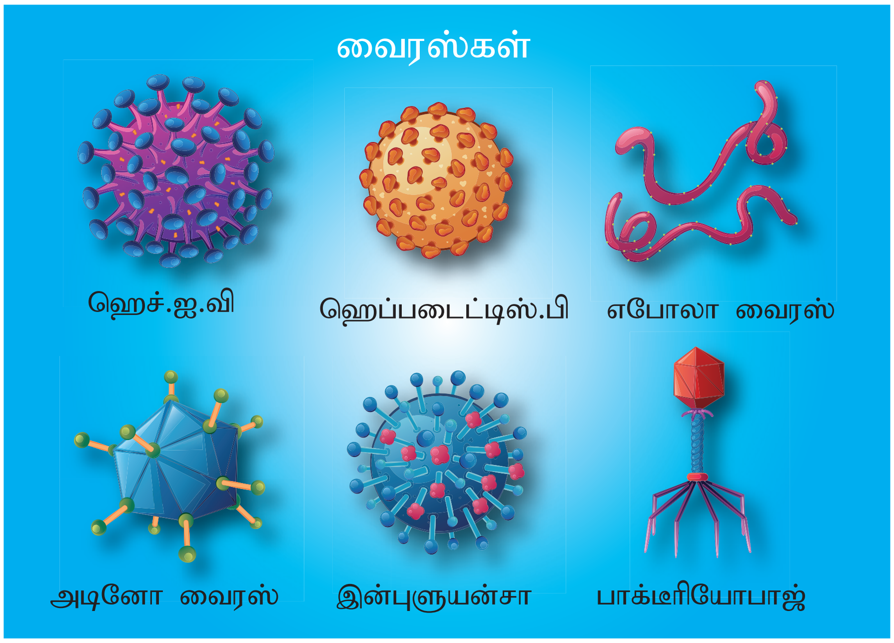
நுண்ணுயிரிகளானது குறைந்த பட்சம் 50% பிராணவாயுவை உருவாக்கும்.

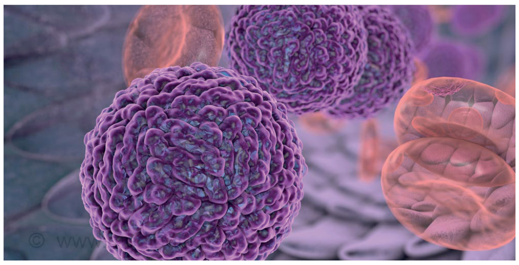
மனித உடலில் பொதுவாக வைரஸ் தொற்றுகள்

வைரஸ்	இடம்	தொற்று
• மீசல்ஸ் • ரேபீஸ் • ஜெ.சி.வைரஸ் • ஆர்போ வைரஸ்	மெனிஜ்சஸ் (மூளை)	மூளையழற்சி
• ரைனோவைரஸ் • இன்புளுயன்சா வைரஸ்	சுவாசித்தல்	சாதாரண சளி
• ஹெர்பஸ் சிம்ப்ளக்ஸ். வகை 1 • அடினோ வைரஸ்	கண்கள்	விழி வெண் படல அழற்சி
• ஹெர்பஸ் சிம்ப்ளக்ஸ் வகை 1	பல் ஈறுகள்	பல் ஈறு வீக்கம் வாய்புண்
• அடினோ வைரஸ் • எப்ஸ்டீன் பார் வைரஸ் • சைட்டோ மைகலோ வைரஸ் • சுவாச சின்சைடியல் வைரஸ் • பாரா இன்புளுயன்சா வைரஸ் • சார்ஸ் கொரோனா வைரஸ்	நுரையீரல் (உட்சுவாசம்)	அடித்தொண்டை அழற்சி மோனோ நியூக்ளோஸிஸ் தொற்று நியுமோனியா
• போலியோ வைரஸ் • புட்டாளம்மை வைரஸ்	நரம்பு உறை வாய்	இளம்பிள்ளை வாதம் புட்டாளம்மை
• காக்ஸாக்கி பி வைரஸ்	இதயம்	இருதய குழலிய தொற்று
• ரோட்டா வைரஸ் • நோரோ வைரஸ் • காக்ஸாக்கி பி வைரஸ்	வாய் வழி	இரைப்பை அழற்சி கணைய அழற்சி
• ஹெப்படைட்டிஸ் வைரஸ் • வகை A,B,C,D,E	இரத்த மாற்றம், (தொற்றுள்ள) தாய்பால்	ஹெப்படைட்டிஸ் (மஞ்சள் காமாலை) கல்லீரல் கரணை நோய்
• ரூபெல்லா • தட்டம்மை • மனித பாப்பில்லோமா வைரஸ் • வேரிசெல்லா ஸோஸ்டர் வைரஸ்	நேரடி தொடர்பு (காற்று வழி) தோல்	தோல் தொற்று காப்ளிக் புள்ளிகள் பிறப்புறுப்பில் மருக்கள் புற்று நோய் சின்னம்மை

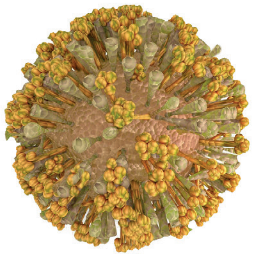
Nursing General_Tamil Ch-6.indd 99 19-02-2019 16:02:13

www.tnschoolbooks.in





டெங்கு வைரஸ்



சிக்கன் குன்யா வைரஸ்

6.3.4 நுண்ணுயிரிகள் கண்டறியும் முறைகள்

பாக்டீரியாக்கள் ஒரு செல் உயிரியாகும். இவற்றை கண்களால் காண இயலாது. ஒரு நோயினை முழுமையாக அறிந்து சிகிச்சை கொடுக்க பாக்டீரியாக்களை கண்டறிதல் ஒரு இன்றியமையாத செயலாகும். நுண்ணுயிர்களை கண்டறிதல் என்பது இல்லாமல் குறிப்பிட்ட நோய்க்கான ஆன்டிபையாடிக்கை கொண்டு சிகிச்சை அளிப்பது என்பது இயலாத காரியமாகும்.

பாக்டீரியாக்களை கண்டறிதல்

- உருவ அமைப்பு
- ஆன்டிபையாட்டிக் எதிர்ப்பு திறன் சோதனை
- உயிர் வேதி வினை சோதனை
- சீராலஜிக்கல் சோதனை

> உங்களுக்குத் தெரியுமா?
>
> ஆன் டன் வான் லீவன் ஹாக் (விஞ்ஞானி)
>
> இப்பூமியில் நுண்ணோக்கியை முதன் முதல் கண்டுபிடித்தவர் மற்றும் நுண்ணுயிர்களை கண்டவர்.

உருவ அமைப்பைக் கொண்டு கண்டறிதல்

நுண்ணோக்கி கண்களுக்கு புலப்படாத மிக நுண்ணிய அல்லது சிறு பொருட்களையும் அவற்றின் அமைப்பும் கண்டறிய பயன்படுகிறது. கூட்டு நுண்ணோக்கியில் பல்வேறு வகையான லென்சுகளை கொண்டு நுண்ணுயிர்களை

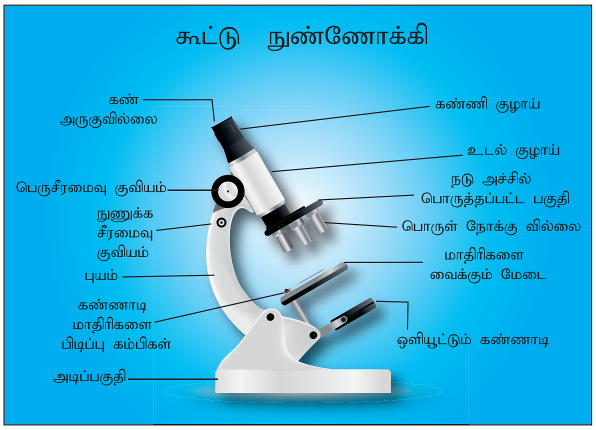
www.tnschoolbooks.in

அளவில் பெருக்கிக் காட்டுகின்றது. மொத்த உருப்பெருக்கம் இரண்டு வகையான லென்சுகளை பெருக்குவதன் மூலம் கிடைக்கப்பெறுகின்றது.

கூட்டு நுண்ணோக்கியில் அதிகப்படியான பகுதிறன் (Resolving power) 0.2 µm ஆகும். எண்ணெய் அமிழ்த்தி வில்லைகள் கொண்டு நுண்ணுயிர்களை காணும் போது ஒளி இழப்பு தவிர்க்கப்படுகிறது.

நுண்ணோக்கியின் வகைகள்

- கூட்டு நுண்ணோக்கி – பாக்டீரியாக்களை கண்டறிதல்
- இருள் பரப்பு நுண்ணோக்கி – ஸ்பைரோகீட்டுகளை கண்டறியப்படுகிறது எ.கா, டிரிபோனிமா பல்லிடம்
- புளோரசன்ஸ் நுண்காட்டியல் (fluorescence microscope)
- நிலைமையிறழ் பொருவு நுணுக்குக் காட்டி (Phase contrast microscope)
- மின்னணு நுண்ணோக்கி



மின்னணு நுண்ணோக்கி

மின்னணு நுண்ணோக்கி அதிக ஆற்றல் வாய்ந்தது. இதில் எலக்ட்ரான் பிம்பங்களை பயன்படுத்தி நுண்ணுயிர்களின் உருவ அமைப்பை பல மடங்கு பெரிதுபடுத்தி காணப்பயன்படுகிறது. இதன் உருப்பெருக்கும் திறன் 10,000x முதல் 1,00,000x ஆகும். இவ்வகை நுண்ணோக்கியின் மூலம் நுண்ணுயிர்களின் பல்வேறு அடுக்குகளை தெளிவாக காண இயலும்.

ஒளி நுண்ணோக்கியில் காண மாதிரிகளை தயாரித்தல்

நுண்ணுயிர்களை கண்டறிய கீழ்கண்ட முறைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

- பூச்சு ஒட்டுதல் (Smear)
- ஒட்டுதல் (fixing)
- தொங்குதுளி முறை (hanging drop technique)
- சாயம் பூசப்படல் (Staining)
- நுண்ம தொகுதி வளர்ப்பு ஊடகம் (culture)
- பிராணிகளின் உட்செலுத்துதல் (Animal inoculation)

பூச்சு:

நுண் தகட்டின் மத்தியில் பரிசோதிக்கப்பட வேண்டிய மாதிரியை சிறிதளவு வைக்க வேண்டும். இதில் ஒரு துளி சுத்தமான தண்ணீர் அல்லது சலைனை (Saline) மாதிரியுடன் கலக்க வேண்டும். பூச்சு தயார் செய்வதற்கு சுத்தமான லூப்பைக் கொண்டு தயாரித்தல் வேண்டும். நீர் மற்றும் மாதிரி இரண்டையும் சமமாக பரவச் செய்து பூச்சை தயாரிக்க வேண்டும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

மனிதரின் வாய் பகுதியில் மட்டும் 40 மில்லியன் பாக்டீரியாக்கள் வாழ்கின்றன.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 101 19-02-2019 16:02:17

பொருத்துதல் (ஒட்டுதல்)

மாதிரிகளைக் கொண்டு பூச்சு முடிந்தவுடன் நுண் தகட்டை தீச்சுடரில் காட்டப்பட வேண்டும். இதன் மூலம் பூச்சு நுண்தகட்டில் நன்றாக பொருத்தப்படுகிறது, இரசாயனப் பொருட்களாகிற பார்மலின், மீத்தைல் ஆல்கஹால், மெர்க்குரிக் குளோரைடு ஆகியவற்றை பயன்படுத்தி பொருத்துதல் செய்யப்படுகிறன்றது.

சாயமேற்றுதல் மாதிரிகளை சாயமேற்றுதல் நிகழ்வு இல்லாமல் கண்களால் நுண்ணோக்கியில் காண இயலாது. எனவே மாதிரிகளை (நுண்ணுயிர்கள்) இவ்வகை சாயங்களை ஏற்று பல்வேறு நிறங்கள் மற்றும் உருவ அமைப்புகளை தெளிவாக காண இயலும். சாயங்கள் (எ.கா) கிரிஸ்டல் வைலட், ஆல்கஹால் கிராம்ஸ் அயோடின்,

எ.கா கிராம்ஸ் சாயமேற்றல் முறை
ஆசிட் பாஸ்ட் சாயமேற்றல் முறை

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

காது மெழுகில் ஒரு வகையான நோய் எதிர்ப்பு பொருளை பெற்றுள்ளன. அவை காதில் பாக்டீரியா மற்றும் பூஞ்சைகளின் செயலாக்க தன்மையை குறைக்கின்றன.

தொங்கு துளி தயாரித்தல்

தொங்கு துளி முறையில் ஒரு துளி நுண்வளர்ப்பு ஊடகத்திலிருந்து எடுத்து கண்ணாடி தகட்டில் தொங்கும் நிலையில் வைக்க வேண்டும். பிறகு நுண் கண்ணாடி தகட்டினை நுண்ணோக்கியில் வைத்து காண வேண்டும்.

இம்முறையானது பாக்ட்டீரியாக்கள் நகர கூடியவையா அல்லது அற்றவையா என்பதை அறிய பயன்படுகிறது ஆன்டிபையாட்டிக் தட்டுகளை சுற்றி இந்த வளர்ச்சித் தடுப்புப்பகுதி இருப்பதை நுண்ணுயிர் உணர்த்திறன் பெற்றிருப்பதை குறிக்கிறது.

ஆன்டிபையாட்டிக் தட்டுகளை சுற்றி இந்த வளர்ச்சித் தடுப்புப்பகுதி இல்லாத நிலை நுண்ணுயிர் எதிர்த்திறன் பெற்றிருப்பதை குறிக்கிறது.

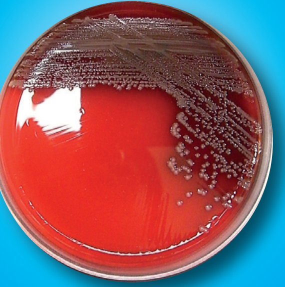
எ.கா, ஓரிழை பிலெஜல்லா, பல இழை பிலெஜல்லா
எ.கா. ஸால்மோனல்லா டையி

நுண்ணுயிர்களின் காலனி பண்புகள்

ஊடகங்களில் வளர்ந்த பாக்டீரியாக்களின் பண்புகளையும், அமைப்புகளையும் வைத்து குறிப்பிட்ட வகை சார்ந்த பாக்டீரியா என்பதை கண்டறிய இயலும் மற்றும் வேகமாக வளரும் தன்மையை பொருத்தும் அறியப்படுகிறது.

எ.கா, காலனி வடிவங்கள் உயர்ந்திருத்தல், விளிம்புகள், காலனியின் மேற்புறங்கள், காலனியின் நிறங்கள்.

கடற்பாசி ஊட்ட ஊடகத்தின் மீது ஸ்டெபைலோகாக்கஸ் காலனிகள்.

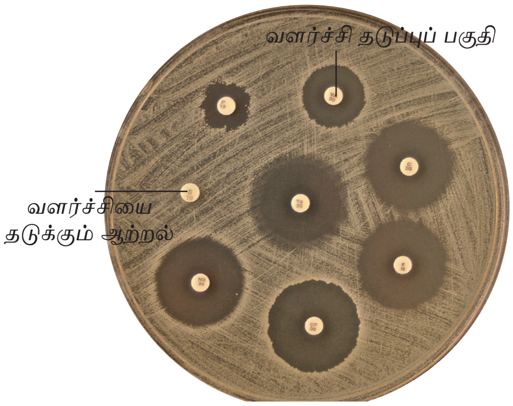


இரத்த கடற்பாசி ஊட்ட ஊடகத்தின் மீது எஸ்கரிஸியா கோலி காலனிகள்.

நுண்ணுயிர்கள் ஆன்டிபயாடிக்குகளை எதிர்க்கும் திறன்

நுண் வளர்ப்பு ஊடகங்களில் ஆன்டிபயாடிக்குகள் கலக்கப்படுகிறது. நுண்ணுயிர்கள் வளர்ந்த பிறகு குறிப்பிட்ட ஆன்டிபயாடிக்களுக்கு எதிர்க்கும் திறனை கொண்டு வகையினை அறிய இயலும்.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 102 19-02-2019 16:02:18

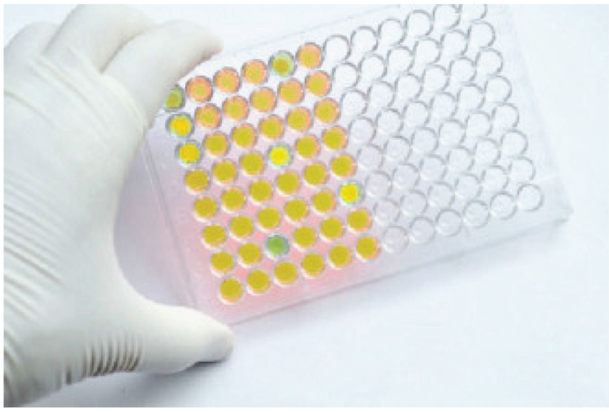


உயிர் வேதிவினை சோதனை

- சர்க்கரை நொதித்தல் சோதனை
- லிட்மஸ் சோதனை
- இன்டோல் உற்பத்தி சோதனை
- மிதைல் சிவப்பு சோதனை
- சிட்ரேட் பயன்பாடு சோதனை

சீராலாஜிக்கல் சோதனை(ஊனீர் பரிசோதனை)

நோயாளியின் இரத்த மாதிரியில் (சீரம்) சீரம் எனும் பொருளை பிரித்தெடுத்து அவற்றில் எதிர்தோன்றிகளுக்கு எதிரான எதிர்பொருள் உள்ளனவா என்பதை கண்டறிந்து நுண்ணுயிரியின் வகையினை அறிதல்



பரிசோதனைகள்	HIV நோயினைக் கண்டறியும் முறை
(VDRL, RIA) – எலிசா (ELISA)	ஆரம்ப நிலை பரிசோதனை
வெஸ்டர்ன் பிளாட் –	உறுதியான பரிசோதனை

நுண்ணுயிர்களை கண்டறிவதின் முக்கியத்துவம்

I. சரியான நோயினை கண்டறிய செய்கிறது

II. நோய்க்கு சரியான ஆன்டிபயாடிக்குகளை பரிந்துரைக்கவும் பரிசோதனை முக்கியமாகும்.

III. நோயின் நிலையை மதிப்பீடு செய்வதற்காக பயன்படுகிறது.

IV. தொழிற்துறை தேவைக்கு நுண்ணுயிரிகளை கண்டறிதல் இன்றியமையாததாகும்.

V. சேமித்து வைக்கவும், பதப்படுத்தி வைக்கவும் ஆய்வுகளை மேற்கொள்ளவும் தேவைப்படுகிறது.

6.3.5 சேகரிக்கப்பட்ட மாதிரிகளின் வகைகள்

பஞ்சு சுற்றப்பட்ட குச்சி (ஸ்வாப்ஸ்): இது வழக்கமாக வியாதிக் கிருமிகளல்லாத சோதனை குழாயில் சேகரிக்கப்படுகின்றது. மாதிரி தொற்று அடையாதபடி எடுக்க வேண்டும். (இவை குச்சிகளில் பஞ்சுகளை சுற்றி தொற்று நீக்கம் செய்யப்படுகின்றது) (கண் தொண்டை, காது, மூக்கு, வாய் சீழ் பகுதிகளின் மாதிரி எடுக்கப்பயன்படுகிறது.) மாதிரி தொற்று நிறைந்த பகுதியில் இருந்து எடுக்கப்படவேண்டும்.)

சளி (sputum): இது தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்ட வாய் அகன்ற சோதனைக் குழாயில் சேகரிக்கப்பட வேண்டும். நோயாளியின் இருமலுக்குப்பின் நேரிடையாக சளி மாதிரியை சேகரித்து ஆய்வு கூடத்துக்கு உடனடியாக அனுப்ப வேண்டும்.

சிறுநீர்: தொற்று கண்டறியும் சோதனையில் இவை முக்கியமான ஒன்றாகும். சிறுநீர் சேகரிக்கும் முறையில் நேரங்கள், கையாளும் முறை கொண்டு முடிவு நன்றாக கிடைக்கப்பெறுகின்றது. (காலைநேர சிறுநீர், பொதுவான நேரங்களில்) சுத்தமான தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்ட சோதனை குழாய்களில் சேகரிக்க வேண்டும்.

மலம்: மலம் ஒட்டுண்ணிகள் மற்றும் பாக்டீரியாக்கள் கண்டறியும் பரிசோதைனைக்காக

சேகரிக்கப்படும். நன்கு கவனமாக மூடி, குறியீடு செய்ய வேண்டும்.

இரத்தம்: இது தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்ட சோதனைக் குழாயில் சேகரிக்கப்பட வேண்டும். சுத்தமான இடங்களில் இரத்தம் மாதிரிகளை எடுத்தல் வேண்டும். செவிலியர்கள் தண்டுவடநீர் எடுக்கும் பொழுது மருத்துவருக்கு உதவி செய்ய வேண்டும்.

இரத்தத்தை ஊசி குழாய்களிலிருந்து கவனமாக தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்ட குழாய்களுக்கு மாற்ற வேண்டும். 2–3 முறை கீழம் மேலும் கவிழ்த்தி இரத்தம் உறைதலை தடுக்க (ஹெபாரின்) நன்றாக கலக்க வேண்டும்.

6.4 கலைச் சொற்கள்

பாத்தோஜன்:– நோயினை ஏற்படுத்தும் தன்மை உடைய நுண்ணுயிர்களே பாத்தொஜன்கள் எனப்படும்.

நோய்:– ஆரோக்கிய நிலையில் இருந்து உடலில் ஏற்படும் மாற்றமே நோய் எனப்படும். பாத்தோஜன்கள் பல்கிப் பெருகி சாதாரணத் திசுக்களில் மாறுபாட்டினை ஏற்படுத்தி, வெளிப்படையான அடையாளங்களையும், அறிகுறிகளையும் ஏற்படுத்தும்.

தீங்கற்ற உடல் நுண்ணுயிர்கள்:– சில நுண்ணுயிர்கள் எப்பொழுதும் நமது உடலில் அல்லது மேல்புறத்தில் நிலையாக தங்கியிருந்து பேதோஜன்களை எதிர்த்து செயல்படும்.

தொற்று:– நுண்ணுயிர்கள் மனித உடலில் வளர்ச்சி அடைந்து அறிகுறிகள் ஏற்படுத்தலே தொற்று எனப்படும்.

அறிகுறிகளற்ற தொற்று:– நுண்ணுயிர்கள் மனித உடலில் நுழைந்து தங்கி இனப்பெருக்கம் அடைந்தும் எந்த வகையான அறிகுறிகளும் திசுக்களுக்கு எவ்வித பாதிப்பும் இல்லாமல் இருத்தல் ஆகும்.

பரவும் தன்மையுள்ள நோய் தொற்று நோயானது நேரடியாக ஒரு மனிதனிடமிருந்து அடுத்தவருக்கு பரவுமானால் இதனை பரவும், தன்மையுள்ள நோய் அல்லது ஒட்டிப் பரவும் நோய் என அறியப்படுகிறது.

தீவிர நோய் தொற்று (Acute infection): நோய்க்கான அறிகுறிகள் திடீரென தோன்றி குறுகிய காலத்தில் தொற்று இருத்தலே தீவிர நோய் தொற்று ஆகும்.

நீடித்தகால நோய் தொற்று: நோய்க்கான அறிகுறிகள் மெதுவாக தோன்றி நீண்ட காலம் தொடருதல் நீடித்தகால நோய் தொற்று ஆகும்

தொற்று நீக்கி: இங்கு தீங்கு விளைவிக்கும் நுண்ணுயிர்களை அல்லது தொற்று கிருமிகளை கொள்ளக்கூடிய ஒரு திரவப்பொருள் ஆகும். எ.கா. அயோன்டின், பினால், கார்பாலிக் அமிலம்

தொற்று நீக்கம்:– இது தீங்கு விளைவிக்கம் உயிரினங்கள் இயற்பியல் அல்லது வேதிக் காரணிகளால் அழிக்கப்படுகின்ற முறையாகும்

கிருமி நாசினி:– இவை ஒரு வேதிப்பொருள் நுண்ணுயிர்களை கொல்லாமல் அவற்றின் வளர்ச்சியினை மட்டும் கட்டுப்படுத்தும். எ,கா. லைசால்

அழுக்கு போக்கி:– அழுக்குப் போக்கி எந்தவிதமான மெல்லிய படலமோ (flim) அல்லது கழிவுப் பொருட்களை நீக்குவதோடு மட்டும் இல்லாமல் தண்ணீர் சுத்தப்படுத்தும் தன்மையினை அதிகரிக்கின்றது.

பாக்ட்டீரியோஸ்டாசிஸ் இது பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சியினை தடுக்கும் ஒரு முறையாகும். எ. கா. உரைதல் மற்றும் உலர்த்துதல்.

பாக்டீரியோசைட் – இது நுண்ணுயிரிகளை கொல்லக் கூடிய ஒரு பொருளாகும்.

செப்ஸிஸ் – பாத்தோஜனிக் உயிரினங்கள் காணப்பட்டால் இந்த பதம் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. விஷ இரத்தமாதல், அழுகிய புண் காரணமாக இரத்தம் கெடுதல்.

வீக்கம் காயம் பட்டாலோ அல்லது நோய் தொற்று ஏற்பட்டாலோ உடலிலுள்ள செல்கள் சிவந்து

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 104 19-02-2019 16:02:18

போதல், வலி, வெப்பம், வீங்குதல் போன்ற நிகழ்வுகளை பிரதிபலிக்கின்றன.

எதிர் தோன்றி - நுண்ணுயிரிகளின் எஞ்சிய பொருள்கள், நோய் தடுப்புத் தன்மை என்ற பிரதி வினையை தூண்டுகின்றன. உடலில் சென்றவுடன் நோய் எதிர்ப்பு செல்கள் எதிர்பொருள்களை உற்பத்தி செய்து எதிர் தோன்றிகளை அழிக்கின்றன.

எதிர்ப் பொருள்கள் எதிர் பொருள்கள் என்பது கிளைக்கோ புரதங்கள் ஆகும் இவை உடலில் எதிர் தோன்றிகள் நுழைந்த உடனே அவற்றை நடுநிலைபடுத்துவதற்காக எதிர் பொருள்கள் பிளாஸ்மா செல்களினால் தொகுக்கப்பட்டு சுரக்கப்படுகின்றது. எதிர்பொருள்கள் இம்யூனோகுளோபின் எனவும் அழைக்கப்படும். இவை 5 வகைப்படும்.

IgG, IgA, IgM, IgD, IgE

- IgG – அதிக அளவில் இரத்ததில் உள்ள திரவப்பொருள்
- IgA - அதிகமாக சுரப்பிகளில் உள்ளன (கண்ணீர், உமிழ்நீர் தாய்பால்)
- IgG- தாய் – சேய் இணைப்புத் திசு மூலம் கடத்தப்படுகின்றது.

தொற்று நீக்கம் (ஸ்டெரிலைசேஷன்): ஸ்டெரிலைசேஷன் எனப்படுவது ஒரு பொருளின் அதன் மேற்பரப்பு அல்லது ஊடகங்களில் எல்லா நுண்ணுயிர்களும் அதன் வளர்ச்சி காலத்திலோ அல்லது ஸ்போர் நிலையில் இல்லாமல் இருத்தல் ஆகும்

கீமோதெரப்பி: வேதிப்பொருட்களை கொண்டு நோய்களுக்கு சிகிச்சை அளித்தலே கீமோதெரப்பி எனப்படும் (எகா) சல்போனைமைடு

ஆன்டிபயாடிக்ஸ்: இவை நுண்ணுயிர்கள் மூலம் தயாரிக்கப்படும் ஒரு மருந்தாகும். ஆன்டிபயாடிக்குகள் மற்ற தீங்கு விளைவிக்க கூடிய பாத்தோஜன்களை அழிக்கும் தன்மை வாய்ந்தவை (எகா) பென்சிலின், ஸ்ரெப்டோமைசின் – ஸ்ரெப்டோமைசஸ் கிரைசஸ்

சீரம்: இரத்த பிளாஸ்மா செல்கள் உறைந்த பிறகு எஞ்சி மஞ்சள் நிற திரவமே சீரம் எனப்படும். அதிகமான எதிர்பொருள் இவ்வகை சீரத்தில் இருக்கும்.

குறிப்பிட்ட உடல் பகுதி நோய்த் தொற்று (local infection) இது ஒரு குறிப்பிட்ட உறுப்பிலோ அல்லது ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதியிலோ உள்ள ஒரு நோய் தொற்று ஆகும். முறையான கவனமே இவை பரவுதலை தடுக்கும்.

முறையான நோய்த் தொற்று: முழு உடலையும் பாதிக்கக் கூடிய நோய் தொற்று இது கொல்லக் கூடியதாக இருக்கக் கூடும்.

நோய்த் தொற்று முறைகள்: தொற்று என்பது உடலில் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடியவை உடலில் நுழைந்து பாதிப்பு ஏற்படுத்தல் ஆகும்.

6.5 நோய் தொற்று முறைகள்

தொற்று ஏற்பட்ட பின் வரும் நிகழ்வுகளை சார்ந்து சுழற்சி முறையில் நடைபெறுகின்றன.

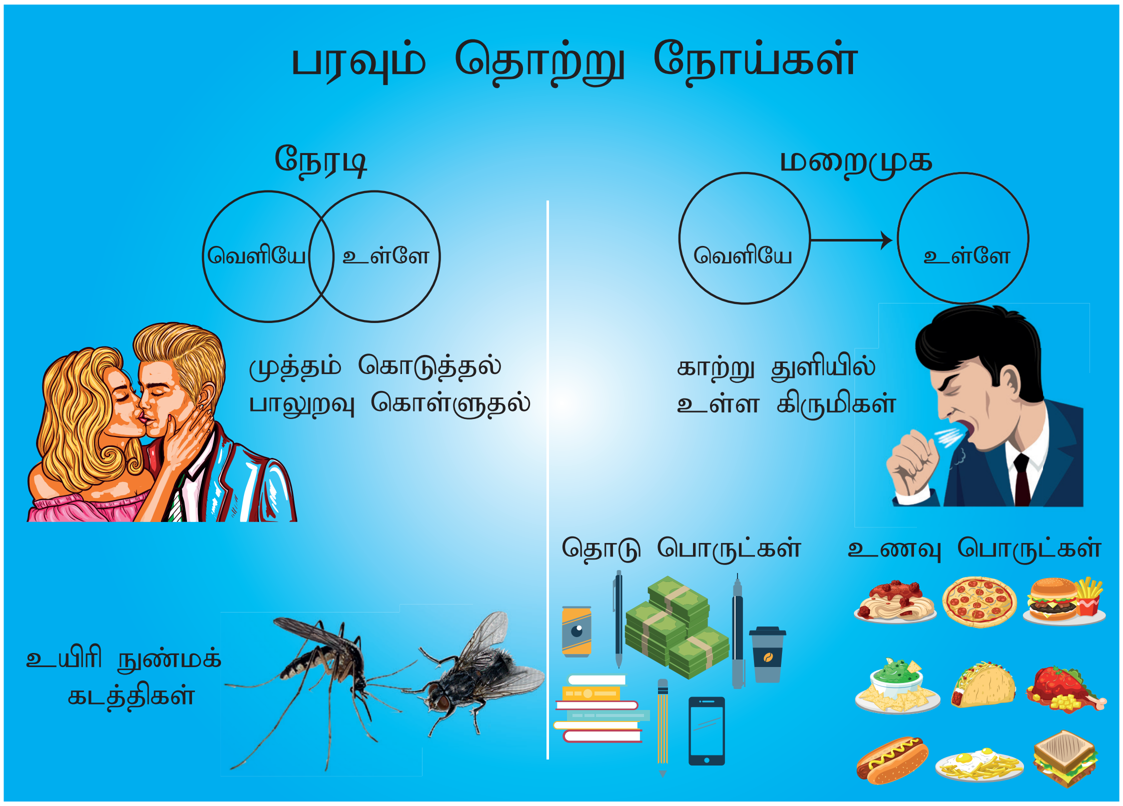
காரணி அல்லது பாத்தோஜன் அல்லது தொற்று ஏற்படுத்தக்கூடிய கிருமி நோயினை உண்டாக்குகின்றன.

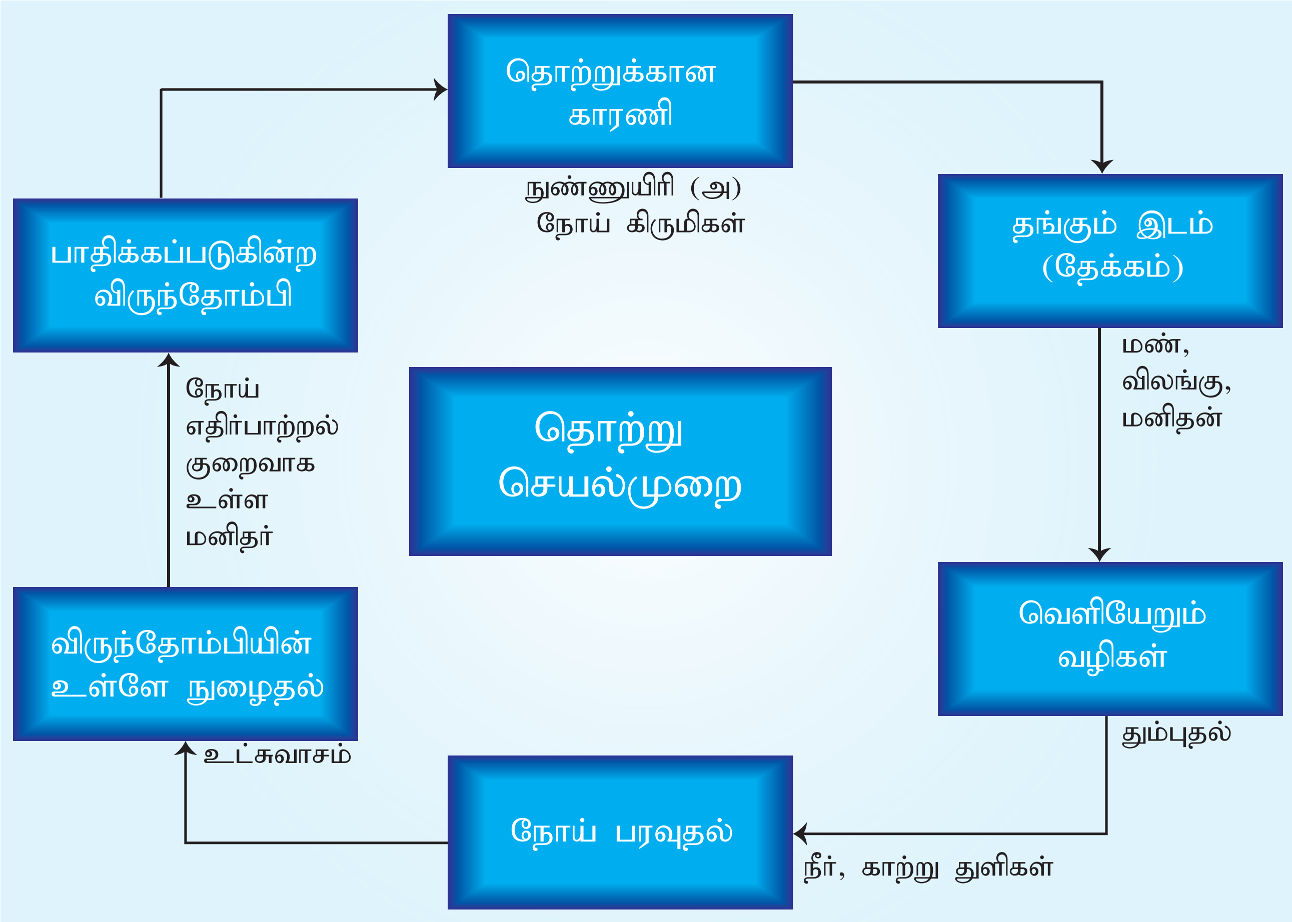
- நோயின் ஆரம்ப நிலை அல்லது நோய் கிருமிகள் தேக்கம் (Reservoir)
- தொற்று அல்லது நோய் பரவும் வழி
- விருந்தோம்பின் உடலில் நுழைவதற்கான ஒரு வழி (நோயினால் பாதிக்கப்படும் நிலையிலுள்ள நோயாளி)

இந்தநோய் தொற்றுதல் சங்கிலி பல்வேறு நிலைகளில் வளர்ச்சி அடைந்து கொண்டே இருக்கின்றது. செவிலியர்கள் இந்த நோய் தொற்றுதல் பினைப்பிணை துண்டிப்பதன் மூலம் இவ்வகை தொற்று பரவுதலை தடுக்க இயலும். செவிலியர் தொற்று கட்டுப்பாடு மற்றும் தடுக்கும் முறைகளை பின்பற்ற வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 105
19-02-2019 16:02:18

www.tnschoolbooks.in





Nursing General_Tamil Ch-6.indd 106 19-02-2019 16:02:21

www.tnschoolbooks.in

> **உங்களுக்குத் தெரியுமா?**
>
> கைகளையோ (அ) கைகுட்டையோ வைக்காமல் தவிர்க்கும் ஒருவர் இருமும் நேரங்களில் நுண்ணுயிர்கள் மூன்று மீட்டர் கடக்கின்றன.

6.5.1 பாத்தோஜன்கள் அல்லது தொற்றுக் கிருமிகள்

i தொற்றுகளை ஏற்படுத்தும் நுண்ணுயிர்கள் பாக்டீரியா, பூஞ்சைகள், ஒட்டுண்ணிகள், வைரஸ்கள் ஆகும். இவைகளே பாத்தோஜன்கள் ஆகும். நுண்ணுயிர்கள் நோய் ஏற்படுத்தும் திறன் பின்வரும் காரணிகளை சார்ந்துள்ளது.

- பாத்தொஜன்களின் எண்ணிக்கை (Inoculum) போதுமான அளவு உடலில் நுழைதல்
- நுண் உயிர்களின் நோய் உண்டாக்கும் திறன்
- விருந்தோம்பியின் நோய் எதிர்ப்புத் திறனை கடந்து நுண்ணுயிர்கள் செல்லுதல்
- விருந்தோம்பியின் பாதிக்கப்படும் நிலை

ii நோயின் ஆரம்ப மூலம் அல்லது நோய்க்கிருமிகளின் தேக்கம்

- ஒரு பாத்தொஜன்கள் உயிர் வாழக்கூடிய இடமே ஒரு நோய்கிருமிகளின் தாக்கம் அல்லது களஞ்சியம் ஆகும்,
- நோய் கிருமிகள் மனிதரின் உடலில் தேக்கமடைந்து நோயினை உண்டாக்குகின்றன.
- ஜீனோஸிஸ் (விலங்குகளிலிருந்து மனிதர்களுக்குநோய் பரவுகின்றன)
- சில உயிரற்ற பொருகளிலும் சில நுண்ணுயிர்கள் வளர்கின்றன. எ,கா, மண், நீர்

iii நோய் கிருமிகள் வெளியேறுதல்

- பாத்தோஜன்கள் எவ்வாறு உள் நுழைகின்றதோ அதேபோல் குறிப்பிட்ட நிகழ்வுகள் மூலம் வெளியேறுகின்றன.

  சுவாசப் பாதை – தும்புதல், இரும்புதல்

  இரைப்பை, குடல் பகுதி – உமிழ் நீர், மலம்

  இனப்பெருக்க உறுப்பு – வெஜைனா, பெநிஸ்
- பூச்சிகள் ஊசிகளின் வழியாக நுண்ணுயிர்கள் இரத்தத்திலிருந்து வெளியேறுகின்றன.

iv நோய்கிருமிகள் பரவும் வழிகள்

நோய் கிருமிகள் நேரடி தொடர்பு மறைமுக தொடர்பு காற்று துளிகள் இயந்திர முறையில், காற்று மூலம் பரவுதல், உயிரியல்முறையில், பூச்சிகள் மூலம் பரவுகின்றன.

v விருந்தோம்பியின் உடலில் நுழைதல்

உயிரிகள் தோல், கோழைப் படலங்கள், சுவாசப் பாதை, வயிற்றுக் குடல் பாதை இனப்பெருக்கம் பாதை மற்றும் இரத்தத்தின் வாயிலாக உள்ளே நுழைகின்றன.

vi நோயினால் பாதிக்கப்படும் நிலையிலுள்ள விருந்தோம்பிகள்

ஒரு மனிதன் எந்த அளவிற்கு தொற்று நோயால் பாதிக்கப்படும் நிலையில் உள்ளான் என்பதைப் பொருத்து ஒரு தொற்று நோய் உண்டாகும் காரணியையும் அவன் பெறுகின்றான்.

- தனி நபரின் தொற்று உண்டாக்கும் நுண்ணுயிரியை எதிர்த்து போராடும் திறன்
- தீக்காயம், அறுவை சிகிச்சை நோய்எதிர்ப்பு திறன் குறைவாக உள்ள நோயாளிகள் அதிக பாதிப்பு உண்டாகும் நோயாளிகள் ஆவர்.
- நுண்ணுயிர்களின் வீரியத்தினை பொருத்தது.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 107 19-02-2019 16:02:21

வ. எண்	வழிகள்	பரவும் விதம்	எடுத்துக்காட்டு
1	நேரடித் தொடர்பு	தொடுதல்	ரூபெல்லா, தட்டம்மை சின்னம்மை
2	மறைமுக தொடர்பு	பொருட்கள்(உயிரற்ற)	சாதாரண சளி (இன்புளுயன்சா)
3	நீர்துளி தொற்று	உட் சுவாசம் உமிழ்நீர்	பன்றிக் காய்ச்சல், காசநோய்
4	நோய் கிருமி கடத்து பொருள் (Vehicle)	நீர், உணவு காற்று, இரத்தம்	காலரா, சால்மோனல்லா, ஸிஜெல்லா, ஹெப்படைட்டிஸ்
5	காற்று முலம் தொற்று	நீர் துளிகள்	இன்புளுயன்சா
6	உயிரியல் மற்றும் இயந்திர முறை	கடத்தி (வெக்டர்) ஈக்கள், கொசுக்கள் பேன், தெள்ளுப்பூச்சி.	– சல்மோனல்லா – ஏடிஸ் ஏஜிப்டியா – பிளாஸ்மோடியம் பால்சிபாரம் – ரிக்கட்ஸியா டைபி

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

கண்களில் வழியும் கண்ணீரில் பாக்டீரியாக்களை கொல்லும் வேதிப்பொருள் உள்ளன. (லைசோஸைம்)

சில நேரங்களில் (அழுகை நல்லது)

6.5.2 நோய் தொற்றுதல் பாதையைக் காட்டும் நிலைகள் (course of infection by stage)

நுண்ணுயிர்கள் விருந்தோம்பியின் உடலில் நுழைந்ததிலிருந்து, நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றலை கடந்து பல்வேறு நிலைகளில் இனப்பெருக்கம் அடைந்து நோயினை உண்டாக்குகின்றன. அவற்றை தொடர்ந்து நோய் தீவிர நோயாகவோ அல்லது நீடித்தகால நோயாகவோ நிலைபெறுகின்றன.

- இன்குபேஷன் காலம்
- புரோட்ரோமல் காலம்
- இறுதிக் காலம்
- நோயிலிருந்து மீண்டும் ஆரோக்கியம் அடைதல்

இன்குபேஷன் காலம்: நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்கள் உடலில் நுழைந்ததிலிருந்து, நோய்க்கான முதல் அறிகுறிகள் தோன்றும் வரை உள்ள இடைப்பட்ட இடைவெளியே இன்குபேஷன் காலம்.

எ.கா. சாதாரண சளி   -   1-2 நாட்கள்

புட்டாளம்மை   -   18 நாட்கள்

புரொட்ரோமல் காலம்: குறிப்பிட்ட முடியாத குறுகிய மிதமான அறிகுறிகள் உடலில் தோன்ற துவங்கியதிலிருந்து குறைந்த ஜுரம், களைப்பு, மயக்கம் போன்ற குறிப்பிடத் தகுந்த அறிகுறிகள் ஏற்படும் வரை உள்ள கால இடைவெளி இந்த காலத்தில் நுண்ணுயிர்கள் வளர்ந்து பெருகி மேலும் நோயாளி நோயினை மற்றவர்களுக்கு பரப்பும் நிலையில் இருப்பார்.

நோய்க்காலம்: ஒரு குறிப்பிட்ட நோய்க்கான அடையாளங்கள் மற்றும் அறிகுறிகள் வெளிப்படையாக தோன்றுவதற்கான இடைப்பட்ட காலம்

எ.கா. சாதரண சளி – தொண்டைப்புண்,சைனஸ், தலைவலி

நீர் வழிகள்: புட்டாளம்மை– காதுவலி, அதிக காய்ச்சல், பரோட்டிட், (உமிழ்நீர் சுரப்பி வீக்கம்)

நோயாளியின் நோய் எதிர்ப்புதிறன், நுண்ணுயிர்களின் வீரியத்தன்மை, நோய் தொற்றுதளின் அளவினை பொருத்து அமைகிறது.

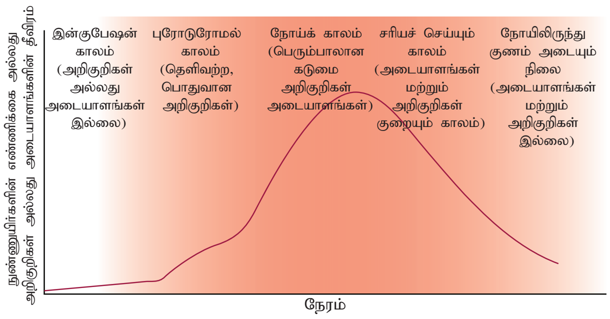
Nursing General_Tamil Ch-6.indd 108 19-02-2019 16:02:21

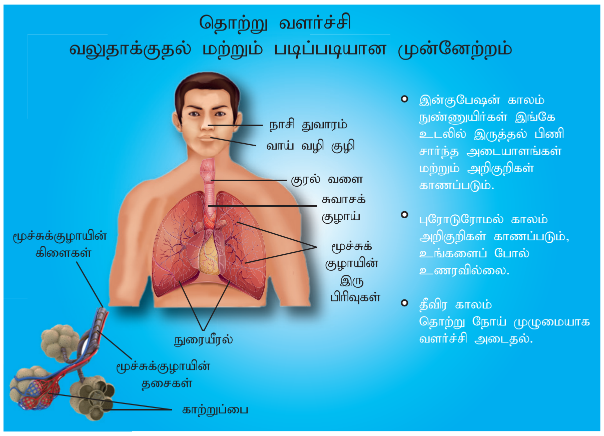
இறுதிகாலம்

இந்நிலையில் நோயாளியின் அடையாளம் மற்றும் அறிகுறிகள் குறையத் தொடங்குகின்றன.

வியாதியிலிருந்து மீண்டும் ஆரோக்கியம் அடைதல்

இந்நிலையில் நோயாளி கடுமையான அறிகுறிகள் மறைந்து நல்ல நிலையை திரும்ப பெறும் கால இடைவெளியாகும். உடல் குணமடைந்து ஆரோக்கியம் அடையும் கால அளவு நோயின் தீவிரம் மற்றும் நோயாளியின் ஆரோக்கிய நிலையை பொருத்து, குணமடைதல் என்பது சில நாட்கள் தொடர்ந்து பல மாதங்கள் ஆகலாம்.





6.5.3 நோய் தொற்றுதலுக்கு எதிரான தடுப்பு முறைகள்

1. நோய் தொற்றுதலுக்கு எதிராக போராடும் அமைப்பை உடலில் ஒரு பகுதியாக பெற்றுள்ளது
2. தொற்று உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்களை எதிர்த்து போராட உடலில் உட்புறமும் வெளிப்புறமும் பல நுண்ணுயிர்கள் (Normal body flora) உடலைப் பாதுகாக்கின்றன.
3. தோல் மற்றும் சளிச்சவ்வுப்படலம் உடலில் நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்கள் உள்ளே நுழைய விடாமல் ஒரு தடுப்புச் சுவராக செயல்படுகின்றன மற்றும் சளி சவ்வுப் படலம் நுண்ணுயிர்களை வெளியேற்றுகின்றன.
4.
   - தோல், சளி சவ்வு படலம்
   - இரைப்பையின்
   - அமிலத்தன்மை, உமிழ்நீர், நாசியின் மயிரிழைகள்

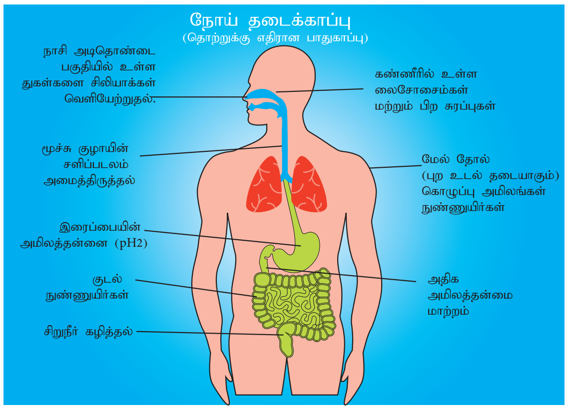
   } சுரக்கப்படும் IgA எனும் எதிர்பொருள் நுண்ணுயிர்களுக்கான முதல் எதிரிகளாக செயல்படுகின்றன

   - வீக்கமடைகிற உடல் பிரதிபலிப்பானது (இரத்தக் குழல்களை) இரத்த ஓட்டத்தையும், செல்களின் வகைகளையும் பாதுகாப்பதாகவும், பாத்தோஜன்களை நடுநிலைப் படுத்துவதாகவும் உடல் செல்களை சரி செய்வதாகவும் அமைகிறது.
   - IgA எதிர்ப்பொருள் பெரும்பாலும் சுரப்புகளில் உள்ளன. (உமிழ்நீர், கண்ணீர், பால்) இவையே நோய் தொற்றுதலை தடுக்கும் முதல் நிலையாகும்.
   - லைசோஸைம் எனும் நொதி பாகோசைட்களில் அதிகம் உள்ளன. இவை நுண்ணுயிர்களின் செல்சுவர்களை அழிக்கும் திறன் பெற்றுள்ளது.
   - ஒவ்வொரு உறுப்பு மண்டலமும் தொற்று நோயினை உருவாக்கவல்ல நுண்ணுயிர்களுக்கு வெளிப்படுத்தப்படும் போது பாதுகாத்துக் கொள்ளும் நுட்பத்தினைபெற்றுள்ளது.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

தொங்கு துளி முறை – நீரில் நகரும் வகை நுண்ணுயிர்களை கண்டறிதல்

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 109 19-02-2019 16:02:23



6.5.4 தொற்றுகளின் வகைகள்

நோசோகோமியல் நோய்தொற்று: ஒரு நோயாளி மருத்துவமனையில் தங்கி சிகிச்சைப் பெறும் பொழுது அங்குள்ள நலகவனப் பணிகளின் மூலம் ஏற்படும் நோய்த்தொற்றுதலே நோசோகோமியல் நோய் தொற்று ஆகும்.

ஐயட்ரோஜனிக் நோய் தொற்று: ஐயட்ரோஜனிக் நோய் தொற்று என்பது நோசோகோமியல் நோய் தொற்றுதலில் ஒரு வகையாகும். இவ்வகை தொற்று நோய் நிர்ணயம் செய்யப்படும் பொழுதோ அல்லது சிகிச்சை அளிக்கப்படும பொழுதோ ஏற்படுகின்றது.

(எகா) சிறுநீர் வடிக்கும் இரப்பர்குழாய் உட்செலுத்துவதால் ஏற்படும் சிறுநீர் குழாய் தொற்று ஆகும் இவை

- அகநோய்த் தொற்று
- புறநோய்த் தொற்று

புறநோய்த் தொற்று: இவ்வகைத் தொற்று சாதாரண தொற்று கடத்துப் பொருளாக இல்லாமல், வெளிப்புற நுண்ணுயிர்கள் உடலில் நுழைந்து நோயினை உண்டாக்குகின்றன. நீரின் வழி பரவும் தொற்று

(எகா) சால்மோனல்லா டை:பி – டைபாய்டு சுரம்
விப்ரியோ காலரே காலரா

அகநோய் தொற்று: நோயாளியின் உடல் பரப்பிலோ அல்லது உள்ளே உள்ள நுண்ணுயிர்கள் சில நிலைகளில் வீரியம் அடைந்து மேலும் எண்ணிக்கையில் அதிகரித்து தொற்றை உண்டாக்குகின்றன.

(எகா) ஸ்ரெப்டோகாக்கை – வாய்ப்பகுதி
இதய வால்வுகளில் தொற்று

இ.கோலி(E.coli): சிறு குடலில் உள்ள நுண்ணுயிர் சிறு நீர் குழாயினை அடைந்து சிறுநீர்குழாய் தொற்று உண்டாக்குகின்றன.

> **உங்களுக்குத் தெரியுமா?**
>
> டெய்னோகாக்கஸ் ரேடியோடுரன்ஸ் பெரும்பாலும் 10000 மடங்கு அளவு வெப்பக் கதிர்களை தாங்கி வாழும் தன்மையை பெற்றுள்ளன. இக்கதிர்களின் வெப்ப அளவு மனிதர்களுக்கு தீங்கானது. (இறக்கவும் நேரிடும்) (இந்நுண்ணுயிரியை விண்வெளி ஆராய்ச்சியில் ஈடுபடுத்தப்பட்டுள்ளது) – விண்வெளி நுண்ணுயிரியல்

6.5.5 நோசோகோமியல் நோய்த் தொற்றுதலுக்கான இடங்கள், காரணங்கள்

I.	சிறுநீர் குழாய் தொற்று	– சிறுநீர் பாதையில் சிறுநீர் வடிக்கும் இரப்பர் குழாயில் சொருகுதல் – சுத்தம் செய்யப்படாத வடிக்கும் இரப்பர் குழாயிலிருந்து சிறு நீர்ப் பையினை நோக்கி வடியும் சிறுநீர்
II.	அறுவை சிகிச்சை காயங்கள்	– கை கழுவும், முறையை சரியாக பின்பற்றாமை – அறுவைச் சிகிச்சை கருவிகளை தொற்று நீக்கம் செய்யாத நிலை – தோல்களின் நுண்கிருமிகளை சரிவர நீக்கும் நுணுக்கங்களை பின்பற்றாத நிலை
III.	இரத்தம்	– தொற்றுக் கிருமிகள் உள்ள இரத்த சிரைவழியாக திரவம், குழல் அல்லது ஊசிகள் செலுத்துதல்
IV.	சுவாசத் தொற்று	– நியுமோனியா (சுவாசக் கோளாறுகள்)
	மேல்புறத் தொற்று	– பிறந்த குழந்தைகளுக்கு அதிக தொற்று ஏற்பட வாய்ப்புண்டு

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 110 19-02-2019 16:02:23

நோய்த் தொற்று ஏற்படக் காரணிகள்

- பிளந்த தோல் அல்லது கோழை
- சிறுநீர் வெளிவரத் தடை
- நடமாட்டக் குறைவு (எ) படுக்கைப் புண்
- ஹீமோகுளோபின் அளவு குறைவு
- நோய் எதிர்ப்பாற்றல் குறைவு

6.6 நோய்த் தொற்று நீக்குதல் முறைகள் மற்றும் கிருமி நீக்கம்

ஸ்டெரிலைசேஷன் (நுண் கிருமிகள் இல்லாமல் செய்தல்) அல்லது நுண்ணுயிரறச் செய்தல்

நோயுண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்களை முற்றிலுமாக அழித்தல், அவை ஸ்போர் (கருமூலங்கள்) நிலையிலோ அல்லது வெஜிடேட்டிவ் செல்கள் நிலையிலோ அழித்தல் ஆகும். ஒரு பொருளின் அதன் மேற்பரப்பு அல்லது ஊடகத்தில் உள்ள எல்லா நுண்ணுயிர்களையும் அழித்தல் ஆகும். இம்முறை அறுவைச் சிகிச்சை கருவிகளைத் தொற்று நீக்கம் செய்ய முக்கியமாக பயன்படுகின்றன.

தொற்று நீக்குதல் Disinfection

தொற்று நீக்குதல் என்பது நுண்ணுயிர்களை முற்றிலுமாக அழித்தல் என்பதாகும். குறிப்பாக பல்வேறு வேதிப் பொருள்களை கொண்டு நுண்ணுயிர்களை அழித்தல் ஆகும். இம்முறை நுண்ணுயிர்களை வளர்ச்சி காலத்திலே நீக்கப்படுதலாகும். இம்முறை கருமூலங்களை அழிப்பதில்லை.

தொற்று நீக்கு முறைகள்

- இயற்கை முறை - சூரிய ஒளி, காற்று
- இயற்பியல் முறை- உளர்வெப்பம், ஈரப்பதமான வெப்பம், கதிரியக்கம்
- வேதியியல் முறை - திரவங்கள், திடப்பொருள்கள், வாயுக்கள்

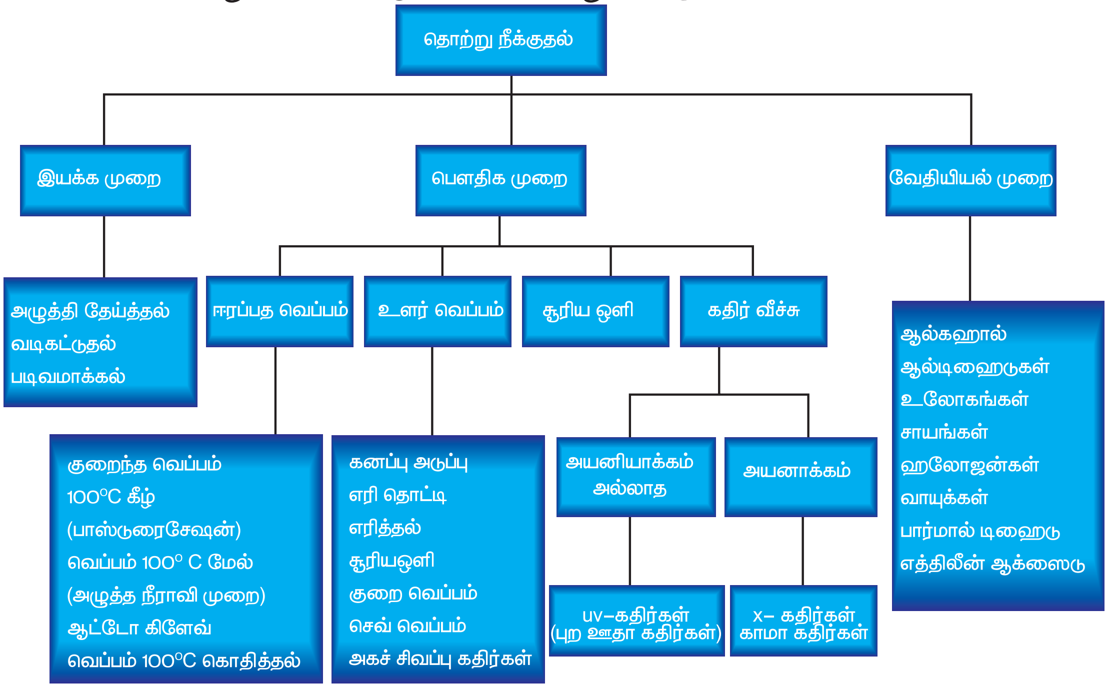
உங்களுக்குத் தெரியுமா?

குடற் புழுக்களில் மாட்டிறைச்சி நாடா புழுவே மனித குடலில் வாழும் மிக நீளமான ஒட்டுண்ணியாகும். (7½ மீ (அ) 25 அடி நீளம்) வளரும் தன்மை உடையது.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

வகுப்பறை ஒப்படைப்பு கொடுத்தல் – தொற்று நீக்க முறைகள்

6.6.1 நோய்த் தொற்று நீக்குதல் முறைகள் மற்றும் கிருமி நீக்கம்



6.6.1.1 இயக்க முறைகள்

- துடைத்தல் அல்லது தேய்த்தல்
- வடிகட்டுதல்
- வீழ்படிதல்

துடைத்தல்: தேய்த்தல் என்பது ஒரு செவிலிய சுய தொற்றுதலையும், அயல் தொற்றுதலையும் கட்டுப்படுத்துவதற்கும், தவிர்ப்பதற்கும் உள்ள மிக முக்கியமான முறை கை கழுவுதல் ஆகும்.

வடிகட்டுதல்: ஆய்வகங்களில் வடிகட்டுதல் முறையில் திரவங்கள் கிருமி நீக்கம் செய்து, சுத்தம் செய்யப்படும். இம்முறை நுண்ணுயிர்களை வடிகட்டி எடுக்க பயன்படுகிறது எகா, நுண்ணுயிர்களின் நச்சு, நொதிகள்

வீழ்படிவமாதல்: இம்முறை நீரினை தூய்மைப்படுத்த பயன்படுத்தப்படுகின்றது, பாக்டீரியாவுடன் சேர்ந்து மிதக்கும் பொருட்களும் திரவத்தின் அடிப்பகுதியில் படிந்து வீழ்படிவாகிவிடும்

6.6.1.2 இயற்பியல் முறை

சூரிய ஒளி: இவ்வகை முறை போர்வைகள், தலையணைகள் படுக்கைகள் அனைத்தும் சூரிய ஒளியினால் கிருமி நீக்கம் செய்யப்படுகின்றன. சூரிய ஒளியிலிருந்து வெளிவரும் புற ஊதாக் கதிர்களுக்கு பாக்டீரிய செல்களின் மரபணுக்கள் இரட்டிப்பாவதை தடுக்கும் தன்மையுள்ளன (தைமின்டைமர்) உருவாகும்.

உலர் வெப்பம்

- தீச்சுடரில் எரிய வைத்தல்
- தகனம் செய்தல்
- சுடுதல்

தீச்சுடரில் எரிய வைத்தல்: ஆய்வகத்தில் உள்ள பிளாட்டினம் லூப் (inoculation loop), ஊசிகள், அறுவைச் சிகிச்சை கருவிகளில் உள்ள நுண்ணுயிர்களை முற்றிலுமாக அழித்து விடும். இம்முறை தொற்று நீக்குதலின் சிறந்த முறை ஆகும்.

தகனம் செய்தல்: மருத்துவ கழிவுகளான காயத்திற்கு பயன்படுத்தப்பட்ட கட்டுத் துணிகள், குப்பைகள், தொற்று நோய்களை உண்டாக்கும் கருவிகள், தீங்கு விளைவிக்கும் நுண்ணுயிர்களை முற்றிலுமாக எரிக்கும் முறை ஆகும். முழுமையான எரித்தலுக்கு பயன்படும் இந்த உபகரணத்திற்கு தகனம் செய்யும் கருவி என்று பெயர். (incinerator)

சுடுதல் (Hot air oven): இவ்வகை கருவி ஊசி மற்றும் குழல் உட்பட கண்ணாடிப் பொருட்களை நுண்ணுயிர் நீக்கப் பொதுவாக வெப்பக்காற்று அடுப்பில் $160^{\circ}c$ யில் ஒரு மணி நேரத்திற்கு வைக்கப்படுகின்றன. இம்முறையில் கருமூலங்களுடன் எல்லா நுண்ணுயிர்களும் கொல்லப்படுகின்றன.

வெப்பக்காற்று அடுப்பு (Hot air oven)

- ஊடகங்களில் நுண்ணுயிர்களின் வளர்ச்சியை அதிகரிக்க இவ்வெப்பம் பயன்படுகிறது (Incubator)
- இரப்பர், கட்டுத்துணிகள், ஆய்வகங்களில் கிருமிநீக்கம் செய்ய இம்முறை ஏற்றதல்ல

ஈர வெப்பம்

- கொதிக்க வைத்தல் (100° c யில்)
- அழுத்த நீராவி முறை (100° c மேல்)
- பாஸ்ட்ரைஸேஷசன் (100° c கீழ்)

கொதிக்க வைத்தல்: கொதிக்க வைத்தல் முறையில் (100° c) 3 முதல் 5 நிமிடங்கள் செலுத்தப்படும் போது ஸ்போர்கள் நிலையில் எகா. (பேசில்லஸ், ஆந்த்ராஸிஸ்) கிளாஸ்ட்ரியம் டெட்டனி) கொல்லப்படுகின்றன.

இம்முறையானது எனாமல் உலோகம், கண்ணாடி ரப்பர் பொருள்களுக்கு தொற்றுநீக்கம் செய்ய ஏற்றதாகும்.

நினைவில் இருக்க வேண்டிய குறிப்புகள்

- உயிரிகளைச் சுற்றிச் சூழ்ந்து உறைந்த நிலையில் அவற்றிற்கு பாதுகாப்பளிக்கும் கரிமப் பொருட்கள் தேய்த்துக் கழுவுதல் மூலம் நீக்கப்படுகின்றது.
- கண்ணாடி பொருட்களை துணியால் உறையிட்டு பின் குளிர்ந்த நீரில் வைத்து அதன் பின்னரே கொதிநிலைக்கு கொண்டு வர வேண்டும்.
- சீட்டில் இடுக்கியால் நுண்ணுயிர் நீக்கிய இடத்தில் பொருட்களை வைக்கவும்.

அழுத்த நீராவி முறை (100° C **மேல் வெப்பம்**)

அழுத்த நீராவி முறை சிறந்த பாதுகாப்பான, நம்பகமான தொற்றுநீக்க முறை ஆகும். இம்முறையானது அனைத்து கருமூலங்களையும் அழிக்கும் திறன் கொண்ட முறையாகும்.

(எகா) கிளாஸ்ட்ரியம் டெட்டனி அழிக்கும் தன்மையுடையது.

ஆட்டோகிளேவ்: என்ற கருவி பொருட்களை நீராவி அழுத்தத்தில் கிருமி நீக்கம் செய்யப் பயன்படுகின்றன.

ஆட்டோகிளேவ் என்பது உலோகத்தால் ஆன இரண்டு உறைகளை கொண்ட ஒரு

ஆட்டோகிளேவ்

www.tnschoolbooks.in

பெட்டி. மேல் பகுதி மூடியால் இறுக்கமாக மூடப்பட்டிருக்கும். ஒரு கொதிகலனில் அல்லது வெளிஉறையில் நீராவி உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றது.

- சிறந்த தொற்று நீக்கத்திற்கு, அழுத்தக் கலனில் நீராவி அழுத்தம் 121° C வெப்பநிலையில் 30 நிமிடங்கள் வைக்கப்படுகின்றன.

உலோகப் பெட்டியிலிருந்து நீராவியைப் பாய்ச்சி இடப்பெயர்ச்சி மூலமாக காற்று வெளியேற்றப்படுகின்றது. பிறகு நீராவி அந்த பெட்டிக்குள் செலுத்தப்பட்டு அழுத்தம் உண்டாகச் செய்யப்படுகிறது.

பயன்கள்

அறுவை சிகிச்சைக்கு தேவையான ஊசி, பீச்சுக் குழல்கள், ஊசிகள், கட்டுத் துணிகள், உலோகக் கருவிகள், நுண்ணுயிர் வளர் ஊடகங்கள், கண்ணாடி குழாய்கள் அனைத்தும் கிருமி நீக்கம் செய்யப் பயன்படுகின்றன.

நினைவில் இருக்க வேண்டிய குறிப்புகள்

i. எல்லாப் பொருட்களும் கட்டப்படுவதற்கு முன் தூய்மையாக இருத்தல் அவசியம். கனிம பொருட்களான இரத்தம், சீழ் இருக்குமானால் நீராவி உட்செலுத்துதலை தடுக்கும்.

ii. பாத்திரத்திலுள்ள துளைகள் நீராவி கலத்தினுள் வைப்பதற்கு முன் திறக்கப்பட வேண்டும். வெளியே எடுத்தவுடன் பாத்திரத்தின் துளைகளை மூட வேண்டும்.

iii. இரப்பர் கையுறைகள் நீண்ட நேரம் அதிக வெப்பத்திற்கும், அதிக நேரம் நுண்ணுயிர் நீக்கம் செய்தல் கூடாது.

iv. பாட்டில்களில் உள்ள திரவங்களை உயர் அழுத்த நீராவிக்கு உட்படுத்தப்படும் மூடிகளை மெதுவாக தளர்த்தி வெளியேற்றவும்.

பாஸ்ட்சுரைஸேஷன் 60 °C (62.8 °C)

பாஸ்ட்சுரைஸேஷன் என்பது பாலில் உள்ள நுண்ணுயிர்களை அழிக்கும் முறையாகும். பாலை 60 °C (62.8 °C) வெப்பநிலையில் 30 நிமிடங்கள் கொதிக்க வைக்கும் பொழுது நோயுண்டாகும் நுண்ணுயிர்கள் அழிக்கப்படுகின்றன. பிறகு அவற்றை உடனே 13 °C வெப்பநிலையில் குளிர வைக்கப்படுகின்றன. அதிக வெப்பம் (72 °C) குறைந்த நேரம் செலுத்தப்படுகின்றன. 15 நொடிகள் உணவின் தன்மையில் மாற்றம் ஏற்படுவதில்லை. எ,கா சால்மோனல்லா, மைக்கோபாக்டீரியம்

6.6.1.3 வேதியியல் முறைகள்

சில வேதியியல் பொருட்களை கொண்டு நுண்ணுயிர் நீக்கம் செய்யப் பயன்படுகின்றன. இவற்றின் மூலம் தொற்றுநீக்கம் செய்யப்படுபவை தெர்மாமீட்டர், தளங்கள், கிருமி தொற்றிய படுக்கை விரிப்புகள் போன்றவற்றை நுண்ணுயிர் நீக்கம் செய்ய பயன்படுகின்றன.

சாதாரணமாக பயன்படுத்தப்படும் வேதிப்பொருள்

1. **டெட்டால்:** இவ்வகை தொற்று நீக்கி தெர்மாமீட்டர் மற்றும் கருவிகளை தொற்று நீக்கம் செய்ய பயன்படுகின்றன. 5-50% கரைசல் இரண சிகிச்சையின் போது பயன்படும் துணிகள் மருந்துகள், காயத்தில் நீர் பாய்ச்சுதலின் போது பயன்படுகிறது.
2. **சாவ்லான்:** 1:30 சாவ்லான் கரைசல் பாக்டீரியா உடலங்கலை சிதைப்பதற்கு அல்லது கொல்வதற்கும் பயன்படுகின்றது.
3. **சலவை சோடா:** இது குடிநீர், மலம் சிறுநீர், சளி போன்றவற்றில் தொற்று நீக்கம் செய்ய பயன்படுகின்றது. இது காற்றில் வெளிப்படுத்தப்படும் போது விரைவாக சிதைவடைவதனால் ஒவ்வொரு உபயோகத்திற்கும் புதிய கரைசல்கள் தயாரிக்கப் பட வேண்டும்.
4. **பார்மலின்:** 1:40 சதவீதக் கரைசல், மலம், சிறுநீர் சளியிலிருந்து தொற்று கிருமிகளை நீக்கம் செய்யப் பயன்படுகின்றன. இது ஒரு எரிச்சலூட்டும் பொருள், ஆதலால் தோல் மற்றும் திசுக்களில் பயன்படுத்தப் படுவதில்லை.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 114 19-02-2019 16:02:24

5. **அயோடின் டின்சர்:** 1-2 சதவீதம் அயாடின் தோலை சுத்தம் செய்வதற்கும், காயங்களை தூய்மை படுத்துவதற்கும் பயன்படுகின்றது.

6. **ஹைட்ரஜன் பெராக்ஸைடு:** 1-5 சதவீத கரைசலானது காயங்களை சுத்தம் செய்வதற்கு தொற்று ஏற்பட்ட காதுகளிலிருந்து சீழைநீக்குவதற்கு பயன்படுகிறது.

   வாயினை சுத்தம் செய்வதற்கும், ஆக்சிகரணம் (நுண்ணுயிர் செல்களில்) செய்யும் காரணியாகும்

7. **பொட்டாசியம் பெர்மாங்கனேட்:** இது 1:1000 என்கிற கரைசல் நிலையில் வாயினை சுத்தம் செய்வதற்கு பயன்படுகிறது. இது ஒரு ஆக்சிகரணம் செய்யும் காரணி ஆகும். இது காயத்தில் பாய்ச்சுவதற்கு பயன்படுகின்றது.

8. **கார்பாலிக் அமிலம் (பீனால்):** இது மலம், சீழ், இரத்தம் மற்றும் சளி போன்றவற்றிற்கு ஒரு நல்ல தொற்று நீக்கியாக செயல்படும். இது தோலினை எரிச்சலூட்டுவது மற்றும் விஷமாகும். சுடு நீரில் எளிதில கரையும். தெர்மாமீட்டர்களுக்கு1:20 கரைசல் 10 நிமிடம் காலத்திற்கு தேவைப்படுகின்றது.

9. **லைசால்:** இது சோப்புடன் கலந்த பீனால் அல்லது குளோரோ கார்பாலிக்அமிலத்தை விட குறைந்த நச்சுத்தன்மை கொண்டது லைசால் தயாரிப்பு ஆகும். மற்றும் அதிக பாக்டீரியோசைடு செயல் கொண்டுள்ளது. தொற்று நீக்குவதற்கு 2 சதவீதம் கரைசல் 6-8 மணி நேரம் பயன் படுத்தப்படுகின்றது. படுக்கை கம்பளிகளை தொற்று நீக்கம் செய்வதற்கு பயன்படுகின்றன

10. **எத்தில்ஆல்கஹால்:** 70% எத்தில் ஆல்கஹால் தோல் தொற்று நீக்கும் திறனுள்ளது. அதிகம் நுண்ணுயிர் பரிசோதனை கூடங்களில் பயன்படுத்தப்படும் முக்கிய வேதிப் பொருளாகும்.

6.6.1.4 கதிரியக்கம்

கதிர்களின் அளைவீச்சு திவீரம், காலத்தை பொருத்து தொற்று நீக்கம் அமைகிறது.

அயனியாக்கம் கதிர்கள்:

இவை செல்களுக்குள் ஊடுருவும் தன்மை உடையவை. எகா. காமா கதிர்கள், x- கதிர்கள்

அயனியாக்க கதிர்களின் முதன்மையான விளைவு நீரை அயனியாக்கம் செய்து உயர் ஹைடிராக்ஸில் ரேடிகல்சை உருவாக்குகின்றன மேலும் நுண்ணுயிர்களின் டி.என்.ஏ வை சிதைகின்றன.

அயனியாக்கம் அல்லாத கதிர்கள்

புறஊதாகதிர்கள், அகசிவப்பு கதிர்கள் இடப்பரப்பை தொற்று நீக்கம் செய்ய பயன்படுகிறது. இவை பாக்ட்டீரிய நுண்ணுயிர்கள் மரபணுக்களில் தைமின் டைமர்களை உருவாக்கி செல்களில் மரபணுக்கள் இரட்டிப்பை தடுக்கின்றது.

பயன்கள்

- கதிரியக்கம் மருந்துகள், பற்குளிகள், தொற்று நீக்கம் செய்யப் பயன்படுகின்றது. (Cold Sterllization) எ.கா. காமா கதிர்கள்
- அறுவை சிகிச்சை செய்யும் அறைகள் நுண்ணுயிர் பரிசோதனை கூடங்கள் அல்லது அறைகள் தொற்று நீக்கம் செய்யப் பயன்படுகின்றன.

6.6.1.5 பியூமிகேஷன் அல்லது வாயு மூலம் நுண்ணுயிர் அற செய்தல்

அறைகள் வாயுக்களால் நிரப்பப்படும் போது வளரும் நிலையில் உள்ள பாக்டீரியா, வைரஸ் ஸ்போர்கள் கொல்லப்படுகின்றன (நல்ல விளைவிற்கு வாயுவின் தன்மை 60% வெப்பநிலை 18 °C நேரம் 1 மணி நேரம் குறையாமல் இருக்க வேண்டும்.

வாயுக்கள் மூலம் நுண்ணுயிரற செய்யப்படும் சில தீமைகள் உள்ளன. அவை கெட்ட நாற்றம், கண்கள் மற்றும் சளி சவ்வுகளுக்கு எரிச்சலை தருகிறது.

- பார்மால்டிஹைடு
- க்ளூரால்டிஹைடு
- எத்திலின் ஆக்ஸைடு
- ப்ரொபியோலேக்டோன்

6.6.1.6 குறைவான வெப்பம்

குளிர்ச்சியானது பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சியை முழுமையாக குறைக்கிறது அல்லது தடுக்கிறது. தொடர்ச்சியான உறைய வைத்தல் மூலம் பாக்டீரியா சிதைக்கப்படுகிறது மற்றும் வளர்ச்சி தடுக்கப்படுகிறது.

கவனத்தில் கொள்ள வேண்டிய குறிப்புகள்

1. இரத்தம், மலம், சீழ், சளி அல்லது பிற பொருட்கள் கிருமிகள் தொற்றிய எல்லாப் பொருட்களும் புரதப் பொருட்கள் உறைந்து போவதை தடுக்க குளிர்ந்த நீரில் அலசப் பட வேண்டும்.
2. சோப்பு மற்றும் நீரினை கொண்டு கருவிகளை தூய்மைப் படுத்த வேண்டும். தேவைப்பட்டால் பிரஸ்களை கொண்டு சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.
3. போதிய கால அளவு தொற்று நீக்கம் செய்ய அளிக்க வேண்டும்.
4. தொற்று நீக்கம் செய்யப்படும் வேதியப் பொருள்களை சரியாக அளவு, திறன் கொண்ட நேரத்தில் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.
5. சரியான செயல்முறைகளை பயன்படுத்தி கருவிகள் மற்றும் பிறப்பொருட்களை மேலும் பயன்படுத்துதலுக்கு பாதுகாப்பாக வைக்க வேண்டும். அதன் மூலம் தொற்று பரவுவதை தடுக்க முடியும்.

6.7 உலகளாவிய தடுப்பு முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கை

வரையறை

உலகளாவிய முன்னெச்சரிக்கை முறை என்பது தொற்று நோய்கள் நோயாளிடமிருந்து மற்றவருக்கு பரவாமல் தடுக்க செய்யப்படும் நடைமுறையாகும். இரத்தம் மற்றும் பிற மனித உடல் திரவங்கள் வழி வரும் நோய்களான HIV, HBV பிற இரத்தத்தின் வழி நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்கள் பராவாமல் தடுக்கப்படுகின்றன.

உலகளாவிய முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளின் தேவை

- ***அங்கிகள்*** அணிவதன் மூலம் இரத்தம் மற்றும் உடல் திரவங்கள் தோல் மற்றும் சளி சவ்வு படலத்தின் மீது படாமல் தடுப்புச் சுவராக செயல்படுகின்றது.
- **முகத்திரை** அணிவதன் மூலம் சிகிச்சை அளிக்கப்படும் போது பரவும் சளி மற்றும் நீர்துளிகள் பரவுவரதை தடுக்கின்றன.
- **கையுறைகள்** அணிவதன் மூலம் அசுத்தமான பரப்புகளில் தொற்றுள்ள பொருட்களை கையாளும் சமையங்களில் நோய் பராவமல் தடுக்கப்படுகின்றது
- அங்கிகள் அணிவதன் மூலம் சிகிச்சை அளிக்கும் போது மேலே தெரிக்க கூடிய உடல் திரவங்கள் தடுக்கப்படுகின்றன.
- கைகளை தோல்பகுதி சுத்தமாக தொற்று நீக்கிகள் கொண்டு நுண்ணுயிர் நீக்கம் செய்வதன் வழி இரத்த திரவங்கள் உள்ளே செல்வதை தடுக்கப் படுகின்றன.
- கையுறைகளை கழட்டிய பிறகு கைகளை தூய்மையாக கழுவ வேண்டும்.
- ஊசிகள் மற்றும் கூர்மையான கருவிகளை கையாளும் போது கவனமாக செயல்படவேண்டும் பயன்படுத்திய கூர்மையான பொருட்களை துளையிட முடியாத தாக்குபிடிக்க கூடிய கலன்களில் போடுதல் வேண்டும்.
- சில நேரங்களில் காயங்களோ, வெட்டுக்களோ, கூர்மையான பொருட்களால் தாக்கப்படும் பொழுது அப்பகுதியை தொற்று நீக்கம் செய்து, அறை கண்காணிப்பாளரிடம் உடனடியாக தெரிவித்தல் வேண்டும்.

உயர் தொற்று உண்டாக்கக் கூடிய உடல் திரவங்கள்	
இரத்தம்	மலம்
செமன்	நாசி சுரப்புகள்
வெஜைனா	சளி
தண்டு வட திரவம்	வியர்வை
சைனோவியல் திரவம்	கண்ணீர்
ஆம்னியாடிக் திரவம்	சிறுநீர்/வாந்தி
	உமிழ்நீர்

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 116 19-02-2019 16:02:24

www.tnschoolbooks.in

உலகளாவிய சுகாதார முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கையின் கருத்து யாதெனில் நோயாளிகள் கவனமாக நன்முறையில் சிகிச்சை பெற வேண்டும் அதேபோன்று சிகிச்சை அளிக்கும் மருத்துவர், செவிலியர் நல கவணிப்பாளர் எவ்வகையிலும், நோய் தொற்று ஏற்படாமல் தடுப்பதே இதன் நோக்கமாகும்.

நோசோகோமியஸ் தொற்று

நுண்ணுயிர் + பரவுதல் + நோயாளியின் பாதிக்கும் நிலை

↓

தொற்று

கையுறை: கூர்மையான பொருட்களை கையாளும் நேரங்களில் கவனமாக செயல்படவேண்டும். ஊசிகள், ஆம்பியூல்ஸ் HIV, HBV, HCV வெட்டுகாயங்கள் வழி நோய்கள் பரவும்

மேல் அங்கிகள்: தரம் வாய்ந்த அங்கிக்களை பயன்படுத்த வேண்டும். அறுவை சிகிச்சை அளிக்கும் போது, நோயாளிகளை கவனிக்கும் போது அணிதல் வேண்டும். ஆடைகள் தொற்று கிருமிகள் தாக்காதபடியும், நனையாதபடியும் பாதுகாக்கப்படுகிறது.

முகத்திரை: முகம், கண், கால்களுக்கு திரைகள் அணிவதன் மூலம் நோயாளிகளிடமிருந்து திரவங்கள் படாமல் தடுக்கப்படுகின்றனது.

தொற்றுநீக்கி: மருத்துவமனை, தரைகள், தளங்கள், தொடர்ச்சியாக தொற்று நீக்கி கொண்டு தூய்மைப் படுத்தப்படும் பொழுது அனைத்து நுண்ணுயிர்களும் கொல்லப்படுகின்றன.

களைந்துவிடும் கையுறைகள்: களைந்துவிடும் கையுறைகளை பயன்படுத்துவதன் மூலம் நோய் தொற்று பரவாமல் தடுக்க இயலும்.

கைகளை கழுவுதல்: கைகளை கழுவுதல் வழி பல வகையான தொற்று கிருமிகளை அழிக்க இயலும் (பிறந்த குழந்தை, டையலைஸிஸ், தீக்காயம் ஏற்பட்ட நோயாளி)

மருத்துவ கழிவு மேலாண்மை: மருத்துவ கழிவுகளை முறையாக கையாளுதல், அப்புறப்படுத்துதல் அவசியமாகும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

தேன் என்பது ஒரு ஸ்போர்கள் வளர்வதற்கு இயற்கையான தேக்கி ஆகும். இவை (பொட்டுலிஸம்) உணவு நச்சுக்கு காரணமாகின்றன.

6.8 மருத்துவமனை கழிவுகளை பராமரிக்கும் முறை

முன்னுரை

அனைத்து மனிதர்களின் செயல்பாடுகளால் பல்வேறு அபாயகரமான கழிவுகள் வெளியேற்றப்படுகின்றன. தொழிற்சாலையில் வெளிவரும் கழிவுகள், வேளாண்மை, கழிவு நீர் போன்றவை நிலம், நீர் காற்றை மாசுப்படுத்துகின்றன. இவை சுற்றுச் சூழலுக்கும் மனிதர்களுக்கும் தீங்கு விளைவிக்க கூடியவை, அதே போன்று

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 117 19-02-2019 16:02:25

www.tnschoolbooks.in

மருத்துவமனை மற்றும் நல கவணிப்பாளர் வழி பல்வேறு கழிவுகள் தினந்தோறும் வெளியேற்றப்படுகின்றன.மேலும் தொற்றுகளை பரப்புகின்றன. பொதுவாக சுகாதாரப் பணியாளர்கள், மருந்துவமனைகளில் பணிபுரிவோர் பாதிக்கப்டுகின்றனர்.

இந்தியாவில் ஒரு ஆண்டிற்கு 3 மில்லியன் டன்கள் மருத்துவ கழிவுகளும் இவை ஆண்டுதோறும் 8 சதவீதம் அதிகமாவதாக புள்ளி விவரிங்கள் தெரிவிக்கின்றன.

வரையறை

மருத்துவமனை கழிவு என்பது மருத்துவமனை, நர்சிங் விடுதிகள், கிளினிக், டிஸ்பன்சரி, கால் நடை மருத்துவமனை, விலங்குகளின் இருப்பிடம், நோய்களை கண்டறியும் நிலையம், இரத்த வங்கி இவற்றிலிருந்து பெறப்படும் கழிவுகள் அழிக்கப்பட முடிவதில்லை.

கழிவுகளின் வகைகள்

1. பொதுவான கழிவுகள்:
   a. பொதுவாக சுத்தம் செய்வதால் உண்டாகும் குப்பைகள்
   b. சமையலைறை கழிவுகள்
   c. கட்டு கட்டுதலுக்கு பயன்படும் கழிவுகள்
   d. காகித துண்டுகள்
   e. துணி சலவை செய்வதால் ஆய்வகங்களிலிருந்து வரும் கழிவுகள்
2. தொற்றுள்ள கழிவுகள்
   a. மனித உடல் கூறுகளின் கழிவுகள் (மனித திசு, உடலின் பகுதிகள், உறுப்புகள்
   b. நுண்ணுயிர் மற்றும் நுண்ணுயிர் தொழில் நுட்ப கழிவுகள் (ஆய்வகத்தில் வளர்க்கப்பட்ட நண்ணுயிர் ஊடகங்கள் வீரியம் குறைக்கப்பட்ட நுண்ணுயிர்கள், தடுப்பூசி ஆராய்ச்சி நிலைய கழிவுகள், நச்சுகள், தொழிற்சாலை ஆய்வக கழிவுகள்)
3. திட கழிவுகள் (இரத்தம் மற்றும் உடல் திரவங்கள் தொற்று உண்டான பஞ்சு, காயங்களுக்கு கட்டப்பட்ட துணி, மாவுக்கட்டு போடப்படும் துணிகள் மற்றும் படுக்கை துணிகள் மேலும் தொற்று உண்டாக்கும் பொருட்கள்.
4. கூர்மையான கழிவுகள்
   a. தோலுக்கடியில் போடப்படும் ஊசிகள், தைப்பதற்காக பயன்படுத்தும் ஊசிகள், குழாயுடன் இணைந்த ஊசிகள்.
   b. கீறிடும் கத்தி, சவர கத்தி, ஆணி
   c. உடைந்த கண்ணாடி துகள்கள், இரத்த குப்பிகள், கண்ணாடி தகடுகள், உறிஞ்சும் குழாய்கள்.
5. ஆதாரங்கள்
   a. மருத்துவமனை
   b. மருத்துவ மற்றும் ஆராய்ச்சி ஆய்வகங்கள்
   c. தடுப்பூசி ஆராய்ச்சி நிலையங்கள்
   d. விலங்குகள் கொல்லப்படும் இடம்
   e. மிருகங்களின் திசு செயற்கை வளர்ச்சி ஆய்வக கழிவுகள்
   f. உயிர் தொழிற் நுட்ப ஆராய்ச்சி நிலைய கழிவுகள்.

பிரித்தெடுத்தல், மூட்டை கட்டுதல், அனுப்பிவைத்தல்

1. மருத்துவ கழிவுகளுடன் பிற கழிவுகளைச் சேர்க்க கூடாது
2. மருத்துவ கழிவுகளை பிரித்து எடுத்து அதற்கு உரிய பெட்டியில் போட்டு. சேர்த்து அகற்ற வேண்டும். பெட்டியில் உரிய முறையில் பெயர் எழுதி வைக்க வேண்டும்.
3. பதப்படுத்தப்படாத மருந்துவ கழிவுகளை அரசாங்கத்தால் குறிப்பிட்ட நிறுவனத்தினரிடம் அனுமதி பெற்ற வண்டியில் தான் கழிவை அனுப்ப வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 118 19-02-2019 16:02:25

www.tnschoolbooks.in

4. மருத்துவ கழிவுகளை அதிக நாட்கள் தேக்கி வைத்தல் கூடாது. மேலும் சேகரித்து வைக்கும் நிலை ஏற்பட்டால் அதற்கான உரிமையை உரிய அதிகாரியிடம் அங்கிகாரம் பெற்றிருக்க வேண்டும். இருப்பினும் அக்கழிவுகளால் மனிதர்களுக்கும் சுற்றுச்சூழலுக்கு எந்த தீங்கும் ஏற்படாத வண்ணம் இருக்க வேண்டும்.

மருத்துவ கழிவுகளால் உண்டாகும் ஆபத்துகளை குறைக்கும் முறை

i. முறையான பாதுகாப்பான அங்கிகள், முகமுடி, கையுறை காலுறை, கண்கண்ணாடி அணிதல் வேண்டும்.

ii. நன்கு அறிந்த பல வண்ணங்கள் கொண்ட தொட்டிகள் குறியிடுகளை இட்டு கழிவுகளை போட வேண்டும்.

iii. மருத்துவ மனை கழிவுகளால் ஏற்படும் தொற்றை தடுக்கும் ஆலோசனை குழுவை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

iv. எரியூட்டும் ஆலைகளை அமைத்தல்

v. சுற்றுப்புற சூழல் பாதுகாப்பு சட்டத்தின் கீழ் அமைய வேண்டும்.

vi. மருந்துவ கழிவுகளை முறையான வழியில் பிரித்தெடுத்து ஒழுங்கான முறையில் அப்புறப்படுத்த வேண்டும்.

6.9 மைய தொற்று நீக்கி சேவைகள் துறை (CSSD)

மைய தொற்று நீக்கி சேவைகள் துறை என்பது மருத்துவ மனை மற்றும் சுகாதார நல கவனிப்பாளர்கள் ஒருங்கிணைந்து செயல்படும் நிறுவனமாகும். இதன் முக்கிய செயல்பாடு யாதெனில் மருத்துவ சிகிச்சைக்கு தேவைப்படும் அனைத்து கருவிகளையும் தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்டு வழங்குதல் ஆகும்.

- அறுவைச் சிகிச்சையில் ஈடுபடும் அனைத்து பணியாளருக்கும் தேவைப்படும் எல்லா கருவிகளும் முறையாக தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்ட உபகரணங்களை வழங்குகிறது.

எகா. சிலாகையேற்றல் (சிறுநீரக சிகிச்சை (அ) டையாலிஸிஸ்) பொருத்தும் கருவி, காயங்களுக்கு கட்டும் துணிகள் மருத்துவ மற்றும் அறுவைச் சிகிச்சையில் பயன்படுத்தும் கருவிகள் மற்றும் பிறந்த குழந்தைகள் பிரிவு.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 119 19-02-2019 16:02:25

CSSD பிரிவுகள்

CSSD 5 பெரும் பிரிவுகள் உள்ளன.

- தூய்மையாக்கல்
- ஒருங்கிணைத்தல் மற்றும் செயலாக்குதல்
- தொற்று நீக்குதல் நுண்ணுயிர் நீக்கப்பட்ட பொருட்களை சேமித்தல்
- சேமித்தல்

வரையறை

CSSD என்பது ஒரு சேவை நிறுவனமாகும். இந்நிறுவனம் மருத்துவமனைக்கு தேவையான அனைத்து பொருட்களையும் தொற்று நீக்கம் செய்து வழங்கும் ஒரு சேவை அமைப்பு நிறுவனமாகும். இதில் குறிப்பிட்ட அமைப்பு மற்றும் பொது வார்டுகளுக்கு அனைத்து பொருட்களையும் வழங்குகிறது.

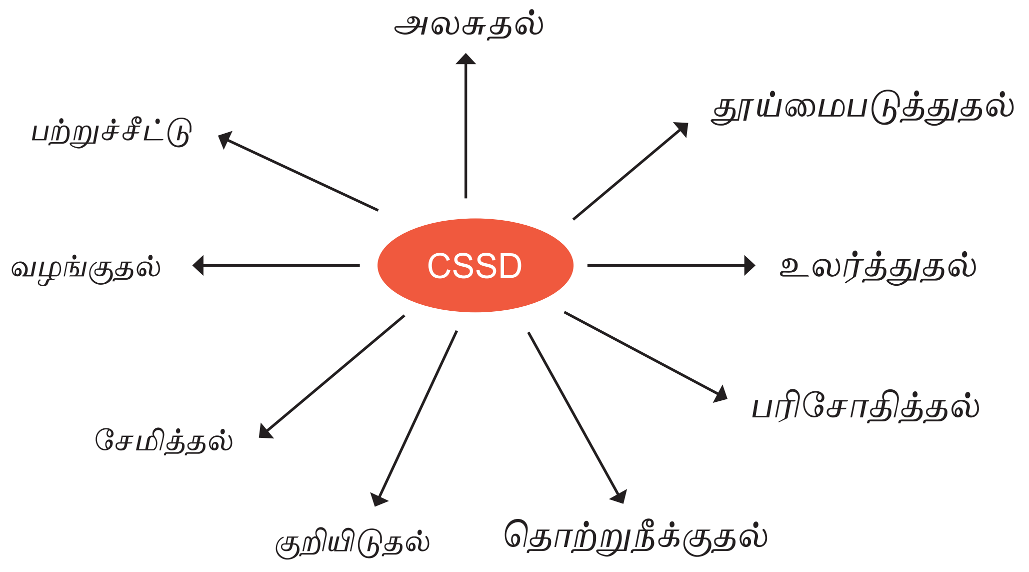
நோக்கம்

- CSSD மைய நோக்கம் குறிப்பேடுகளை பராமரித்தல், தூய்மைப்படுத்தல், ஒருங்கிணைத்தல், தொற்று நீக்குதல், சேமித்தல், தொற்று நீக்கிய பொருட்களை மருத்துவமனைக்கு வழங்குதல்
- பாதுகாப்பான முறையில் மற்றும் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட சூழலில் தொழில் நுட்பம் அறிந்த கண்காணிப்பாளர்களின் கீழ் உகந்த விலையில் பொருட்கள் தொற்று நீக்கம் செய்யப்படுகின்றன.
- பாதுகாப்பான சூழலில் உறுதியாக செயல்படுகிறது.
- பொருட்களை பராமரித்தல் மற்றும் ஒரே தரம் வாய்ந்த பொருட்களை வழங்குதல் ஆகும்

CSSD நோக்கம் மற்றும் செயல்பாடுகள்

- நுண்ணுயிர் நீக்கப்பட்ட துணிகள் அடங்கிய பாத்திரம் கருவிகள் பிற தொற்று நீக்கப்பட்ட உபகரணங்களை வழங்குதல்
- சிறந்த முறையில் தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட்ட தற்காலிக ஆவணங்களை பராமரித்தல்
- தொற்று கட்டுப்பாடு கொள்கைகளுக்கு இணங்க குறுக்கு தொற்று ஏற்படாமல் தடுக்க கண்காணித்தல் மற்றும் கட்டுப்பாடு அமைத்தல் அவசியமாகும்.
- தொற்று நீக்க பணிகளில் முடிந்த அளவிற்கு தற்போதைய நடைமுறைகளை உட்படுத்தி

CSSD இன் பணிகள் மற்றும் செயல்பாடுகள்



Nursing General_Tamil Ch-6.indd 120 19-02-2019 16:02:25

www.tnschoolbooks.in

தொற்று நீக்க கருவிகளின் தரத்தை அதிகப்படுத்த வேண்டும்.

- எல்லா துறைகளுக்கும் ஆலோசனை சேவைகள் வழி தொற்று நீக்கத்தின் செயல்பாடுகளை வழங்குதல்
- CSSD என்பதே மருத்துவமனைகளின் மைய நரம்பு மண்டலம் ஆகும் இவை தொற்றுகளை எதிர்த்து போராடி செயல்படுகிறது.

CSSD – இன் திட்டங்கள்

CSSD

மைய பகுதி (அசுத்தமான பொருட்களை வாங்குதல்)

புற பகுதி (தொற்று நீக்கி மருத்துமனைக்கு வழங்குதல்)

CSSD இல் அடிப்படை பிரிவுகள்

I	II	III	IV	V	VI
தூய்மைப்படுத்தும் பிரிவு	உளர்த்துதல் பிரிவு	கட்டுதல்	தொற்று நீக்க பிரிவு	சேமிப்பு பிரிவு	வழங்குதல் பிரிவு

உபகரணங்கள்

I. தூய்மைப்படுத்தும் பிரிவு

1. தொற்று நீக்கியின் அளவு 80°C முதல் 90°C அதிக திறன் கொண்ட அளவில் பல்வேறு வடிவங்கள் மற்றும் அளவுகளுக்கு அளிக்கப்படுகிறது.
2. குளிர் மற்றும் வெப்ப நீர் அழுத்தம் செலுத்தப்படுகிறது.
3. சோப்பு நீர் கரைசல் அளித்தல்
4. உலர் வெப்ப காற்று (hot air over) கருவிகள் உலர்த்துதலுக்கு பயன்படுத்தப் படுகின்றன.
5. உலர்த்துதலுக்கு பொருள்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

II. தொற்று நீக்க பகுதி

1. ஆட்டோகிளேவ் கருவிகள் - அழுத்த நீராவி முறையில் தொற்று நீக்கம்
2. எத்தலீன் ஆக்ஸைடு- வாயுக்கள் மூலம் தொற்று நீக்கம்

மாணவர்கள் செயல்பாடு

வகுப்பறையில் சுவரொட்டிகள் அமைத்தல் – பலவகையான தொற்று நோய்கள் பரவும் வழிகள் பற்றி சுவரொட்டி அமைத்தல்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

தூக்கம் என்பது ஒருவரின் நோய் எதிர்ப்பு அமைப்புக்கு முக்கியமான ஒன்றாகும்.சரியான தூக்கம் இல்லாமல் இருக்குமானால் அவரின் நோய் எதிர்ப்பு அமைப்பு சிதைக்கப்படுகின்றன.

பாடச்சுருக்கம்

தொற்று கட்டுப்பாடு என்பது ஒரு நோயாளியிடம் இருந்து மற்ற நோயாளிக்கு நோய் பரவாமல் தடுக்கும் ஒழுங்கான செயல்முறைகளை சார்ந்துள்ளது. நல்ல ஆரோக்கியம் என்பது ஒரு பாதுகாப்பான சூழ்நிலையினையே ஓரளவிற்கு சார்ந்திருக்கின்றது.

கிருமிகளால் உண்டாகும் தொற்று நோய்களை தடுக்கவும் மற்றும் கட்டுப்படுத்தும் பயிற்சி முறைகளே நோயாளிகளையும், நலகவனிப்பாளர்களையும் நோயிலிருந்து பாதுகாப்பதற்கு உதவுகின்றது.

செவிலியப் பயிற்சியில் நுண்ணுயிரியல் பற்றிய அறிவு பெற்றிருத்தல் இன்றியமையாததாகும். நுண்ணுயிர் நீக்குதல் மற்றும் தொற்று நீக்குதல் பயிற்சிகள் வழியே நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்களை அழிக்க முடியும்.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 121 19-02-2019 16:02:25

www.tnschoolbooks.in

நமது உடலில் பல வகையான சிறப்புமிக்க செல்கள், திசுக்கள், உறுப்புகள் ஒருங்கிணைந்து வெளிப்பொருட்களை கண்டறிந்து நோய் தொற்றுதலுக்கு ஏற்றவாறு அதனை எதிரித்து உருவாகும் செயல்பாடுகளாகும்.

நமது உடலானது இயற்கையாகவே நுண்ணுயிர்களால் ஏற்படும் நோய்த் தொற்றுதலுக்கு அல்லது நச்சுகளுக்கு ஏற்றவாறு எதிர்பொருட்கள் அல்லது வெள்ளை அணுக்கள் நுண்ணுயிர்களை அழிக்க எதிர்த்து உருவாகும் ஆற்றலே நோய்த்தடுப்பாற்றல் எனப்படும்.

நுண்ணுயிர்களைக் கண்டறிதல் பற்றி செவிலியர் அறிந்திருப்பது தேவையான ஒன்றாகும், மற்றும் அதன் சிகிச்சை முறைகளை அவற்றின் அமைப்பு, எதிர் திறன், உயிர் வேதி சோதனைகள், சிராலாஜிக்கள் பரிசோதனைகள் ஆகும்.

நுண்ணுயிர்கள் மனித உடலில் நுழைந்து வளர்ச்சி அடைந்து அறிகுறிகளை ஏற்படுத்துகின்றன.

அறுவை சிகிச்சைக்கு பயன்படுத்தப்படும் கருவிகள் மற்றும் அறைகளை நுண்ணுயிர் நீக்கும் முறைகளை கொண்டு கட்டாயமாக தூய்மைப்படுத்துதல் வேண்டும்.

ஒருசில நேரங்களில் நுண்ணுயிர்கள் மனிதரின் நோய் எதிர்ப்பு திறனையும் கடந்து சென்று நோயினை உண்டாக்குகின்றன.

உலகளாவிய முன்னெச்சிரிக்கை முறை என்பது தொற்று நோய்கள் நோயாளிடமிருந்து மற்றவருக்கு பரவாமல் தடுக்க செய்யப்படும் நடைமுறையாகும். இரத்தம் மற்றும் பிற திரவங்கள் வழி பரவும் நோய்களைத் தடுக்க பயன்படுகிறது. (ஹெச்.ஐ.வி) மற்றும் ஹெப்படைட்டிஸ் B)

மருத்துவ கழிவு மேலாண்மை என்பது கட்டாயமாக மருத்துவமனையில் பின்பற்ற வேண்டிய முறையாகும். ஏனென்றால் இக்கழிவுகளின் வழியே பல்வேறு அபாயகரமான நோய்கள், பாதிப்புகள் மக்களுக்கு ஏற்படுகின்றன.

மருத்துவக் கழிவுகளை முறையாகப் பிரித்தெடுத்து அவற்றை அப்புறப்படுத்துதல் இன்றியமையாத செயலாகும்.

சி.எஸ்.எஸ்.டி எனும் சேவை நிறுவனம் மருத்துவமனைக்கு தேவையான அனைத்து பொருட்களையும் தொற்று நீக்கம் செய்து வழங்கும் நிறுவனமாகும்.

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. தடுப்பூசி செலுத்துவதன் வழி எவ்வகையான நோய் தடுப்பாற்றல் வளர்ச்சி பெறுகின்றனது
   - அ. செயற்கையான பெறப்பட்ட நோய்த்தடுப்பாற்றல்
   - ஆ. செயற்கையான செயல்மிகு நோய்த்தடுப்பாற்றல்
   - இ. இயற்கையான பெறப்பட்ட நோய்த்தடுப்பாற்றல்
   - ஈ. இயற்கையான செயல்மிகு நோய்த்தடுப்பாற்றல்

2. இதில் எவை உயிருள்ள உயிரிகள் வகை தடுப்பூசி
   - அ. DPT
   - ஆ. OPV
   - இ. BCG
   - ஈ. ஹெப்படைட்டிஸ் B

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 122 19-02-2019 16:02:25

3. பொதுவாக சிறுநீர்குழாய் தொற்று உண்டாகும் நுண்ணுயிரி எது
   அ. சால்மோனல்லா
   ஆ. இ.கோலி
   இ. ஸ்டெபைலோகாக்கஸ்
   ஈ. ஸிஜெல்லா

4. காதில் தொற்று (ஓட்டிடிஸ் மீடியா) ஏற்படுத்த கூடிய காரணி ----------
   அ. ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் பையோஜன்ஸ்
   ஆ. ஸ்ரெப்டோகாக்கஸ் நியூமோனியா
   இ. மைக்கோபாக்டீரியம்
   ஈ சால்மோனல்லா

5. வைரஸ்களின் நுண்அமைப்புக்களை எதில் காண இயலும்.
   அ. இருள் பரப்பு நுண்ணோக்கி
   ஆ. எலக்ட்ரான் நுண்ணோக்கி (மின்னணு)
   இ. நிலைமையுறழ் பொருவு நுண்ணோக்கி
   ஈ. புளோரோஸன்ஸ் நுண்ணோக்கி

6. பாக்டீரியாக்களின் நகரும் தன்மையை கண்டறியும் முறை?
   அ. சாயமேற்றல் முறை
   ஆ. தொங்கு துளி தயாரித்தல் முறை
   இ. உயிர் வேதி வினை முறை
   ஈ. சீராலாஜிக்கல் பரிசேரிதனை

7. HIV நோயினை கண்டறிய உறுதியான பரிசோதனை
   அ. RIA
   ஆ. ELISA
   இ. VDRL
   ஈ. வெஸ்டர்ன் பிளாட்

8. சுரப்புகளில் (கண்ணீர், உமிழ்நீர், தாய்பாலில்) உள்ள நோய் எதிர்பொருள் எது?
   அ. IgA ஆ. IgM
   இ. IgG ஈ. IgE

9. அழுத்த நீராவி முறையில் செலுத்தப்படும் வெப்பத்தின் அளவு
   அ. $151^{o}C$ 1 மணி நேரம்
   ஆ. $121^{o}C$ 15–30 நிமிடம்
   இ. $160^{o}C$ 1 மணி நேரம்
   ஈ. $140^{o}C$ 30 நிமிடம்

10. உலர் வெப்ப முறையில் செலுத்தப்படும் வெப்ப நிலையின் அளவு
   அ. $280^{o}C$ 1 மணி நேரம்
   ஆ. $160^{o}C$ 1 மணி நேரம்
   இ. $150^{o}C$ 2 மணி நேரம்
   ஈ. $180^{o}C$ 30 நிமிடம்

11. இதில் எவ்வகை அயனியாக்கம் அல்லாத கதிர்கள் கதிரியக்கத்தில் பயன்படுகின்றன.?
   அ. காமாகதிர்கள்
   ஆ. X கதிர்கள்
   இ. காஸ்மிக் கதிர்கள்
   ஈ. புறஊதாகதிர்கள்

12. இவற்றில் எந்நிலையில் மிதமான அறிகுறிகள், அடையாளங்கள், மற்றும் நோயாளி நோயை பரப்பும் நிலையில் உள்ளார்.
   அ. இன்குபேஷன் காலம்
   ஆ. புரோடுரோமல் நிலை
   இ. இறுதி நிலை
   ஈ. ஆரோக்கியம் அடைதல்

13. நோயாளிகள் சிகிச்சை பெறும்போது பெறக்கூடிய நோய்த்தொற்று
   அ. நோசோகோமியல் நோய்த் தொற்று
   ஆ. ஐயட்ரோஜனிக் நோய்த்தொற்று
   இ. அக நோய்த்தொற்று
   ஈ புற நோய்த்தொற்று

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 123 19-02-2019 16:02:26

II. கீழ் வரும் வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

1. நோய்த் தடுப்பாற்றல் வரையறை.
2. இயற்கையான நோய் தடுப்பாற்றல் என்றால் என்ன? எகா தருக
3. பெறப்பட்ட தடுப்பாற்றல் என்றால் என்ன? எகா தருக
4. தடுப்பூசி என்றால் என்ன? எகா தருக
5. செயலிழக்கப்பட்ட வகை தடுப்பூசி என்றால் என்ன? எகா தருக
6. தொற்று நோய் என்றால் என்ன? எகா தருக
7. தொற்று நீக்கி என்றால் என்ன? எகா தருக
9. எதிர் தோன்றி என்றால் என்ன? எகா தருக
10. எதிர்பொருள் என்றால் என்ன? எகா தருக
11. தொற்று நீக்குதல் என்றால் என்ன?

III. குறுகிய விடையளி

1. உயிர்கொல்லிகள் அல்லது ஆன்டிபயாடிக்குகள் என்றால் என்ன?
2. இன்குபேஷன் காலம் என்றால் என்ன?
3. பெறப்பட்ட நோய் தடுப்பாற்றல் வகைகள் விளக்குக?
4. சுவாசப் பாதை தொற்று உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்கள் பட்டியலிடுக.
5. நுண்ணுயிர் நீக்கத்தின் (ஈரவெப்பம் முறை) வகைகள் பற்றி எழுதுக
6. நுண்ணோக்கி வகைகள் பற்றி எழுதுக.
7. நுண்ணுயிர் நீக்கத்தில் (உளர் வெப்பமுறை) பற்றி எழுதுக.
8. நுண்ணுயிர் நீக்கத்தில் கதிரியக்கத்தின் செயல்பாடுகள் யாவை?
9. நோய் தொற்றுதல் பாதையைக்காட்டும் நிலைகள் யாவை?
10. தொற்றுகளின் வகைகள் யாவை?
11. பியுமிகேஷன் என்றால் என்ன? எகா தருக.
12. பாஸ்டுரைசேஷன் என்றால் என்ன?
13. CSSDன் பெரும்பிரிவுகள் மற்றும் நோக்கம் யாது?
14. மருத்துவகழிவு மேலாண்மை என்றால் என்ன?

IV. விரிவான விடையளி

1. நோய் தடுப்பாற்றலின் வகைகள் பற்றி விளக்குக
2. தடுப்பூசியின் வகைகள் பற்றி விளக்குக
3. நோய் தொற்று முறைகள் விளக்குக.
4. நோய்த் தொற்றுதல் பாதையைக் காட்டும் நிலைகள் பற்றி எழுதுக.
5. ஈரப்பத வெப்ப தொற்று நீக்க முறையை விளக்குக
6. நோய் தொற்றுதலுக்கு எதிரான தடுப்பு முறைகள் யாவை,
7. உலகளாவிய முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கையின் தேவைகள் யாவை.
8. மருத்துவ கழிவுகளின் வகைகள் மற்றும் அகற்றுதல் வழிகளைப் பற்றி விளக்குக
9. சி எஸ் எஸ் டி (CSSD) யின் நோக்கம் திட்டங்கள் மற்றும் செயல்பாடுகள் விளக்குக.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 124 19-02-2019 16:02:26

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. கிருமி நாசினிகள் (Antiseptic) – சீழ்பிடிப்பை எதிர்க்க பயன்படும் வேதிப்பொருள் ஆகும்
2. எதிர் சீழ் தவிர்ப்பு (Anti asepsis) – உயிருள்ள திசுக்கள் மீது உள்ள நுண்ணுயிர்கள் அழிந்து நோயில்லாமல் தடுத்தல் ஆகும்.
3. கேரியர் (கடத்தி) (Carrier) – ஒரு மனிதர் நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்களை தன் உடலில் பெற்றிருத்தல், ஆனால் அவர் உடலில் நோய் அறிகுறிகள் எவையும் இல்லாதிருத்தல் ஆகும்.
4. காலனிசேஷன் (நுண்ணுயிர்களின் வளர்ச்சி) (colonization) – நுண்ணுயிர்கள் குறிப்பிட்ட ஒரு பகுதியில் மட்டும் இருத்தல் எவ்வித அறிகுறிகளும் இல்லாதிருத்தல் ஆகும்.
5. புலோரா (Flora) உடல் நுண்ணுயிர்கள் – நுண்ணுயிர்கள் உடலில் குறிப்பிட்ட ஒரு பகுதியில் எப்போதும் நிலையாக தங்கி இருத்தல்
6. நாசோகோமியல் நோய் தொற்று (Nosocomial infection) – மருத்துவமனையில் சிகிச்சை பெறும் நேரங்களில் பெறக்கூடிய தொற்று ஆகும்.
7. இன்குபெஷன் காலம் (Incubation Period) – நுண்ணுயிர்கள் உடலில் நுழைந்ததிலிருந்து முதல் அறிகுறிகள் தோன்றும் வரை உள்ள கால இடைவெளியே ஆகும்.
8. நோய்க்கிருமிகள் தேக்கம் (Reservoir) – நுண்ணுயிர்கள் தேங்கி வளரும் (அ) வளர்ந்துகொண்டிருக்கும் இடமாகும்
9. ஸ்டெரைலைசேஷன் (Sterilization) (தொற்று நீக்கம்) – பொருட்களின் மீது நுண்ணுயிர்கள் இல்லாமல் செய்யும் முறையாகும்
10. பாதிக்கப்படுகின்ற நிலை (susceptible)(சஸ்செப்டிபில்) – ஒரு மனிதர் குறிப்பிட்ட நோய் எதிர்ப்புத்திறன் இல்லாமல் இருக்கும் நிலை ஆகும்.
11. நச்சுத் தன்மைகள் (virulence) – நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிர்கள் பெற்றிருக்கும் வீரியத்தன்மை ஆகும்.

மேற்கோள் நூல்கள்

- Text book of medical and surgical nursing author: Brunner and Suddarth 12th edition
- “Text book of microbiology" Ananthanarayanan and panikar’s – edited by CKJ panikar 7th edition
- Text book of immunology – benjamini coico sunshine – wiley- liss publication 4th edition

இணையத்தில் தேட

- http://medlineplus.gov>infectioncontrol
- https://www.cdc.gov
- http://m.youtube.com>watch

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 125 19-02-2019 16:02:26

இணையச் செயல்பாடு

Surgery Tools

அறுவை சிகிச்சைக் கருவிகளை அறிவோமா

படி 1: கீழ்க்காணும் உரலி / விரைவுக் குறியீட்டைப் பயன்படுத்தி 'General Surgery Tools' என்னும் செயலியைப் பதிவிறக்கி, நிறுவிக்கொள்க. அதில் 'Surgical Instruments' என்பதில் சிகிச்சைக் கருவிகளின் விளக்கம் அதன் பயன்பாடுக்கு ஏற்ற வகையில் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும்.

படி 2: கருவியைத் தேர்வு செய்து, அதன் பல்வேறுபட்ட பயன்பாடுகளை அறிக.

படி 3: அனைத்து கருவிகளின் விளக்கத்தை அறிந்த பின், home பக்கத்தில் உள்ள 'Check Yourself' என்பதைத் தேர்வு செய்து, அதில் உள்ள வினாக்களுக்கு விடையளிக்க.

படி 4: அதற்குப் பின் 'Examination Mode' என்பதில் உங்களின் மதிப்பீட்டை அறிக.

படி-1

படி-2

படி-3

படி-4

உரலி:

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.production.ksm.generalsurgery

*படங்கள் அடையாளத்திற்கு மட்டுமே.

Nursing General_Tamil Ch-6.indd 126 19-02-2019 16:02:34

அலகு 7

நோயாளியின் சுற்றுப்புற சுகாதாரம்

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- வரையறை சுகாதாரம்
- சுகாதாரத்தை பாதிக்கும் காரணிகளை வரிசைப்படுத்து
- படுக்கையின் வகைகளை விவரித்தல்
- படுக்கை மற்றும் முதுகு பராமரிப்பை விவரித்தல்
- பாதம் மற்றும் நகங்களை பராமரிப்பதை சுருக்கமாக விளக்குதல்
- தலைமுடி பராமரிப்பின் நோக்கம், வழிமுறைகள் மற்றும் செய்முறையை விளக்குதல்
- கண் மற்றும் காது பராமரிப்பை விளக்குதல்
- சிறுநீர் தேங்கி உள்ள நோயாளிக்கு செவிலி பராமரிப்பை விளக்குதல்
- படுக்கை கழிகலன் கொடுத்தலும் எடுத்தலும் செய்முறையை விளக்குதல்
- சிறுநீர் வடிகுழாய் பற்றி சுருக்கமாக விளக்குதல்

7.1 முன்னுரை

சுய சுத்தம் என்பது ஒருவர் தன்னுடைய உடலை நோயில்லாமலும், நலமுடனும் பேணுவதற்காக மேற்கொள்ளப்படும் பழக்கங்களாகும். தன்னுடைய உடலை சுத்தமாக பேணுவதன் மூலம் நோயின் அளவை குறைத்து உடல் நலத்துடன் இருக்க உதவுகிறது.

வரையறை

"சுகாதாரம் என்பது உடல் நலத்தை உருவாக்குவதுடன் அதனை பராமரிக்கும் ஒரு அறிவியலாகும்".

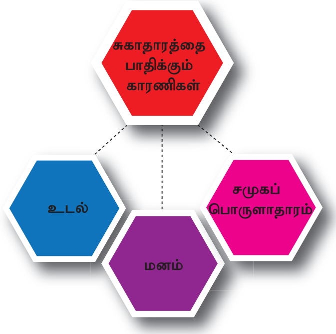
"சுகாதாரம் என்பது நம்மை சுற்றியிருக்கும் இடத்தை சுத்தமாக வைத்துக் கொள்வதன் மூலம் நோயையும் நோய் பரவுதலையும் தடுப்பதாகும்".

சுகாதாரம் (Hygiene) என்றவார்த்தை 'Hygieinous' என்ற கிரேக்க வார்த்தையிலிருந்து உருவாக்கியதாகும்.

7.2 சுகாதாரம் பாதிக்கும் காரணிகள்

1. **உடல் நலம் சார்ந்த காரணிகள்:-** சுகாதாரத்தின் முக்கியத்துவத்தையும்

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 127 19-02-2019 16:03:11



அதனைப் பின்பற்ற வேண்டிய அவசியத்தையும் அநேக நேரங்களில் மக்கள் அறிந்திருக்கிறார்கள். ஆனால் அதை பின்பற்ற முடியாத காரணங்கள் யாதெனில்

1. அறுவை சிகிச்சைக் காயங்கள்
2. மாவுக்கட்டுகள்
3. நீண்டகால நோய்கள்
4. காயங்கள்
5. நீண்டகாலம் மருத்துவமனையிலிருத்தல்
6. உடல்பருமன்
7. வாதம்

2. **உள ரீதியான காரணிகள்:-** மன நல நோய்களான மனச்சிதைவு (schizophrenia) ஆளுமைக்குறைவு போன்ற நோய் கொண்டவர்கள் தன் சுத்தத்தில் குறைந்த ஈடுபாடு கொண்டவர்களாவர். தன் சுத்தக் குறைவு மன அழுத்தத்தை கண்டறிய சிறந்த கருவியாகும்.

3. **சமூக பொருளாதாரக் காரணிகள்:-** தண்ணீர் செலவிற்கான கட்டணம், சோப்பு, டவல் மற்றும் கழிவறைப் பொருட்களுக்கான பொருளதார வசதியின்மை.

7.3 படுக்கை அமைத்தல்

படுக்கை அமைத்தல் ஒரு கலை. சிறந்த படுக்கை அமைத்தல் நோயாளிக்கு வசதியை அளிக்கிறது. சுத்தமான வசதியான படுக்கை நோயாளிக்கு மருத்துவமனையின் ஒரு பகுதியாகும்.

> **உங்களுக்குத் தெரியுமா?**
> உலக கின்னஸ் சாதனையின்படி உலகின் பெரிய படுக்கை 86 அடி நீளமும், 53 அடி அகலமும் உடையதாகும். இது நெதர்லாந்து 2011-ம் ஆண்டு உருவாக்கப்பட்டது.

நோக்கங்கள்

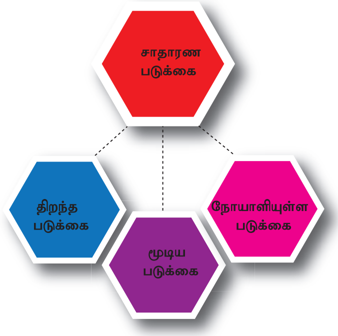
1. சுத்தமான வசதியான படுக்கை நோயாளிக்கு அளிக்க
2. நோயாளியின் சிக்கல்களை அறிந்து அவற்றை தடுக்க
3. காலம், முயற்சி, கருவிச்சிக்கனம்
4. வார்டுக்கு ஒரு அழகான தோற்றத்தை அளிக்க

படுக்கையின் வகைகள்

அ. **திறந்த (சாதாரணபடுக்கை):-** நடமாடும் நோயாளிகளுக்கு போடப்படும் படுக்கை

நோக்கம்:- சுத்தமான வசதியான படுக்கையை நோயாளிக்கு அளிக்க

ஆ. **மூடிய (நோயாளியில்லாத படுக்கை):-** இது ஒரு காலியான திறந்த படுக்கை. படுக்கைத்துணிகள் அனைத்தும் மேலொரு உறையினால் தூசியிலிருந்து பாதுகாப்பதற்காக மூடப்பட்டிருக்கும்.



Nursing General_Tamil Ch-7.indd 128 19-02-2019 16:03:11

நோயாளி வருகையின் போது திறந்த படுக்கையாக மாற்றப்படும்.

நோக்கம்:- புதிய நோயாளியை வரவேற்பதற்காக படுக்கையை தயாராக வைத்தல்

இ. **நோயாளி உள்ள படுக்கை:-** நோயாளி உள்ள படுக்கை என்பது நோயாளி உடல் நலகுறைவோடு படுக்கையிலேயே உள்ளவர்களுக்கு போடப்படும் படுக்கையாகும். இப்படுக்கை ஒருவரால் போடப்படுமாயின் கடினமானது. இரண்டு செவிலியர்கள் மூலம் இப்படுக்கை போடப்படுகிறது. படுக்கை அமைப்பதற்கு முன்பு செவிலி படுக்கைக்கு தேவையான அனைத்து உபகரணங்களும் தயாராக உள்ளனவா என கவனிக்க வேண்டும்.

நோக்கம்:-

1. சுத்தமாகவும், ஒழுங்கான முறையிலும் படுக்கையை தயார் செய்து வைக்கவும்.
2. படுக்கையில் நீண்ட காலமாக இருக்கும் நோயாளிக்கு வசதியை அளிப்பதற்காக
3. நோயாளியின் படுக்கை விரிப்பை மாற்றும் பொழுது குறைந்த அளவு நேரம் மட்டுமே இடையூராக இருக்கவும்.
4. விரிப்பை இழுக்கும் பொழுதும், போடும் பொழுதும் நோயாளி பாதிக்கப்படாதவாறு மென்மையாக செய்யவும்.

5. படுக்கையில் உள்ள சுருக்கங்கள் நீக்கி விடுக.
6. நோயாளி வசதியான நிலையை உணரும் படி செய்க.

சிறப்பு படுக்கைகள்

அ. **அனுமதிக்கப்பட்ட படுக்கை:-** இந்த வகையான படுக்கை புதியதாக அனுமதிக்கப்பட்ட நோயாளிக்கு உரியது.

நோக்கம்:-

1. நோயாளியை அடிக்கடி தொல்லைக்கு உள்ளாக்காமலிருக்கவும்.
2. நோயாளியை அனுமதித்து படுக்கை குளியல் கொடுக்கும் சமயத்தில் படுக்கை விரிப்பை பாதுகாத்து புதிய படுக்கையை தயார் நிலையில் வைத்தல்.

ஆ. **அறுவை சிகிச்சைக்கு பின் படுக்கை (post-operation bed):-** இந்த வகையான படுக்கை அறுவை சிகிச்சைக்கு பின் நோயாளிக்கு செய்யும் படுக்கை.

நோக்கம்:- வாந்தி, இரத்தப்போக்கு, சிறுநீர் மலம் கழித்தல் ஆகியவற்றிலிருந்து படுக்கையைப் பாதுகாத்தல்

இ. **எலும்பு முறிவுக்கு உரிய படுக்கை:-** எலும்பு முறிவு நோயாளிகளுக்கு அளிக்கப்படும் கடினமான படுக்கையாகும். முக்கியமாக இடுப்பெலும்பு முறிவு அல்லது தொடை எலும்பு முறிவு உள்ள நோயாளிக்கு பயன்படுகிறது.

நோக்கம்:-

1. எலும்பு முறிவுக்கு பின் அசையாமலிருக்க
2. நோயாளிக்கு வெது வெதுப்பும், வசதியும் அளிக்க
3. படுக்கையை உதறுதலை தவிர்க்கவும்.

ஈ. **மாவுகட்டுப் படுக்கை:-** இந்த வகையான படுக்கை மாவுகட்டுடன் உள்ள நோயாளிக்கு அமைந்துள்ள கடினமான படுக்கை ஆகும்.

நோக்கம்:-

1. மாவுகட்டு போடப்பட்ட பகுதி உலரும் வரை அசையாமல் இருக்க செய்தல்.
2. மாவுக்கட்டு உலரும் உரை அசையாமல் ஒரே நிலையில் இருக்க பயன்படுகிறது.

உ. **ஆம்புடேசன் அல்லது ஸ்டம்ப்படுக்கை:-** இந்த படுக்கையில் தனியாக வைக்கப்பட்டிருக்கும் கால் நீக்கப்பட்ட நோயாளிகளுக்கு பயன்படுகிறது.

நோக்கம்:-

1. படுக்கை துணியின் எடை வயிற்று பகுதியிலோ அல்லது கால்பகுதியிலோ விழாமலிருக்க
2. ஸ்டம்ப்ஐ நிலையான இடத்தில் வைத்தல்
3. ஸ்டம்பில் இருந்து இரத்த ஒழுக்கு ஏற்படுகிறதா என்பதை கவனித்து தேவைப்படுமானால் டுனிகேட் (நெருக்ககட்டு) பயன்படுத்த வேண்டும்.

ஊ. **கார்டியாக் படுக்கை:-** இந்த வகையான கார்டியாக் படுக்கை இதயநோய் உள்ள நோயாளிக்கு பயன்படுத்தப்படுகிறது

நோக்கம்:-

1. மூச்சு விடுதலில் ஏற்படும் இடர்பாட்டை தவிர்த்தல்
2. நோயினால் ஏற்படும் சிக்கல்களை தடுத்தல்
3. நோயாளிக்கு உரிய வசதியை அமைத்து தருதல்
4. ஆபத்தான நிலையில் உள்ள நோயாளிக்கு முன்னெச்சரிக்கையாக சிகிச்சை அளித்தல்

எ. **கீழ்வாதம் அல்லது சிறுநீர் சம்பந்தப்பட்ட படுக்கை:-** படுக்கை படுக்கும் போது கூடுதலான வெப்பம் தேவைப்படுமாறு அமைக்கப்படுகிறது.

நோக்கம்:-

1. நோயாளியின் தீராத மூட்டு வலிக்கு ஏதுவாக உடலை பாதுகாக்க
2. வியர்வை மற்றும் கழிவு நீக்கத்தை வெளியேற்றுவதை அதிகபடுத்தல்

ஏ. **தீக்காயம் பட்ட நோயாளியின் படுக்கை:-** இந்த வகையான படுக்கை தீப்புண் காயம் பட்ட நோயாளிக்கு அமைக்கப்படுகிறது.

நோக்கம்:-

1. தீப்புண் பட்ட இடத்தில் நோய் தொற்றுதலை தடுத்தல்
2. தீப்புண்பட்ட இடத்தில் காயத்தை ஆற்றுதல்
3. நோயாளியின் உடலில் இருந்து வெளிவரும் சீழோடு படுக்கைத் துணிகள் ஒட்டிக் கொள்வதை தடுப்பதற்கு

படுக்கை அமைத்தல்:– (திறந்தபடுக்கை)

தேவையான பொருட்கள்

வ.எண்	உபகரணங்கள்
1.	படுக்கை
2.	துடைக்கும்துணி
3.	ஸ்டூல், நாற்காலி
4.	ரப்பர்ஷீட்
5.	படுக்கைத்துணிகள் – மெத்தை மெத்தைக்கவர், அடித்துணி – 1, தலையணை, தலையணைஉறை, மேற்துணி, போர்வை

செவிலியரின் வேலைகள்

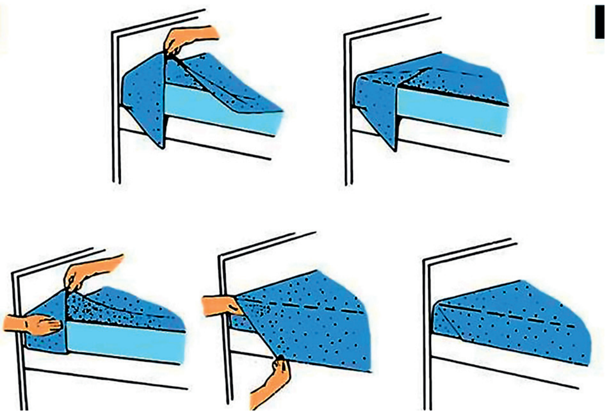
1. நோயாளிக்கு தேவையான உபகரணங்களை படுக்கைக்கு அருகில் வைக்க வேண்டும்.
2. தேவையான பொருட்களை படுக்கைக்கு அருகில் நாற்காலியில் வைக்க வேண்டும்.
3. அலமாரிகளில் உள்ளவற்றை சுத்தமாக வைத்து அதை மூடி வைத்தல் வேண்டும்.
4. நோயாளியிடம் செய்யப் போவதைப் பற்றி விளக்குதல் வேண்டும்.
5. நோயாளியின் தனிமைக்காக திரையை போட வேண்டும்.

6. செவிலியர் கைகளை கழுவிக் கொள்ள வேண்டும்.
7. பின் கூறியவாறு படுக்கையை தயார் செய்தல் வேண்டும்.

படுக்கையை விரித்தல்: செய்முறை

1. நோயாளியை அருகில் உள்ள நாற்காலியில் உட்காருமாறு அறிவுறுத்து அல்லது தேவைப்படின் உதவி செய்.
2. படுக்கையின் மடிப்பில் ஏதேனும் சாதனங்கள் ஒட்டி இருந்தால் அகற்றுதல் வேண்டும்.
3. தட்டையான நிலையில் படுக்கையை உயர்த்தி முதுகுபக்கம் வலி ஏற்படாதவாறு அமைத்துத் தருதல் வேண்டும்.
4. படுக்கை விரிப்பு துணிகளை ஒன்று சேர்த்து மடித்து நாற்காலி மீது திரும்பவும் பயன்படுத்துவதற்கு ஏற்றவாறு அடுக்கி வைத்தல் வேண்டும். படுக்கை விரிப்பின் போர்வை, படுக்கை உறை ஆகியவற்றையும் உடன் மடித்து வைத்தல் வேண்டும்.
5. படுக்கையில் உள்ள தூசியை தட்டி ஈரமான துணியினாலும் மெத்தையை திருப்பிப் போட்டு காய்ந்த துணியினாலும் துடைத்தல் வேண்டும்.
6. படுக்கையின் அடியில் பாதுகாப்பாக படுக்கை உறையை வைக்க வேண்டும். படுக்கைக்கு அடியில் துணியை இழுத்து அதிகமாக துணி வெளியில் தெரியாத படி இறுக்க படுத்துதல் வேண்டும். மீண்டும் படுக்கையை மேல் நோக்கி இழுத்தல் வேண்டும்.
   - மேலுறையை எடுக்க வேண்டும்.
   - மேலுறையை முக்கோண வடிவில் மடிக்க வேண்டும்.
   - உறையின் கீழ் நுனியை மடித்து அடியில் செலுத்த வேண்டும்.
   - முக்கோண மடிப்பை உருவாக்குதல்.
   - முக்கோண வடிவை படுக்கையின் ஓரத்தில் வைக்கவும்.
   - படுக்கையின் மேலுறையை படுக்கையின் அடியில் செலுத்தவும்.

முக்கோன மடிப்பு படுக்கை அமைத்தலின் படிகள்



7. அடியில் உள்ள இழுப்பு போர்வையை படுக்கையில் கால் பாதத்தில் வைத்து இழுப்பு போர்வையின் அடியில் அதை மையப்படுத்தி வைக்க வேண்டும். பின்பு மேல் உள்ள மடிக்கபடாத போர்வையின் பகுதியை தலைப்பகுதிக்கு எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.
8. மீதி உள்ள துணியை படுக்கையின் அடியில் தள்ள வேண்டும்.
9. படுக்கையின் நான்கு முனைகளையும் சரி செய்ய வேண்டும்.
   a. படுக்கையின் நான்கு பக்க ஓரத்தில் நன்றாக செங்கோண முக்கோணமாக வைத்து எந்த வித மடிப்பும் இல்லாமல், படுக்கையை சரி செய்ய வேண்டும்.
   b. படுக்கை விரிப்பின் மீதி உள்ள துணியை தன்னுடைய கையை வைத்து படுக்கைக்கு அடியில் நன்றாக இழுத்து விட வேண்டும்.
   c. படுக்கை விரிப்பை மேற்புறத்தில் இருந்து இழுத்து படுக்கையின் பக்கத்தில் இழுத்தல் வேண்டும்.
10. மேற்கூறியவாறு படுக்கையுடன் கால் பாதமுனைகளை சரி செய்தல்.
11. படுக்கை விரிப்பின் ஒவ்வொரு பகுதியில் ஓரமும் அதாவது தலைப்பகுதி முதல்

கால் பகுதி வரை படுக்கைக்கு அடியில் இழுத்து சரி செய்தல் வேண்டும்.

12. படுக்கையின் பாதுகாப்பு உறையையும், இழுப்பு போர்வையையும் படுக்கையின் மையத்தில் மடித்து மீதி உள்ள மடிக்கப்படாத உறையை பாதுகாத்தல் வேண்டும். மற்றும் ஒரு பக்கமாக இழுத்து போர்வையை சரி செய்தல் வேண்டும்.
13. மேலே உள்ள போர்வையை படுக்கையின் தலைப்பகுதியில் வைத்து இழுப்பு போர்வையின் அடியில் அதை மையப்படுத்தி வைக்க வேண்டும். பின்பு மேல் உள்ள மடிக்கப்படாத போர்வையின் பகுதியை தலைப்பகுதிக்கு எடுத்து செல்ல வேண்டும்.
14. செங்குத்தாக படுக்கை துணியை கால் பகுதியில் படுக்கையின் அடியில் சொருகிவிட வேண்டும். செங்குத்தாக இருக்கும் போது 6 அங்குல நீளவாக்கில் மடிக்க வேண்டும்.
15. கிடைமட்டமாக இருக்கும் போது 2 இஞ்ச் அங்குலத்தில் கால்பகுதியில் உள்ள படுக்கையின் அருகில் மடித்து விட வேண்டும்.
16. அதிகமான விரிப்பு கம்பளி மற்றும் படுக்கை விரிப்பு இவற்றை கால்பகுதியில் உள்ள படுக்கைக்கு அடியில் சொருகி விட வேண்டும்.
17. படுக்கை விரிப்பின் மீதி உள்ள துணியை செய்முறை 9-ல் கூறியவாறு மேல் புறத்தில் இருந்து இழுத்து படுக்கையின் ஓரத்தில் தொங்க விட வேண்டும்.
18. மேற்கூறியவாறு படுக்கையின் மறுபக்கத்திலும் இழுத்து உட்புறம் நகர்த்தி சுருக்கங்கள் இல்லாமல் மடித்து விட வேண்டும்.
19. மேல்துணியை தலைப்பகுதியில் தோள்பட்டை அளவிற்கு மடித்து விட வேண்டும்.
20. ஒரு சுத்தமான தலையனை உறையை படுக்கையில் தலைமாட்டின் அடிப்பகுதியில் வைக்க வேண்டும். தலையனையின் திறந்த பகுதிகதவு, அல்லது அதற்கு எதிர்புறமாக இருக்க வேண்டும்.
21. படுக்கையின் கால்பகுதியில் உள்ள மேல் துணியை விசிரி மடிப்பாகவோ அல்லது பை(pie fold) மடிப்பாகவோ செய்து சொருக வேண்டும்.

விசிறிமடிப்பு

- மேல் துணியின் பாதிப்பகுதியை இரண்டு மூன்று விசிறி மடிப்பாக மடித்து கால்பகுதியில் வைத்து சொருக வேண்டும். இதனால் மேல் துணியின் பெரும் பகுதி கால்பகுதியில் இருக்கும்.
- பை (pie fold) மடிப்பு மேல்பகுதியில் உள்ள துணியை அரைப்பகுதியை கால் பகுதியில் மடித்து விட வேண்டும். படுக்கையின் மேல் துணியை ஒரு முக்கோண வடிவில் மடிக்க வேண்டும்

7.4 தன் சுகாதாரம்

தன் சுகாதாரம் என்பது நோய் உண்டாகுவதையும், பரவுவதையும் தடுக்கும் சிறந்த முறையாகும் அவையாவன

1. தோல்ப்பராமரிப்பு (படுக்கைகுளியல், முதுகுபராமரிப்பு)
2. வாய்ப்பராமரிப்பு
3. கண் மற்றும் காதுகளுக்குப் பராமரிப்பு
4. தலைமுடிப்பராமரிப்பு
5. நகப்பராமரிப்பு

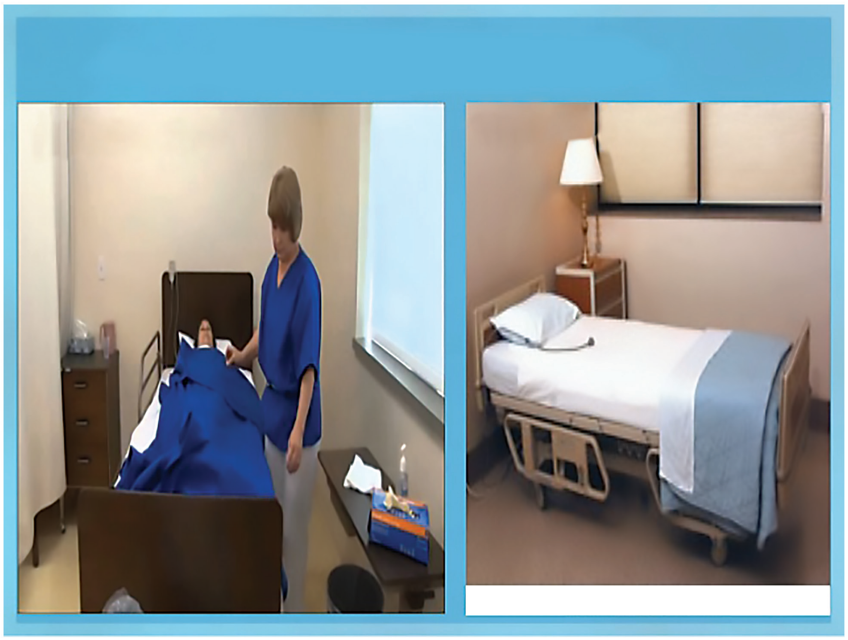
7.5 தோல் பராமரிப்பு

தோல் நமது உடலை பாதுகாப்பதுடன் சுரத்தல் கழிவுகள் வெளியேற்றுவது, உடல் வெப்பநிலையை சமன்படுத்துவது மற்றும் உணர்ச்சிகளைக் கடத்துதல் ஆகியவற்றை

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 132 19-02-2019 16:03:15

படுக்கையின் வகைகள்

நோயாளி உள்ள படுக்கை | திறந்த (சாதாரண படுக்கை)



செய்கிறது. தோல் மூன்று அடுக்குகளால் ஆனது அவை

- மேல்தோல் (எப்பிடெர்மிஸ்) அடித்தோல் (டெர்மிஸ்)
- தோல் அடித்திசு (சப்குட்டேனியஸ்)
- பொதுவாக பாக்டீரியா மேல் தோலின் மீது வசிக்கிறது.

1. தோலை தூய்மையாக்கவும் அதன் மூலம் கழிவுகள் வெளியேற்றுவதை அதிகப்படுத்தவும் உதவுகிறது.
2. இரத்த சுற்றோட்டத்தை அதிகரிக்கிறது. சிறிதளவு செய்வினை அல்லது செயப்பாட்டு வினை உடற்பயிற்சி மூலம் இரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிக்கிறது.
3. நோயாளி சோர்வில் இருந்து விடுபட்டு புத்துணர்ச்சியடைந்து வசதியான நிலையை உணர்வார்.

தோல் சேதம் அடைவதற்கான ஆபத்துகாரணிகள்

1. அசைய முடியாமல் அல்லது அசைவின்றி இருத்தல்.
2. உணர்வு அற்று போவது.
3. ஊட்டச்சத்து குறைபாடு.
4. நீர் இழப்பு அல்லது வீக்கம்.
5. தோலில் ஏற்படும் அதிகப்படியான வியர்வை சுரப்பு மற்றும் வெளியேற்றம்.
6. இரத்த நாளபற்றாக்குறை.
7. வெளிப்புறசாதனம் (கருவி) பயன்படுத்துதல் எ.காசிம்புகள் மற்றும் மாவு கட்டுகள்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

உடலில் தோலே மிகப்பெரிய உறுப்பாகும். அது தோராயமாக 1.73 சதுரஅடி பரப்பளவைக் கொண்டுள்ளது.

பொதுவாக தோலில் ஏற்படும் பிரச்சனைகள்

1. உலர்ந்த (உணர்ச்சியற்ற) தோல்:- தோலின் திறந்த பகுதிகள் சீரற்று, வறண்டு கருமையானதாக மாறிவிடும் அத்தகைய மாற்றம் கைகள், தோள்பட்டை, கால்கள் மற்றும் முகம் ஆகியவற்றில் ஏற்படும்.

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 133 19-02-2019 16:03:15

2. **தோலின் தடிப்புகள்:-** (skin rash) தோலை சூரிய வெளிச்சத்தில் திறந்து வைப்பதாலும் அல்லது ஈரப்பதத்தில் திறந்து வைப்பதாலும் அல்லது அலர்ஜியாலும் தடிப்புகள் ஏற்படுகிறது.

3. **தோல் அழற்சி:-** தோலில் காணப்படும் செதில்களின் சிதைவினால் உண்டாகும் பாதிப்பாகும்.

4. **சிராய்ப்பு:-** மேல் தோல் நீக்கப்படுவதின் காரணமாக ஏற்படும் இரத்த ஒழுக்கு

5. **முகப்பரு:-** முகம், கழுத்து, தோள்பட்டை மற்றும் முதுகுபகுதியில் பாக்டீரியாக்கள் நுழைந்து சீபத்தை உடைப்பதன் காரணமாக ஏற்படுகிறது.

7.5.1 படுக்கை குளியல்

வரையறை

நோயாளி படுக்கையில் இருக்கும் பொழுது குளிப்பாட்டுவதாகும்.

நோக்கம்

1. தோலை சுத்தம் செய்வதன் மூலமாக கழிவு நீக்கத்தை அதிகப்படுத்துதல்.
2. செயல் மற்றும் செயப்பாட்டு பயிற்சிகளின் மூலம் இரத்த ஓட்டத்தை தூண்டுதல்.
3. களைப்பு மற்றும் வசதியின்மையை நீக்கி நோயாளிக்கு புத்துணர்ச்சி அளித்தல்.

7.5.2 தோள்பட்டை மற்றும் முதுகுபுற கவனிப்பு

படுக்கையில் உள்ள நோயாளிக்கு படுக்கை புண் ஏற்படாதவாறு தடுக்க அனைத்து நோயாளிகளுக்கும் தோள்பட்டை மற்றும் முதுகுபுற கவனிப்பு கொடுப்பது அவசியமாகிறது.

நோக்கம்

1. தோல் மற்றும் முதுகுபுறத்தை சுத்தம் செய்ய
2. இரத்த சுற்றோட்டத்தை தூண்ட
3. சோர்வையும், வசதியின்மையையும் குறைக்க
4. படுக்கை புண்ணை தவிர்க்க

வ.எண்	பொருட்கள்
1.	(பேசின்) சூடானநீர்
2.	சோப்
3.	துடைக்கும்துண்டு
4.	துண்டு
5.	லோசன் (அ) தொற்று நீக்கி (spirit)
6.	பவுடர்

செய்முறை

1. தேவையான பொருட்களை படுக்கையின் அருகில் வை. படுக்கையை சுற்றி திரையிடு.

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 134 19-02-2019 16:03:16

2. செய்ய விருப்பதை நோயாளிக்கு விளக்கிக்கூறு.
3. நோயாளியை இடது பக்க வாட்டில் அல்லது வலது பக்கவாட்டில் படுக்க வை.
4. படுக்கையை துண்டு கொண்டு பாதுகாத்து வை.
5. தோள்பட்டை மற்றும் முதுகு புறத்தை ஈரப்படுத்து.
6. உனது கைகளில் சோப்பை தடவிக் கொண்டு நோயாளியின் முதுகில் மென்மையான வட்ட சுழற்சியில் தேய்த்துவிடு. இவ்வாறு தேய்ப்பதால் தோலின் திசுக்கள் அசைக்கப்படுகிறது. இரத்த ஓட்டம் தூண்டப்படுகிறது.
7. துடைக்கும் துண்டு கொண்டு சோப்பு முழுவதும் துடைத்து எடு. துண்டைக்கொண்டு உலரவை.
8. லோசன் அல்லது ஸ்பிரிட் கொண்டு முதுகுபுறம் தோள்பட்டையில் தேய்த்து விடு.
9. தோலை உலரச் செய்ய பவுடரை தடவு.
10. படுக்கையை சுத்தம் செய்து நோயாளியை வசதியான நிலையில் இருக்கும் படி செய்.

நோயாளி அடிக்கடி சிறுநீர் கழிப்பவரானால் பவுடர் அல்லது ஸ்பிரிட்டை பயன்படுத்துவதற்கு பதில் துத்தநாகம் (zinc) மற்றும் ஆமணக்கு எண்ணெயை பயன்படுத்து.

7.6 பாதம் அல்லது நகத்திற்கு பாதுகாப்புகள்

பாதமும், நகமும் அதிக படியாக கவனிக்கப்பட வேண்டும். ஏனெனில் திசுவில் ஏற்படும் நோய் தொற்று நாற்றம், காயம் ஆகியவற்றை தடுப்பதற்காகவும். மேலும் வலி தொந்தரவு ஏற்படும் வரை மக்கள் பாதம் மற்றும் விரலின் தொந்தரவை பொருட்படுத்த மாட்டார்கள். குறைவான கவனிப்பு பிரச்சனையை உண்டாக்கும். எப்படியெனில் நகத்தை கடிப்பதினாலோ அல்லது சரியான முறையில் வெட்டாததினாலோ இராசாயணப் பொருட்களை கையாளுவதாலும் சரியில்லா காலணிகளை அணிவதாலும் ஏற்படுகிறது.

> உங்களுக்குத் தெரியுமா?
>
> நகங்கள், குளிர்காலங்களைவிட கோடைகாலங்களில் வேகமாக வளர்கின்றன.

நோக்கங்கள்

1. நகத்தை தீங்கற்ற நிலையில் வைப்பதற்காக
2. நகத்தை சுற்றி அழுக்கு தேங்குவதால் ஏற்படும் நோய் தொற்றைதடுக்க

பாதம் மற்றும் நகத்தின் பராமரிப்பு

1. தினமும் பாதத்தையும், அதன் மேல் பகுதி, பாதத்தின் அடிப்பகுதி விரல்களுக்கு இடையேயுள்ள பகுதிகளிலும் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.
2. காலை தினமும் 37°செ வெதுவெதுப்பான நீரில் மூழ்க வைத்து கழுவ வேண்டும்.
3. காலில் வியர்வை ஏற்பட்டால் சாதாரணமான பவுடரை உபயோகிக்க வேண்டும்
4. பாத விரலில் உள்ள நகத்தை நேரான முறையில் வெட்ட வேண்டும்.
5. பாதம் வறண்டு காணப்பட்டால் எண்ணெய் தேய்த்து மெதுவாக துடைக்க வேண்டும்.
6. எலாஸ்டிக் காப் உறைகள் அணியக்கூடாது.
7. சரியான காலணி அணிய வேண்டும்
8. காலின் கீழ்ப்பகுதியில் இரத்த ஓட்டத்தை முன்னேற்ற உடற்பயிற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். சிறிய காயங்களையும் நோய் தொற்றுகளையும் உடனே கழுவி காய வைத்து பராமரிக்க வேண்டும்.

நகத்திற்கும் பாதத்திற்கும் ஏற்படும் சாதாரண பிரச்சனைகள்

ஆரோக்கியமான நகத்தின் பண்புகள்

ஆரோக்கியமான நகம் தெளிவாக ஒளி புகும் தன்மையுடனும் மென்மையாகவும்

வளையும் தன்மையுடனும் மற்றும் நுனிப்பகுதி வெண்மையாகவும் காணப்படும்.

1. **உணர்ச்சியற்ற மேல் தோல்:-** காலில் எரிச்சலையும் அரிப்பையும் உண்டாக்கும். சோப்பு சிறிதளவு பயன்படுத்தலாம் மற்றும் ஈரப்பதமுள்ள குழைமம் அல்லது கால்களுக்கும் பாதங்களுக்கும் தினம் தோறும் களிம்புகளை பயன்படுத்தலாம்.

2. **ஆணிகால்:-** காலணி மூலம், உராய்வோ, அழுத்தமோ அதிகமிருப்பதால் கட்டைவிரல்களுக்கு இடையிலும் துருத்திக் கொண்டிருக்கும் எலும்பாலும் காணப்படும்.

3. **கரணை (Warts):-** கரணை இது வைரஸ் மூலம் பரவும் நோய் தொற்றுகளாலும் இது பாதங்களில் ஏற்படும் வெட்டுகள் மற்றும் இடைவெளிகள் மூலம் புகுந்து விடுகின்றன. இது கடினமான மேல் தோலின் மீது வளருகிறது. நோயாளிக்கு ஒவ்வாமை அல்லது நோய் எதிர்ப்பு சக்தி பலவீனமாவதாலும் கரணை நோய் பாதிக்கப்படக் கூடிய வாய்ப்புகள் அதிகம் உள்ளது.

4. **உள்வளர்ந்த நகங்கள் (Ingrowing nails):-** பாதவிரல்களின் நகங்கள் உள்பக்கமாக வளரும். இதற்கு காரணம் நகங்களை சரியாக வெட்டாததே ஆகும். மேலும் அழுத்தத்தாலும், பூஞ்சை காளான் தொற்றாலும் ஏற்படுகிறது.

www.tnschoolbooks.in

5. **கால்பெருவிரல் வீக்கம் (Bunions):-** கால்விரல்கள் பெரிதாகி வெளிப்புறமாக நீட்டிக் கொண்டு இருக்கும் அல்லது வளைந்து கொண்டு இருக்கும். வளைந்த கால்விரல் லேசான அல்லது கூர்மையாக வளைந்து அருகில் உள்ள விரலை பாதிக்கிறது.

6. **சுத்தியல்விரல் (Hammer toes):-** இதனால் விரல்கள் வளைந்து காணப்படும். இது விரலில் ஏற்படும் அசாதாரணமான சுருக்கம் அல்லது நெளியும் தன்மையால் விரல்கள் விலங்கின் வளை நகம் போல் வளைந்துள்ளது.

7. **ஸ்பர்ஸ் (spurs)(காலணி பின்குதிமுட்கள்):-** ஸ்பர்ஸ் என்பது கால்சியம் வளர்ச்சியடைவதால் பாதத்தில் ஏற்படும் எலும்பு வளர்ச்சியாகும். இதனால் தசையில் சிரமம் (அழுத்தம்) ஏற்படுகிறது. நீண்ட நேரம் நின்று கொண்டிருத்தல் பாதகாலணிகள் சரியாக பொருத்தலாம் அணிதல், மற்றும் அதிகப்படியான எடை ஆகியவை ஸ்பர்ஸ் எலும்பு அழுத்தத்தை அதிகரிக்கும். குதிகால் ஆதரவு அளித்து ஸ்பர்ஸ் அழுத்தத்தை குறைக்கலாம்.

8. **பாத துர்நாற்றம்:-** அதிகபடியான வியர்வையினால் நுண்கிருமிகள் உற்பத்தியாவதினால் ஏற்படும்.

7.7 வாய் சுத்தம் (oral hygiene)

வாய்க்குழியாது தோலின் தொடர்ச்சியான சளிச் சவ்வினால் (mucous membrans) உட்புறம் சூழப்பட்டுள்ளது. இச்சவ்வு சுரக்கும் மியுக்கஸ் எனப்படும் பொருள் சீரணப்பாதையை ஈரமாகவும் வழுவழுப்பாகவும் வைத்துக் கொள்வதுடன் ஊட்டச்சத்துக்களை உறிஞ்சிக் கொள்ளவும் பயன்படுகிறது.

நோக்கம்

1. வாய், பற்கள், ஈறுகள் மற்றும் உதட்டின் தன்மையை பராமரிக்க வாய் சுத்தம் பயன்படுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 137 19-02-2019 16:03:18

2. பல்துலக்குதல் ஈறுகளை தேய்த்து விடுகிறது.
3. பல்துலக்குதல் பற்களுக்கிடையே உள்ள உணவுத்துணுக்குகள், காறை மற்றும் பாக்டீரியாக்களையும் நீக்ககின்றது.
4. விரும்பத்தகாத வாய் துர்நாற்றம் மற்றும் சுவைகளை பல்துலக்குதல் நீக்குகிறது.
5. மெல்லிய நூலினால் பற்களுக்கிடையே சுத்தம் செய்வதால் பற்காறை மற்றும் கறை நீக்கப்படுகிறது. இதனால் ஈறுகளில் வீக்கமும், நோய் தொற்றும் குறைக்கப்படுகிறது.
6. நன்றாக இருக்கிறோம் என்ற உணர்வைத்தருகிறது.
7. நல்லவாய் சுத்தத்தால் பசியைத் தூண்டலாம்.
8. உணவிற்கு சுவையைக் கூட்டுகிறது.

வாய்சுத்தத்திற்கு கடைபிடிக்க வேண்டியவை

1. வாய்சுத்தம், வசதி, தூய்மை. உட்பகுதிகளை ஈரப்பதத்துடன் வைத்திருத்தல் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது. சிறந்த கவனிப்பு வாயில் ஏற்படும் நோய்களையும் பற்கள் சேதமாவதையும் தடுக்கிறது.
2. துலக்குதல், துலினால் பற்களின் இடையில் சுத்தம் செய்தல், வாய்கொப்பளித்தல் ஆகியவை சரியான வாய் சுத்தத்திற்கு அவசியமாகிறது.
3. பற்சொத்தையைத் தடுக்க கார்போஹைட்ரேட் அடங்கிய உணவுப் பொருட்களின் அளவைக் குறைக்க வேண்டும். முக்கியமாக, பொறிக்கும் உணவுகள், மிட்டாய் ஆகியவற்றை உணவுகளுக்கிடையே தவிர்க்க வேண்டும்
4. சிறந்த பல்துலக்குதல் யாதெனில் ஒரு நாளைக்கு 4 முறை பல்துலக்க வேண்டும் (சாப்பிட்ட பின் மற்றும் இரவு படுக்கைக்கு செல்லு முன்
5. 4 மாதத்திற்கு ஒரு முறை பல்துலக்கும் பிரஷ் மாற்றப்பட வேண்டும்.
6. பல்துலக்குதலுக்கு பின் வாயிலுள்ள உணவுத்துகள் களை அகற்ற நன்றாக வாய்கொப்பளிக்க வேண்டும். வாய் சம்மந்தப்பட்ட நோயினால் பாதிக்கப்படுவோர்:-

ஆபத்தை விளைவிக்கக்கூடிய காரணிகள்

1. பக்கவாதத்தினால் பாதிக்கப்பட்டவர் அல்லது மிகவும் நோயுற்றிருப்பவர்.
2. சுயநினைவற்ற நோயாளி
3. நீரழிவு நோயாளி
4. கதிரியக்க சிகிச்சை பெறுவோர்
5. ஹீமோதெரபிசிகிச்சை பெறுவோர்
6. வாயில் அறுவை சிகிச்சை செய்யப்பட்டவர் மற்றும் காயம்.
7. நோய் எதிர்ப்பு குறைப்பு மருந்து (Immuno suppresive drugs) உட்கொள்வோர் எச்.ஐ.வி நோயாளிகள்.

பொதுவாக வாயில் ஏற்படும் பிரச்சனைகள்

1. **சொத்தைப்பல்:** பெரும்பாலும் இளைஞர்களுக்கிடையே காணப்படும் பற்கூழ்குழியில எனாமல், சுண்ணாம்புச்சத்தை இழந்து சொத்தைப்பல் ஏற்படுகிறது. பற்களைச் சுற்றிலும் உணவுப்பொருள். லேக்டிக்பாசிலை, முயூசின் ஆகியவை உமிழ்நீரில் காணப்படுகிறது. இவை பற்களைச் சுற்றி plague உருவாக்குகிறது. இது பற்களை சுற்றிதடிமனாக அமைகிறது. இது வாய் குழியில் அகலம் நீக்கப்படுவதையும், பாக்டீரியா அழிக்கப்படுவதையும் தடுக்கிறது மற்றும் பல் எனாமல், பற்கூழ்குழி, ஆகியவற்றையும் அழிக்கிறது.
2. **ஈறுகள் வீங்குதல் (பெரியோடென்டல்):** பல் ஈறுகளில் ஏற்படும் நோய்த்தொற்று (பெரியோடென்டல்) நோய் எனப்படுகிறது. இது ஈறுகளில் ஏற்படும் சுழற்சியாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 138 19-02-2019 16:03:18

www.tnschoolbooks.in

இது 35 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்களிடையே சாதாரணமாக காணப்படும் பிரச்சனையாகும். பல்லுக்கும் ஈறுகளுக்கும் இடையே ஏற்படும் கறையாகும். ஈறுகள் வீக்கமடைந்து பழுதாகிறது. இந்த நோய் தொற்று பரவி பற்களுக்கு இடையே பை போன்ற அமைப்பை உருவாக்குகிறது. எலும்புகள் தாக்கப்பட்டு அசைகிறது

3. **ஹலிடோஸிஸ் (வாய்நாற்றம்):** இது சாதாரணமாக வாய் குழியில் ஏற்படும் பிரச்சனையாகும்

   காரணம்: i. மோசமான வாய்சுத்தம்
   ii. வாயில் நோய்க்தொற்று
   iii. கல்லீரல் நோய்
   iv. சர்க்கரை நோய்

4. **கீலோஸிஸ்:** உதடு வெடிப்புடன் வாயின் ஓரம் பிளவுபடும்.

   காரணம்: i. ரிபோபிளோவின் குறைபாடு
   ii. வாய்வழியாக சுவாசித்தல்
   iii. அதிகப்படியான உமிழ்நீர்

5. **ஸ்டோமோடைட்டிஸ் (வாயில் ஏற்படும் சூழற்சி):** வாயில் ஏற்படும் நோய் தொற்று

   காரணம்: i. புகையிலை போன்ற எரிச்சலூட்டும் பொருட்கள்
   ii. வைட்டமின் குறைபாடு
   iii. பாக்டீரியா, வைரஸ் மற்றும் பூஞ்சை காளான் நோய்த் தொற்று
   iv. ஹீமோதெரப்பி மருந்துகள் உட்கொள்ளும் பொழுது

6. **கிளாஸைட்டில்:** இது நாக்கில் ஏற்படும் நோய்த்தொற்று மற்றும் சூடுபடுதல் அல்லது கடித்தலினால் ஏற்படுகிறது.

7. **ஜீஞ்ஜிவைடிஸ் (ஈறுவீங்குதல்):** மோசமான வாய்பராமரிப்பினால் ஈறுகளில் தொற்று ஏற்படும்.

8. **வாயில் புற்று நோய்:** வாயிலும், வாயை சுற்றியுள்ள பகுதியிலும் கட்டியோ, புண்ணோ ஏற்படுகிறது. சாதாரணமாக நாக்கின் அடிப்பகுதியில் ஏற்படுகிறது.

   காரணம்: i. குழாய் வழியாக புகைப்பிடித்தல்
   ii. புகையிலை சுவைத்தல்

தேவையான பொருட்கள்

தட்டில் அடங்கியது

1. பஞ்சு உருண்டைகள் (அ) கிண்ணத்தில்
2. இடுக்கி (தமனி மற்றும் அறுவை இடுக்கி)
3. 2 கப்கள் (ஒன்று கிளிசரின் வைக்க, மற்றொன்றுஉப்புநீர்வைக்க)
4. ஊட்டும் கோப்பை உப்புக்கரைசலுடன்
5. கழிவுத்தட்டு இரண்டு
6. பஞ்சு சுத்திய குச்சிகள்
7. ரப்பர்துணி
8. துவாலை
9. கை துடைக்க துண்டு

செய்முறை

1. பொருட்களை நோயாளிகள் மேஜை அருகே கொண்டு வர வேண்டும்.
2. நோயாளிக்கு விளக்கிக் கூற வேண்டும்.
3. நோயாளியின் முகவாய்கட்டை அருகில் ரப்பர் துணி பரப்ப வேண்டும்.
4. ஊட்டும் கோப்பையிலுள்ள உப்புக்கரைசலைக் கொண்டு நோயாளி வாய்கொப்பளிக்க செய்ய வேண்டும்.
5. நோயாளியின் தலையை ஒருபுறமாக திருப்ப வேண்டும்.
6. இடுக்கியை எடுத்து அதில் துணியைச் சுற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.
7. உப்புநீரில் நனைத்து மேலும் கீழுமாக பற்களை சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.
8. வாயின் உட்புறம். ஈறுகள்,கன்னம், நாக்கு வாயின் மேற்பகுதி ஆகிய இடங்களுக்கு தனிகவனம் செலுத்த வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 139 19-02-2019 16:03:19

www.tnschoolbooks.in

9. துணியை அடிக்கடி மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.
10. பயன்படுத்திய பஞ்சுகளை வேறொரு கழிவுத்தட்டில் போட்டு விட வேண்டும்.
11. நோயாளியை வாய்கொப்பளிக்கச் செய்ய வேண்டும்.
12. பஞ்சு சுற்றிய குச்சியில் கிளிசரின் நனைத்து ஈறுகள், வேர் மற்றும் வாயின் ஓரங்களில் தடவ வேண்டும்.

பொருட்களின் பாதுகாப்பு (சிகிச்சைக்குப்பின்)

1. கழிவு தட்டுகளையும். ஊட்டும் கோப்பையையும் சோப்பு தண்ணீர் கொண்டு கழுவ வேண்டும்.
2. இடுக்கிகளையும், கோப்பைகளையும் கொதிக்க வைக்க வேண்டும்.
3. கழுவி, கொதிக்க வைத்த பொருட்களை எடுத்த இடத்தில் வைக்க வேண்டும்.

பொய் பற்களை பாதுகாத்தல்

நோயாளி பொய் பற்களை பயன்படுத்தினால் அதனை தூய்மை செய்வது முக்கியம். நோயாளியால் பற்களை அப்புறப்படுத்த முடியவில்லை யென்றால், செவிலிகையில் ஒரு சல்லாத்துணியை எடுத்து கொண்டு பல்லை எடுத்து அதனை ஒரு குவளை நீரில் போட்டு வைக்க வேண்டும். பொய்பற்களை, பற்பசை, பிரஸ் கொண்டு தேய்த்து, குளிர்ந்த நீரில் அலச வேண்டும். அதிகமான சுடுநீர் பொய் பல்லின் அங்கப்பொருளை அழித்துவிடும். நோயாளி தானே செய்து கொள்ளவிரும்பினால் அவருக்கு உதவி செய்ய வேண்டும். சுயநினைவற்றவர், மனநோயாளி, வாந்தி அல்லது இருமல் உள்ள நோயாளியின் பொய்பற்களை அகற்ற வேண்டும்.

7.8 தலைமுடி பராமரிப்பு

தலைமுடி பராமரிப்பு நீண்ட நாள் நோயாளிகளுக்கு கொடுக்கப்படுகிறது. இப்பராமரிப்பு நோயாளிக்கு வசதியையும் இன்பத்தையும் அளிக்கிறது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

வெள்ளைமுடியின் மறுபெயர் உப்பும், மிளகும் ஆகும்.

நோக்கம்

1. தலைமுடி சுத்தமாகவும், ஆரோக்கிய-மாகவும் பராமரிக்க
2. தலையில் ஏற்படும் அரிப்பு மற்றும் தொற்றை தடுப்பதற்கு
3. நன்றாக இருக்கிறோம் என்ற உணர்வை உண்டாக்க
4. தலைப்பேன் அழிக்க

வழிகாட்டுதல்கள்

1. நீண்டநாள் நோயாளிகளுக்கு வாரம் ஒருமுறையாவது தலைமுடிபராமரிப்பு கொடுக்கப்பட வேண்டும்.
2. நோயாளி சாப்பிட்டு ஒரு மணி நேரத்திற்குள் தலைமுடி பராமரிப்பு செய்வதை தவிர்க்க வேண்டும்.
3. நோயாளியின் ஆடைகளை நீக்காதே போர்த்திவிடு கதவுகள் மற்றும் ஜன்னல்கள் மூடிவிடு, தலைமுடி பராமரிப்பை வேகமாக செய்து முடிக்கவும்.
4. நோயாளி மிகவும் நோய் வாய்பட்டு இருந்தால் தலைமுடிபராமரிப்பு கொடுப்பதற்கு முன்பும், கொடுத்த பின்பும் நாடித்துடிப்பை கணக்கிடு.

தேவையானபொருட்கள்

வ.எண்	பொருட்கள்
1.	ஜாடியில் குளிர்ந்தநீர் (சூடானநீர்)
2.	பேசின்
3.	குவளை (mug)
4.	துண்டால் செய்யப்பட்ட கழிவு (தொட்டி)
5.	ரப்பர் விரிப்பு-3
6.	துண்டு-2 (towel)
7.	கம்பளி-1

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 140 19-02-2019 16:03:19

ஒருதட்டில்

வ.எண்	பொருட்கள்
1.	சாம்பு (தலைகழுவஉதவும்நீர்மம்)
2.	துண்டு (wash cloth)
3.	பஞ்சுஉருண்டைகள்
4.	கழிவுத்தட்டு

செய்முறை

1. செய்ய விருப்புவதை விளக்கிக்கூறு, படுக்கையை சுற்றித் திரையிடு
2. தேவையான பொருட்களை படுக்கைக்கு அருகில் கொண்டுவா
3. நோயாளியை நகர்த்து (அல்லது) நகரச் செய் எனவே அவரின் தலைபடுக்கை விளிம்பில் கொண்டு வரசெய் தலையனையை வைத்து நோயாளிகள் தலையை நிமிர்த்து பிறகு துண்டால் செய்யப்பட்ட கழிவு மூலம் படுக்கையை பாதுகாத்து அதன் மறுமுனைவாளியில் இருக்கும் படி செய்.

   இதற்கு மாற்றாக நோயாளிபடுக்கையின் நடுப்பகுதியில் படுக்கும் படிசெய் கால்களுக்கு நாற்காலி பலகை (steel) கொடு (கால்களைதாங்க)
4. நோயாளியின் தோள்பட்டையை ரப்பர் விரிப்பு மற்றும் துண்டு கொண்டு பிணைப்பு ஊசி (pin) மூலம் முன்புறம் மாட்டி விடு
5. துண்டை மடித்து கண்களின் மீதுவை, பஞ்சு உருண்டைகளை காதில் வை
6. தலைமுடியை விரித்து விட்டு சீப்பு கொண்டு சிக்கலை நீக்கிவிடு
7. சுடு தண்ணீர் மற்றும் குளிர்ந்த நீர் இவற்றை கலக்கி நீரின் வெப்பநிலையை சோதித்துபார்
8. தலைமுடியை ஈரமாக்கி சாம்புவை தடவி தலை மற்றும் தலைமுடியை நன்றாக நுரைவரும் வரை விரல்கள் மற்றும் கைகளை கொண்டு செய். தலைமுடியை நீர் கொண்டு அலசு. தேவைப்படுமானால் மீண்டும் சாம்புவை தடவி அலசு. தலைமுடியை நெருக்கி நீரை வெளியேற்று.
9. அழுக்குநீர் உள்ள வாளியை அகற்று
10. சுத்தமான துண்டை நோயாளியின் தலைக்கு அடியில் வைத்து முடியை உலர்த்த விடு
11. நோயாளியை வசதியான நிலையில் உட்காரவை
12. தலைமுடி உலர்ந்ததும் சீப்பு கொண்டு பின்னல் இடு
13. பொருட்களை நோயாளியின் அறையில் இருந்து நீக்கசுத்தம் செய்து அதற்குரிய இடத்தில் வை. தலைமுடி பராமரிப்பை பதிவு செய்.

7.9 கண்பராமரிப்பு

கண்நோய் தொற்றை தடுத்தலிலும், பராமரித்தலிலும் சிகிச்சை அளித்தலிலும் மற்றும் பார்வையின் மையை குறைப்பதிலும் கண்பராமரிப்பு முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

கண்ணில் அறுவை சிகிச்சை செய்தவர்களுக்கும் நோய்த் தொற்று உள்ளவர்களுக்கும் மற்றும் சுயநினைவற்ற நோயாளிகளுக்கும் கண்பராமரிப்பில் தனிக்கவனம் செலுத்த வேண்டும்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இரத்த ஓட்டம் இல்லாத திசுக்கள் கார்னியா மட்டுமே.

செவிலியமேலாண்மை:– (Nursing Management)

1. கூசும் ஒளியில் இருந்து கண்களை பாதுகாத்தல், நேரடியாக கண்களில் ஒளி படாமல் பாதுகாத்தல் முக்கியமாக குழந்தைகளின் கண்களை சூரிய வெளிச்சத்தில் இருந்து பாதுகாப்பது.
2. கைகழுவும் முறையை தொடர்ந்து பின்பற்றுவதால் ஒருகண்களில் இருந்து

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 141 19-02-2019 16:03:20

மற்றொரு கண்ணுக்கு நோய்த்தொற்று பரவுவது தடுக்கப்படுகிறது.

3. பிறந்த குழந்தைக்கு கண்களில் முற்காப்பு சொட்டு மருந்து விடுவதால், ஈக்கள் மூலம் பரவும் நோய்களிலிருந்து கண்கள் பாதுகாக்கப்படுகிறது.
4. கண்களில் நோய்த்தொற்று மற்றும் அதன் அறிகுறிகள் தெரியும் போது மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற வேண்டும்.
5. மருத்துவரின் பரிந்துரையின்றி கண்களில் சொட்டு மருந்து விடுதல் மற்றும் வேறு ஏதும் சிகிச்சைகள் செய்வது தவிர்க்க வேண்டும்.
6. விழி கண்ணாடி அணிந்தவர்களுக்கும், தொடுவில்லை அணிபவர்களுக்கும் (contact lens) போலிக் கண் பொருத்தப்பட்டவர்களுக்கும் செவிலியர் தனிக்கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

7.10 காது பராமரிப்பு

சுத்தமான காதுகளின் பராமரிப்பு காது கேட்கும் தன்மையை அதிகரிக்கும். வெளிபொருட்கள் மற்றும் மெழுகு தங்குவதால் வயதானவர்களுக்கு காது கேட்காத தன்மை ஏற்படுகிறது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஒரு மணிநேரம் தொடர்ந்து தலையணி கேட்பொறி (headphone) பயன்படுத்துவதால் காதில் 700 மடங்கு பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சி அதிகரிக்கிறது.

செவிலி பராமரிப்பு

1. படுக்கையில் இருக்கும் நோயாளிகளுக்கும், படுக்கை குளியல் செய்தவுடனே காதுகளை சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.
2. ஈரப்பதமுள்ள சுத்தமான துணியின் நுனிப்பகுதியை சுழற்றி காதுக்குள் மென்மையாக சுழற்றி சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.
3. பஞ்சு சுற்றிய குச்சி மூலம் காது மடல் சுத்தம் செய்யப்பட வேண்டும்.
4. புறச்செவிக்கால் வாயில் இருந்து ஏதேனும் ஒழுக்குகள் வெளிப்படுமானால் மருத்துவரிடம் தெரிவிக்கவும்.
5. கூர்மையான பொருளையோ, ஹேர்பின்னையோ காதுகளில் நுழைக்கக் கூடாது என்று நோயாளிக்கு அறிவுறுத்து.
6. காதுகேட்கும் கருவியை பயன்படுத்தும் நோயாளிகளின் காதில் செருகும் பகுதியையும், பேட்டரியையும் தினமும் பராமரிக்க வேண்டும்.

7.11 சிறுநீர் தேங்கியுள்ள நோயாளிகளுக்கு பராமரிப்பு

கடுமையான சிறுநீர் தேங்கியுள்ள நோயாளிகளுக்கு உடனடியாக சிறுநீர் பை வடிகால் (bladder drainage) அமைத்து சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

பொதுஇடங்களில் சிறுநீர்கழிக்க முடியாமை ஒருவித பயங்களின் தொகுப்பாகும். இது (shy bladder syndrome) ஷை பிளாடர் சிண்ட்ரோம் எனப்படுகிறது.

செவிலி பராமரிப்பு

1. சிறுநீர் கழிப்பதற்கு முன்பு தயாராகும் படி நோயாளியிடம் அறிவுறுத்து.
2. நோயாளி மது அருந்துவதை தவிர்க்க வேண்டும் என கூறு
3. சிறுநீர் கழிப்பதை விரைவுப்படுத்த ஒரு டம்ளர் காடி அல்லது தேனீர் அருந்தும் படி நோயாளிக்கு ஆலோசனை கூறு
4. வெதுவெதுபான தண்ணீர் நிரம்பிய தொட்டியில் அமரச்செய்வது மூலமாகவும்,

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 142 19-02-2019 16:03:20

வெதுவெதுப்பான நீரில் குளிக்கச்செய்வது மூலமாகவும் சிறுநீர் வெளியே வெளியேறுவதைத் தூண்டலாம்.

5. சாதாரணமாக சிறுநீர் கழிக்கும் நிலையை பின்பற்ற வேண்டும் என நோயாளிக்கு கூறு.
6. குழாயில் நீர் வாழும் சத்தத்தின் மூலம் சிறுநீர் கழிப்பை தூண்டலாம். நோயாளியை குளியல் அறைக்கு அழைத்துச் சென்று குழாய் நீர் விழும் சத்தத்தை கேட்கச் செய்.
7. சிறுநீர் தேங்குதலுக்கு சிறுநீர் வடிகுழாயை பயன்படுத்தி சிறுநீர் பையை காலியாக்கச்செய்.

7.12 படுக்கை கழிகலன் கொடுத்தலும், எடுத்தலும் (Offering and removing bed pan)

படுக்கை நோயாளிகளுக்கு கழிகலன் (bed pan) ஒரு நாளைக்கு ஒன்று அல்லது மூன்று முறை கொடுக்கப்படலாம். படுக்கை கழிகலம் கொடுக்கும் பொழுது அறையை மூடவும் மற்றும் படுக்கையை சுற்றி திரையிடுவது முக்கியமாகும். நோயாளிக்கு படுக்கை கழிகலம் தேவைப்படும் பொழுது எந்தவித காலதாமதம் இன்றி கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

படுக்கைகழிகலன் அளிக்கும் முறை

1. படுக்கையை சுற்றி திரையிடு
2. படுக்கை கழிகலனை மூடிய நிலையில் படுக்கையின் அருகே உள்ள பலகையில் (chair) வை, கழிகலம் சுத்தமாகவும், உலர்ந்ததாகவும் இருக்க வேண்டும். குளிர்காலங்களில் சுடுநீர் கொண்டு கழிகலனை சுத்தம் செய். பலவீனமான, மெலிந்த நோயாளிகளுக்கு படுக்கை கழிகலனில் திண்டு அமைத்து உட்காரவை.
3. தேவைப்படுமானால் ரப்பர் விரிப்பை படுக்கையின் மீது விரித்துவை.
4. கழிகலனை படுக்கையின் அருகே வை
5. உனது இடது கையை முதுகுக்கு கீழே கொடுத்து நோயாளி பிட்டத்தை உயர்த்தி படுக்கை கழிகலனில் அமர உதவி செய். நோயாளியை வசதியான நிலையில் அமர வைத்து அவரை சுற்றி திரையிட்டு விலகி நில். நோயாளி பலவீனமாக அல்லது கடுமையான நோயுற்றவராக இருந்தால் அவர் அருகிலேயேநில்.
6. சுத்தம் செய்ய தேவையான உபகரணங்கள் அடங்கிய தட்டைபடுக்கையின் அருகே கொண்டு வா.

தட்டில் உள்ள பொருட்கள்

வ.எண்	பொருட்கள்
1.	கூஜாவில்நிரம்பியசுடுநீர்
2.	சோப்பு
3.	துண்டுகள்
4.	கிண்ணம்சல்லாத்துணி (அ) பஞ்சுவைக்க
5.	நீண்டதமனி இடுக்கி
6.	கழிவுத்தட்டு மற்றும் காகித பை

படுக்கை கழிகலன் எடுத்தலும் அகற்றுதலும்

1. முடியுமானால் நோயாளியையே சுத்தம் செய்ய சொல். சுத்தம் செய்ய நீரை பிறப்பு உறுப்புகளின் மேல் ஊற்ற உதவி செய். கழிகலனை விலக்கி கைகளை கழுவ சோப்பும் நீரும் கொடு
2. நோயாளி உதவியற்ற நிலையில் இருந்தால் ஈரப்பதமான சல்லாத்துணி அல்லது பஞ்சுதமனி இடுக்கியின் மூலம் முன்புறமிருந்து பின்புறமாக நோய் தொற்றை தவிர்க்க வேண்டும். படுக்கை கழிகலனை அகற்றும் போது நோயாளியை ஒரு புறமாக திரும்பச் செய் (மற்றொரு நபர் உதவிக்கு தேவைப்படுவார்)
3. நோயாளியை வசதியான நிலையில் வை

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 143 19-02-2019 16:03:21

www.tnschoolbooks.in

4. கழிகலனை மூடி கொண்டு மூடு, கழிவறைக்கு எடுத்துச்செல்.
5. அடங்கியுள்ளவற்றை கவனி
   அ. சரியான உட்காரும் நிலை
   ஆ. தவறான உட்காரும் நிலை

6. கழிகலனை சுத்தம் செய். குளிர்ந்த நீர் கொண்டு கழுவு. பின்பு பிரஸ் கொண்டு தேய்த்து சோப்புகரைசலில் அமிழ்த்திவை அல்லது தொற்று நீக்கும் திரவத்தில் ஒருமணிநேரத்திற்கு அமிழ்த்திவை அல்லது வசதி இருந்தால் நுண்ணுயிர் அறச்செய்.
7. பயன்படுத்திய உபகரணங்களை படுக்கையின் அருகில் இருந்து விலக்கு. அவற்றை சுத்தம் செய்து அதற்குரிய இடத்தில் வை.
8. உனது கைகளை நன்றாக கழுவு. படுக்கையை சுற்றியுள்ள திரையை விலக்கு. அறையை நேர்த்தியாக வை. நேரம் மற்றும் உற்று நோக்கியதை குறித்துவை.

7.13 உட்கொள்ளும் மற்றும் வெளியேற்றும் அட்டவணை

உட்கொள்ளும் மற்றும் வெளியேற்றும் அட்டவணை நோயாளியின் நீர் சத்து மற்றும் எலக்ட்ரோலைட் பிரச்சனையை அறிய உதவுகிறது. சரியான பதியப்பட்ட உட்கொள்ளும் மற்றும் வெளியேற்றும் அட்டவணை நோயாளியின் உடல் நிலையை (அதிகப்படியான நீர் சத்து மற்றும் நீர் இழப்பு) அறியமுடிகிறது.

> உங்களுக்குத் தெரியுமா?
> அதிகப்படியாக உப்பு (சோடியம்) உடலில் இருத்தல், உடலில் தண்ணீரை அதிகமாக சேமித்து வைத்து மூளையை வீங்கச்செய்கிறது.

உட்கொள்ளுதல் என்பது வாயின் வழியாக, சிரைவழி திரவம் செலுத்துதல் மற்றும் மூக்குகுழாய் உணவூட்டம் ஆகியவை அடங்கும்.

வெளியேற்றுதல் என்பது சிறுநீர் வெளியேற்றம், வியர்வை காயம் அல்லது வடிகால் திரவம், வாந்தி மற்றும் வயிற்றுக்போக்கு ஆகியவை அடங்கும். காயம் மற்றும் வியர்வையின் மூலம் நீர் இழப்பை கணக்கிடலாம். மற்றும் சிறுநீரின் அளவு, நிறம் ஆகியவற்றை பதிவு செய்.

சிறுநீரை அளக்க பிளாஸ்டிக் (நெகிழி) அளவு ஜாடி நோயாளிக்கு கொடுத்து அதனை அட்டவணையில் குறித்தவை. சிறுநீரின் அளவு அதிகமாகவோ அல்லது குறைவாகவோ மாறுபடுமானால் மருத்துவருக்கு தெரிவி.

உட்கொள்ளும் மற்றும் வெளியேற்றம் அளவை தினமும் பதிவேட்டில் குறித்துவை. பிளாஸ்டிக் ஜாடி மற்றும் கையுறையை பயன்படுத்துமாறு நோயாளிக்கு அறிவுறுத்து

7.14 சிறுநீர் வடிகுழாய் உள்ள நோயாளிக்கு பராமரிப்பு

முன்னுரை:- சிறுநீர் வடிகுழாய் செலுத்துதல் என்பது சிறுநீரை வெளியேற்ற மருத்துவதுறையில் பயன்படுத்தும் முறையாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 144 19-02-2019 16:03:22

www.tnschoolbooks.in

பயன்பாடுகள்

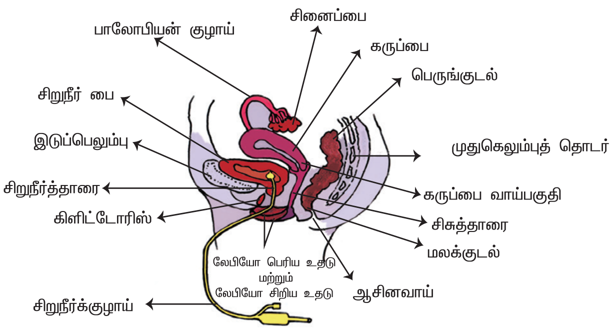
1. நோய் கண்டறிய – பல்வேறு வகையான சிறுநீர் பிரச்சனைகளுக்கு காரணங்களையும், தீர்வு காணவும் பயன்படுகிறது.
2. சிகிச்சை நிலைகள் – சிறுநீர் தேக்கத்தை சரி செய்ய, சிறுநீர் வெளியேற்ற, மருந்து செலுத்த

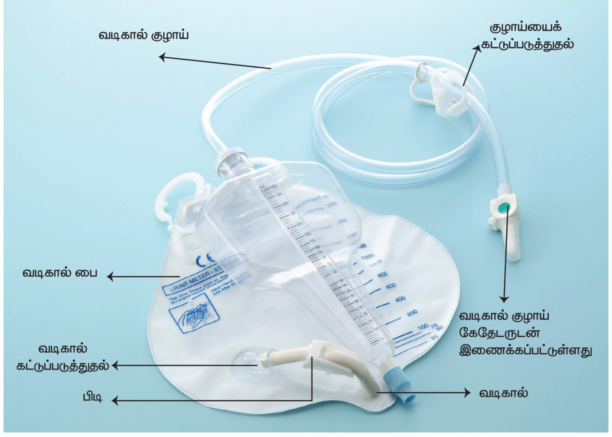
சிறுநீர் வடி குழாயின் வகைகள்

1. உடனடியாக பயன்படுத்துதல் – சிறுநீர்ப்பையை காலிசெய்ய
2. குறுகியகாலம் பயன்படுத்துதல் – எ.கா:- அறுவை சிகிச்சையின் போது
3. நீண்டகாலம் பயன்படுத்துதல் – எ.கா. நாட்பட்ட நோயாளி மற்றும் வயதானவர்களுக்கு பயன்படுத்துவது

சிறுநீர் வடிகுழாய் உள்ள நோயாளிக்கு செவிலிய பராமரிப்பு

1. சிறுநீர் வடிகுழாய் பராமரிப்பு பற்றி நோயாளிக்கு விளக்கிக்கூறு முக்கியமாக நடமாடும் நோயாளிக்கு.
2. நுண்ணுயிரறச் செய்த, குறுகியகால மூடிய சிறுநீர் வடிகுழாயை பயன்படுத்து.
3. சிறுநீர் வெளியேற்றம் தடைபடாமல் இருக்கும் படிபராமரி. சிறுநீர் சேகரிக்கும் பையை தொடர்ச்சியாக காலிசெய். அதனை சிறுநீர்பைக்கு கீழே தொங்கும் படி செய்.
4. பெரினியல் பகுதியை ஒருநாளைக்கு ஒன்று முதல் இரண்டு முறை சுத்தம் செய். லோசனோ பவுடரோ சிறுநீர் வடிகுழாய்க்கு அருகில் உபயோகப்படுத்தாதே.
5. நீண்டகால் சிறுநீர் வடிகுழாய் செலுத்தும் போது மேல் தொடையில் பொருத்தக்கூடிய பையை பயன்படுத்தப்படலாம்.
6. பாதுகாக்கும் சாதனத்தை பயன்படுத்தி சிறுநீர் வடிகுழாய் விலகுதலையும், சிறுநீர் தாரை இழுபடுதலையும்தவிர்.
7. சிறுநீர் பரிசோதனைக்கு சேகரிக்கப்படும் பொழுது நுண்ணுயிரச் செய்யப்பட்ட முறையை பயன்படுத்தவும்.





Nursing General_Tamil Ch-7.indd 145 19-02-2019 16:03:23

www.tnschoolbooks.in

பாடச்சுருக்கம்

- சுகாதாரம் என்பது நம்மையும் நம்மை சுற்றியிருக்கும் இடத்தையும் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்வதன் மூலம் நோயையும், நோய் பரவுதலையும் தடுப்பதாகும்.
- தன் சுகாதாரத்தை பாதிக்கும் காரணிகள் யாதெனில் உடல் நலக்காரணிகள், மனரீதியானவை மற்றும் சமூக பொருளாதாரக் காரணிகள் ஆகும்.
- படுக்கை அமைத்தல் நோயாளிக்கு வசதியை அளிக்கிறது.
- இரண்டு வகையான படுக்கைகள் உள்ளன. ஒன்று சாதாரணவகை, மற்றொன்று சிறப்புவகை.
- தன் சுகாதாரம் நோய்பரவுதலையும் உண்டாகுவதையும் தடுக்கும் சிறந்த வழியாகும்.
- படுக்கை குளியல் என்பது நோயாளியை படுக்கையில் குளிப்பாட்டுதலாகும்.
- தினசரி முதுகு மற்றும் தோள் பராமரிப்பு மூலம் படுக்கைப்புண்ணைத் தடுக்கலாம்.
- பாத மற்றும் நகத்தில் ஏற்படும் பிரச்சனைகள் சரியான முறையில் நகம் வெட்டாததாலும், இராசயனத்திற்கு உட்படுத்துவதாலும், மோசமான காலணிகளாலும் ஏற்படுத்துகிறது.
- நல்ல வாய்பராமரிப்பு, சுத்தம், வசதி, வாய் உறுப்புகளை ஈரமாக மாற்றுதல் மற்றும் வாயில் ஏற்படும் நோய்களைத் தடுப்பதாகும்.
- தலைமுடி பராமரிப்பு ஒருவருக்கு வசதியையும் நன்றாக இருக்கிறோம் என்ற உணர்வையும் ஏற்படுத்துகிறது.
- முதற்தரமான கண் மற்றும் காது பராமரிப்பு உடல் நிலையை முன்னேற்றுகிறது.
- திடீரென ஏற்படும் சிறுநீர் தேங்குதலுக்கு சரியான நேரத்தில் கண்டறிதலும், சிறுநீர்பையிலிருந்து வடித்தலும் அவசியமாகிறது.
- குழாய் மூலம் சிறுநீர் வெளியேற்றுதல் மருத்துவத்தில் வழக்கமான செயலாகும்.
- செவிலி ஒரு நோயாளியின் கழிகலன் தேவையை புரிந்து நேரம் தாழ்த்தாமல் உடனடியாக அளிக்க வேண்டும்.

WLR8Z

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்வு செய்க

1. மூடிய படுக்கை இந்த வகையைச்சார்ந்த படுக்கையாகும்.

   அ. சாதாரணபடுக்கை

   ஆ. எலும்புமுறிவுபடுக்கை

   இ. நோயாளியற்றபடுக்கை

   ஈ. இதயப்படுக்கை.

2. நோயாளிக்கு கூடுதலாக வெப்பத்தை அளிக்கக் கூடியது

   அ. தீக்காயம்படுக்கை

   ஆ. வாதநோய்படுக்கை

   இ. இதயப்படுக்கை,

   ஈ. கால்நீக்கப்பட்டபடுக்கை

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 146 19-02-2019 16:03:23

www.tnschoolbooks.in

3. காலின் பெருவிரலின் எலும்பு பெரிதாகி வெளிப்புறமாக வளைதல்

அ. சுத்தியல்விரல்

ஆ. ஸ்பர்ஸ்

இ. கால்பெருவிரல்வீக்கம்

ஈ. கரணை

4. வார்ட்ஸ் என்பது .... நோய்தொற்றாகும்.

அ. பாக்டீரியா

ஆ. வைரஸ்

இ. பூஞ்சை

ஈ. புரோட்டோசோவா

5. வாய்துர்நாற்றம் இவ்வாறு அழைக்கப்படுகிறது

அ. கீலோஸிஸ்

ஆ. ஸ்டோமடைடிஸ்

இ. ஹைலிடோஸிஸ்

ஈ. சொத்தைப்பல்

6. நாக்கு வீங்க இரணமாகக் காணப்படுதல்

அ. ஜிஞ்சிவைடிஸ்

ஆ. ஸடோமடைடிஸ்

இ. கிளாஸைடிஸ்

ஈ. ஹைலிடோஸிஸ்

7. ஜிஞ்சிவைடிஸ் என்பது இதில் ஏற்படும் வீக்கமாகும்

அ. நாக்கு

ஆ. ஈறு

இ. வாய்சளிச்சவ்வு

ஈ. வாயின்ஓரங்கள்

8. பாக்டீரியா சாதாரணமாக தோலின் இந்த அடுக்கில் காணப்படுகிறது.

அ. டெர்மிஸ்

ஆ. எபிடெர்மிஸ்

இ. சப்கியுட்டேனியஸ்

II. கீழ்க்கண்ட வினாக்களுக்கு ஒரிரு வார்த்தைகளில் விடையளி

1. படுக்கை அமைத்தலின் நோக்கங்கள் யாவை?
2. தன்சுத்தத்தைப் பாதிக்கும் காரணிகள் யாவை?
3. மூடியபடுக்கை என்றால் என்ன?
4. நலமுள்ள நகத்தின் பண்புகள் யாவை?
5. 'ஸ்பர்' என்றால் என்ன?
6. 'புனியன்'என்றால் என்ன?
7. 'வார்ட்'என்றால் என்ன?
8. விசிறி மடிப்பு என்றால் என்ன?
9. கீலோஸிஸ்என்றால் என்ன?
10. சுகாதாரம் வரையறு.

III) குறுகிய விடையளி

1. படுக்கை குளியலின் நோக்கம் யாது?
2. கார்டியாக்படுக்கை (இதயபடுக்கை) –யின் நோக்கம் யாது?
3. முதுகு சுத்தம் நோக்கம் யாது?
4. ஈறு வீங்குதல் என்றால் என்ன?
5. ஸ்டோமோடைட்டிஸ் (வாயில் ஏற்படும் அழற்சி) ஏற்படக் காரணங்கள் யாவை?
6. தீக்காயம்பட்ட நோயாளி–படுக்கையின் பயன் என்ன?
7. வாயில் ஏற்படும் புற்று நோய்க்கான காரணங்கள் யாவை?
8. உட்கொள்ளும் மற்றும் வெளியேற்றும் அட்டவணையின் பயன்கள் யாவை?
9. சிறுநீர் வடிகுழாயின் வகைகள் யாவை?

IV. விரிவான விடையளி

1. சிறப்பு படுக்கைகளில் ஏதேனும் ஐந்தும் அதன் பயன்களையும் விளக்கு?

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 147 19-02-2019 16:03:23

www.tnschoolbooks.in

2. தோல்சேதமடைதலில் ஆபத்தை விளைவிக்கும் காரணிகள் யாவை?
3. சாதாரணமாக தோலில் ஏற்படும் பிரச்சனைகள் யாவை?
4. பாதம் மற்றும் நகத்தை எவ்வாறு பராமரிப்பாய்?
5. பாதம் மற்றும் நகத்தில் ஏற்படும் பிரச்சனைகளை வரிசைப்படுத்து?
6. வாய் சுத்தத்தின் நோக்கம் யாது?
7. வாயில் பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்தும் காரணிகள் யாவை?
8. சிறுநீர் தேங்கியுள்ள நோயாளிக்கு செவிலி பராமரிப்பு?
9. சிறுநீர் வடிகுழாயில் உள்ள நோயாளிக்கு செவிலி பராமரிப்பை எழுது?

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. கால் பெரு விரல் வீக்கம் (Bunion) – உட்புற கணுக்காலின் நுணி பகுதி உள் அசாதாரண எலும்பு வளர்ச்சி
2. தடித்த தோல் (Calluses) – குறிப்பிட்ட இடத்தில் தோல் தடிமனாதல்.
3. கடை வாய்ப்புண் (Cheilosis) – உதடுகளின் சிதைவு மற்றும் சிதறல்
4. கீமோதெரபி (Chemotherapy) _ புற்றுநோயாளிகளுக்கு மருந்து கொண்டு சிகிச்சை அளிக்கும் முறை
5. எலும்புச் சுண்ணக நீக்கம் (Decalcification) – எலும்பிலிருந்து சுண்ணாம்பு உப்புக்கள் இழத்தல்.
6. மூச்சு திணறல் (Dyspnoea) – சுவாசத்தில் கடின தன்மை
7. நாக்கில் தொற்று (Glossitis) – நாக்கில் ஏற்படும் தொற்று
8. ஈறுகளில் தொற்று (Gingivitis) – பல் ஈறுகளில் தொற்று
9. நீர்ப் பாய்ச்சல் (Irrigation) – நீர் அல்லது திரவத்தை பாய்ச்சுவதின் மூலம் கழுவுதல்.
10. வாய் துர்நாற்றம் (Halitosis) – குறைவான வாய் சுகாதாரத்தினால் ஏற்படுகின்ற புறக்கணிப்பான சுவாசம்
11. பரவும் புற்று கட்டிகள் (Malignancy) – புற்று கட்டிகள் வேகமாகப் பரவக் கூடிய நிலை
12. வியர்த்தல் (Perspiration) – அதிகம் வியர்த்தல்
13. வாய்ப்புண் (Stomatitis) – வாய்ப்பகுதியில் உள்ள சளிச்சவ்வு படலத்தில் வீக்கம்.

Nursing General_Tamil Ch-7.indd 148 19-02-2019 16:03:23

மேற்கோள் நூல்கள்

- Dr. Mrs. KasthuriSundar Rao92004) . An introduction to community health nursing. BI Publication Pvt Ltd. Chennai
- Park JE Park K (1983) The Text Book Of Preventive And Social Medicine. Jabalpur. Banarsidan Publishers
- Shafers medical surgical nursing (1996) BI Publication New Delhi
- The board of nursing education, nurses league, a new text book for nurses in india BI Publication Chennai

இணையத்தில் தேட

- https// kidskonnect.com > biology
- https// www.very well.com
- https//webmed.com> oral health
- https//webmed.com>scalp problem
- https//googleweblight.com
- https//medicine net.com

www.tnschoolbooks.in

அலகு 8

செவிலிய செயல்முறைகள்

DPONQ

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

இந்த பாடத்தின் முடிவில், மாணவர்களால் கூர்மையான அறிவும், செயல்முறைகளை செய்யும் திறனும் மேம்பட்டு நோயாளிகளை எந்த இடத்திலும் பராமரிக்க முடியும்

- ஒவ்வொரு செய்முறையையும் தெளிவாக செய்தல்.
- ஒவ்வொரு செய்முறையின் பயன்களை அறிதல்.
- ஒவ்வொரு செயல்முறையின் முன், பின் செவிலியரின் பொறுப்பை அறிதல்.

8.1 முன்னுரை

செவிலியம் என்பது அறிவு, திறமை, அணுகுமுறை ஆகியவைகளை அடக்கிய கலை சார்ந்த தொழிலாக கருதப்படுகிறது. செவிலிய செயல்முறைகள் திறமை சார்ந்ததாகவும், நோயாளியை வீட்டில் இருப்பது போன்று வசதியளிப்பதாகவும் உள்ளது. இதனால் இந்த பகுதியானது நோயாளியை பராமரிப்பதற்குத் தேவையான அடிப்படை செய்முறைகளை உள்ளடக்கியதாகவும் உள்ளது.

முக்கிய அடிப்படையான செவிலிய செய்முறையானது முழுமையான நோயாளி சார்ந்ததாக அளிக்கப்பட வேண்டும். நிறுவனத்தின் சட்டங்களுக்கு உட்பட்டு சுகாதார பணியாளர்களுடன் இணைந்து செவிலிய பராமரிப்பை அளிக்க வேண்டும். ஒரு தரமான உயர்தர பராமரிப்பை அளிப்பதற்கு நாம் சிறந்த தொழில் ரீதியான ஒருவொருக் கொருவரிடையேயான உறவும், சிறந்தஅறிவு, திறமை, அணுகுமுறை ஆகியவற்றையும் உருவாக்க வேண்டும்.

பயிற்சியின் ஒருங்கிணைந்த பகுதியானது, மேற்படிப்பினைத் தொடாத தேவையான செய்முறைப்பயிற்சித் திறனையும், செவிலியர் தொழிலை மேற்கொள்ளும் போது தேவையான நடைமுறைத் திறனையும் பெறுவதற்கு ஏற்றார் போல் அமைப்பதாகும்.

இப்பாடப் புத்தகத்தில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள பாடப்பகுதி, சிகிச்சை மேற்கொள்ளுவதற்கு முன் உள்ள தயாரிப்பு நிலை மற்றும் ஆய்வகச் சூழ்நிலையில் மருத்துவர் மேற்கொள்ளப்படும் தலையீடுகளை அறிந்து கொள்வதுடன், முறையற்ற மருத்துவ நடைமுறைகளையும் செவிலியர் நடைமுறைகளைக் குறைப்பதுடன் முறையற்ற நோயாளியின் தலையீடுகளைக் குறைக்கவும் வழிவகைச் செய்கிறது.

ஆய்வகச் சூழலில் உள்ள நடைமுறை பயிற்சியோடு, இப்புத்தகத்தின் வாயிலாக செவிலியர் தாங்கள் பெற்ற பயிற்சியை சுமூகமாகப் பயிற்சி மாற்றம் செய்வதற்கும், செவிலியர் மற்றும் சுகாதாரப்பணி பெற்றிருக்க

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 150 19-02-2019 16:03:55

வேண்டிய முக்கியமான திறமைகளை தன்வயப்படுத்துவதற்கும் உறுதுணையாகிறது. பாடபுத்தகத்தில் செவிலியர்களுக்கான அடிப்படை செயல் முறை விளக்கத்திற்காக, கூடுதலான படங்களும் அட்டவணைப் படுத்தப்பட்டத் தகவல்களும் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன.

செவிலியர் பெற வேண்டிய தொழில்சார் திறன்களையும், சூழ்நிலை சார் சுகாதாரம் தொடர்பான திறன்களையும் அறிவையும் மேம்படுத்தப்பட வேண்டும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

செவிலியக் கல்வி முறையில் பெரும்பாலும் முக்கியமாக கொடுக்க வேண்டியது என்ன என்பதை கண்காணிக்க வேண்டும்; எப்படி கண்காணிக்க வேண்டும்; என்ன அறிகுறிகள் முன்னேற்றத்தை குறிப்பிடுகின்றன – எவை முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது எவற்றிற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கக் கூடாது – எவ்வகையில் புறக்கணிக்கப்படுகின்றன.

8.2 ஆக்ஸிஜன் அளித்தல் – வழிமுறை

வரையறை

ஆக்ஸிஜன் அளித்தல் என்பது சுவாச கோளாறு மற்றும் சிரமம் உள்ளவர்களுக்கு கூடுதலாக ஆக்ஸிஜன் அளித்தல் ஆகும். சிறிய குழாயின் வழியாக குறைந்த அழுத்த ஆக்ஸிஜன் இந்த முறையில் செலுத்தப்படுகிறது. ஒருமுறை பயன்படுத்தக்கூடியதும், பிளாஸ்டிக்கால் ஆனதுமான இந்தக் குழாயில் இரண்டு முனைகள் மூக்கினுள் நுழைப்பதற்கு வசதியாக உள்ளது.

வழி முறைகள்

- சிறிய மூக்குக்குழாய்
- ஆக்ஸிஜன் குடில்
- முகமூடி
- வெண்சூரி

அடிப்படை தேவை

- ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர்
- சுவர்களின் வழியாக வெளியேற்றும் கருவி

குறியீடுகள்

- அதிர்ச்சி
- விஷம் அருந்தியவர்கள்
- விபத்து
- மயக்க நிலையில் உள்ளவர்கள்
- இருதயம் மற்றும் நுரையீரல் பழுதடைந்தவர்கள்

8.2.1 மூச்சுக்குழாய் முறை

வரையறை: சிறிய குழாயின் வழியாக குறைந்த அழுத்த ஆக்ஸிஜன் இந்த முறையில் செலுத்தப்படுகிறது. ஒருமுறை பயன்படுத்தக் கூடியதும், பிளாஸ்டிக்கால் ஆனதுமான இந்தக் குழாயில் இரண்டு முனைகள் மூக்கினுள் நுழைப்பதற்கு வசதியாக உள்ளது.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 151 19-02-2019 16:03:55

www.tnschoolbooks.in

நோக்கங்கள்

1. கடின சுவாசத்தைக் குறைக்க
2. குறைந்த அழுத்தத்தில் ஆக்ஸிஜனை அளிக்க
3. உணவு அருந்துதல், மற்றும் தண்ணீர் போன்ற செய்கைகளின் போது ஆக்ஸிஜன் தடையில்லாமல் அளிக்க

செய்முறை

	செவிலியசெய்கைகள்	காரணங்கள்
1	நோயாளிக்கு ஆக்ஸிஜனின் தேவையை தீர்மானித்து. மருத்துவரின் ஆணையில் அளவு, உபகரம், அடர்த்தி ஆகியவற்றை உறுதி செய்	ஆக்ஸிஜன் செலுத்துவதில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை குறைக்க
2	நோயாளியின் உயிர் துடிப்புகள் (TPR) உணர்வுநிலை, ஆய்வக முடிவுகளை பரிசோதித்து பதிவு செய்.	பின்னர் செய்யப்படும் பரிசோதனைகளுக்கு அடித்தளமாக
3	ஆக்ஸிஜன் அளிக்கும் பொழுது புகை பிடித்தலால் நோயாளிக்கும், சுற்றுப்புற சூழ்நிலைகளுக்கும் ஏற்படும் பாதிப்புகள் போன்றவற்றைக் கவனி.	நோயாளிக்கு ஏற்படும் அபாயங்களைத் தவிர்க்க
4	நோயாளிக்கும், உறவினருக்கும் செய்முறையை விளக்கிக்கூறி, ஒத்துழைப்பை பெற்றுக்கொள்	பதட்டத்தை குறைத்து ஒத்துழைப்பைப் பெற
5	'புகைபிடித்தல் கூடாது' என்ற அடையாள அட்டையை நோயாளியும், உறவினர்களும் பார்க்கும் படி தொங்கவிடு.	ஆக்ஸிஜன் எரிவதற்கு துணைபுரிவதால் ஆக்ஸிஜன் உள்ள இடத்தில் புகைபிடித்தல் தீவிபத்துக்களை ஏற்படுத்தும்.
6	கைகளைக் கழுவிடுங்கள்	நோய் பரவும் அபாயத்தைத் தடுக்க.
7	ஆக்ஸிஜன் அளிக்கத் தேவையான பொருட்களையும், ஈரப்பதமாக்கியையும் தயார் செய் அ. ஈரப்பதமாக்கி குறிக்கப்பட்ட அளவு வரை நுண்ணுயிரற்ற நீரால் நிரப்பு ஆ. புளோமீட்டரை (–) (flow meter) ஆக்ஸிஜன் அடங்கிய உபகரணத்துடன் இணைத்து மூடிய நிலையில் வை இ. ஈரப்பதமூட்டியை (humidifier) புளோமீட்டரின் அடிப்பாகத்தில் இணை. ஈ. ஈரப்பதமூட்டியோடு, குழாயையும், மூக்குக் குழாயையும் இணை உ. குறிக்கப்பட்டுள்ள ஆக்ஸிஜன் அளவுக்கு புளோமீட்டரை ஒழுங்குபடுத்து ஊ. சரியாக வேலை செய்கிறதா என்பதை உறுதி செய்ய ஈரப்பத மூட்டியில் காற்றுக்குமிழிகள் தோன்றுகிறதா எனப்பார் அல்லது குழாய்பகுதியில் ஆக்ஸிஜன் வெளியேறுகிறதா என்பதை சோதித்துப்பார்	அளவைத் தாண்டி நீரினால் நிரப்பினால் நீர் குழாயினுள்க்குள் சென்றுவிடும். புளோமீட்டர் ஆக்ஸிஜன் செல்லும் அளவை துய்மையாக கணக்கிடவும் பயன்படுகிறது. ஈரப்பத மூட்டிமியுக்கஸ் சவ்வு உலர்வதைத்தடுத்து நோயாளிக்கு வசதியளிக்கிறது. ஆக்ஸிஜன் ஒரு மருந்து. உத்தரவிடப்பட்ட அளவைவிட கூடுதலாகவோ அல்லது குறைவாகவோ செலுத்துவது அபாயகரமானது.
8	குழாயின் முனையை நோயாளியின் மூக்கில் சரியாக பொறுத்தி காதை சுற்றி இறுக்கமாக கட்ட வேண்டும். எலாஸ்டிக் கயிறு தலைக்கு பின்புறமோ, முகவாய்க்கு கீழோ ஒட்டப்படலாம்.	சரியாக பொருத்துதல் வசதியையும், குழாய் மூக்குத்துளைகளிலிருந்து விலகுதலையும் தவிர்க்கும்.
9	காதைச் சுற்றி செல்லும் குழாயை சல்லாத்துணியினால் உறையிட வேண்டும். காதுக்கு பின்னால் உள்ள தோலில் ஏதேனும் பிளவோ, எரிச்சலோ ஏற்பட்டுள்ளதா என்பதை கவனி	தொடர்ந்த அழுத்தம், தோலில் பிளவுகளை ஏற்படுத்தும்

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 152 19-02-2019 16:03:55

	செவிலியசெய்கைகள்	காரணங்கள்
10	நோயாளியையும், பொருட்களையும் செல்லும் அளவு, நோயாளியின் நிலை, ஈரப்பத மூட்டியில் தண்ணீரின் அளவு போன்றவற்றைக் கவனி	நோயாளிக்கு ஏற்படும் பிரச்சினைகளை கண்டறிதல்
11	பாதுகாப்பு நடிவடிக்கைகள் பின்பற்றப்படுகிறதா என்பதை உறுதி செய்	
12	கைகளைக் கழுவு	
13	நேரம், செல்லும் அளவு, நோயாளியின் கண்காணிப்பு ஆகியவற்றை பதிவேட்டில் குறித்துவை	
14	நோயாளியை வாயை மூடிக்கொண்டு மூக்குவழியாக சுவாசிக்க அறிவுறுத்து	போதுமான அளவு ஆக்ஸிஜனை நோயாளிக்கு அளிக்க
15	8 மணி நேரத்திற்கு ஒருமுறை குழாயை அகற்றி சோப்பாலும், நீரினாலும் சுத்தம் செய்து உலரவை. மூக்குத்துளையை 8 மணி நேரத்திற்கு ஒருமுறை கவனி.	மூக்கிலிருக்கும் குழாயினால் எரிச்சலும், மியுக்கஸ் சவ்வு உலருதலும் ஏற்படும்.

ஆக்ஸிஜனின் அடர்த்தி நோயாளிக்கு ஆக்ஸிஜன் தேவைப்படும் அளவு மற்றும் செயற்கை சுவாசக் கருவியின் வகையைப் பொறுத்து மாறுகிறது.

பாதுகாப்பு நடிவடிக்கைகள்

1. நாட்பட்ட நுரையீரல் சம்பந்தமான நோய் உள்ளவர்களுக்கு 2-3 லிட்டர் ஆக்ஸிஜன் ஒருபோதும் அளிக்கக்கூடாது. எ.கா. (COPD) நாட்பட்ட நுரையீரல் அடைப்புநோய்
2. இரண்டு முனைகளும் நோயாளியின் மூக்கில் உள்ளதா என்பதை உறதிப்படுத்த வேண்டும்.

ஆக்ஸிஜனின் அடர்த்தி நோயாளியின் நுரையீரல் கொள்ளளவு மற்றும் வெண்டிலேட்டரின் தன்மை போன்ற பல காரணிகளால் மாறுபடுகிறது.

ஆக்ஸிஜனும், அடர்த்தியும் செல்லும் அளவும்	
செலுத்தும்அளவு	ஆக்ஸிஜன்அடர்த்தி
1 லிட்டர்/நிமிடம்	24 – 25%
2 லிட்டர்/நிமிடம்	27 – 29%
3 லிட்டர்/ நிமிடம்	30 – 33%
4 லிட்டர்/ நிமிடம்	33 – 37%
5 லிட்டர்/ நிமிடம்	36 – 41%
6 லிட்டர்/ நிமிடம்	39 – 45%

8.2.2 ஆக்ஸிஜன் முகமூடி முறையில் அளித்தல்

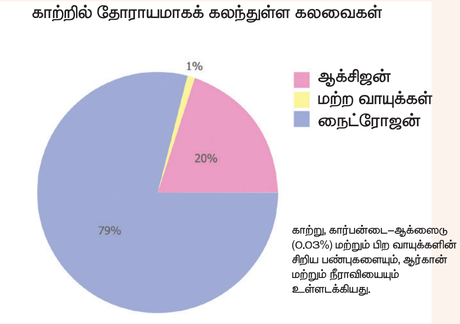
வரையறை

நோயாளியின் தேவைக்கேற்ப ஆக்ஸிஜனை சாதாரண அல்லது வெண்ட்சுரி முகமூடியின் வழியாக அளித்தல்

நோக்கம்

1. கடின சுவாசத்தை (dyspnoea) தவிர்க்க
2. அதிக அளவு அடர்த்தியான ஆக்ஸிஜனை அளிக்க

உங்களுக்குத் தெரியுமா?



உங்களுக்குத் தெரியுமா?

உலர்ந்த காற்றின் அடர்த்தியில் 78.09% நைட்ரஜன், 20.95% ஆக்ஸிஜன், 0.93% ஆர்கன், 0.04% கார்பன்டை ஆக்சைடு மற்றும் சிறிய அளவு மற்ற வாயுக்களும் அடங்கியுள்ளன. மற்றும் காற்றில் வெவ்வேறு அளவில் ஈரப்பதம் உள்ளது. தோராயமாக 1% கடல்மட்டத்திலும் 0.4% மற்ற வளிமண்டலத்திலும் உள்ளது.

தேவையானபொருட்கள்

1. ஆக்ஸிஜன் அடங்கியுள்ள மூலப்பொருள்
2. முகமூடி (சாதாரண அல்லது வெண்ட்சுரி முகமூடி சரியான அளவில்)
3. ஈரப்பத மூட்டி துவாலை சுத்தமான வடி நீருடன்
4. புளோமீட்டர் (Flow meter)
5. சல்லாத் துணிகள்
6. 'புகைபிடிக்காதீர்' அடையாள அட்டை

செய்முறை

	செவிலியசெயல்	காரணங்கள்
1	ஆக்ஸிஜன் தேவையை தீர்மானி. மருத்துவ ஆணையில் அளவு, உபகரணம், அடர்த்தி ஆகியவற்றை உறுதிசெய்.	ஆக்ஸிஜன் செலுத்துவதன் பிரச்சினையைக் குறைக்க
2	நோயாளியின் உயிர் துடிப்புகள் (TPR) உணர்வு நிலை, ஆய்வக முடிவுகளை பரிசோதித்து பதிவு செய்	பின்னர் செய்யப்படும் பரிசோதனைகளுக்கு அடித்தளமாக
3	ஆக்ஸிஜன் அளிக்கும் பொழுது புகைபிடித்தலால் நோயாளிக்கும் சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலைக்கும் ஏற்படும் பாதிப்புகள் போன்றவற்றைக் கவனி.	நோயாளிக்கு ஏற்படும் அபாயங்களைத் தவிர்க்க ஆக்ஸிஜன் எரிக்கும் தன்மையுடைய வாயு. குறைந்த ஆக்ஸிஜன் இரத்தத்தில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு சுவாசிப்பதைப் பராமரிக்க வேண்டும்.
4	நோயாளிக்கும், உறவினருக்கும் செய்முறையை விளக்கிக் கூறி ஒத்துழைப்பைப் பெற்றுக் கொள்	பதட்டத்தைக் குறைத்து ஒத்துழைப்பைப் பெற
5	புகைப்பிடித்தல் கூடாது என்ற அடையாள அட்டையை நோயாளியும், உறவினர்களும் பார்க்கும்படி தொங்கவிடு. ஆக்ஸிஜன் அளிக்கும் பொழுது புகைப்பிடிப்பதால் ஏற்படும் அபாயங்களை விவரி.	ஆக்ஸிஜன் எரிவதற்கு துணைபுரிவதால் ஆக்ஸிஜன் உள்ள இடத்தில் புகைபிடித்தல் தீவிபத்தை எற்படுத்தும்
6	கைகளைக் கழுவு	நோய்க்கிருமிகள் பரவும் அபாயத்தைத் தடுக்க
7	ஆக்ஸிஜன் அளிக்கத் தேவையானவற்றையும், ஈரப்பதமாக்கியையும் தயார் செய் அ. ஈரப்பதமாக்கியில் குறிக்கப்பட்ட அளவு வரை நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்ட நீரால் நிரப்பு. ஆ. புளோமீட்டரை (flow meter) ஆக்ஸிஜன் அடங்கிய உபகரணத்துடன் இணைத்து மூடிய நிலையில் வை, இ. ஈரப்பத மூட்டியை புளோமீட்டரின் அடிப்பாகத்தில் இணை. ஈ ஈரப்பத மூட்டியோடு குழாயையும், முகமூடியையும் இணை. 1. வெண்ட்சுரி உபகரணம் உபயோகப்படுத்தினால் கழுத்துப்பட்டை வெண்ட்சுரி இணைப்பை முகமூடியின் சரியாக இணை. 2. குறிக்கப்பட்டுள்ள அளவுக்கு புளோமீட்டரை ஒழுங்குபடுத்து	அளவைத் தாண்டி நீரினால் நிரப்பினால் நீர் குழாயினுள் சென்று விடும். புளோமீட்டர் ஆக்ஸிஜன் செல்லும் அளவை ஒழுங்காகவும், கணக்கிடவும் பயன்படுகிறது. ஈரப்பத மூட்டி மியுக்கஸ் சவ்வு உலர் வதைத்தடுத்து நோயாளிக்கு வசதியளிக்கிறது. ஆக்ஸிஜன் ஒரு மருந்து. உத்தரவிடப்பட்ட அளவைவிட கூடுதலாகவோ, குறைவாகவோ செலுத்துவது அபாயகரமானது.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 154 19-02-2019 16:03:56

	செவிலியசெயல்	காரணங்கள்
8	மூக்குக்கு கீழ் இருந்து முகத்தில் முகமூடியை பொறுத்து முகமூடியின் உலோகப்பகுதி மூக்கின் வடிவத்தை ஒத்துப்போகும் படி அமை	முகமூடி முகத்தோடு நன்றாக பொருந்தியிருந்தால் கண், கன்னங்கள், கீழ்த்தாடை வழியாக வெளியேறும் ஆக்ஸிஜனின் அளவு மிகவும் குறைவாக இருக்கும்.
9	எலாஸ்டிக் பட்டையை நோயாளியின் தலையைச் சுற்றி சரியாக பொருத்து	நோயாளியை வசதியாக வை
10	எலாஸ்டிக் பட்டை செல்லும் காதுக்கு பின்னாலும், தலையிலும் பஞ்சு திண்டினால் பாதுகாத்து வை.	திண்டினால் பாதுகாப்பது காதுக்கு பின்னால் உள்ள தோலின் எரிச்சலைத் தடுக்கும்
11	பாதுகாப்பு நடிவடிக்கைகள் பின்பற்றப்படுகிறதா என்பதை உறுதி செய்.	
12	நோயாளியையும், உபகரணங்களையும் அடிக்கடி கவனி. செல்லும் அளவு, நோயாளியின் நிலை, ஈரப்பத மூட்டியில் தண்ணீரின் அளவு ஆகியவற்றைக் கவனி	நோயாளிக்கு ஏற்படும் பிரச்சினைகளை கண்டறிதல்
13	கைகளைக் கழுவு	நோய்க் கிருமிகள் பரவுவதைத் தடுக்க
14	தொடர்ந்து ஆக்ஸிஜன் அளிக்கப்பட்டுக் கொண்டிருந்தால், முகமூடியை அகற்றி 3–2 மணிக்கொருமுறை தோலை சுத்தப்படுத்து. முகமூடியை சுற்றி பவுடர் போடாதே.	அழுத்தமாக போடப்பட்டிருக்கும் முகமுடியும், ஈரப்பதமும் முகத்திலுள்ள தோலை எரிச்சலடையச் செய்யும்.
15	நோயாளியின் பதிவேட்டில் குறிப்புகளைப் பதிவு செய்.	

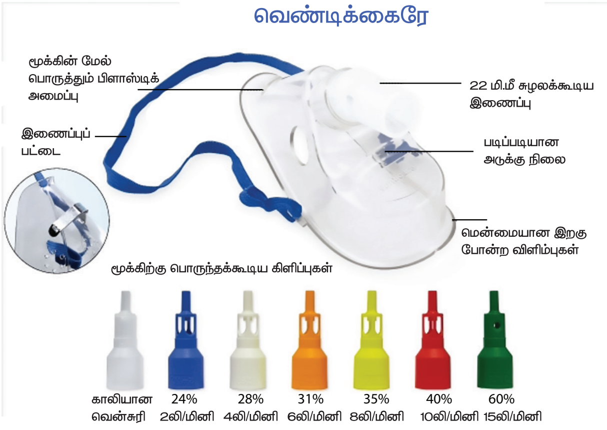
வெண்ட்சரி முகமூடி

கருத்தில் கொள்ள வேண்டியவை

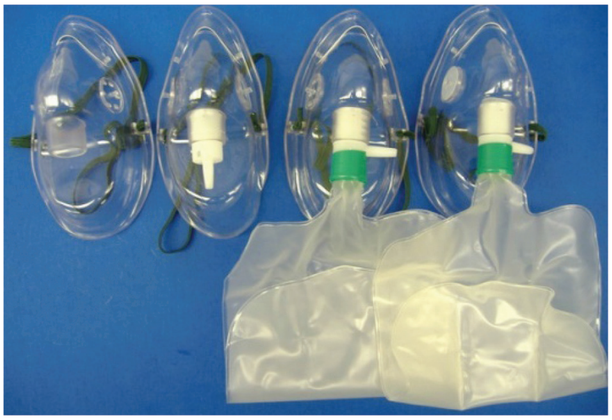
1. ஆக்ஸிஜனின் அளவு ஈர்க்கப்பட்ட ஆக்ஸிஜனின் பின்னம். FIO (Fraction of inspired oxygen) என்பதால் உத்தரவிடப்படலாம். அது சதவீதமாகவோ அல்லது நிமிடத்திற்கு எத்தனை லிட்டர் என்பதாகவோ இருக்கலாம்.
2. வெண்ட்சரி முகமூடியில் வண்ணத்தில் குறியிடப்பட்ட சொருகிகள் உள்ளன. அவை ஆக்ஸிஜன் செல்லும் அளவை எத்தனை சதவிகித ஆக்ஸிஜன் தேவை என்பதையும் காட்டுகின்றன.

வெண்ட்சரி முகமூடியின் வழியாக செலுத்தப்படும் ஆக்ஸிஜன் அளவு மற்றும் அடர்த்தி

முனையின் வண்ணக் குறியீடு	செல்லும் அளவு லி/நிமிடம்	ஆக்ஸிஜன் செலுத்த வேண்டிய அடர்த்தி
நீலம்	3 லி/நிமிடம்	24 %
மஞ்சள்	6 லி/நிமிடம்	28 %
வெள்ளை	8 லி/நிமிடம்	31 %
பச்சை	12 லி/நிமிடம்	35 %
ரோஜா	15 லி/நிமிடம்	40 %
ஆரஞ்சு	15 லி/நிமிடம்	50 %



ஆக்ஸிஜன்அளித்தல் – முகமூடி



பல்வேறு வகையான முகமூடிகள்

8.2.3 ஆக்ஸிஜன் குடில் வழியாக ஆக்ஸிஜன் அளித்தல்

வரையறை

புதிதாகப் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு ஆக்ஸிஜன் குடில் வழியாக ஆக்ஸிஜன் அளித்தல் அதிகப்படியான வசதியையும், எதிர்பார்க்கப்படும் முன்னேற்றத்தையும் அளிக்கிறது.

விளக்கம்

குழந்தையின் படுக்கையைச் சுற்றி முழுவதுமாகவோ அல்லது பகுதியாகவோ ஆக்ஸிஜன் செலுத்தும் வசதியுடன் கூடிய கூண்டு போன்ற அமைப்பாகும். இந்த கூண்டுகள் தெளிவாக(ன) ஒளி ஊடுருவும் தன்மையுள்ளதால் நோயுற்ற குழந்தையை செவிலியர் பராமரிப்பது எளிதாகிறது.

நன்மைகள்

1. கட்டுப்படுத்தப்பட்ட ஆக்ஸிஜன் அடர்த்தி, வெப்பநிலை ஒழுங்கு மற்றும் ஈரப்பதம் கட்டுப்பாடு ஆகியவற்றுடன் கூடிய சூழ்நிலையை நோயாளிக்கு அளிக்க
2. படுக்கையில் இயல்பாக அசைய முடிகிறது.

தீமைகள்

1. தனிமைப்படுத்தப்பட்ட உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது.
2. அதிகப்படியான ஆக்ஸிஜன் தேவைப்படுகிறது. 10-12லி/நிமிடம்
3. விரும்பப்படும் ஆக்ஸிஜனின் அடர்த்தி கூடாரத்தைத் திறந்து குழந்தையை பராமரிக்கும் பொழுது குறைகிறது.
4. தீவிபத்துகள் ஏற்படுவதற்கான அபாயங்கள் அதிகம்
5. கூடாரத்தை சுத்தம் செய்து பராமரிப்பதற்கு அதிகப்படியான நேரம் செலவாகிறது.

தேவையான பொருட்கள்

ஆக்ஸிஜன் கூடாரம்

ஆக்ஸிஜன் மூலக்கூறு

ஈரப்பதமூக்கி

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 156 19-02-2019 16:03:58

செய்முறை

வ. எண்	செவிலியசெயல்	காரணம்
1	செய்முறையை விளக்கி குழந்தைக்கும் தாய்க்கும் தைரிய மூட்ட வேண்டும்	ஒத்துழைப்பைப் பெறுவதற்காக
2	சிறிய கூடாரத்தைத் தேர்வு செய்தால் தேவையான அடர்த்தியில் ஆக்ஸிஜன் கிடைப்பதுடன் நோயாளியின் வசதியையும் பராமரிக்கலாம்.	ஆக்ஸிஜன் தன்மையை அதிகரிக்க
3	கூடாரத்தின் ஓரங்களை படுக்கையோடு உறுதிப்படுத்த வேண்டும். முக்கியமாக குழந்தை அமைதியற்று இருக்குமானால் இழுப்பதன் காரணமாக கூடாரம் அசைகிறது.	கூடாரம் அசைதல் ஆக்ஸிஜன் வெளியேறுவதற்கு வழி வகுக்கும்
4	உறுதியளிக்கும் உலோகச் சட்டத்தை சுற்றி பஞ்சு திண்டுகளால் உறுதிப்படுத்து	காயத்திலிருந்துகுழந்தையைக் காப்பாற்ற
5	சிறிது நேரம் கூண்டு திறக்கப்படுமானால் அதன் பின் அதிக அடர்த்தியான ஆக்ஸிஜனை உள்ளே செலுத்து. பின் புளோமீட்டரை சாதாரண நிலைக்கு கொண்டு வா	ஆக்ஸிஜன் கூடாரத்தினுள் சுழன்று அடர்த்தியை சரி செய்கிறது.
6	கூடாரத்தின் நிலையை 1–2 மணி நேரத்திற்கொருமுறை கவனி	கூண்டின்தன்மை, செலுத்தப்படும் ஆக்ஸிஜனின் அளவு, கூண்டு திறக்கப்படும் அளவு, திறந்திருக்கும் நேரம் ஆகியவற்றைப் பொறுத்து கூண்டினுள் ஆக்ஸிஜனின் அடர்த்தி வேறுபடுகிறது.
7	நன்றாக பொருந்தியுள்ள கூண்டுகளை முடிந்த அளவு பயன்படுத்த வேண்டும். கூண்டில் உள்ளது வாரங்கள் வழியாகவோ, பைகளின் வழியாகவோ செவிலிய பராமரிப்பை அளிக்க வேண்டும்	கூடாரத்தின் சூழ்நிலை பாதிக்கப்படுதலும், ஆக்ஸிஜன் வெளியேறுவதும் தடுக்கப்படுகிறது.
8	குழந்தையின் வெப்பநிலையைக் கவனி	ஈரப்பதம் சேர்ந்திருப்பதால் வெப்ப நிலைக் குறைவு ஏற்படும்
9	புகை பிடிக்காதீர் என்ற அடையாளம் தொகுதியில் ஒட்டப்பட வேண்டும்	ஆக்ஸிஜன் எரிவதற்கு துணை புரியும்
10	ஆக்ஸிஜன் செலுத்தப்படும் அளவு ஏற்படும் மாற்றம் மற்றும் குழந்தையின் எதிர்வினை ஆகியவற்றைக் குறிப்பேட்டில் குறி	ஊழியர்களிடையே ஒரு தொடர்பை ஏற்படுத்தும்.

பிராணவாயு முகடு

குறிப்பு

1. *ஆக்ஸிஜன் முகட்டைப் (Oxygen hood) பயன்படுத்தி குழந்தைகளுக்கு ஆக்ஸிஜன் அளிக்கலாம்.*
2. *ஆக்ஸிஜன் என்பது பிளாஸ்டிக்கால் ஆன ஒரு உபகரணம். குழந்தையின் தலைக்கு மேலாக வைக்கப்படுகிறது.*

3. தலைக்கு மேலாக ஆக்ஸிஜன் ஹூட் வைக்கப்படும் பொழுது அதன் ஓரங்கள் குழந்தையின் தாடை கழுத்து மற்றும் தோள்பட்டையை உராயக்கூடாது.

கருத்தில் கொள்ள வேண்டியவை

1. ஆக்ஸிஜன் மூலம் சுரப்புகளை நீர்ப்பதற்காகவும் பணி உத்தரவிடப்படலாம்.
2. ஈரப்பதமான காற்று கூடாரத்தின் உட்புற சுவர்களில் நீர்த் திவலைகளாக மாறும். ஆதலால் குழந்தையின் உடை, படுக்கை, ஆகியவற்றை பரிசோதித்து சில்லிட்டுப் போதலில் இருந்து பாதுகாக்க அவற்றை மாற்ற வேண்டும்.
3. மின் சாதனப் பொருட்கள் கூடாரத்தின் அருகில் பயன்படுத்தப்படுமானால் அவற்றை அப்புறப்படுத்த வேண்டும்.
4. Spo2 (இரத்தத்தில் ஆக்ஸிஜனின் அளவு) கணக்கிடுவது எளிதாகிறது.
5. எளிதில் தீப்பற்றக் கூடிய பொருட்களை எண்ணெய், கிரீஸ், ஆல்கஹால், ஈதர் மற்றும் அசிட்டோன் போன்றவற்றை அருகில் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
6. தீ அணைப்பான் இருக்கும் இடம், பயன்படுத்தும் முறை ஆகியவற்றை செவிலி அறிந்திருக்க வேண்டும்.
7. ஆக்ஸிஜன் கூடாரத்தில் இருக்கும் குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டுப் பொருட்களை தேர்ந்தெடுப்பதில் கவனமாக இருக்க வேண்டும். அவை குறைந்த உறிஞ்சு தன்மையுடையவைகளாகவும், மின்சாரத்தை உண்டாக்கக் கூடியவைகளாகவும் இருத்தல் கூடாது. எளிதாகக் கழுவக் கூடியவைகளாக இருத்தல் வேண்டும். இது குழந்தையின் பாதுகாப்பை உறுதி செய்கிறது.

8.3 மாதிரிகள் சேகரித்தல்

8.3.1 வரையறை

மாதிரியென்பது ஒரு பொருளின் மிகச்சிறிய அளவு. அப்பொருளின் முழுத் தன்மையை அறிவிப்பதாகும் என்று வரையறுக்கப்படுகிறது.

மாதிரிகள் சேகரித்தல் என்பது ஒரு பொருளின் சிறிய அளவுகளை நோய் கண்டறிதலுக்காகவும், சிகிச்சைக்காகவும், மீண்டுவருவதற்காகவும் சேகரித்தலாகும்.

8.3.2 நோயாளியை தயார் செய்தல்

- நோயாளிக்கு செய்முறையை விளக்கிக்கூறு. இதனால் நோயாளியின் நம்பிக்கையையும், ஒத்துழைப்பையும் பெறலாம்.
- நோயாளிக்கு செவிலி கொடுக்கும் விளக்கங்கள் தெளிவானதாகவும், நேரடியானதாகவும், முழுமையானதாகவும் இருக்க வேண்டும்.
- சில பரிசோதனைகளுக்கு அதிகப்படியான விளக்கங்கள், நோயாளியின் ஒத்துழைப்பைப் பெறவும், சரியான மாதிரியை சேகரிக்கவும் அவசியமாகிறது. முக்கியமாக நோயாளி தனது பழக்கவழக்கத்தை மாதிரிகள் சேகரிக்கும் முன்பாக மாற்றியமைத்து தானே மாதிரியை சேகரித்தல்.
- நோயாளி சரியாகவும், தெளிவாகவும் விளக்கங்களை புரிந்து கொண்டுள்ளனரா என்பதை உறுதிப்படுத்து.
- செய்முறையை சரியாக விளக்கிக் கொள்ளுதல், ஒப்புதல் பெறுதலை எளிதாக்குகிறது.
- அதற்குரிய கலனை கொடுத்து பயன்படுத்தும் முறையை விளக்கு.
- சிறுநீர் சேகரிப்பு முன்னர் நோயாளியை இனப்பெருக்க உறுப்புகளை சோப்பையும்,

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 158 19-02-2019 16:03:58

நீரையும் பயன்படுத்தி நன்றாக கழுவிய பின் சேகரிக்குமாறு கூறு.

- கலனின் வெளிப்புறத்தை அழுக்கடையாமல் பாதுகாக்குமாறு கூறு.
- கையுறைகள் அணிதல் போன்ற தடுப்பு நடவடிக்கைகளை எடு.

8.3.3 மாதிரிகளை சேகரிக்க தேவைப்படும் பலவகையான கலன்களை தயார் செய்தல்

- எல்லா மாதிரிகளும் சுத்தமான உலர்ந்த கலனில் சேகரிக்கப்பட வேண்டும்.
- அகல வாயுள்ள கலன்களை பயன்படுத்த வேண்டும்.
- 'கல்ச்சர்' (வளர்ஊடகம்) (Culture) பரிசோதனைக்கு சிறுநீர் சேகரிக்கும் பொழுது நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்ட கலனைப் பயன்படுத்து.
- கோழை மற்றும் மலம் பரிசோதனைக்கு மெழுகால் உறையிடப்பட்ட ஒருமுறை பயன்படுத்தும் அட்டைப் பெட்டிகள் பயன்படுகின்றன.
- 24 மணிநேர சிறுநீர் சேகரிப்புக்கு பெரிய கலன்கள் பயன்படுகின்றன.
- நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்ட சோதனைக் குழாய்கள் திரவ மாதிரி சேகரிப்புக்கு பயன்படுகின்றன.
- சுத்தமான கண்ணாடித் தகடுகள் 'பூச்சு' (smear)களைச் சேகரிக்க பயன்படுகின்றன.
- கலனில் நச்செதிர்கரைசல் இல்லாதவாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் அவை மாதிரியின் நுண்ணுயிர் வளர்ச்சியை பாதிப்பதால் முடிவுகளில் மாற்றம் எற்படும்.

8.3.4 சிறுநீர் மாதிரி சேகரித்தல்

8.3.4.1 ஒரு நேர சிறுநீர் சேகரிப்பு முறை

ஒரு நேர சிறுநீர் சேகரிப்பு முறை என்றால் ஒரு நேரத்தில் கழிக்கப்படும் சிறுநீரின் அளவாகும். பொதுவாக அதிகாலை மாதிரிகள் சேகரிக்கப்படுகின்றன. பொதுவாக 100–120 மி.லி சிறுநீர் பரிசோதனைகளுக்கு போதுமானது.

இனப்பெருக்க உறுப்புகளை சுத்தம் செய்தபின் நோயாளி சுத்தமான யூரினலிலோ அல்லது கழிவுத்தட்டிலோ அல்லது நேரடியாக சிறுநீர் சேகரிக்கும் கலத்திலோ சேகரிக்குமாறு கூற வேண்டும். சேகரிக்கும் போது கலத்தின் வெளிப்புறத்தில் படாதவாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

8.3.4.2 இடையில் எடுக்கப்படும் சிறுநீர்

இனப்பெருக்க உறுப்புகளை சோப்புநீரால் கழுவியபின் நீரால் கழுவ வேண்டும். பெண் நோயாளிகளுக்கு லேபியாவைப் (labia major) பிரித்து சுத்தம் செய்து சிறுநீர் மாதிரி சேகரிக்கப்பட வேண்டும். ஆண்களுக்கு ஆண்குறியின் முன் தோல் பின் இழுக்கப்பட்டு சுத்தம் செய்யப்பட வேண்டும்.

கழிப்பறையிலோ, கழிவு நீக்கத்தொட்டியிலோ சிறுநீர் கழித்துக் கொண்டிருக்கும் போது சிறிது நேரம் நிறுத்தி நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்ட கலனில் தொடர்ந்து சிறுநீர் கழிக்கச் செய்ய வேண்டும். போதுமான அளவு சேகரிக்கப்பட்ட பின் சிறுநீர் கழிப்பதை நிறுத்தி கலனை அப்புறப்படுத்தி தொடர்ந்து சிறுநீர் கழிக்க வேண்டும்.

8.3.4.3 24 மணிநேர சிறுநீர் சேகரிக்கும் முறை

24 மணிநேர சிறுநீர் கழித்தல் என்பது 24 மணி நேரத்தில் கழிக்கும் எல்லா சிறுநீரையும் சேகரித்தலாகும். முதலில் காலை 6 மணிக்கு கழிக்கும் சிறுநீரை தவிர்த்து, மறுநாள் காலை 6 மணி வரை கழிக்கும் சிறுநீரை சேகரித்தல் ஆகும்.

8.3.4.4 ஆண் குழந்தை மற்றும் சுய நினைவற்றவர்களுக்கும், சிறுநீர் சேகரிக்கும் முறை

ஆண் குழந்தை அல்லது சுயநினைவற்ற ஆண் நோயாளிகளுக்கு ஒரு சோதனைக்குழாயும்,

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 159 19-02-2019 16:03:58

ஊமுக்குழாயோ, நிரோத்தோ, ரப்பர் குழாயுடன் இணைக்கப்பட்டதாக இருக்கும். ஒட்டும் பிளாஸ்திரியின் மூலம் இணைக்கப்பட வேண்டும். பெண்களுக்கு வாயகன்ற கலனை அல்லது புனலை ரப்பர் குழாயுடன் இணைக்க வேண்டும். அகன்ற பாகத்தை வல்வாவுடன் 'T' பைண்டர் மூலம் இணைக்க வேண்டும். ரப்பர் குழாயை கலனோடு இணைக்கும் பொழுது சிறுநீர் சேகரிக்கப்படுகிறது.

8.3.5 கோழை மாதிரி சேகரித்தல்

நீர் உறிஞ்சாத கோழைக்கலன்களோ அல்லது அகன்ற வாயுள்ள கலன்களோ கோழை சேகரிக்கப்பயன்படுகிறது. நோயாளியிடம் கலனைக் கொடுத்து நன்றாக கிருமி நுரையீரலிருந்து மாதிரி எடுக்க வேண்டும் என்றும், மூக்கு அல்லது தொண்டைப் பகுதியிலுள்ள கோழையை சேகரிக்க வேண்டாம் என்றும் அறிவுறுத்த வேண்டும். மாதிரி பல் துலக்குவதற்கும், உணவு உட்கொள்ளுவதற்கும் முன்பு சேகரிக்கப்படுவது நல்லது. வாய் நீரினால் கொப்பளிக்கப் படலாம். ஆனால் நச்செதிர் வாய் பராமரிப்பு கரைசல்களை மாதிரி சேகரிக்கும் முன் பயன்படுத்தக் கூடாது.

8.3.6 மலம் மாதிரி சேகரித்தல்

நீர் உறிஞ்சாத ஒரு முறைப்பயன்படுத்தும் கோழைக்கலன்களோ அல்லது வாயகன்ற கலன்களோ சரியான அறிவுரைகளுடன் வழங்கப்பட வேண்டும். நோயாளி படுக்கை மலத்தொட்டியில் மலம் கழிப்பார். ஒரு சிறிய அளவு மலத்தை சிறிய குச்சியாலோ அல்லது ஸ்பாட்டுலாவாலோ எடுத்து கலனில் போட வேண்டும். பின்பு அந்த ஸ்பாட்டுலா அல்லது குச்சியைக் குப்பைத் தொட்டியில் போட வேண்டும்.

மாதிரி சேகரித்தலில் செவிலியின் பொறுப்புகள்

1. ஆய்வக சீட்டை முழுமை செய்.
2. மாதிரியை எடுத்துச்செல்வதற்கு வசதியான இடத்தில் வை.
3. மாதிரியின் அசாதாரண நிலை, அமைப்பு மற்றும் அனுப்பப்பட்டதை பதிவு செய்.
4. மாதிரி சேகரித்த கலனின் மீது நோயாளியின் விபரங்கள் அடங்கிய சீட்டை ஒட்டு.

8.3.6.1 வழக்கமான பரிசோதனைகளுக்காக மலம் மாதிரி சேகரித்தல்

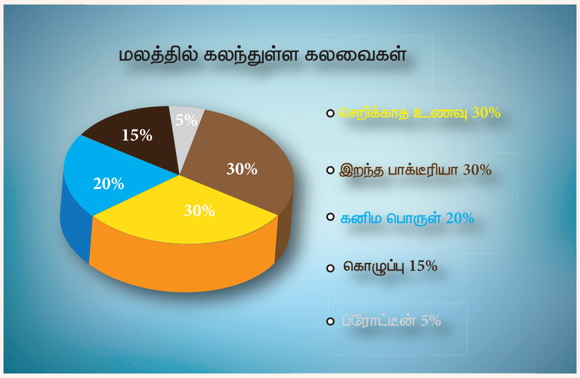
வரையறை

ஆய்வக பரிசோதனைகளுக்காக சிறிதளவு மலம் மாதிரியை கலத்தில் சேகரித்தல்

நோக்கம்

மலத்தின் சாதாரண மற்றும் அசாதாரண தன்மையை அறிய

உங்களுக்குத் தெரியுமா?



தேவையானப்பொருட்கள்

1. சுத்தமான மாதிரி சேகரிக்கும் கலன் ஒன்று.
2. காய்ந்த ஸ்பட்டுலா (Spatula) (தட்டைக்கரண்டி). கலத்தினுள் மாதிரியை இட.
3. உலர்ந்த படுக்கை மலத்தொட்டி (படுக்கையில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு சுத்தம் செய்வதற்கும் கழுவுவதற்கும், மற்றொரு படுக்கை மலத்தொட்டி.
4. ஆய்வக உத்தரவுச்சீட்டு.
5. சுத்தமான கையுறைகள்.

www.tnschoolbooks.in

6. காகிதம் (பயன்படுத்திய ஸ்பட்டுலாவைசுற்ற).
7. தண்ணீர் (படுக்கையிலுள்ள நோயாளிகளுக்கு).
8. துண்டுதுணிகள் / டவல்.

செய்முறை

வ. எண்	செவிலிய செயல்	காரணம்
1	மருத்துவரின் உத்தரவையும், செவிலிய திட்டத்தையும் கவனி	தேவையான செய்திகளையும், அறிவுரைகளையும் பெறு
2	நோயாளியை உறுதிசெய்	சரியான நோயாளிக்கு சரியான செய்முறையை செய்ய பயன்படும்
3	செய்முறையை விளக்கிக்கூறு. அவள்/அவர் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதைக் கூறு	சரியான முறையில் மாதிரியைச் சேகரிக்க உதவும்
4	அடையாளச் சீட்டு ஒட்டப்பட்ட கலனையும் அடையாளச் சீட்டையும் நோயாளியிடம் கொடுத்து கழிவுத் தொட்டியில் மலம் கழிக்கும் படியாகவும், அதனுள் சிறுநீர் கழித்து மாசுப்படுத்தக் கூடாது எனவும் கூறு	
5	கையுறைகளை அணிந்து கொள்	
6	படுக்கையிலுள்ள நோயாளியை படுக்கை மலத் தொட்டியில் இருக்குமாறு உதவி செய்	
7	அறிவுரைகளுடன் அவரை தனியாக விடு	
8	முடிந்தவுடன் படுக்கை மலத் தொட்டியை அப்புறப்படுத்து. இரண்டாவது மலத்தொட்டியை சுத்தம் செய்வதற்காக வை	
9	கெட்டியான மலம் என்றால் 2 செ.மீ. அளவுக்கும், திரவ வடிவ பேதி யென்றால் 20 மிலி to 30 மி.லி சேகரி	
10	மலம் சேகரித்த பின் சரியான படிவங்களுடன் ஆய்வகத்துக்கு அனுப்பு	
11	பொருட்களை சுத்தம் செய்து அதற்குரிய இடங்களில் வை. (திரும்ப பயன்படுத்தும் பொருட்கள் மட்டும்)	
12	உபயோகித்த ஸ்பாட்டுலாவை காகிதத்தில் சுற்றி அப்புறப்படுத்து	குறுக்கு நோய்த் தொற்றைத் தடுக்க
13	கைகளைக் கழுவி உலர வை	
14	தகவல்களை நோயாளியின் குறிப்பேட்டில் குறித்து வை	

சிறப்பு குறிப்புகள்

1. மாதிரிகள் ஒட்டுண்ணி பரிசோதனைக்காக சேகரிக்கப்படும் பொழுது உடனடியாக அனுப்பப்பட வேண்டும். அதனால் நுண்ணோக்கினால் புதியனவாகவும், வெதுவெதுப்பான நிலையும், சாத்தியமான நிலையில் பரிசோதிக்கப்படுகின்றன.
2. இரத்த ஒழுக்கு உள்ள மூலங்களோ அல்லது சிறுநீரில் இரத்தம் (haematuria) காணப்பட்டாலோ உடனடியாக தெரிவிக்க வேண்டும்.
3. பெண்களக்கு மாதாவிடாய் காலமானால் பரிசோதனையை 3 நாட்களுக்கு தள்ளி போட வேண்டும்.
4. போலிக் அமில மாத்திரைகள் இரத்தம் குறைதலை தடுக்கும் மாத்திரைகள் பேரியம், பிஸ்மத், தாது எண்ணெய், வைட்டமின் சி மற்றும்

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 161 19-02-2019 16:03:59

ஆன்டிபையாட்டிக்குகள் பரிசோதனையின் முடிவை பாதிக்கும்.

5. நடமாட முடியாத நோயாளிகளுக்கு 2 படுக்கை மலத்தொட்டிகளை பயன்படுத்த வேண்டும். ஒன்று மாதிரியை சேகரிக்கவும் மற்றொன்று சுத்தம் செய்யவும்.

8.4 சிறுநீர் பரிசோதனைகள்

8.4.1 சர்க்கரை பரிசோதனை – பெனிடிக்ட் பரிசோதனை

பெனிடிக்ட் சோதனை இரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவைக் அறிவதற்கு செய்யப்படும் பரிசோதனைகளில் இது பரவலாக செய்யப்படும் பரிசோதனையாகும். சர்க்கரையின் அளவைக் குறைத்தல் என்பது கார்போஹைட்ரேட் அடங்கியவைகள் அல்லது அல்டிஹைடு, கீட்டோனுறுப்பு மூலக்கூறுகளைக் குறைத்தலாகும். இது எல்லா ஒற்றை சர்க்கரைகளை (எ.கா. குளுக்கோஸ், ப்ரக்டோஸ், காலக்டோஸ்) மற்றும் பல இரட்டை சர்க்கரைகளை (லாக்டோஸ், மால்டோஸ்) உள்ளடக்கியது.

சிறுநீரில் குளுக்கோஸ் இருப்பதைக் கண்டறிய பெனடிக்ட் பரிசோதனை பயன்படுகிறது. சிறுநீரில் சர்க்கரை காணப்படுதல் நீரழிவு நோயின் அறிகுறியாகும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

சிறுநீரில் கலந்துள்ள கலவைகள்

- 95% சதவிகிதமான சாதாரண சிறுநீர், நீரின் காரணமாக அமைந்துள்ளது.

கரிம கலவை

- யூரியா
- யூரோபிலினோஜன்
- யூரிக் அமிலம்
- கிரியேட்டினைன்
- அமினோ அமிலங்கள்
- ஹார்மோன்களின் வளர்சிதை மாற்றத்தில் உருவானது

கனிம கலவை

- எதிர்மின்துகள்கள்
  Na^+, K^+, Ca^{2+}, NH_4^+
- நேர்மின்துகள்கள்
  Cl-, SO42-, HCO3-, HPO4-

8.4.2 தேவையான பொருட்கள்

பெனிடிக்ட் கரைசல்: (புதியகரைசல் அல்லது – 3 மாதத்திற்குமேற்படாதது)

ட்ராப்பர், சோதனைக்குழாய், சோதனைக்குழாய் தாங்கி, சாராய விளக்கு, தீப்பெட்டி, கழிவுத் த ட்டு, கலன்கள்

பெனிடிக் கரைசலின் தரத்தை நிர்ணயித்தல்

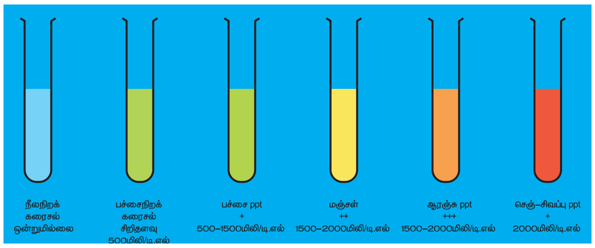
பெனிடிக்ட் கரைசல் ஊதா நிறத்திலுள்ளது. இதன் உண்மைத் தன்மையை அறிய ஒரு சோதனைக் குழாயில் 5.மி.லி பெனடிக்ட் கரைசலை எடுத்து சூடுபடுத்தும் பொழுது அதன் நிறம் மாறா விட்டால் அதனைப் பயன்படுத்தலாம்.

8.4.3 செய்முறை

- ஒரு சோதனைக்குழாயில் 5.மிலி. (1 தேக்கரண்டி) பெனடிக்ட் கரைசலை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- சோதனைக் குழாயை தாங்கியால் பிடித்து ஸ்பிரிட் விளக்கினால் கொதிக்கும் வரை சூடுபடுத்து.
- 8 – 10 சொட்டுகள் சிறுநீரை கொதிக்கும் பெனடிக்ட் கரைசலுடன் சேர்.
- திரும்பவும் கொதிக்க வைத்து குளிர வை.
- குளிரும் பொழுது திரவத்தின் நிறம் மாறுகிறது.
- கலர் மாறுதலையும், வீழ் படி வையும் கவனி.

8.4.4 முடிவு

கலவையின் நிறம் சிறுநீரில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவைக் குறிப்பதாக உள்ளது.



(ppt – வீழ்படிவுறுதல்)

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 162 19-02-2019 16:04:01

www.tnschoolbooks.in

நிறம்	சுமாராக குளுக்கோஸ் அளவு Mg/d1	
நீலம்		+
பச்சை நிறம்	500 –1000 mg/dl	+
மஞ்சள் நிறம்	1000-1500 mg/dl	++
ஆரஞ்சு நிறம்	1500-2000 mg/dl	+++
செங்கல் சிவப்பு நிறம்	72000 mg/dl	++++

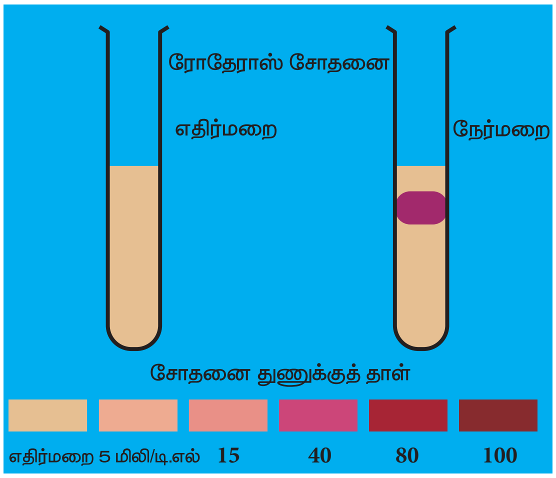
8.4.5 அல்புமின் பரிசோதனை

- சோதனைக் குழாயில் ¾ பங்கு வடி கட்டிய சிறுநீரை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் (வடிகட்டுதல் சீழை நீக்கும்).
- சிறுநீரின் தன்மையை சோதித்துப்பார். சிறுநீர் காரத்தன்மையுடன் காணப்பட்டால் ஒரு துளி அசிட்டிக் அமிலத்தை சேர்ப்பதால் அமிலத் தன்மையுடையும்.
- சோதனைக் குழாயின் மேல் பாகத்தை ஸ்பிரிட் விளக்கால் சூடுபடுத்தி கொதிக்கவை.
- கலங்கல் தன்மை காணப்பட்டால் அல்புமினோ அல்லது பாஸ்பேட் உப்புகளோ காரணமாக இருக்கலாம்.
- சோதனைக்குழாயில் சில துளி அசிட்டிக் அமிலத்தை சொட்டு சொட்டாக விடு.
- தொடர்ந்து கலங்கலாக காணப்பட்டால் அல்புமின் இருப்பதைக் காட்டுகிறது.
- கலங்கல் தன்மை மாறி தெளிவாகக் காணப்பட்டால் பாஸ்பேட் உப்புகளாக இருக்கலாம்.
- சாதாரணமாக சிறுநீரில் அல்புமின் காணப்படுவதில்லை.
- சிறுநீர் அதிக அமிலத்தன்மையுடனோ அல்லது அதிகக் காரத் தன்மையுடனோ காணப்பட்டால் முடிவுகள் சரியானவைகளாக இராது.

8.4.6 அசிட்டோன் பரிசோதனை

- ஒரு சோதனைக்குழாயில் 5. மிலி சிறுநீர் எடுத்து அதனுடன் அம்மோனியம் சல்பேட்டைச் சேர்க்கவும்.
- சிறிதளவு சோடியம் நைட்ரோ புருசைடு படிகங்களைச் சேர்த்து நன்றாக கலக்கு.
- சோதனைக்குழாயின் சுவர்களின் வழியாக சிறிதளவு திரவ அம்மோனியாவை சேர்.
- இரண்டு திரவங்களும் சேருமிடத்தில் ஊதா நிற வளையம் தோன்றினால் அசிட்டோன் இருப்பதைக் காட்டுகிறது.

சர்க்கரையின் அளவை கண்டறிதல்



8.4.7 சிறப்பு குறிப்புகள்

- வினைப்பொருள்கள் (reagent) காய்ந்த 86°F அல்லது 30°Cக்கும் குறைந்த வெப்பநிலையில் வைக்கவும்.
- ரியஜெண்ட் மாத்திரைகளையும், குச்சிகளையும் (Reagent tablets and strips) குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கக் கூடாது
- டப்பாவின் மூடியை அழுத்தமாக மூடி வைக்கவும்.
- நிற மாறிய அல்லது காலாவதியானவைகளைப் பயன்படுத்தக்கூடாது.

8.4.8 பித்த உப்புகளுக்கான பரிசோதனை (ஹே பரிசோதனை – Hey's test)

- ஒரு சோதனைக்குழாயில் அரையளவு சிறுநீரை நிரப்பிக் கொள்ளவும்.
- சல்பர் (sulphur) பொடியை சிறுநீரின் மேல் தூவவும்.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 163 19-02-2019 16:04:01

- சல்பர் துகள்கள் சிறுநீரில் மூழ்கி அடியில் சென்றால் சிறுநீரில் பித்த உப்புகள் உள்ளன எனப்பொருள்
- ஏனெனில் பித்த உப்புகள் சிறுநீரின் பரப்பு இழுவிசையைக் குறைத்து சல்பர் பொடிகளை மூழ்க வைக்கின்றன.

8.4.9 பித்த நிறமிகளுக்கான பரிசோதனை

- சோதனைக்குழாயில் ¾ பாகம் சிறுநீரால் நிரப்பவும்
- சோதனைக்குழாயின் சுவர்களின் வழியாக அயோடின் துளிகளைச் சேர்க்கவும். அயோடின் சிறுநீரின் மீது படலமாக மாறும்
- இரு கரைசல்களும் இணையும் இடத்தில் பச்சைநிறம் தோன்றினால் பித்த நிறமிகள் உள்ளன.
- சிறுநீரைஅப்புறப்படுத்தி சோதனைக் குழாயை கழுவவும்.

8.5 நோயாளியின் குளியலுக்கு உதவி செய்தல் (Helping in Bathing the patient)

படுக்கைக் குளியல் என்பது யார் படுக்கையிலேயே தனது குளியலை செய்து சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளும் நிலையில் இருக்கிறார்களோ அவர்களுக்கு செய்யப்படுவது ஆகும். படுக்கை குளியல் தோலை சுத்தப்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல் தோலினை கிருமி தொற்றுக்களில் இருந்தும் காப்பாற்றுகிறது. இது நோயாளியை நல்ல நிலையில் ஓய்வெடுக்கவும், அதன் மூலம் நோயாளி தன்னை நன்றாக இருப்பதாக உணரவும் உதவி செய்கின்றது. மனிதன் தன்னால் முடிந்தளவிற்கு தன்னை சுத்தப்படுத்திக் கொள்ள முயல வேண்டும். பலவகை குளியலை நோயாளி தனது தேவைக்கு ஏற்றவாறு செவிலியரைக் கொண்டு செய்து கொள்ளலாம். மேலும் குளியல் பலவகையான தோல் நோய்களை சரி செய்து சிகிச்சை நடிவடிக்கைகளை மேற் கொள்ளவும் பயன்படுகிறது.

8.5.1 சிகிச்சைக் குளியலின் வகைகள் (Types of Therapeutic Bath)

சிட்ஸ் குளியல்	–	**வலி மற்றும் வீக்கத்தையும், மலக்குடல் மற்றும் பெரினியல் பகுதியில் குறைப்பதற்கும்** மூலம் மற்றும் மலக்குடல் வெடிப்புக்கு செய்யப்படும் குளியல் மற்றும் அறுவை சிகிச்சைக்கு பின்பும் வலியை குறைக்க பயன்படுகிறது.
சுடு தண்ணீர் குளியல்	–	தசைப்பிடிப்பையும், தசை இறுக்கத்தையும் நீக்க பயன்படுகிறது.
வெது வெதுப்பான குளியல்	–	இது தண்ணீருக்குள் உடலின் பாகங்களை மூழ்கச் செய்து செய்யப்படுவதாகும். இதனால் உடல் ஓய்வாகவும், புத்துணர்ச்சியுடனும் இருக்கும்.
குளிர்ந்த நீர் குளியல்	–	இக்குளியலின் மூலம் உடல் வெப்பம் குறைக்கப்படுகிறது. மேலும் தசை இறுக்கத்தினையும் குறைக்கின்றது
ஓட்மீல் அல்லது அவென்யூ குளியல்	–	இது தோலின் எரிச்சலை நீக்கி, வறண்ட செதில் உள்ள தோலுக்கு மென்மையையும், ஈரத்தன்மையையும் தருகின்றது.
மக்காச்சோளமாவு:	–	தோலின் எரிச்சலைக் குறைக்கிறது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

WTF fun fact #4986

முற்கால ஸ்காந்திநேவிய கடற்கொள்ளை வீரர்கள், குளியலை வாரத்திற்கு ஒருமுறை தூய்மைக் குரிய விஷயமாக கருதினார்கள்

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 164 19-02-2019 16:04:01

8.5.2 படுக்கைக் குளியல் (Bed Bath)

வரையறை

படுக்கையிலிருக்கும் நோயாளிக்கு படுக்கையில் கொடுக்கும் குளியல்

8.5.2.1 நோக்கங்கள் (Purpose)

- தோலை சுத்தப்படுத்துவதால் அழுக்கு, பாக்டீரியா போன்றவை நீக்கப்படுகிறது.
- தோலில் உள்ள கழிவுகளை அகற்ற பயன்படுகிறது.
- படுக்கைப் புண்ணிலிருந்து காக்கின்றது
- இரத்த ஓட்டத்தை தூண்டுகிறது.
- நோயாளிக்கு ஆறுதலாகவும், ஊக்கமளிக்கக் கூடியதாகவும் உள்ளது.
- உடல் வெப்பத்தை முறைப்படுத்துகின்றது
- சோர்வினைக் குறைக்கின்றது.
- தானே மற்றும் மற்றவர்கள் மூலம் செய்யப்படும் உடற்பயிற்சி மூலமாக இரத்த ஓட்டத்தை சீராக இருக்கச் செய்கிறது.
- புத்துணர்வுடனும், நலமுடனும் இருக்கச் செய்கிறது.

8.5.2.2 தேவையான பொருட்கள் (Articles Needed)

- இரப்பர் துணி, 2 போர்வை.
- உபயோகத்திற்குப்பின் தூக்கி எறியக் கூடியகையுறைகள்.
- தண்ணீர்பேசின் – ஒன்றில்வெந்நீர், ஒன்றில்தண்ணீர்.
- மெல்லிய குறைந்த எடையுடைய பருத்தி. அல்லது கம்பளியினாலான போர்வை.
- துண்டு – துடைக்கும் துணி.
- சோப்பு, பவுடர், லோசன், வாசனைப்பொருட்கள்.
- கத்திரிக்கோல், நகவெட்டி.
- சீப்பு, தலைவாரும் பிரஷ், எண்ணெய்.
- டூத்பிரஷ், டூத்பேஸ்ட், வாய் பாதுகாப்புப் பொருட்கள்.
- கழிவுத்தட்டு, பேப்பர் பை.
- உள்ளாடைகள், சுத்தமான படுக்கைத்துணிகள்.

8.5.2.3 நோயாளியையும் தொகுதியையும் தயார்படுத்துதல்

1. சன்னல், கதவு போன்றவற்றை மூட வேண்டும். இதனால் அறையின் வெப்பம் கட்டுக்குள் இருக்கும்.
2. நோயாளியிடம் செய்யப் போவதை விளக்கிக் கூற வேண்டும். படுக்கைக் குளியலுக்கு தேவையானவை தவிர மற்றவற்றை அப்புறப்படுத்த வேண்டும்.
3. எல்லாப் பொருட்களையும், படுக்கைக்கு அருகில் ஒழுங்கு படுத்த வேண்டும். கைகளைக் கழுவி கையுறைகளை அணிந்துகொள்.
4. மறைவிடத்தை உண்டாக்கு. தேவையான பொருட்களை படுக்கையினருகே கொண்டு செல்.
5. படுக்கையின் உயரத்தை வசதிக்கு ஏற்றவாறு தனது வேலைக்கு ஏற்றவாறும் செவிலி சரிசெய்து கொள்ள வேண்டும். பேஸினை வெதுவெதுப்பான நீரினால் நிரப்பு. நீரின் வெப்ப நிலைகட்டாயம் 115° F வரை இருக்க வேண்டும். (46°C) இதனை தெர்மாமீட்டரைக் கொண்டு உறுதிபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.
6. மென்மையான போர்வையினை கொண்டு நோயாளியை மூட வேண்டும். நோயாளியின் துணியை அகற்றி மேல் விரிப்பினால் நோயாளியை மறைக்க வேண்டும்.
7. போர்வைக் கொண்டு மூடுவதன் மூலம் நோயாளியின் உடல் வெப்பம் வெளியேறாமல் காக்கின்றது. மேலும் திரைச்சீலையினால் மறைப்பதால் நோயாளி பாதுகாப்பு உணர்வுடன் இருப்பார்.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 165 19-02-2019 16:04:01

8. தேவைப்படின் சிறுநீர் கோப்பை மற்றும் படுக்கை கழிகலனையும் கொடுக்க வேண்டும்.
9. நோயாளி நேராக படுக்க முடியும் என்றால் தேவையில்லாத தலையணைகளையும், முதுகுதாங்கியையும் நீக்கி விட வேண்டும்.
10. கையுறைகளை அகற்றி கைகளை கழுவு.
11. மல்லார்ந்த நிலையில் படுக்கையின் ஓரத்தில் நோயாளியை படுக்க வை.

8.5.2.4 செய்முறை

1. சன்னல் அல்லது கதவு இவைகளை மூட வேண்டும். நோயாளியை சுற்றி திரைச்சீலை போட வேண்டும். (குளிர் மற்றும் வெளிப்படுத்தலை தடுக்க முடியும்).
2. பொருளையெல்லாம் நோயாளியின் படுக்கைக்கு அருகில் கொண்டு வரவும்.
3. எல்லாவற்றையும் படுக்கைக்கு அருகில் ஒழுங்குபடுத்தவும்.
4. செய்முறையை நோயாளியிடம் சொல்லி அவர்களின் அனுமதியை பெறவும்.
5. படுக்கையை இரப்பர் சீட் மற்றும் படுக்கை விரிப்பு விரித்து பாதுகாக்கவும்.
6. நோயாளியின் துணியை அகற்றிவிட்டு மருத்துவமனையின் விரிப்பின் மூலம் மறைக்கவும்.
7. தண்ணீரை ஒரு பாத்திரத்தில் எடுத்து பிறகு முதுகுபுறத்தை சுத்தம் செய்யவும். தண்ணீரின் வெப்பம் இதமாக இருக்க வேண்டும்.
8. பாத்திரத்தில் நீரை எடுத்து செவிலியர் தன் பின் கையை நனைத்து நீரின் வெப்பநிலையை கண்டு கொள்ள வேண்டும். நீரின் வெப்பநிலை கை பொறுக்கக்கூடிய அளவிற்கு இருக்க வேண்டும். நோயாளியின் முகத்தை துடைக்க வேண்டும்.
9. சோப்பை தடவி, நோயாளியின் முகம், காது, முன்கழுத்து ஆகியவற்றை கழுவி ஒரு துணியால் துடைக்கவும்.
10. முதலில் இடது கையையும் பிறகு மற்றொரு கையும் கழுவ வேண்டும். விரலை நன்றாக சுத்தம் செய்ய வேண்டும். ஒரு பாத்திரத்தில் கைகளை வைக்கலாம்.
11. போர்வையை மார்பு பாகம் வரை அகற்றி நோயாளியின் கையை தலையின் அடியில் வைக்க வேண்டும். பிறகு அக்குளைச் சுத்தம் செய்ய வேண்டும். மார்பையும், வயிற்று பாகத்தை சுத்தம் செய்யவும்.
12. தண்ணீரை மாற்றி, ஒரு புறம் திருப்பவும். பிறகு கழுவவும்.
13. இடது காலையும், வலது காலையும் கழுவி முட்டியை நன்றாக கழுவ வேண்டும். பெட்பானைக் கொடுத்து நோயாளியை இடுப்பை கழுவ சொல்ல வேண்டும். அவரால் செய்ய இயலவில்லை என்றால் நாம் அதைச் செய்ய வேண்டும்.
14. பின்புறத்தை alcohol மூலம் தடவுங்கள். நல்ல இரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிக்கவும் செய்ய வேண்டும். அழுத்த பாகத்தை நன்றாக கவனிக்க வேண்டும்.
15. பவுடர் இருந்தால் தடவவும். அது நோயாளியின் தோலை பொருத்து இருக்கும். தோல் சுருங்கி இருந்தால் பவுடரை தடவுவதை நிறுத்த வேண்டும்.
16. நோயாளிக்கு சிறுநீர் சொட்டு சொட்டாக வந்தால் சிங்கு கிரிம் தடவவும்.
17. மாக்கின்டேஷை சுருட்டவும், அழுக்கு துணியை மாற்றவும். நோயாளியைத் துணியால் மூடி, மேல் புறத்தில் உள்ள துணியை அகற்றவும்.
18. நோயாளிக்கு உடைகளை அணிவித்து மேல்விரிப்பை நீக்கவும்.
19. நோயாளியின் படுக்கையை துய்மைபடுத்தி சரி செய்ய வேண்டும்.
20. நோயாளிக்கு வெதுவெதுப்பான பானத்தை கொடுக்கவும்.
21. படுக்கை பக்கத்தில் உள்ள பொருளை அகற்ற வேண்டும்.

22. அந்த பொருளை எல்லாம் கழுவிய பிறகு அதை சரியான இடத்தில் வைக்க வேண்டும்.

23. அழுக்குத் துணியை சலவைக்கு அனுப்ப வேண்டும்.

8.5.2.5 குளியலுக்குப் பின் (After the Bath)

- கை, கால், பாதம் மற்றும் உடலில் பிற வறண்ட பகுதிகளுக்கு களிம்பை தடவவும். உடை அணிய உதவவும். வாய், தலை, பாதம் அல்லது நகம் பராமரிப்புக்கு உதவவும்.
- கழுவியபின் அழுக்கு நீரைக் கொட்டவும். பின்னர் பேசினை கழுவி சுத்தம் செய்யவும். குளியலுக்கு பயன்படுத்திய அனைத்து பொருட்களையும் உரிய இடத்தில் வைக்கவும்.
- நோயாளியின் உடல் வெப்பநிலை 101°F (38.3°C) க்கு மேல் இருந்தால் குளிர் நடுக்கம் வரும்
- அழுத்தப்பரப்புகளில் சிவந்த நிறம் உள்ளதா எனக் காண வேண்டும். இப்பகுதிகளின் தோல் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறது அல்லது தொற்றினால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறது என உறுதி செய்யலாம்.
- நோயாளியின் புண் / உடல் நலக்குறைவு பற்றி கரிசனம் அல்லது கேள்விகள் இருந்தால் தெரியப்படுத்தவும்.
- உடனடியான கவனிப்பு கீழ்க்காணும் நேரங்களில் அவசியம்.
  - திடீரென மூச்சுத்திணரல் ஏற்பட்டால்.
  - மாரடைப்புக்கான அறிகுறிகள் தோன்றினால்.
  - நெஞ்சுவலி அல்லது அழுத்தம். கைகள், தாடை, முதுகு ஆகிய பகுதிகளில் பரவினால், அல்லது குமட்டல் மூச்சு விடுவதில் சிரமம் மற்றும் வியர்த்தல் போன்றவைகள் ஆகும்.

8.6 படுக்கைப் புண்கள் (Pressure Ulcer)

8.6.1 வரையறை

படுக்கைப்புண்கள் சாதாரணமாக அழுத்தப்புண்கள் அழுத்த காயங்கள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன. படுக்கைப்புண் என்பது முதுகுத்தோல்கள் மிருதுவாக உள்ளதால் உடல் எடை முதுகுப்புறத்தில் தாங்கப்படும் போது தோலில் அழுத்தம் ஏற்பட்டு தோல் பிளந்து புண் உண்டாகும். இது தோலில் அல்லது தோலுக்கு அடியில் உள்ள திசுக்களின் பாதிப்பால் ஏற்படுகிறது. எலும்புகளுக்கு மேல் உள்ள தோலின் மீது அழுத்தம் மற்றும் உராய்வு ஏற்படுவதன் காரணமாக ஏற்படுகிறது. நெடுநாள் படுக்கையில் படுத்திருக்கும் நோயாளிக்கு அழுத்தத்தினால் ஏற்படும் புண், படுக்கைப்புண் எனப்படும்.

கீழ்க்காணும் பகுதிகளில் புண்கள் ஏற்பட வாய்ப்புகள் அதிகம் உள்ளது. அவைகள் ஸேக்ரம் (Sacrum), காக்சிஸ் (Coccyx), குதிகால், இடுப்புப்பகுதி, முழங்கைகள், கணுக்கால், தோள் பட்டையின் பின் பகுதி அல்லது தலையின் (Cranium) பின்பகுதி போன்ற பகுதிகள் ஆகும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

8.6.2 காரணங்கள்

தோலின் மெதுவான திசுக்கள் அழுத்தத்தின் காரணமாக இரத்த ஓட்டம் முழுமையாகவோ அல்லது பகுதியாகவோ பாதிக்கப்படுவதால் ஏற்படுகிறது. வெட்டுகளின் காரணமாகவும் அமைகின்றன. ஏனெனில் தோலுக்கு இரத்தம் அளிக்கும் இரத்தக்குழாய்கள் இழுக்கப்படுகின்றன. அழுத்தப்புண்கள் சாதாரணமாக நடமாட முடியாதவர்களுக்கும்,

www.tnschoolbooks.in

படுக்கையிலே இருக்கும் நோயாளிகளுக்கும் ஏற்படுகின்றன.

அல்லது சக்கர நாற்காலியில் உள்ளவர்களுக்கும் ஏற்படுகிறது.

படுக்கைப் புண்கள் ஏற்பட 4 காரணிகள்

வெளிப்புற அழுத்தம்: உடலின் வெளிப்புறங்களிலோ, முக்கியமாக எலும்பு புடைப்புகளின் மீதோ அழுத்தம் ஏற்படும் பொழுது இரத்த தந்துகிகள் நசுக்கப்படுகிறது. இதனால் திசுக்களுக்கு ஆக்ஸிஜன் மற்றும் ஊட்டச்சத்துக்கள் குறைகின்றன. இத்துடன் வீக்கம், ஆஸ்டியோமைலட்டிஸ், நோய்த்தொற்று, திசுக்களின் இறப்பு மற்றும் படுக்கைப்புண் ஏற்படுகிறது. வெளிப்புற அழுத்தத்தின் காரணமாக சேக்ரம் மற்றும் காக்கிஸ், இடுப்பெலும்பு மற்றும் குதிகால்களில் படுக்கைப்புண்கள் ஏற்படுகின்றன.

உராய்வு: உராய்வின் காரணமாக தோலுக்கடியில் உள்ள இரத்தக்குழாய்கள் பாதிக்கப்படுகின்றன. இரண்டு பரப்புகள் ஒன்றுடன் ஒன்று உராய்வதன் காரணமாக அமைகின்றன. முழங்கைக்கு அடியில் உள்ள தோல் உராய்வின் காரணமாகப் பாதிக்கப்படுகிறது. நோயாளியின் முதுகு நோயாளியை இழுப்பதாலோ, தள்ளுவண்டிக்கு நோயாளியை மாற்றும் பொழுது துணியை இழுப்பதாலோ பாதிக்கப்படுகிறது.

வெட்டுதல் (Shearing): கீழ்ப்புற திசுக்களிலிருந்து தோல் தனியாகவருதல். நோயாளி உட்கார்ந்த நிலையில் இருக்கும் பொழுது தோல் படுக்கைத் துணியோடு ஒட்டிக் கொண்டிருக்கலாம். இந்நிலையில் அசைத்தல் தோலை திசுக்களிலிருந்து கீழ் நோக்கி வர செய்கிறது.

ஈரம்: அழுத்தப்புண்கள் ஏற்பட ஈரமும் முக்கிய காரணியாகிறது. வியர்வை, சிறுநீர், மலம் காயங்களிலிருந்து வரும் ஒழுக்குகள் போன்றவை அழுத்தம், உராய்வு மற்றும் பெயர்தல் ஏற்பட்டதை அதிகப்படுத்துகிறது. இவை சுற்றியுள்ளதோலை மெலிவுறச் செய்வதால் அழுத்தப்புண்கள் ஏற்பட அதிக காரணமாகின்றன.

8.6.3 அடையாளங்களும் அறிகுறிகளும்

படுக்கைப்புண்ணின் தொடக்க அறிகுறிகளாவன

- தோலின் நிறத்திலும் தன்மையிலும் அசாதாரண மாற்றம்.
- வீக்கம் (swelling).
- தொடும் போது வலி உணர்தல் (tenderness).
- சீழ் ஒழுகுதல்.
- வசதியின்மை (discomfort).
- தோலின் வெப்பநிலை மற்ற பகுதியிலுள்ள தோலை விட குறைவாகவோ அல்லது வெது வெதுப்பாக இருத்தல்.
- நீர்வீக்கம் (local edema).
- சில நாட்களில் தோலின் நிறம் கரு நீலமாகவோ, நீலமாகவோ மாறுதல்.
- தொடர்ந்த அழுத்தத்தின் காரணமாக இரத்த ஓட்டம் தடைபட்டு திசு இறப்பு ஏற்படுவதன் காரணமாக அந்த இடத்தில் திசு அழுகல் ஏற்படுகிறது.

8.6.4 படுக்கைப் புண்ணின் நிலைகள்

நிலை 1

எலும்பின் மேலுள்ள தசைகள் சிவப்பு நிறமாக தோன்றுதல்.

நிலை 2

சிறிதளவு தோல் இழப்புடன் ஆழமில்லாத திறந்த காயம் அழுகல் இல்லாமல் இளஞ்சிவப்பு நிறத்துடன் காணப்படல். திறந்த அல்லது மூடிய கொப்புளத்தினுள் அழுகல் இல்லாமல் காணப்படல். இந்த நிலை தோல் சிதைதல், தீக்காயம், பெரினியல் டெர்மடைடிஸ், தோலுறிதல் ஆகியவைகளை விளக்க பயன்படக் கூடாது.

நிலை 3

தோல் முழுவதும் இழந்து போதல் தோலடிக் கொழுப்பு காணப்படலாம். ஆனால் எலும்பு, நார் மற்றும் தசைகள் வெளித்தெரிவதில்லை.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 168 19-02-2019 16:04:02

www.tnschoolbooks.in

நிலை 4

தோலின் முழுப்பகுதியும் அழிந்து வருவதுடன் தோல், தசைநார், தசைகள், எலும்புகள் வெளித்தெரிகின்றன. சில இடங்களின் காயங்களில் தசை அழுகல் காணப்படலாம். சுரங்கம் மற்றும் குடைவு போன்ற அமைப்புகள் காணப்படுகின்றன.

நிலைகளுக்கு அப்பாற்பட்டது

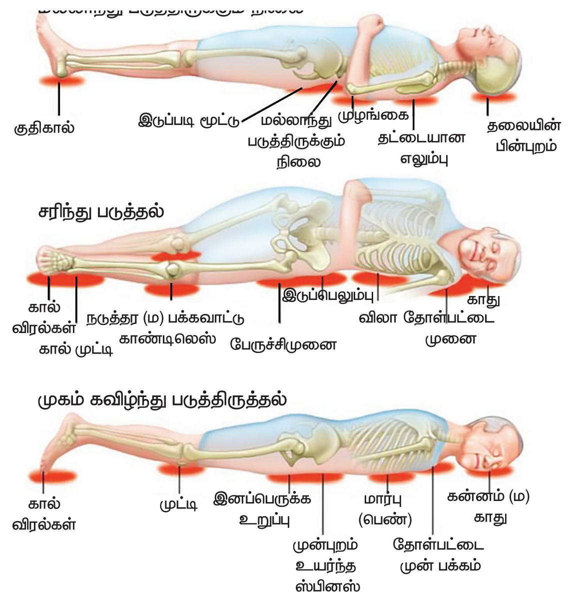
தசையின் முழுப்பகுதியும் அழிந்ததுடன் காயம் முழுவதும் தசை அழுகலால் மூடப்பட்டிருக்கும் (மஞ்சள், பழுப்பு, சாம்பல்நிறம், பச்சைஅல்லதுப்ரௌன்) காயம் (பழுப்புப்ரௌன் அல்லது கருமை) நிறத்தில் காணப்படும். அழுகின தசையும், காய்ந்த காயமும் முழுவதும் நீக்கப்படா விட்டால் காயத்தின் ஆழத்தை கண்டறிதல் கடினம்.

சந்தேகத்திற்குரிய ஆழமான திசுக்காயம்

கருநீல அல்லது கருஞ்சிவப்பு நிறமாற்றம் தோலில் காணப்படுதல் அல்லது படுக்கை புண்ணாலோ தீக்காயத்தாலோ மென்மையான திசுக்கள் பாதிக்கப்படும் பொழுதோ இரத்தம் நிரம்பிய கொப்புளங்கள் ஏற்படுதல். அந்தப்பகுதியிள் உள்ள திசுக்களின் வலி மிகுந்ததாகவும், மென்மையாகவும் அருகில் உள்ள திசுக்களின் வெப்பநிலையை விட கூடுதலாகவோ அல்லது குறைவாகவோ இருக்கும். ஆழமான தசைக்காயம் கருமையான தோல் நிறமுடையவர்களிடையே கண்டறிதல் கடினம். காயத்தின் மீது மெலிதான கொப்புளம் காணப்பட்டால் கண்டறியலாம். இந்தக்காயம் பின்னர் காய்ந்த காயமாக மாறலாம்.

8.6.5 அழுத்தப்புண்கள் ஏற்பட வாய்ப்புள்ள இடங்கள்

படம் அழுத்தப்புண்கள் ஏற்பட வாய்ப்புள்ள இடங்கள்



8.6.6 காரணிகள்

ஆபத்தை உண்டாக்கும் காரணிகளாவன:

- அசையாமை.
- நீரழிவுநோய்.
- இரத்த ஓட்ட சம்பந்தமான நோய்கள்.
- ஊட்டச்சத்து குறைவு.
- மூளை இரத்தக்குழாய் விபத்து குறைந்த இரத்த அழுத்தம்.
- 70 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்.
- புகைபிடிப்பவர்.
- காய்ந்ததோல்.
- குறைந்த எடை உடையவர்கள்.
- மலம் மற்றும் சிறுநீர் அடக்க முடியாமை.
- கட்டுகள்.
- புற்று நோய் மற்றும் முந்தைய படுக்கைப்புண்கள்.

8.6.7 தடுத்தல்

8.6.7.1 அழுத்தத்தை சீராக்குதல்

படுக்கைப்புண்கள் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளவர்களுக்கும் படுக்கைப்புண் உள்ளவர்களுக்கும் கொடுக்கப்படும் முக்கிய

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 169 19-02-2019 16:04:04

www.tnschoolbooks.in

பராமரிப்பு என்னவெனில் அழுத்தத்தை சீராக்குதல் ஆகும். ஆதலால் படுக்கைப்புண்ணின் மீது அழுத்தம் ஏற்படுவதில்லை.

8.6.7.2 பரப்புகளுக்கு பாதுகாப்பு அளித்தல்

தசை பரப்புகளுக்கு பாதுகாப்பு அளிக்கும் பொழுது அவை உடல் எடையை மூழ்குதல் அல்லது உறையாக பாதுகாத்தல் மூலமாக அழுத்தத்தை சீராக பரப்புகிறது. படுக்கைப் புண்ணைத் தடுக்கும் மெத்தை, குஷன், போன்றவை பலகாற்றறைகளைக் கொண்டிருப்பதால் உடல் பரப்பு பாதுகாக்கப்படுகிறது. தற்காலத்தில் இந்தப் பொருட்களின் தன்மையும் உழைப்பும் தகுதிப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. பக்கவாதம் உள்ள நோயாளிகளுக்கு தள்ளுவண்டி குஷன் (Wheel Chair Cushion) பயன்படுத்துவதால் அழுத்தம் ஒழுங்கான முறையில் மாற்றப்படுகிறது. தோலின் வெப்பம் மற்றும் ஈரப்பதத்தை தோல் கட்டுப்படுத்துதல் நுண் வெப்பநிலை தகவமைப்பு எனப்படுகிறது. இதுவே படுக்கைப்புண்ணைத் தடுப்பதிலும் கட்டுப்படுத்துவதிலும் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

8.6.7.3 உணவூட்டம்

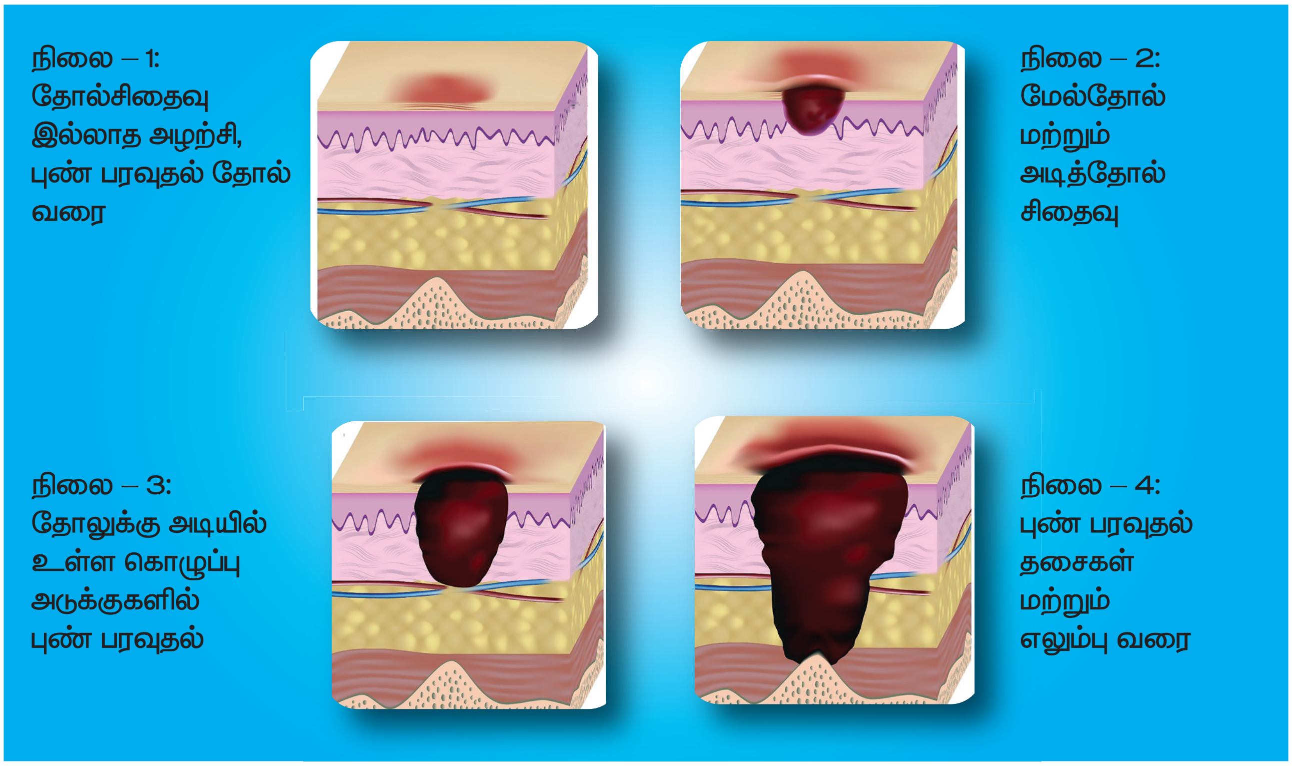
போதுமான அளவு புரதம் மற்றும் கலோரி உணவு உட்கொள்ளல் அவசியமானது. வைட்டமின் C படுக்கைப் புண் ஏற்படுவதைக் குறைக்கிறது. படுக்கையிலுள்ள நோயாளிகள் அதிக அளவு வைட்டமின் 'C' எடுத்துக் கொள்ளும் பொழுது குறைந்த அளவு படுக்கைப்புண் ஏற்படுகிறது.

8.6.7.4 சிகிச்சை

ஓய்வு, தசை பரப்புகளை பாதுகாத்தல், உணவூட்டம், நிலைமாற்றம், புண்ணுக்கு சிகிச்சை, மின்தூண்டுதல் போன்ற சிகிச்சையளிக்க வேண்டும். இந்த அறிவியல் முறைகள் குறைவான அளவே பழக்கத்தில் இருந்தாலும் சிறந்த முறையில் பாதுகாப்பு அளிக்கின்றன.

கீழ்க்கண்ட நடைமுறைகள் பின்பற்றப்பட வேண்டும்:

- காயத்தில் அழுத்தம் ஏற்படுவதைத்தடுக்க: நிலைமாற்றம் அல்லது பஞ்சுதிண்டுகள் அல்லது தலையணைகள் போன்றவற்றை



Nursing General_Tamil Ch-8.indd 170 19-02-2019 16:04:11

பயன்படுத்தி உடலின் அழுத்தப் பரப்புகளை பாதுகாக்க வேண்டும்.

- காயத்தை சுத்தப்படுத்துதல்: காயத்தை சுத்தப்படுத்துதல் சிறிய காயங்கள் சோப்பும் நீராலும் கழுவப்படலாம். திறந்த புண்கள் கட்டுத்துணிகள் மாற்றும் பொழுது சலைன் கரைசலால் (உப்புக்கரைசல்) கழுவப்பட வேண்டும்.
- சிறுநீர் ஒழுகுதல்:
- சிறுநீர் ஒழுகுதலை பராமரித்தல் வேண்டும்.
- இறந்த திசுக்களை அப்புறப்படுத்துதல்:

  இறந்த அல்லது நோய்தொற்றுள்ள திசுவினால் காயம் குணமடைவதில்லை. ஆதலால் அழுகிய தசைகள் நீக்கப்பட வேண்டும்.
- கட்டுகட்டுதல் காயத்தை பாதுகாத்து குணமடைதலை ஊக்கப்படுத்துகிறது. இறந்த திசுக்களை சிலக்கட்டுகள் அழிப்பதால் நோய் தொற்றுதல் தடுக்கப்படுகிறது.
- வாய்வழி ஆன்டிபயாடிக்குகள் அல்லது ஆன்டிபயாடிக்களிம்புகள் நோய்தொற்றிற்கு சிகிச்சை அளிக்க பயன்படுத்தலாம்.

8.6.7.5 இறந்த திசு நீக்கம்

படுக்கைப் புண்களிலிருந்து இறந்த திசுக்கள் நீக்கப்பட வேண்டும். குதிகால் இதிலிருந்து விலக்கு அளிக்கப்படுகிறது. ஏனெனில் கால்களுக்கு குறைந்த அளவில் இரத்தம் செல்லுவதால் இறந்த திசுக்களில் பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சி அதிகமாக இருப்பதால் காயங்கள் குணமடைதலின் வேகம் குறைகிறது. இறந்த திசுக்களை அகற்ற வழிகள் உள்ளன.

1. **இறந்த திசு தானே அழிதல் நீக்கம்:-** ஈரமான கட்டுகளின் மூலம் உடலின் என்சைம்கள் மற்றும் வெள்ளை அணுக்களால் இறந்த திசுக்கள் தானே அழிய ஊக்குவிக்கப்படுகின்றன. நோய் எதிர்ப்பு சக்தி நன்றாக உள்ளவர்களிடையே, இம்முறை மிகவும் பயனுள்ளது மட்டுமல்லாமல் வலியில்லாத மிகவும் மெதுவாக நடைபெறும் முறையாகும்.
2. **இறந்த திசு உயிரியல் முறையில் நீக்கம்:-** அல்லது மேக்காட் இறந்த திசு நீக்கம் (maggot) மருத்துவப் புழுக்களை பயன்படுத்தி இறந்த திசுக்களை உண்ண வைப்பதன் மூலம் காயங்களில் உள்ள பாக்டீரியாக்கள் அழிக்கப்படுகின்றன. 2004 ஆம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் FDA இந்தப் புழுக்களை உயிருள்ள மருத்துவ சாதனமாக பயன்படுத்த அனுமதித்தது.
3. **இறந்த திசு இரசாயன முறையில் நீக்கம் அல்லது என்சை மடிக் முறையில் நீக்கம்:-** உத்தர விடப்பட்ட சில என்சைம்களை பயன்படுத்தி காயங்களில் உள்ள இறந்த திசுக்களை நீக்கப்படுகின்றன.
4. **இறந்த திசு எந்திர முறையில் நீக்கம்:-** நீர்ச்சுழி அல்லது அல்ட்ராசவுண்டுகளை பயன்படுத்தி காயத்திலுள்ள இறந்த திசு நீக்கப்படுகிறது.
5. **இறந்த திசு அறுவை சிகிச்சை முறையில் நீக்கம்:-**அறுவை சிகிச்சை நிபுணரால் வேகமாக இறந்த திசுக்களை நீக்கும் முறையாகும்.

8.6.7.6 கட்டு கட்டுதல்

கட்டு கட்டுதலுக்கான குறிப்புகள்:

கட்டு கட்டுதல் முறைகள்

1. **குறைந்த அளவு கழிவு:-** சல்லாத்துணியால் கட்டி ஒட்டுதல்.
2. **குறைந்த அளவு அதிக அளவு கசிவு:-** மிருதுவான கட்டு கட்டி ஒட்டுதல்.
3. **அடிக்கடி நனைதல்** ஹைட்ரோகொலாய்ட் கட்டுகள்.
4. **மிருதுவான தோல்:-** மீள் தன்மையுள்ள சல்லாத்துணி அல்லது வலை.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 171 19-02-2019 16:04:11

8.7 முதுகு பராமரிப்பு

8.7.1 வரையறை

அறிவியல் முறையில் முதுகு மஸாஜிங் என்பது பலவிதமான மஸாஜ் முறைகளைப் பின்பற்றி அடித்திசு இரத்த ஓட்டத்தைத் தூண்டி நோயாளிக்கு புத்துணர்ச்சி மற்றும் வசதியளித்தலாகும்.

8.7.2 நோக்கம்

- தசை இறுக்கத்தைக் குறைக்க.
- உடல் மற்றும் மனநலத்தை அதிகரிக்க.
- துக்கமின்மையைக் குறைக்க.
- இரத்த ஓட்டத்தை தூண்ட.
- தோலின் நிலையைக் கவனிக்க.
- படுக்கைப்புண்களைத் தடுக்க.

8.7.3 தவிர்க்கப்பட வேண்டியவர்கள்

கீழ்கண்ட நோயாளிகளுக்கு தவிர்க்கப்பட வேண்டும்

- விலா எலும்பு முறிவு.
- தீக்காயம்.
- கொரனரி ஆர்ட்டரி பைபாஸ் அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின் உடனடியாக.
- முதுகு எலும்பு முறிவுகள்.
- முதுகில் அறுவை சிகிச்சை.

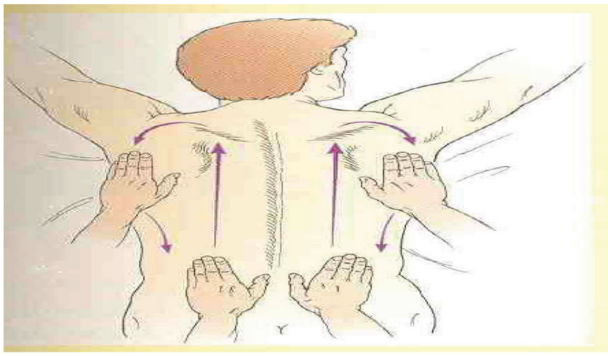
8.7.4 தேவையானப் பொருட்கள்

- லோஷன் அல்லது எண்ணெய்.
- டவல்.
- போர்வை.
- சோப்.
- துடைக்கும்துணி.
- பேசினில் வெதுவெதுப்பான நீர்.
- ரப்பர்ஷீட், ட்ராஷீட்.

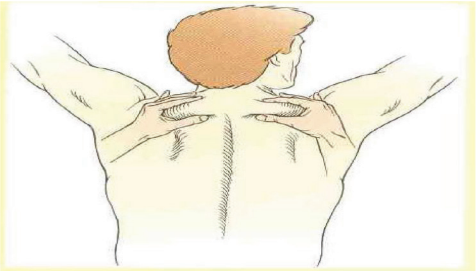
நோயாளிக்கு சுகாதாரத் தேவைகள் தேவைப்படுமாயின் அதன் பின் மஸாஜ் கொடுக்கப்படலாம்.

8.7.5 உருவும் (massage) முறைகள்

மெதுவாக அழுத்துதல்: (Effleurage) உள்ளங்கைகளையும் விரல்நுனிகளையும் பயன்படுத்த வேண்டும். நீளமான தட்டுதல்களும் மெலிதான அழுத்தல்களும் மாறிமாறி செய்தவன் மூலம் தசையின் முடிச்சுகளும் பிடிப்புகளும் அகற்றப்படுகின்றன.



பிசைதல்: (Petrissage) பிசைதல் உடலின் அழமான திசுக்களை ஊடுறுவுதல் பிசைதல் முலம் நடைபெறுகிறது. விரல்களைப் பயன்படுத்தி பிசைவதன் மூலம் பிழியப்பட்டு மற்ற மஸாஜ் முறைகள் செய்வதற்கு தயார் படுத்தப்படுகிறது.



அழுத்தித்தட்டுதல் அல்லது தாளகதி முறை: (Tapotement or Rhythmic Tapping)

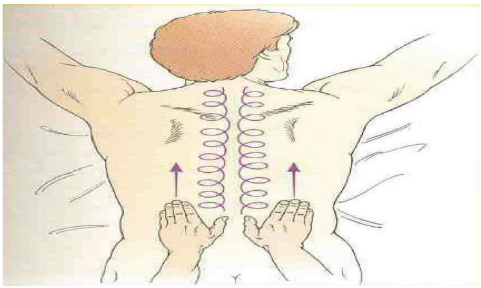
அழுத்தித்தட்டுதல் அல்லது தாளகதி முறையில் கட்டுதல் மூடிய கைகளைக் கொண்டு தளகதி முறையில் தட்டுதல் தசைகளை இளக்க மடையச் செய்யவும் வலுவுட்டவும் தசைகள் அசைக்கப்படுகின்றன.

உராய்வு: (Friction)

தசையில் வெப்பத்தை உண்டாக்குவதன் மூலம் தசைகளைத் தளர்வுறச் செய்கிறது. இரண்டு கையின்

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 172 19-02-2019 16:04:11

விரல்களையும் நோயாளியின் முதுகில் வேகமாக தேய்ப்பதன் மூலம் உராய்வின் மூலம் வெப்பம் உண்டாக்கப்படுகிறது. இந்த முறை ஆழமான மஸாஜ் தேய்தலுக்கு முன்பு பயன்படுகிறது.



அதிர்வு அல்லது குலுக்கல்: (Vibration or Shaking) கையின் பின்புறத்தையோ அல்லது விரல் நுனிகளையோ பயன்படுத்தி தசைகளை தளர்வுறச் செய்கிறது. உடலின் தசைகளை அசைப்பதன் மூலம் தசைகள் தளர்வுறுகின்றன.

8.7.6 செய்முறை

- நோயாளிக்கு செய்முறையையும் இருக்க வேண்டிய நிலையையும் விளக்கிக்கூறு.
- படுக்கையின் உயரத்தை வசதியான அளவுக்கு அமை.
- வெளிச்சம், வெப்பநிலை மற்றும் ஒலியின் அளவை அறையில் வசதியான நிலையில் அமை.
- படுக்கையை சுற்றி திரையிடு. நோயாளியை குப்புறப்படுத்த நிலை அல்லது சூழ்நிலையில் படுக்கவை.
- நோயாளியின் முதுகு, தோள்பட்டை, மேற்கைகள் மற்றும் புட்டத்தை திறந்து வை. மீதமுள்ள பகுதியை போர்வையால் மூடு.
- கைகளை வெதுவெதுப்பான நீரினால் கழுவு
- தடவப்படும் லோஷன் ஈரமாகவும் குளிராகவும் இருக்கும் என்பதை தெரியப்படுத்து.
- சேக்ரம் பகுதியில் கைகளை வைத்து வட்ட சுழற்சியாக மஸாஜ் செய், புட்டத்திலிருந்து தோள் பட்டை நோக்கிதட்டு.
- ஒரு மெதுவான தட்டுதலை புட்டத்தின் மேல்பகுதியிலிருந்து கரங்கள் மற்றும் முதுகின் பக்கங்கள் மற்றும் இருப்பின் பக்கங்கள் ஆகியவற்றில் செய்.
- முழு செய்முறையும் முடியும் வரையில் நோயாளியின் முதுகில் இருந்து கைகளை நீக்காதே.
- மெதுவாக தட்டுதலை மூன்று நிமிடத்துக்கு செய்.
- முதுகுத் தண்டின் இருபக்கங்களிலும் புட்டத்திலிருந்து தோள்பட்டை வரை பிசைதலை செய்.
- அழுத்தித் தட்டுதலை 2 நிமிடங்கள் செய்.
- மற்ற மஸாஜ் முறைகளை குறைந்தபட்சம் 2 முறைசெய்.
- எண்ணெய் அல்லது உயவுப் பொருட்களைத் தேவையான அளவு தடவு.
- அதிகப்படியான எண்ணெய் அல்லது உயவுப் பொருளை டவலால் துடைத்து எடு.
- நோயாளி தன் உடைகளை அணிய உதவி செய்.
- வசதியான நிலையில் நோயாளியை படுக்க வைக்கவும்.
- தேவையானால் படுக்கை கம்பிகளை இழு.
- ஈரமான டவலை அப்புறப்படுத்தி கைகளைக்கழுவு.
- மஸாஜின் முடிவுகளையும் தோலின் தன்மையையும் குறிப்பேட்டில் குறிக்கவும்.

8.7.7 சிறப்பு கவனிப்புகள்

- இரத்த அழுத்தம் மற்றும் நாடித்துடிப்பில் மாறுதலுள்ள நோயாளிகளுக்கு நாடித்துடிப்பையும் இரத்த அழுத்தத்தையும் கவனி.
- கலாச்சார பிண்ணனிகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடு.
- தோலில் நிறமாற்றம் காணப்பட்டால் மஸாஜ் செய்யாதே.
- பின்புற மஸாஜ் குறைந்தபட்சம் 5 – 10 நிமிடங்கள் எடுப்பதால் நோயாளியின் படுக்கை குளியலுடனோ தூங்குவதற்கு முன்போ அல்லது பகலின் எந்த நேரத்திலும் கொடுக்கப்படலாம்.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 173 19-02-2019 16:04:11

www.tnschoolbooks.in

- ஒவ்வாமையோ அல்லது தோலின் எதிர்ப்புணர்ச்சியோ உள்ளதா என்பதை லோஷனை தடவுவதன் முன் உறுதிப்படுத்து.
- மஸாஜின் தாளகதியும் நோயாளியின் சுவாசமும் ஒன்றாக இணையும் பொழுது சரியான தசைத் தளர்வுறுதல் ஏற்படுகிறது.

8.8 வெப்பம் மற்றும் குளிர் முறைகள்

8.8.1 வரையறை

வெப்பம் அளித்தல் என்பது ஈரமான அல்லது உலர்முறையில் சூடான பொருளை தோலின் மீது அளிப்பதால் வலி, வீக்கம் ஆகியவைகளை குறைக்கிறது. வெதுவெதுப்பை அளிக்கிறது. சீழை உருவாக்குகிறது. குணமடைதலை முன்னேற்றுகிறது. தசை இறுக்கத்தைக் குறைத்து சுரப்புகளை மிருதுவாக்குகிறது.

குளிர் அளித்தல் என்பது ஈர அல்லது உலர் முறையில் தோலின் மீது குளிர்ந்த பொருட்களை அளிப்பதால் வலியும் வெப்பநிலையும் குறைகிறது. குறிப்பிட்ட பகுதியை மரத்துப் போகப் பண்ணுகிறது. இரத்த ஒழுகலைக் குறைக்கிறது. பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சி கட்டுப் படுத்தப்படுகிறது. தசை அழுகலைத் தடுக்கிறது. வீக்கத்தைக் குறைக்கிறது. நோய்த்தொற்றைக் குறைக்கிறது.

8.8.2 வகைப்பாடு

வெப்பம் அளித்தலின் வகைகள்

- குறிப்பிட்ட பகுதியில்
  - உலர்ந்தமுறை
    - வெந்நீர்ப்பைகள்
    - வேதியியல் வெந்நீர்ப்பை
    - அகச்சிவப்புக் கதிர்கள்,
    - புற ஊதாக் கதிர்கள்
    - குருகிய வெப்ப சிகிச்சை
    - சூடான விளக்குகள் மின்தொட்டில்
    - மின்ஒத்தடம்
  - ஈரமுறை
    - சூடான மூழ்குதாகள்
    - வெப்பக் குளியல்கள்
    - வெப்ப ஒத்தடம்
    - கட்டு மருந்துகள்
    - ஸ்டூப்ஸ்
    - பாராபின் குளியல்
    - சூடானதிண்டுகள்
- பொதுவாக
  - உலர்ந்த முறை
    - சூரியக் குளியல்
    - மின்தொட்டில்
    - கம்பளிப் படுக்கை
  - ஈரமுறை
    - ஆவிக்குளியல்
    - சூடானக்கட்டு நீர்ச்சுழி
    - குழியல் முழுவதுமாக
    - மூழ்கிய குளியல்

குளிர்ச்சி அளித்தலின் வகைகள்

- குறிப்பிட்ட பகுதி
  - உலர் குளிர்ச்சி
    - பனிக்கட்டி பை
    - பனிக்கட்டி காலர்
    - குளிர் போர்வை
    - குளிர் தொட்டில்
  - ஈர குளிர்ச்சி
    - பனிக்கட்டி நீர்
    - குளிர் பெருக்கி
    - ஆவியாகும் லோசன்
- பொதுவாக
  - உலர் குளிர்ச்சி
    - வெப்ப நிலை
    - மிகவும் குறைதல்
  - ஈர குளிர்ச்சி
    - குளிர் துடைப்பு
    - குளிர் குளியல்
    - குளிர் சுருட்டல்

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 174 19-02-2019 16:04:11

www.tnschoolbooks.in

8.8.3 வெப்பம் மற்றும் குளிர் அளித்தலின் விளைவுகள்

வெப்பம் அளித்தலின் விளைவுகள்	குளிர்அளித்தலின் விளைவுகள்
இரத்த நாள விரிவாக்கம்	இரத்த நாளத்தை விரிவாக்குதலை குறைக்கிறது.
தந்துகிகளின் ஊடுருவு திறனை அதிகரித்தல்	தந்துகிகளின் ஊடுருவு திறனை குறைக்கிறது.
அதிகப்படியான ஆக்ஸிஜனை உட்கொள்ள	ஆக்ஸிஜன் உட்கொள்ளுதலைக் குறைக்கிறது.
மெட்டபாலிசம் அளவை அதிகரிக்க	மெட்டபாலிச அளவைக் குறைக்கிறது.
இரத்த அடர்த்தியை சரியாக்க	இரத்த அடர்த்தியைக் குறைக்கிறது.
தசை இறுக்கத்தை குறைக்க	தசைத் திறனை அதிகரிக்கிறது
இரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிக்க	இரத்த ஓட்டத்தைக் குறைக்கிறது.
நிணநீர் ஓட்டத்தை அதிகரிக்க	நிணநீர் ஓட்டத்தைக் குறைக்கிறது.
வெள்ளை அணுக்களின் இயக்கத்தை அதிகரிக்க	வெள்ளை அணுக்களின் இயக்கத்தைக் குறைக்கிறது.

8.8.4 குறிப்பிட்ட பகுதியில் வெப்பம் அளிப்பதன் மருத்துவ பயன்கள்

- வெப்பம் வலியைக் குறைக்கிறது.
- வெப்பம் தசைத்திறனைக் குறைக்கிறது.
- வெப்பம் குணமடைதலை விரைவாக்குகிறது.
- ஆழமான திசுக்களில் சீழ்பிடித்தலைத் தடுக்கிறது.
- வெதுவெதுப்பை அளிக்கிறது.
- பெரிஸ்டால்ஸிஸ் அசைவுகளைத் தூண்டுகிறது.

8.8.5 குளிர் அளித்தலின் மருத்துவ பயன்கள்

- குளிர் வலியை நீக்குகிறது.
- திசு அழுகலை தடுக்கிறது.
- அழற்சியை குறைத்து நீர் சேர்தலை (Oedema) தடுக்கிறது.
- இரத்த ஒழுக்கைக் கட்டுப்படுத்துகிறது.
- பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சியை கட்டுப்படுத்துகிறது.
- உடல் வெப்பநிலையைக் குறைக்கிறது.
- குறிப்பிட்ட இடத்தை குளிர் உணர்வற்று போகச் செய்கிறது.

8.8.6 வெப்பம் மற்றும் குளிர் அளித்தலின் விதிகள்

1. நீர் ஒரு சிறந்த வெப்பக் கடத்தி.
2. காற்று வெப்பத்தை சரியாக கடத்துவதில்லை.
3. வெப்பம் பொதுவாக வெப்பம் அதிகமுள்ள இடத்திலிருந்து குறைவான இடத்திற்கு செல்லுகிறது.
4. ஈரத்திற்கு அதிக நேரம் தோல் கட்டுப்படுவதால் தோல் உரிதலும் உடைதலும் அதிகமாகி முழுமையான தோலின் பாதுகாப்பு குறைகிறது.
5. தோல் அதிக நேரம் ஈரமாக வைக்கப்படும்பொழுது ஆவியாகல் மூலம் குளிர்ச்சியடைகிறது.
6. நீராவி அடங்கியிருத்தல் வெப்பம் அளித்தலின்போது வெப்பநிலையை உயர்த்துகிறது.
7. எண்ணெய் வெப்பம் புகாப் பொருளாக செயல்பட்டு வெப்பம் பரவுதலைத் தடுக்கிறது.
8. கம்பளித் துணிகள் பருத்தித் துணிகளைவிட ஈரப்பதத்தை மெதுவாக உட்கிரகித்து நீண்ட நேரம் தக்க வைத்து மெதுவாக குளிர்ச்சியடைகிறது.
9. நீரில் மூழ்கியிருக்கும்பொழுது உடல் லேசாவதால் நீருக்கடியில் உடற்பயிற்சிகள் சிறிதளவு முயற்சியுடன் செய்யப்படலாம்.
10. வெப்பம் தாங்கும் தன்மை ஒவ்வொருவரின் இடம் மற்றும் பரப்பளவைப் பொறுத்து மாறுபடுகிறது.
11. தோலின் உணர்ச்சி, நரம்புகளின் முனைகள் குளிர், வெப்பம், வலி மற்றும் அழுத்தத்தை

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 175 19-02-2019 16:04:11

அறிவிக்கின்றன. இந்த உணர்ச்சிகள் மூளையில் விளக்கப்படுகின்றன.

12. உராய்வு வெப்பத்தை உண்டாக்குகின்றன.

8.8.7 வெப்பம் அளித்தல் தேவைப்படாதோர்

- புற்று நோளிகளுக்கு வெப்பம் உதவிபுரியாது.
- சிறுநீரகம், இருதயம் மற்றும் நுரையீரல் பாதிப்படைந்தவர்களுக்கு வெப்பம் பயன்படாது.
- நேரிடையாக அழற்சி பகுதிகளில் வெப்பம் அளிக்கப்படக்கூடாது.
- பக்கவாதம், பலவீனம் உள்ளவர்களுக்கு வெப்பம் அளிக்கக் கூடாது.
- திறந்த காயங்களின் மீது பயன்படுத்தக்கூடாது.
- சிரை அல்லது நிணநீர் நோயினால் ஏற்படும் வீக்கத்துக்கு வெப்பம் அளிக்கக் கூடாது.
- மெட்டபாலிப் பிரச்சினை உள்ள நோயாளிகளுக்கு வெப்பம் அளிக்கக் கூடாது.
- சிறிய குழந்தைகளுக்கும், வயதானவர்களுக்கும் வெப்பம் அளிக்கக் கூடாது.
- அதிக வெப்பநிலையில், காய்ச்சலில் இருக்கும் நோயாளிகளுக்கு வெப்பம் அளிக்கக் கூடாது.

8.8.8 குளிர் அளித்தல் தேவைப்படாதோர்

- அதிர்ச்சி மற்றும் உடல் செயல் இழந்து போனவர்களுக்கு குளிர் அளிக்கக் கூடாது.
- உடல் வீக்கம் இருக்கும்பொழுது குளிர் அளிக்கக் கூடாது.
- இரத்த ஓட்ட சம்பந்தமாக பிரச்சினை உள்ள நோயாளிகளுக்கு குளிர் அளிக்கக் கூடாது.
- குறைந்த அளவு தொடு உணர்வு உள்ள நோயாளிகளுக்கு குளிர் அளிக்கக் கூடாது.
- உடல் நடுக்கம் மற்றும் மிகவும் குறைந்த வெப்ப நிலை உள்ள நோயாளிகளுக்கு குளிர் அளிக்கக் கூடாது.
- நோய் தொற்று உள்ள காயங்களின் மீது குளிர் அளிக்கக் கூடாது.

8.8.9 வெப்பம் மற்றும் குளிர் அளித்தலின் சிக்கல்கள்

வெப்பம் அளித்தல்	குளிர் அளித்தல்
வலி	வலி
தீக்காயம்	கொப்புளம் மற்றும் தோல் உடைதல்
தோல் உரிந்து போதல்	தோல் உரிந்து போதல்
தோலில் சிவந்த நிறம்	சாம்பல் மற்றும் ஊதா நிற மாற்றம்
வீக்கம்	இரத்தக் கட்டி உருவாதல்
வெளிறுதல் (இரண்டாம் நிலை விளைவு)	சிவந்த நிறம் (இரண்டாம் நிலை விளைவு)
அதிக வெப்பநிலை	குறைந்த வெப்பநிலை

8.8.10 பொதுவான எச்சரிக்கைகள்

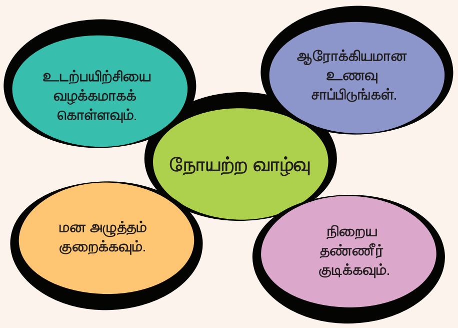
- வெப்பம் மற்றும் குளிர் அளித்தபின்னும் முன்பும் நோயாளியின் நிலையை கவனி.
- சிகிச்சை நடைபெறும் காலம் முழுவதும் உடலின் சாதாரண வெப்பநிலையை பராமரி.
- நோயாளியை பாதுகாப்பான வெப்பநிலையில் வைத்திரு.
- நோயாளியை குற்றலை வெப்ப சிகிச்சை மற்றும் மின் வெப்ப திண்டுகள் போன்றவற்றின் வெப்ப நிலையை தானே சீரமைக்க அனுமதிக்காதே.
- நோயாளியின் சிறிய புகார்களைக் கூட அலட்சியப்படுத்தாதே.
- நோயாளி சிகிச்சை அளித்தலின் உபகரணங்களை எளிதாக அப்புறப்படுத்தக்கூடிய நிலையில் இருப்பதை உறுதி செய்.
- நோயாளியின் கைக்கெட்டும் தூரத்தில் அழைப்பு மணியை வைத்திரு.

- சிகிச்சை அளித்துக் கொண்டிருக்கும்பொழுது நகர முடியாமல் இருக்கும் நோயாளிகளை சிறிதளவு காலத்திற்குக்கூட தனியாக விட்டுச் செல்லாதே.
- ஈர வெப்பம் அளிக்கப்படும் முன் தோலின் மீது சிறிதளவு பெட்ரோலிய ஜெல்லி அல்லது எண்ணெய்யை தடவு.
- திறந்த ஆக்ஸிஜன் உபகரணத்தின் அருகில் மின்சாதனப் பொருட்களை உபயோகப்படுத்தாதே.
- ஒரு சிறிய பொறிக்கூட தீப்பற்றலை உருவாக்கலாம்.
- ஈரமான கரங்களுடன் மின்சாதனப் பொருட்களை கையாளாதே.
- சுய நினைவு இல்லாத நோயாளிகள், மயக்க மருந்து உட்படுத்தப்பட்டவர் அல்லது வலிக்கு எதிர்வினை புரிய முடியாதவர்களுக்கு வெப்பம் மற்றும் குளிர் பொருட்களை கவனமாகக் கையாள்.
- எந்த ஒரு சிக்கலுக்குமான சிறிய அறிகுறி தோன்றுமானால் உடனடியாக செய்முறையை நிறுத்து.
- சிகிச்சை முடிந்தபின் அந்த பகுதியை மெதுவாக தட்டி ஈரத்தை நீக்கு. தேய்க்காதே.
- அதிகப்படியான காய்ச்சலின்போது உடலின் வெப்பநிலையை படிப்படியாகவும், சீராகவும் குறை. உடனடியாக குளிர்வித்தல் நோயாளிக்கு அபாயத்தை உண்டு பண்ணும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

அனுபவம் உன்னை முழு மனிதனாக்குகிறது.
நீ செய்தால் நினைவில் வைத்திருப்பாய்.
ஆகையால் இவ்வாறு செய்து பழகு.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?



பாடச்சுருக்கம்

இந்தப் பாடம் நோயாளிக்கு செவிலி பராமரிப்பின் அடிப்படை நடைமுறைகளையும், செய்முறைகளையும், செய்யவேண்டியதின் அவசியத்தையும் அறிமுகப்படுத்துகிறது. செவிலியப்பராமரிப்பின் அம்சங்களை அறிவியல் பூர்வமாகவும், செய்முறை கொள்கைகள் மற்றும் செவிலி பராமரிப்பை கண்கானிப்பதும் அவசியமாகிறது. செய்முறைகளை கையாளும் மேலாண்மையானதும், உணர்வுபூர்வமானதும் வேறுபட்டதுமாகும். நோயாளியை செவிலி பராமரிப்பது முக்கியமான கலையும், திறமை சார்ந்ததுமான தொழிலாகும். அறிவு, திறமை மற்றும் அணுகுமுறை போன்றவற்றை போதுமான அளவு பெற்றுக்கொள்வதால் நுகர்வோர் செவிலிய பராமரிப்பில் திருப்தியடைவார்.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

மாணவர்களை ஒவ்வொரு குழுவிலும் ஐந்து, ஆறு பேர் இருக்குமாறு சிறு குழுக்களாக பிரி. ஒரு மாணவர் தலைவரை நியமித்து மற்றவர்களை அக்குழுவின் உறுப்பினராக்கு.

ஆக்ஸிஜன் அளித்தலில் நிறக் குறியீடு மற்றும் ஆக்ஸிஜனின் % அடிப்படையில்

- மாணவர்கள் அந்த நிறத்தின் அடிப்படையில் ஆடை அணிந்து வரவும் மற்றவர்கள் ஆக்ஸிஜன் சதவீதத்தை கண்டறியவும் செய்.
- அந்தந்த நிறங்கள் மற்றும் ஆக்ஸிஜன் அடர்த்திக்கு ஏற்ப ஒரு தொகுப்பை (Album) உருவாக்கு.
- ஆக்ஸிஜன் பெற்றுக் கொண்டிருக்கும் நோயாளிகளின் படங்களை சேகரி.

www.tnschoolbooks.in

ஆசிரியர் செயல்பாடு

- மாணவர்கள் இந்த செயல்முறைகளைக் காணவும், படிக்கவும் ஏதுவாக உள்ளூர் பகுதியில் ஒரு மருத்துவனையை பார்வையிட ஏற்பாடு செய்யலாம்.
- செய்முறைகளை செய்துகாட்டி பின்னர் மாணவர்களை திரும்பச் செய்ய ஊக்குவிக்கலாம்.

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. செவிலியம் என்பது _____________ சார்ந்த தொழில்.
   அ. கலை   ஆ. கௌரவம்
   இ. அறிவு   ஈ. எதுவுமில்லை

2. செவிலிய பராமரிப்பின் முக்கிய செயல்
   அ. செவிலி சார்ந்த பராமரிப்பு
   ஆ. முழுமையான பராமரிப்பு
   இ. நோயாளி சார்ந்த பராமரிப்பு
   ஈ. ஆ மற்றும் இ.

3. குறைந்த அடர்த்தி ஆக்ஸிஜன் கொடுக்கப்படும் முறை
   அ. வெண்ட்சுரி முகமூடி
   ஆ. குழாய்
   இ. முகமூடி
   ஈ. அ மற்றும் இ

4. 24 லிருந்து 25 சதவீத ஆக்ஸிஜன் அடர்த்தி கொடுக்கப்படும் அளவு
   அ. 2 லிட்டர்   ஆ. 3 லிட்டர்
   இ. 1 லிட்டர்   ஈ. 4 லிட்டர்

5. சிறுநீர் பரிசோதனையின்போது மஞ்சள் நிற வீழ்படிவு _______ சர்க்கரை அளவைக் காட்டுகிறது.
   அ. 500mg / dl
   ஆ. 500 – 1000 mg / dl
   இ. 1000 – 1500mg / dl
   ஈ. >1500mg / dl

II. கீழ் வரும் வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

1. அழுத்தப் புண்கள் ஏற்பட ஆபத்தை உண்டாக்கும் காரணிகள் யாவை?
2. முதுகுப் பராமரிப்பின் நோக்கம் யாது?
3. வெப்பம் அளித்தலின் வகைகள் யாவை?
4. குளிர் அளித்தலை வகைப்படுத்துக.
5. சிகிச்சை குளியல்களின் வகைகளை வரிசைப்படுத்துக.

III. குறுகிய விடையளி

1. வெப்பம் மற்றும் குளிர் அளித்தலின் விளைவுகளை அட்டவணைப்படுத்துக.
2. ஆக்ஸிஜன் அளித்தலின் நோக்கங்கள் யாவை?
3. ஆல்புமின் பரிசோதனையை விவரி.
4. அசிட்டோன் பரிசோதனையை விவரி.
5. படுக்கைக் குளியலின் நோக்கங்களை எழுதுக.
6. படுக்கைப் புண்ணின் நிலைகளை வரிசைப்படுத்துக.
7. படுக்கைப் புண்ணின் அடையாளம் மற்றும் அறிகுறிகளை எழுதுக.
8. படுக்கை புண்கள் ஏற்பட வாய்ப்புள்ள இடங்களை வரிசைப்படுத்துக.

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 178 19-02-2019 16:04:12

www.tnschoolbooks.in

9. வெப்பம் மற்றும் குளிர் அளித்தலின் மருத்துவ பயன்களை பதிவு செய்க.
10. கூடார முறையில் ஆக்ஸிஜன் அளித்தலின் நன்மைகள் மற்றும் தீமைகளை எழுதுக.

IV. விரிவான விடையளி

1. சிறுநீர் மாதிரி சேகரித்தலின் செய்முறையை விவரி.
2. சிறுநீர் பரிசோதனையை குறிப்பெழுதுக.
3. படுக்கைப் புண்ணின் நிலைகளை விவரி.
4. முதுகு பராமரிப்பு கொடுக்கும் செய்முறையை விவரி.
5. படுக்கைக் குளியல் செய்முறையை விவரி.

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. வடிகுழாய் (அ) புனல் வகை உபகரணம் (CANNULA) – மெல்லிய குழாய் மூக்கு துவாரங்களின் வழியாக செலுத்தப்பட்டு பிராணவாயு அளிக்கப்படுகிறது.
2. ஈரப்பத மூட்டி (HUMIDIFIER) – காற்றை ஈரப்பதத்துடன் வைத்திருக்க பயன்படும் கருவி
3. மத்திம ஓட்ட (MIDSTREAM) – சிறுநீர் வெளியேற்றும் போது இடைப்பட்ட நேரம்
4. வீழ்படிவுறுதல் (PRECIPITATE) – கலங்கலான மற்றும் மங்கலான பொருட்கள் கீழே தங்குதல்.
5. சர்க்கரை/குளுகோஸ் (GLUCOSE) – எளிய சர்க்கரை பொருள் ஆற்றல் வழங்குவதில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது.
6. ஆல்புமின் (ALBUMIN) – நீரில் கரையக்கூடிய எளிய புரதவகை
7. அசிடோன் (ACETONE) – நிறமற்ற விரைந்து ஆவியாகின்ற திரவ கீட்டோன்

மேற்கோள் நூல்கள்

- Kozierova, B., Erbova, G., Olivierova, R. Ošetrovateľstvo I. A Ii. Dil. Martin: Osveta, 1995. 1474 S. Isbn 80-217-0528-0
- Ctevt, Jica:Nursing Proceduremanual(I), Fundamentals nursing Procedure, 2004 Clement: Basicconceptsonnursingprocedures, Jaypee, 2007
- Patricia Potter Anne Perry Patricia Stockert Amy Hall Fundamentals Of Nursing 8th Edition Ebook Isbn: 9780323293969
- Mosby's Pocket Guide To Nursing Skills & Procedures, 8e (Nursing Pocket Guides) 8th Edition

Nursing General_Tamil Ch-8.indd 179 19-02-2019 16:04:12

www.tnschoolbooks.in

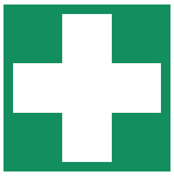
அலகு 9

முதலுதவி

கற்றலின் நோக்கங்கள்

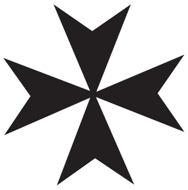
மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- முதலுதவி பற்றி வரையறுத்தல்.
- முதலுதவின் முக்கிய விதிகளை பட்டியலிடுதல்.
- காயம், இரத்த கசிவு மற்றும் அதிர்ச்சி நிலையில் உள்ளவர்களுகான முதலுதவி பற்றி விளக்குதல்.
- எலும்பு முறிவு மற்றும் மூட்டு விலகல் போன்றவை விவரித்தல்.
- பாம்பு கடி, பூச்சி கடி மற்றும் விஷம் போன்றவற்றிக்கான முதலுதவி பற்றி விளக்குதல்.
- இதயத்துடிப்பு மற்றும் நுரையீரல் சுவாசத் தடையை மீட்டல் பற்றி விவரித்தல்.
- மேம்பட்ட இதய நாடித்துடிப்பு ஆதரவு பற்றி விவரித்தல்.
- பேரிடர் மேலாண்மை பற்றி விளக்குதல்.



ISO முதல் உதவிச் சின்னம்

வாழ்க்கை நட்சத்திரம்



மால்டேசே குறுக்கு

செ.ஆண்ட்ரூஸ் முதல் உதவி அடையாளம்

செஞ்சிலுவைச் சங்கம்

9.1 முன்னுரை

பழங்காலத்திலிருந்தே நோய் ஏற்பட்டவர்களுக்கும் மற்றும் காயம் ஏற்பட்டவர்களுக்கும் முதலுதவி கொடுப்பது இருந்து வந்துள்ளது. புனித ஜான் ஆம்புலன்ஸ் இங்கிலாந்தின் சங்கம் மூலமாக உலகம் முழுவதும் ஒழுங்குபடுத்தி எடுத்த கடுமையான முயற்சியின் விளைவாக 1877 ஆம் ஆண்டு முதலுதவி திட்டம் உருவாக்கப்பட்டது.

1920 ஆம் ஆண்டு முதல் இந்தியாவில் செஞ்சிலுவை சங்கம் தொடங்கப்பட்டது. இந்தியா முழுவதும் 400க்கும் மேற்பட்ட நிலைகளுடன் சுகாதாரத்தில் முன்னேற்றம் மற்றும் நோய்களை தடுக்கும் நிலைகளிலும் முன்னேற்றம் அடைந்து மிகப்பெரிய வெற்றிகளை கண்டனர். அன்று முதல், "முதலுதவியின்" உலகளாவிய தேவைகள் மற்றும் பயன்பாடு இந்த நவீன இயந்திர காலத்தில் அதிகரித்து வருகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 180 19-02-2019 16:04:42

முதலுதவி என்னும் கருத்தானது ஜெர்மன் நாட்டை சேர்ந்த புகழ்பெற்ற ஜெனரல் எஸ்மார்ச் எனும் அறுவை சிகிச்சை நிபுணரால் உருவாக்கப்பட்டது.

9.1.1 முதலுதவியின் வரையறை

1. காயம் பட்டவர்களுக்கும் (அ) திடீர் உடல்நலம் பாதிப்படைந்தவர்களுக்கும் சாத்தியமான வகையில் விரைவில் அளிக்கப்படும் எளிய சிகிச்சை முறையாகும்.
2. முதலுதவி என்பது ஆரம்பநிலை உதவியோ சிகிச்சையோ காயம்பட்ட (அ) திடீரென நோயுற்ற நபருக்கு, ஆம்புலன்ஸ் வருவதற்கு முன், மருத்துவர், தகுதிவாய்ந்த நபர் அளிக்கப்படும் "ஆரம்ப நிலை உதவி" ஆகும். முதலுதவி என்பது அத்துடன் முடிவுறும் செயல் அல்ல. அந்நபருக்கு இரண்டாம் நிலை சிகிச்சையின் தேவை உள்ளது என்பதை குறிக்கிறது.

முதலுதவியாளர்

தகுந்த மருத்துவ சிகிச்சை கிடைக்கும் வரை, அவ்விடத்திலேயே அவசரகால சேவையளிக்கும் பயிற்சி பெற்ற நபரே முதலுதவியாளர் ஆவார்.

முதலுதவியாளரின் தன்மைகள்

1. நிதானம்
2. நம்பிக்கை
3. உதவி தேவைப்படும் நேரங்களில் தன்னார்வத்துடன் சேவையளித்தல்.

முதலுதவியின் முக்கியத்துவத்தை நினைவில் கொள்ள 3 முக்கிய (ps) எளிய வழிகள் - பாதுகாக்க, தடுக்க, ஊக்குவிக்க.

முதலுதவியின் நோக்கங்கள் (3 Ps)

1. உயிரை பாதுகாத்தல்.
2. காயங்களை தடுத்துல் / மிகவும் ஆபத்தான நிலைக்கு சென்றுவிடாமல் தடுத்தல்.
3. நோயிலிருந்து ஊக்குவித்து மீட்டுக்கொணர்தல்.

முதலுதவியின் நோக்கம்

முதலுதவியின் நோக்கங்கள்.

1. கண்டறிதல்.
2. சிகிச்சை அளித்தல்
3. பிரச்சனையினைத் தீர்த்தல்

அ) கண்டறிதல்

1. விபத்து (அ) திடீர் காயங்கள் நிகழ்ந்ததற்கான காரணங்களை கண்டறிதல்.
2. காயப்பட்டவரிடமிருந்தும் உடன் இருப்பவரிடமிருந்தும் தகவல்களை சேகரித்தல்.
3. மயக்கம், இரத்த ஒழுக்கு, தாகம், வலி அல்லது நடுக்கம் போன்ற அறிகுறிகள் இருக்கிறதா என்பதை கவனித்தல்.
4. அசாதாரண அடையாளங்களான வீங்குதல், வெளிரிய தன்மை, போன்றவைகளை கவனித்தல்.

ஆ) சிகிச்சை

காயப்பட்டவரிடமிருந்து விபத்துக்கு காரணமானவற்றை அகற்ற வேண்டும். (எ.கா) இயந்திரம் விழுந்திருப்பின் (தீ, மின்சார கம்பி, விஷம்) போன்றவை.

இ) நபரை அகற்றுதல்

காயமடைந்தவரை மருத்துவரிடம் அல்லது மருத்துவமனைக்கு கூடிய விரைவில் எடுத்து செல்ல உதவுதல். குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் உறவினர்களுக்கு தகவலை தெரிவிக்க வேண்டும்.

9.2 முதலுதவியின் விதிகள்

1. முதலில் செயல்படுத்த வேண்டியதை முதலில் வேகமாகவும், அமைதியாகவும்

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 181 19-02-2019 16:04:42

மற்றும் பரபரப்பின்றி பெரும் அச்சத்திற்கு ஆளாகாமல் செய்ய வேண்டும்.

2. காயம் அடைந்த நபருக்கு நம்பிக்கையூட்டுதல்.
3. ABC விதிகளை சரிபார்க்கவும் (உட்சுவாச வழி, சுவாசித்தல், இரத்த ஓட்டம்)
4. தலையை சாய்த்து உட்சுவாச வழியை திறக்க வேண்டும்.
5. சுவாசம் நின்றுபோகின்ற தருணத்தில் செயற்கை சுவாசம் கொடுப்பதற்கு உடனடியாக செயல்பட வேண்டும்.
6. நாடி துடிப்பு நின்று போகின்ற தருணத்தில் வெளிப்புற (External cardiac massage) மார்பின் மீது அழுத்தம் கொடுப்பதன் மூலம் இதய ஓட்டத்தை சரி செய்ய வேண்டும்.
7. இரத்தப் போக்கு ஏதேனும் இருப்பின் நேரடி அழுத்தத்தின் மூலம் அதை நிறுத்த வேண்டும்.
8. அதிர்ச்சிக்கு சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
9. கூட்டம் கூடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.
10. ஆடைகளை தேவையின்றி களையக் கூடாது.
11. காயம்பட்டவரை எடுத்துச்செல்ல ஆம்புலன்ஸ் உடனடியாக ஏற்பாடு செய்திடல் வேண்டும்.
12. காயம்பட்டவர் மருத்துவரிடம் (அ) மருத்துவமனைக்கு விரைவாக செல்லும் வகையில் ஏற்பாடு செய்தல் வேண்டும். காவல் துறையினருக்கும் உறவினர்களுக்கும் விபத்தின் தீவரத்தை பற்றி தெரியப்படுத்த வேண்டும்.

9.3 நோயாளிகளுக்கான முதலுதவி (காயங்கள், இரத்த ஒழுக்கு மற்றும் அதர்ச்சி)

9.3.1 காயங்கள்

காயங்கள் உடலின் மேற்பரப்பில் அல்லது தோலில் ஏற்படும் அசாதாரண வெட்டு / பாதிப்பு காயம் எனப்படும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

அனைத்து புண்களிலும், அது சிறிய வெட்டாக இருந்தாலும் அல்லது சிறிய குத்து புண்ணாக இருந்தாலும் ஆபத்தானவை அப்புண்களில் கிருமிகள் வளர்ந்து தொற்றை உண்டாக்கும்.

காயங்களின் வகைகள்

1. ஊடுருவும் காயம் – இவ்வகை புண்கள் முழு அடர்த்தியான தோலையும் கிழித்து / உடைத்து செல்லக்கூடியவை.
2. ஊடுருவாத காயம் – இவ்வகை புண்கள் தோலை கிழித்து உள்ளே செல்வதில்லை.
3. இதர காயங்கள்.

ஊடுருவும் காயம்	ஊடுருவாத காயம்	இதர புண்கள் காயம்
குத்திய புண்கள் கூர்மையான பொருட்களால் உண்டாகும் காயம்	சிராய்ப்பு காயம் மேல்தோல் அடுக்கிற்கு உராய்வு ஏற்படுத்துதல்	வெப்ப காயம் அதிக வெப்பம் அல்லது குளிர் காரணமாக காயம் உண்டாகுதல்
தோலில் வெட்டு அறுவை சிகிச்சை முறைகளின் போழுது தோலில் வெட்டுபடுதல்	கீறல் காயம் தோல் மற்றும் திசுக்கள் பகுதியாகவோ முழுமையாகவோ (அ) கிழிந்து போதல்	இராசயண காயம் வேதி பொருட்களுடன் நெருங்கிய தொடர்புடன் இருத்தல் அல்லது சுவாசித்தலின் விளைவாக காயம் ஏற்படுதல்
துப்பாக்கி குண்டு காயம் தீ ஆயுதங்கள் மூலம் புண் ஏற்படுதல்	அடிபட்ட காயம் தோலுக்கு அடியில் உள்ள மென்மையான திசுக்கள் சிதைந்து போதல், ஆனால் மேல்தோல் கிழிந்து போவதில்லை	கடிகள் மற்றும் கொட்டுகள் மனிதர்கள், நாய்கள், ஊர்வன, பாம்புகள் தேள், மற்றும் உண்ணிகள் போன்றவைகள் கடிப்பதால் ஏற்படும் புண்கள்

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 182 19-02-2019 16:04:43

ஊடுருவும் காயம்	ஊடுருவாத காயம்	இதர புண்கள் காயம்
	தலையில் காயம் ஏற்படுதல் (மூளைஅதிர்ச்சி) வெளிகாயங்கள் எதுவும் இன்றி கீழ் உள்ள உறுப்புகள் மற்றும் திசுக்கள் சேதம் அடைதல்	மின்சாரத்தினால் காயம் அதிக மின்னழுத்தம் கொண்ட மின்சாரம் உடலில் பாய்வதால் காயம் உண்டாகின்றது

காயம் கவனிப்பின் கொள்கைகள்

1. இரத்த ஒழுக்கை நிறுத்த.
2. தொற்றை தடுக்க.
3. அதிர்ச்சியை தடுக்க.

காயமடைந்த நோயாளிக்கு முதலுதவி

பெரிய காயங்கள்	சிறிய காயங்கள்
மருத்துவம் உதவியை அழைக்க வேண்டும்	காயத்தை சோப்பு மற்றும் ஓடும் நீரில் தூய்மையாக்க வேண்டும். எப்போதும் காயத்தை தூய்மையாக வைத்திருக்க வேண்டும்.
தூய்மையான துணிகளை(அ) கட்டுத் துணிகளை கொண்டு காயத்தின் மீது தொடர்ச்சியாக உறுதியான நேரடி அழுத்தத்தை இரத்த ஒழுக்கு நிற்கும் வரை செலுத்த வேண்டும்.	காயத்தின் மீது தொடர்ச்சியாக உறுதியான அழுத்தம் காயத்தின் மீது இரத்த ஒழுக்கு நிற்கும் வரை செலுத்த வேண்டும். இரத்த ஒழுக்கானது நின்றவுடன் ஆன்டிடியாடிக் களிம்புகளை செலுத்தி கட்டுகளால் காயத்தை முதலில் இறுக்கமாக கட்ட வேண்டும்.

பெரிய காயங்கள்	சிறிய காயங்கள்
இரத்த ஒழுக்கால் முழுவதும் நனைத்திருந்தால் அவற்றை நீக்காமல் மேலும் கட்டுகளை செலுத்தி அழுத்தத்தை கொடுக்க வேண்டும்.	இரத்த ஒழுக்கால் முழுவதும் நனைத்திருந்தால் அவற்றை நீக்காமல் மேலும் கட்டுகளை கட்டுகளால் காயத்தை உறுதியாக செலுத்தி அழுத்தத்தை கொடுக்க வேண்டும்.
மருத்துவ உதவியுடன் காயத்தை தூய்மை செய்து முற்றும் மூடப்பட வேண்டும்.	மருத்துவ உதவியுடன் காயத்தை தூய்மை செய்து முற்றும் மூடப்பட வேண்டும்.

9.3.2 இரத்த ஒழுக்கு (அ) இரத்த போக்கு (Hemorrhage)

விபத்து நிகழ்ந்தவுடன், அதை தொடர்ந்து காயம், எலும்பு முறிவு உறுப்புக்கள் சேதம் அடைவதுடன் தமனி, நரம்பு (சிரை), தந்துக்களிலிருந்தும் இரத்த ஒட்டம் ஏற்படுதல் என்பதே இரத்த ஒழுக்கு அல்லது இரத்த போக்கு ஆகும்.

இரத்த ஒழுக்கு உடலுக்குள் நிகழும் பொழுது இரத்த குழாய்கலிருந்து இரத்த கசிவுகள் உடலுக்குள்ளேயோ அல்லது வெளியிலேயோ, இயற்கை திறப்புகளான வாய், மூக்கு, காது, சிறுநீர் வடிகுழாய் பகுதி, சிசுத்தாரை, ஆசனவாய், தோல் பகுதி பிளவு ஏற்படுவதினால் இரத்த ஒழுக்கு உண்டாகிறது.

இரத்த ஒழுக்கின் வகைகள்

அ) **தமனியில் இரத்த ஒழுக்கு** – தமனிகளிலிருந்து இரத்தம் வெளியேறுதல், ஒளிமிக்க சிவப்பு நிறத்தில் இருக்கும். திடீர் இரத்தம் வேகமாக பீறியடித்தல்.

ஆ) **நரம்புகள் / சிரைகளில் இரத்த ஒழுக்கு** – நரம்புகளிலிருந்து இரத்தம் வெளியேறுதல் அடர் சிவப்பு நிறத்தில் இரத்தம் சீராக வெளியேறுதல்.

இ) **தந்துகிகளிலிருந்து** – பெரும்பாலும் சிறிய இரத்த ஒழுக்கு, இரத்தகுழாய்களிருந்து ஏற்படும்.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 183
19-02-2019 16:04:44

முதலுதவிக்கான நினைவு குறிப்புகள் தீவிர இரத்த ஒழுக்குகளை சமாளிக்க உதவும்

P – Position (நிலை)

E – Expose & Examine (வெளிப்படுத்து மற்றும் ஆய்வு செய்)

E –(Elevation) உயர்நிலை

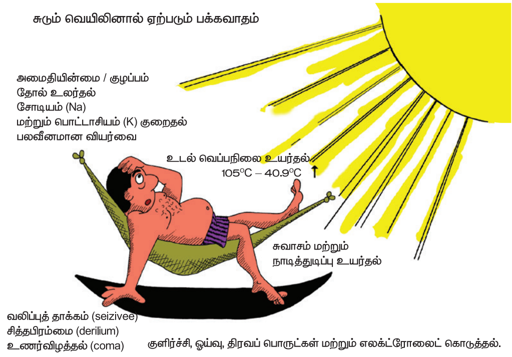
P – (Pressure) அழுத்தம்

இரத்தபோக்கை தடுப்பதற்கான முதலுதவி சிகிச்சைகள்

வெளிப்புற இரத்த ஒழுக்கு	உட்புற இரத்த ஒழுக்கு
எந்த இடத்தியிலிருந்து இரத்தம் வெளியேறுகிறது என்பதை சரியாக அறிதல் வேண்டும்	வசதியான (ஆறுதலான) நிலையினை வழங்கு.
சுத்தமான துணியைத் கொண்டு அவ்விடத்தை தூய்மையாக்க வேண்டும்.	எவற்றையும் வாய் வழியாக கொடுக்க கூடாது.
இரத்த ஒழுக்குகளை நிறுத்த ஒரு மென்மையான துணி துணிகளை கொண்டு அவ்விடத்தில் உறுதியாக அழுத்தம் கொடுக்க வேண்டும் காயம்பட்ட பகுதியை இதய பகுதிக்கு மேல் தூக்க வேண்டும்.	காயம்பட்ட நபர் ஒருவேளை சுயநினைவற்று போகும் நிலையில் ABC's சரிபார்க்கவும் வேண்டும்
பத்து நிமிடங்களுக்கு மேல் இரத்த ஒட்டம் நிற்கவில்லை என்றால் காயம்பட்ட பகுதியை இதய பகுதிக்கு மேல், உயர்த்தி பிடித்தல் வேண்டும். இரத்த ஒட்டத்தை குறைக்க வேண்டும்.	சுயநினைவற்று இருப்பாராயின் ஒருபக்கமாக சரிந்த நிலையில் படுக்க வைத்து சுரப்பு உந்துதலை தடுத்தல். இரத்த ஓட்டத்தை குறைக்க வேண்டும். காயம் அடைந்தவரின் உடலை வெதுவெதுப்பாக வைத்திருக்க வேண்டும்.
ஒவ்வொரு 20 முதல் 30 நிமிடங்களுக்கும் இரத்த ஓட்டத்தை மறுமதிப்பீடு செய்ய வேண்டும். காயம் அடைந்தவரின் உடலை வெதுவெதுப்பாக வைத்திருக்க வேண்டும்.	அதிர்ச்சிக்கு சிகிச்சை அளிக்க அவரின் கால்களை 8 முதல் 12 அங்குலம் உயர்த்துதல் வேண்டும்

வெப்ப பக்கவாதத்தின் விளைவுகள்

- நம் உடலின் வெப்பநிலை 106 டிகிரிக்கு மேல் அதிகமாகும் பொழுது 10லிருந்து 15 நிமிடங்களுக்குள் நமது உடலால் அந்த வெப்பநிலையை கட்டுபடுத்த முடியாததால் வரும் விளைவே வெப்ப பக்கவாதம் ஆகும்.
- இது அதிக வெப்பமான சூழ்நிலையால் அல்லது மலேரியா போன்ற நோய்களினால் ஏற்படுகிறது.
- அதிக நேரம் வெப்பம் மற்றும் ஈரபதம் நம்மீது படும்போதும் ஏற்படுகிறது.
- அதிக நேரம் வெப்பமான சூழ்நிலையில் இருப்பதால் ஏற்படுகிறது.
- மது அருந்துவதினால்



மேலாண்மை

- பாதிக்கபட்டவரை குளிர்ந்த இடத்திற்கு மாற்றி ஆடைகளை களைய வேண்டும். பாதிக்கபட்டவர் சுய நினைவுடன் உள்ள நிலையில் இருந்தால், தலை மற்றும் தோள்பட்டையை தாங்கிய வண்ணம் பாதி உட்கார்ந்த நிலையில் அமர வைக்க வேண்டும்.
- பாதிக்கபட்டவர் உணர்விழந்த நிலையில் இருந்தால் அவரை தேற்றி மீள் நிலைக்கு (recovery position) கொண்டுவர முயற்சிகள் எடுக்க வேண்டும்.

- பாதிக்கபட்டவரின் உடலை குளிர்ந்த துணியால் சுற்றி ஈரபதத்துடன் வைக்க வேண்டும். மின்விசிறியை ஓடவிட்டு, தண்ணீரை உடல் முழுவதும் ஊற்ற வேண்டும், குளிர்ந்த பஞ்சு மூலம் ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும்.
- உடலிலிருந்து இழந்த நீர் சத்தை ஈடு செய்வதற்காக அதிகபடியான நீராகாரம் குடிக்க கொடுக்க வேண்டும்.
- ஐஸ்கட்டிகளால் (பனிகட்டிகளால்) தலை பகுதி மற்றும் கழுத்து பகுதிகளில் ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும்.
- குளிர்ந்த நீரால் எனிமா கொடுக்கலாம் பாதிக்கபட்டவரின் உடல்நிலை சீராகவில்லை எனில், மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

வெப்ப பக்கவாதத்தை குணப்படுத்தவில்லை எனில் நிரந்தரமான மூளை பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.

வெப்பதசை பிடிப்புகள்

வெப்பதசைபிடிப்புகள், உடற்பயிற்சியின் போது உடலில் உப்பு மற்றும் நீர்சத்து அதிக அளவில் குறைவதால் ஏற்படுவதாகும் மற்றும் நீர்சத்து அல்லது மின்பகுபொருள் (electrolyte) குறைவாக உட்கொள்வதாலும் தசைபிடிப்புகள் ஏற்படும்.

வெப்பதசைப் பிடிப்பை எப்போது அடையாளம் காண்பது

உடற்பயிற்சியின் போதும், அதிகமான வெப்ப சூழ்நிலையில் வேலை செய்யும்போதும் ஏற்படும்.

செய்து கொண்டிருக்கும் வேலையை நிறுத்த வேண்டும்.

வெப்பதசைபிடிப்பு அதிகமான உடற்பயிற்சி செய்வதால் ஏற்படுவது ஆகும். அதிகபடியான வேலையை நிறுத்திவிட்டு ஒரு இடைவெளியில் தேவையை அறிவுறுத்தும் ஒரு செயலாகும்.

குளிர்ச்சியான சூழ்நிலையில் ஓய்வு எடுப்பது

குளிர்ந்த சூழ்நிலையில் அல்லது நிழலான பகுதிகளில் ஓய்வு எடுப்பது மற்றும் நமது உடலை குளிர்ச்சியாக வைத்து கொள்ளுதல் வேண்டும்.

அதிகபடியான நீராகாரம் அருந்த வேண்டும்

வெப்பதசைபிடிப்பு நீர்சத்து மற்றும் மின்பகுபொருள் (electrolyte) குறைபாட்டினால் ஏற்படுவது ஆகும். அதனால் அதிகபடியான தண்ணீர் மற்றும் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அரை அல்லது கால் மேஜைகரண்டி உப்பை ஒரு குவளை தண்ணீரில் கலந்து குடிக்க வேண்டும் தசைபிடிப்பு ஏற்பட்ட தசைகளை மெதுவாக நீட்டுதல் (stretch) வேண்டும்.

9.4 உறைப்பனி (Frost Bite)

உறைப்பனி என்பது தோலில் உள்ள திசுக்கள் உறைவதினால் வருவதாகும். அதிகநேரம் குளிர்ந்த சூழ்நிலையில் இருப்பதாலும் உறைப்பனி ஏற்படும். பனிக்கடி hypothermia (குறைவெப்பமாதல்) என்னும் பின் விளைவினை ஏற்படுத்தும்.

குறிப்புகள் மற்றும் அறிகுறிகள்

- ஆரம்ப கட்டத்தில் கூர்மையான ஊசியினால் குத்துவதுபோல் வலி இருக்கும்.
- உணர்வின்மை, வெளிரிய தோல்.
- தடிமனான தோல் பகுதி.
- காயம்பட்ட இடத்தில் தோலின் நிறம் மாறி இருக்கும்.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 185
19-02-2019 16:04:44

மேலாண்மை

- கை உறையை, மோதிரம் மற்றும் இறுக்கமான அணிகலன்களை மெதுவாக கழற்ற வேண்டும்.
- காயம்பட்ட இடத்தை நம் கைகளால் சூடாக்க வேண்டும்.
- சிகிச்சைக்கு முன் அந்த நபரை சராசரி வெப்பநிலையில் இருத்தல் வேண்டும்.
- மிதமான சூடான நீரில் காயம்பட்ட இடத்தை அமிழ்த்த வேண்டும்.
- உலர்ந்த சுத்தமான காயகட்டுகளை போட வேண்டும்.
- காயபட்ட இடத்தில் வீக்கத்தை தடுக்க மேல் நோக்கி தூக்கி வைக்க வேண்டும்.

9.5 அதிர்ச்சி

நமது உடலில் காயம் அல்லது உடல்நிலை குறைபாட்டினால், உடலின் முக்கியமான பகுதிகளுக்கு தேவையான அளவு இரத்த ஓட்டம் குறைவதினால் ஏற்படுவது அதிர்ச்சியாகும்.

நமது உடலில் காயம் அல்லது உடல்நிலை குறைபாட்டினால், உடலின் இரத்த ஓட்டம் தேவையான அளவு உடலின் முக்கியமான உறுப்புகளுக்கு செல்லாததால் ஏற்படுவது அதிர்ச்சியாகும். இது வாழ்வின் அபாய நிலையை குறிப்பதாகும்.

காரணங்கள்	அறிகுறிகள்	அடையாளங்கள்
இதய நோய்கள்	அதிகபடியான	பாதிக்கபட்டவர்
மாரடைப்பு,	பலவீனமான	மிகவும்
இதயசெயழிலப்பு,	இதயதுடிப்பு	படபடபாகவும்
அதிகபடியான	குளிர்ந்த	கோவமாகவும்
உட்பகுதி	ஈரபதமான	இருப்பார்.
மற்றும் வெளிபுற	தோல்	
பகுதி இரத்த	மயக்கம்	சோர்வடைதல்
இழப்பு	இரத்த	மயக்கம்
நீர்சத்து	அழுத்தம்	அடைதல்
குறைபாடு	குறைதல்	தன்னிலை
வயிற்றுபோக்கு	கண்மணி	மறத்தல்
தீக்காயம்	விரிவடைதல்	சுவாச பலவீனம்

காரணங்கள்	அறிகுறிகள்	அடையாளங்கள்
ஒவ்வாமை	கண் எரிச்சல்.	மற்றும்
நோய்தொற்றுதல்	கை மற்றும்	அடைப்பு
அதிகமான	கால்கள்	வெளிரிய தோல்
அல்லது	அதிர்தல்	பகுதி மற்றும்
ஆழமான	உணர்விழந்த	குளிர்ந்த தோல்
காயங்கள்	நிலமை	
மின்சாரா அதிர்ச்சி	ஏற்படலாம்	வாந்தி
அதிகபடியான		குமட்டல்
வெப்பம்		அதிகபடியான
மற்றும்		தாகம்
குளிச்சியான		வளர்சிதை
சூழ்நிலை		மாற்றம்
கடிகள் மற்றும்		உயிர்வேதியில்
கொட்டுதல்		சமநிலை
விஷவாயு		மாற்றம்
மனசிதைவு		
மற்றும்		
உடல்நிலை		
குறைபாடு		

அதிர்ச்சியின் விளைவுகள்

- சீக்கிரமாக உணர்விழத்தல்.
- இருதயத்திற்கு போதுமான ஆக்ஸிஜன் (oxygen) பற்றாக்குறையினால் ஏற்படுதல்.
- இரத்த அழுத்தம் குறைவாக இருத்தல்.

அதிர்ச்சியின் வகைகள்	
நரம்பியல் அதிர்ச்சி (Neuogenic shock):	நரம்பு மண்டலத்தில் பாதிப்பு ஏற்படுவதால், முக்கியமான முதுகு மற்றும் மூளை பாதிப்பினால் ஏற்படுவது ஆகும்.
இரத்தபோக்க அதிர்ச்சி:	காயங்கள் மற்றும் உட்புற பகுதிகளில் அதிகபடியான இரத்தபோக்கு ஏற்படுதல்.
சுவாச அதிர்ச்சி:	இரத்ததில் போதிய அளவு ஆக்ஸஜன் இல்லாததால் சுவாச குறைபாடு ஏற்படுதல்.
இதய அதிர்ச்சி:	இதய பாதிப்பு மற்றும் மாரடைப்பு காரணமாக இதய தசைகளால் சரியான அளவு இரத்தத்தை இறைக்க முடியாததால் ஏற்படுதல்.

www.tnschoolbooks.in

அதிர்ச்சியின் வகைகள்	
இரத்த ஓட்ட அதிர்ச்சி:	இது ஒரு அபாயகரமான அதிர்ச்சி, இரத்த ஓட்டம் குறைவாக உள்ள திசுக்களினால், செல்களில் பாதிப்பும், போதிய அளவு திசுக்களின் வேலையின்மையும் ஏற்படுதல்.
ஹைப்போவால்மிக் அதிர்ச்சி:	இது இரத்தம் போதிய அளவு உடலில் இல்லாததல் ஏற்படுவது ஆகும். இரத்தபோக்கு, உட்பகுதி இரத்தபோக்கு நீர் சத்து குறைபாடு, வாந்தி, வயிற்றுபோக்கு கட்டுபடுத்தாத சர்க்கரை நோய், அதிகமான தீ காயம், மற்றும் வெப்ப அழுத்தம் ஆகியவை காரணமாகும்.
வளர்சிதை மாற்றம் அதிர்ச்சி:	நம் உடலில் நீர்சத்து குறைபாட்டினால் உயிர் வேதியியல் சமநிலையில் மாற்றம் ஏற்படுதல்.
நச்சூட்டுபொருள் அதிர்ச்சி: (septic shock)	குருதி குழாய்களில் நச்சுபொருட்கள் சேர்ந்த இரத்தம் அடைத்து கொள்வதால் திசுகளுக்கு போதிய அளவு இரத்தம் கிடைப்பதில்லை.
ஒவ்வாமை அதிர்ச்சி:	உடல் வெளி புரதங்களுக்கு மிகு உணர்வு ஏற்பட்டு தீவிர ஒவ்வாமைகள் ஏற்படுகின்றன. ஒரு சில உணவு, மருந்து, விஷம் போன்ற பொருட்களுக்கு ஒவ்வாமை ஏற்படுகின்றன.
அதிர்ச்சிகரமான அதிர்ச்சி: (Traumatic shock)	விபத்தினால் பாதிக்கபட்டவரின் உடல் நிலையில் பாதிப்பு ஏற்படுதல் அல்லது விருப்பமானவர்களின் இறப்பினால் மனநிலையில் பாதிப்பு ஏற்படுதல்.
இன்சுலின் அதிர்ச்சி:	அதிக அளவிலான இன்சுலின் எடுத்துக் கொள்வது, உணவை தவிர்ப்பது அல்லது வேகமான உடற்பயிற்சியினால் இரத்ததில் சர்க்கரையின் அளவு குறைதல். (Hypoglylemic).
மின்சார அதிர்ச்சி:	மின்சாரம் உடலில் பாய்வதால் அதிர்ச்சி ஏற்படுதல்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இரத்த அழுத்தம் அதிகபடியாக குறைவதால் இரத்தகுழாய்கள் சிறிதாக மாறுதல், சுவாச கோளாறு, கல்லீரல் மற்றும் சிறுநீரக கோளாறு மற்றும் உணர்விழத்தல் ஏற்படுகிறது. இதன் காரணமாக நச்சுகலந்த அதிர்ச்சி (Toxic Shock Syndiome) ஏற்படுகிறது.

மேலாண்மை

உடனடியாக பாதிக்கபட்டவரை மீள் நிலைக்கு கொண்டு வர வேண்டும். முட்டிக்கு கீழ் உள்ள கால் பகுதிகளை உயர்த்தி வைக்க வேண்டும். இது இதயத்திற்கு இரத்த ஓட்டத்தை அதிகரிக்கும்.

- தலையில் காயம் ஏற்பட்டிருந்தால், தலையை சிறிதளவு உயர்த்தி வைக்க வேண்டும். இது மூளையில் உள்ள அழுத்தத்தை குறைக்க உதவும்.
- பாதிக்கபட்டவர்க்கு சுவாச பிரச்சனை ஏற்பட்டால் தலை மற்றும் தோள்பட்டையை உயர்த்தி வைக்க வேண்டும்.
- இறுக்கமான உடைகளை களைய வேண்டும் இது இரத்த ஒட்டத்தையும், சுவாசத்தையும் சீராக்கும்.
- அதிர்ச்சியின் காரணிகளுக்கு மேலான்மை மேற்கொள்ள வேண்டும், இரத்தபோக்கை நிறுத்த வேண்டும், எலும்பு முறிவை அசைக்காமல் இருக்க வேண்டும்.
- சுவாசம் மற்றும் நாடிதுடிப்பு நின்றுவிட்டால்:
    - சுவாசத்தை அதிகபடுத்துவது.
    - பாதிக்கபட்டவரை மீளும் நிலைக்கு கொண்டு வருதல்.

பின்வரும் DRSABCD பிற தீவிர காயங்களுக்கு மேலாண்மை செய்தல்

D – அபாயம்:- பாதுகாப்பான சூழ்நிலையை உறுதிபடுத்துதல்.

R – சுயநினைவை சோதித்தல்:- பெயர் மற்றும் தோள்பட்டையை அசைத்து சுயநினைவை சோதிக்க வேண்டும். பதிலளித்தலை சோதித்தல்.

S – உதவிக்கு மற்றவரை அழைத்தல்.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 187 19-02-2019 16:04:44

A – மூச்சுகுழாய் பாதிக்கபட்டவரின் வாயையை திறக்க வேண்டும்.

B – சுவாசம்:- சுவாசதன்மையை பரிசோதிக்க வேண்டும்.

C – CPR 30 இதய அழுத்தம் தொடர்ந்து 2 செயற்கை சுவாசம் ஆரம்பித்தல் வேண்டும்.

D – நடுக்கத்தினை குறைத்தல்.

9.6 எலும்பு முறிவு

எலும்பில் ஏற்படும் முறிவு அல்லது விரிசல் எலும்பு முறிவு எனப்படும்.

இடப்பெயர்வு என்பது மூட்டு எலும்புகள் தன் இருப்பு நிலையில் இருந்து இடம்பெயர்வது ஆகும். எலும்பு முறிவு என்பது எலும்பு உடைந்துவிடுவது.

எலும்பு முறிவு

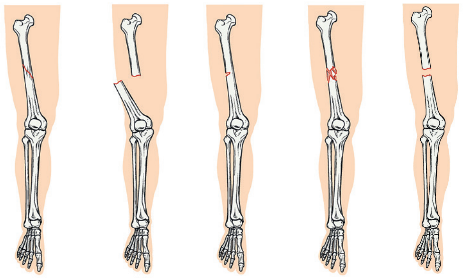
மூடப்பட்ட முறிவு	திறந்த முறிவு
சேதமடைந்த எலும்பை சுற்றியுள்ள தோலில் இடைவெளி காணப்படாது	சேதமடைந்த எலும்பை சுற்றியுள்ள தோலில் இடைவெளி அல்லது சிதைவு காணப்படும்

காரணங்கள்

நேரடி விசை – விசை தாக்கப்பட்ட இடத்தில் எலும்பு முறிவு ஏற்படுதல்.

மறைமுக விசை - விசை தாக்கப்பட்ட இடத்தில் முறிவு ஏற்படாமல் வேறு ஒரு இடத்தில் முறிவு ஏற்படுதல்.

வகைகள்	
எளிய முறிவு (Simple)	இந்த வகை எலும்பு முறிவில் தெளிவான விரிசல் இருக்கும்
கலவை முறிவு (Compound)	முறிவடைந்த எலும்பு தோலை கிழித்து காயத்திலிருந்து நீண்டு கொண்டிருக்கும்.
பச்சை கொம்பு எலும்பு முறிவு (Green)	எலும்பின் ஒரு பகுதியில் முறிவு ஏற்படும்.
நொறுக்கப்பட்ட எலும்பு (Common)	இந்த வகை எலும்பு முறிவில் எலும்பு பல துண்டுகளாகப்படும்.
இறுகிய எலும்பு முறிவு	முறிவடைந்த எலும்பு பகுதி ஒன்றோடு ஒன்று இயக்கப்படும்.



எலும்புமுறிவின்வகைகள்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

பச்சை கொம்பு எலும்பு முறிவு பத்து வயதிற்குள்ளாக உள்ள குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும். ஏனெனில் அவர்களின் எலும்பு பெரியவர்களின் எலும்பை விட மென்மையாகவும் மற்றும் நன்கு வளையக்கூடிய தன்மையுடையது.

எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டால் கண்காணிக்க வேண்டியவைகள்

1. வீக்கம்
2. அடிப்பட்ட இடத்தில் வலி
3. அசைவு / நகர்வதில் சிரமம்
4. மாறான திசையில் இயக்கம்.
5. பாதிக்கப்பட்ட பகுதி குறுகி அல்லது முறுக்கப்பட்டு அல்லது வளைந்து காணப்படுதல்.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 188 19-02-2019 16:04:45

6. உராய்வு சத்தம் அல்லது உராயும் உணர்வு.
7. வலிமை இழுப்பு

எலும்பு முறிவிற்கான முதலுதவியின் நோக்கங்கள்

1. மேலும் சேதமடைவதை தடுக்க
2. வலி மற்றும் அதிர்ச்சியை குறைக்க
3. நோயாளி வசதியாக உணர செய்தல்
4. மருத்துவ உதவி மிக விரைவில் கிடைக்க உதவுதல்.

நீங்கள் யாருக்காவது எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டுள்ளது என்று சந்தேகப்பட்டால் செய்யகூடியவைகள்

- இரத்த கசிவு ஏற்பட்டிருந்தால் அதை நிறுத்தவும்.
- பாதிக்கப்பட்ட பகுதியை அசையாமல் வைக்கவும்.
- பனி கட்டியை ஒரு துணியில் சுற்றி அவ்விடத்தில் ஒத்தடம் கொடுக்கவும்.
- அதிர்ச்சிக்கு சிகிச்சை அளிக்கவும்.

செய்யகூடாதவைகள்

- வலி உள்ள பகுதியை பயன்படுத்த யாரையும் கட்டாயபடுத்த வேண்டாம்.
- கோணலான எலும்பை நேராக்க வேண்டும்.
- பனி கட்டியை நேராக தோலில்படும்படி வைக்க வேண்டும்.
- கழுத்து அல்லது முதுகு எலும்பில் காயம் ஏற்பட்டிருக்கலாம் என்று சந்தேகித்தால் அந்த நபரை தேவையில்லாமல் நகர்த்த வேண்டாம்.
- எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டவரை இடத்தை விட்டு நகர்த்தக் கூடாது.
- எலும்பு முறிவை சுற்றி உள்ள காலணி, மற்றும் துணிகளை கழற்றக்கூடாது.
- முறிந்த எலும்பினை அசைக்காமலும், நகர்த்தாமலும் பாதுகாக்கக் கூடிய நபருக்கு பக்க பலத்திற்கான கட்டைகள் கட்டத் தேவையில்லை.
- வலி ஏற்பட்டாலும் முறிந்த எலும்பை கட்டக்கூடாது.
- எலும்பு முறிவு பட்ட இடத்தில் கைகளால் தேய்க்கக் கூடாது.

நினைவில் கொள்ள வேண்டிய குறிப்புகள்

அடிப்பட்டவர்களை (அ) காயமடைந்தவரை எக்காரணம் கொண்டு அசைக்க கூடாது. அடிப்பட்ட பகுதியை பாதுகாப்பாகவும், ஆதரவுகளையும் முழுமையாக அளிக்கும் வரை நகர்த்துதல் கூடாது. இல்லையேல் அவன்/அவள் ஆபத்தான நிலைக்கு செல்வார்கள்.

காயமடைந்தவருக்கு சாப்பிட மற்றும் குடிக்க எதையும் கொடுக்க கூடாது.

விலகிய எலும்பை குழிவுக்குள் இடமாற்ற முயற்சி செய்தல் கூடாது.

9.6.1 மூட்டுகள் விலகுதல்

இரண்டு எலும்புகளை இணையக்கூடிய இடமே மூட்டுகள் எனப்படும். மூட்டு எலும்புகள் தன் இயல்பான நிலையிலிருந்து ஓரளவு அல்லது முழுமையாக விலகி வெளிவரும் நிகழ்வே மூட்டு விலகுதல் எனப்படும்.

பொதுவாக மூட்டு விலகுதல் ஏற்படக்கூடிய பகுதிகளான தோள்பட்டை, முட்டி, தாடை, பெருவிரல் மற்றும் விரல்கள் இணையும் பகுதிகள்

மூட்டு விலகியதன் அறிகுறிகள்

மூட்டு விலகுதலில் நான்கு அறிகுறிகளாவன.

1. கடினமாக, தீவிர வலி
2. மூட்டுகளை அசைக்க முடியாத நிலை
3. வீக்கம் மற்றும் மூட்டுகளை சுற்றி சிராய்ப்புகள் ஏற்படும்.
4. மூட்டுகள் குறுகுதல், வளைதல், மூட்டு அமைப்புகளில் மாற்றம் ஏற்படுதல்.

மூட்டு விலகுதலுக்கான முதலுதவிகள்

நன்கு வசதியான நிலையில் விளகிய மூட்டுகளுக்கு நன்கு ஆதரவு அளிக்கும் வகையில் உதவி செய்து அசையாமல் அமைதியாக உட்காருமாறு அறிவுரை கூறுதல் வேண்டும்.

கட்டுகளை பயன்படுத்தி மூட்டுகள் அசைவதை தடுக்க வேண்டும். விலா எலும்பு மூட்டு காயங்களுக்கு முன்னங்கை தொங்கு கட்டுகளை

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 189 19-02-2019 16:04:45

www.tnschoolbooks.in

அமைத்து ஆதரவு கொடுத்தல் வேண்டும். கால் மூட்டு காயங்களுக்கு, பட்டைகள் (அ) விரிந்த – மடிப்பு கட்டுகள் (broad fold band age) போட வேண்டும்

பனிக்கட்டி ஒத்தடம் கொடுத்தல். பனிகட்டி ஒத்தடம் மூட்டுகளை சுற்றி உள்ள வலி மற்றும் வீக்கத்தை குறைக்கும்.

ஒருமுறை நீங்கள் மூட்டுகள் விலகுவதை நிறுத்திய பிறகு அந்நபரை மருத்துவமனைக்கு அனுப்பி வைத்தல் வேண்டும்.

சுவாசித்தல், நாடித்துடிப்பு, பதிலளித்தல் (எதிர் செயல்) அளவு பற்றி பரிசோதித்தல் வேண்டும்.

ஒவ்வொரு பத்து நிமிடங்களுக்கும் கட்டுகள் கட்டுவதற்கு முன்பு இரத்த ஓட்டத்தை பரிசோதிக்க வேண்டும் தேவைப்பட்டால் கட்டுகளை சிறிது தளர்த்தி கட்ட வேண்டும்.

9.7 பூச்சி கடி

தேனீ, குளவி, எறும்பின் கொட்டுகள் மற்றும் பிற பூச்சிகளின் கடிகள்:

- பூச்சி கடித்த இடத்திலிருந்து கொடுக்கை உரசி எடுக்க வேண்டும். பிழிந்து எடுக்க கூடாது.
- கடித்த இடத்தை கழுவி, கிருமிநாசிகளை போட வேண்டும்.
- கொட்டு பட்ட இடத்தை ஓய்வளித்து தூக்கி வைத்து குளிர்ந்த நிலையில் வைக்க வேண்டும்.
- வலி மற்றும் வீக்கத்தை குறைக்க குளிர்ந்த ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும்.
- வீக்கம் மற்றும் எரிச்சல் சில நாட்களுக்கு தொடரும்.

தேள் கடி

தேள் கடி மிகவும் வலிமிக்கது, மற்றும் வலி தொடர்ந்து சில மணி நேரங்களுக்கு நீட்டிக்கும் சிவந்து போதல், உணர்வின்மையும் இருக்கும்.

தேள் கடியினால் சிலருக்கு ஒவ்வாமை அதிர்ச்சியும் ஏற்படும்.

> **உங்களுக்குத் தெரியுமா?**
> ஆஸ்திரேலியாவில் உள்ள தேள்கள் கடித்தபின் தீவிர அறிகுறிகளை ஏற்படுத்துவதில்லை.

அறிகுறிகள் மற்றும் அடையாளங்கள்

அரிப்பு, வீக்கம்

எரிச்சலுடன் வலி

உணர்ச்சி

உணர்வின்மை

கண்ணீர் வழிதல்

உமிழ்நீர் சுரத்தல்

குமட்டல், வாந்தி

அதிகமான வியர்த்தல்

மேலாண்மை

கொட்டு இருந்த இடத்திற்கு மேல் இறுக்கி கட்டி 5லிருந்து 10 நிமிடங்களுக்கு ஒரு முறை விட வேண்டும். குளிர்ந்த கட்டிகளை அதன் மேல் வைத்து விஷத்தை எடுக்க வேண்டும். பாதிக்கபட்டவரை மருத்துவமனைக்கு கூட்டி செல்ல வேண்டும்.

பூரான் கடி

சிவந்து போதல், வலி, அரிப்பு ஏற்படும் கடித்த இடத்தில் கிருமிநாசி தடவ வேண்டும்.

பாம்பு கடி

பாம்பின் கூர்மையான பற்கள் கடிக்கும் பொழுது ஆழ்ந்த துளைகளை ஏற்படுத்துகின்றன. அதன் வழியாக திசுக்களுக்கு நுண்ணுயிரிகளை எடுத்துச் செல்கின்றன. பாம்பு பற்களின் மூலம் கடிப்பதால் கடிப்பட்ட இடத்தில் இரண்டு துளைகள் ஏற்படுகின்றன.

அறிகுறிகள்

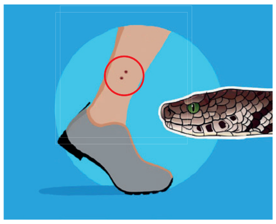
- இரண்டு துளையிட்ட தடங்கள்
- அதிகமான எரிச்சலுடன் வலி
- சிவந்துபோதல், வீக்கம்

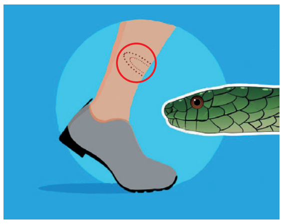
Nursing General_Tamil Ch-9.indd 190 19-02-2019 16:04:45

www.tnschoolbooks.in

- குமட்டல், வாந்தி
- மூச்சுதிணறல்
- மங்கலான பார்வை
- அதிகமான உமிழ்நீர் மற்றும் வேர்வை

பாம்புக்கடியின் எடுத்துக்காட்டுகள்


விஷ பாம்புக்கடி


விஷமற்ற பாம்புக்கடி

மேலாண்மை

- கடித்த இடத்தை கழுவவோ, பிழியவோ, காயபடுத்துவோ கூடாது.
- அழுத்தம் கொடுத்து, கடித்த இடத்தை அசைக்காமல் கட்ட வேண்டும்.
- பாதிக்கபட்டவர் அமைதியாக இருக்க வேண்டும்.
- குடிப்பதற்கும், சாப்பிடவும் எதையும் கொடுக்க கூடாது.
- பாதிக்கபட்டவரை நடக்க வைக்க கூடாது.
- கடித்த இடத்தில் மேல் மற்றும் கீழ் பகுதியில் இருக்கமாக கட்ட வேண்டும்.
- பாம்பை பிடித்து கொல்ல கூடாது.

விலங்கு கடி

விலங்கு கடியில் முக்கியமானது வெறிநாய் கடியாகும். (Rabies)

இது ஒரு வைரல் தொற்றுநோய், மூளை மற்றும் நரம்பு மண்டலத்தை பாதிக்கும், விலங்கு மனிதனை கடித்தவுடன் வைரஸ் உமிழ்நீர் வழியாக உடலில் சென்று நோயினை உண்டாக்கும். டெட்டனஸ் (பாக்டீயா தொற்று) என்பதும் விலங்குகள் கடிப்பதனால் ஆபத்துகள் உண்டாக்க கூடிய நோய்.

மேலாண்மை

- கடித்த இடத்தை தண்ணீர் மற்றும் சோப்பு போட்டு கழுவ வேண்டும். இது தொற்று பரவுவதை குறைக்கும்.
- கடித்த இடத்தை மேல் நோக்கி வைக்க வேண்டும். சுத்தமான முறையில் கட்டு போட வேண்டும்.
- கடித்த இடம் ஆழமாகவும் பெரிதாகவும் இருந்தால் இரத்த போக்கை கட்டுப்படுத்த தீவிர சிகிச்சை மேற்கொள்ள வேண்டும்.
- பாதிக்கபட்டவரை மருத்துவமனைக்கு கொண்டு செல்ல வேண்டும்.

9.8 செயலிழந்த இதய நுரையீரல் மீண்டும் செயல்பட செய்தல் – CPR

CPR என்பது விரிவாக்கம் யாதெனில் செயலிழந்த இதயம் நுரையீரல் மீண்டும் செயல்பட செய்தல் ஆகும்.

இதய துடிப்பு நின்று போன நபருக்கு உயிரை காக்கும் மருத்துவ செயல்முறையாகும்.

இருதயத்தினால் இரத்தத்தை எடுத்து செல்ல இயலாத நிலையில் ஒரு நபரின் உடல் முழுவதும் இரத்தத்தை சென்றடைய அழுத்தம் கொடுத்து உதவி செய்வதாகும்.

CPR யை கொடுக்கும் நபர் நோயாளியின் மார்பின் மீது மேலும் கீழும் அழுத்தம் கொடுத்தல் வேண்டும். மேலும் தொடர்ச்சியாக சுவாசத்தை செலுத்தி அவர் மாரடைப்பு ஏற்பட்டிருக்கும் போது அவர் உயிரை காப்பாற்ற உதவி செய்தல் வேண்டும்.

இது மாரடைப்பினால் பாதிக்கபட்டவரின் உடல்நிலையை மீட்டு கொண்டு வருவதற்கான முயற்சியாகும். இதயம் செயலிழக்கும் நிலையில் CPR மூலம் அழுத்தும் போது, பாதிக்கபட்டவரின் வாழ்கையை மீட்டு கொண்டு வர முடியும்.

CPR 3 நிலைகளை கொண்டது

C – இரத்த சுற்றோட்டம் (Circulation)

A – மூச்சுக் குழாய் (Airway)

B – மூச்சு விடுதல் (Breathing)

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 191 19-02-2019 16:04:45

CPR– ன் அவசியம்

- பாதிக்கபட்டவர் சுயநினைவிழத்தல்
- சுவாசமின்மை
- நாடிதுடிப்பின்மை

அவசியமின்மை

பாதிக்கபட்டவருக்கு விருப்பமில்லை எனில் CPR முறையை மேற்கொள்ள கூடாது.

CPR படிகள்

CPR முறையை மேற்கொள்வதற்கு முன் பாதிக்கபட்டவர் பாதுகாப்பான சூழ்நிலையில் இருப்பதை தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

படி–1: அசைத்து மற்றும் சத்தம் போடுதல் பாதிக்கபட்டவர் உணர்விழந்திருந்தால் அவரை தட்டி தோறப்பட்டையை அசைத்து அவர் உணர்வுடன் இருக்கிறாரா என்பதை கண்டறிய வேண்டும்.

பாதிக்கபட்டவர் பதிலளிக்கவில்லை எனில் உதவிக்கு மற்றவரை அழைக்கவும்.

படி–2: மூச்சுவிடுதல் மற்றும் இரத்த சுற்றோட்டத்தை பரிசோதித்தல்.

மூச்சுவிடுதல் முறையை பரிசோதிக்கும் முறை:

- வழக்கமான மார்பக அசைவுகள்
- மூச்சுவிடுதல் முறையை கேட்பது
- மூச்சுவிடுதல் முறையை உணர்வது
- இரத்த சுற்றோட்டத்தை கண்டறிய பாதிக்கபட்டவரின் கழுத்தின் ஒரு பகுதியின் மூச்சுகுழாய் அருகே நடுவிரல் மற்றும் ஆள்காட்டி விரலை வைத்து பார்க்க வேண்டும்.
- நாடிதுடிப்பு மற்றும் மூச்சுவிடுதல் இல்லை எனில் CPR முறையை மேற்கொள்ள வேண்டும்.
- பாதிக்கபட்டவர் மூச்சுவிடுதல் வழக்கமாக இருந்தால் மீள் நிலைமையில் வைக்க வேண்டும்.

படி–3: 30 இதய இயக்க மீட்டு கொடுத்தல்

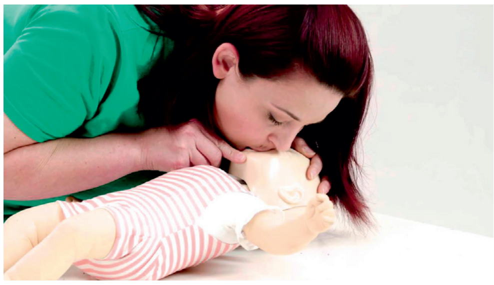
- பாதிக்கபட்டவரின் அருகே முழங்காலிட்டு அமர வேண்டும்.
- உள்ளங்கையின் அடிப்பகுதியை மார்பகத்தின் நடுவில் வைத்து மற்றொரு கையை அதன்மேல் வைத்து பினைத்து கொள்ளவும்.
- பின்னர் கைகள் மடங்காமல் பாதிக்கபட்டவரின் விலா எலும்பின் மீது செங்குத்தாக அழுத்தவும். அழுத்தும்போது விலா எலும்பு 4-5 செ.மீ மார்பு கூட்டின் உள்ளே இறங்க வேண்டும்.
- நிமிடத்திற்கு 100 லிருந்து 120 முறை மார்பின் மீது அழுத்தத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும்.
    - 1 நொடிக்குள் 2 முறை செய்ய வேண்டும்.
    - 30 முறை இதய இயக்க தசை மீட்டு கொடுக்க வேண்டும்.

படி–4: 2 செயற்கை சுவாச முறை

- மூச்சுகுழாயை தலையை திருப்பி தாடையை உயர்த்தி திறக்கவும், இரண்டு விரல்களால் தாடையை பிடித்து கொள்ள வேண்டும்.
- பாதிக்கபட்டவரின் மூக்கை சுட்டுவிரல் மற்றும் கட்டை விரலால் மூடிக்கொண்டு, நன்கு ஆழ்ந்து மூச்சை இழுத்து கொண்டு, பாதிக்கபட்டவரின் வாயை உதடுகளால் மூடி அடைத்து கொள்ளவும்.
- மூச்சை முழுவதுமான பாதிக்கபட்டவரின் வாயில் செலுத்தவும். அதே வேளையில்

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 192 19-02-2019 16:04:46

அவர் நெஞ்சு உயர்கிறதா என்று பார்க்க வேண்டும். குறைந்தது 2 வினாடிகளில் முழுமூச்சையும் செலுத்தவும்.



படி–5: ஆம்புலன்ஸ் வரும் வரை தொடரவும்

தொடர்ந்து 30 அழுத்தங்கள் மற்றும் 2 முறை செயற்கை சுவாசம் கொடுக்க வேண்டும். இது மாரடைப்பினால் பாதிக்கப்பட்டவரின் உடல் நிலையை மீட்டு கொண்டு வருவதற்கான முயற்சியாகும். இதயம் செயலிழக்கும் போது CPR மூலம் அழுத்தம் முதலுதவி கொடுப்பதன் வழியாக பாதிக்கப்பட்டவரின் உயிரை மீட்டு கொண்டு வர முடியும்.

பின்விளைவுகள்

- விலா எலும்பு முறிவு.
- மார்பு எலும்பு முறிவு.
- வயிற்று உபாதைகள் – செயற்கை சுவாசம்.

9.9 பேரழிவுகள்

பேரழிவு என்பது கடுமையான ஆபத்தான நிகழ்வு இது சமூகத்தின் செயல்பாட்டை பாதிக்கும், சமூகத்தை தாண்டி ஏற்படுத்தும் சொந்த வளங்களை கொண்டு சமாளிக்கும் திறனை தாண்டிய நஷ்டங்களை சமூகத்திற்கு ஏற்படுத்தும்.

செஞ்சிலுவை (1975) பேரிழிவு வரையறை

சூறாவளி, புயல், வெள்ளம், காற்று, பூமி, அதிர்ச்சி, வறட்சி, பனிப்புயல், கொள்ளை நோய், பஞ்சம், வெடி, தீ, கட்டிடம் இடிதல், போக்குவரத்து அழிவு, மனிதனாலும் அல்லது வேறு விதிமான சூழ்நிலைகள் மனித இனத்திற்கு துன்பங்களை உண்டாக்கி, பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மற்றவர் உதவி இல்லாமல் மீளமுடியாத நிகழ்வுகளை குறிக்கும்.

பேரழிவு (Disaster) நெடுங்கணக்கு

D – அழிவு
I – நிகழ்வு
S – துன்பங்கள்
A – நிர்வாக நிதி பற்றாக்குறை
S – உணர்வு
T – இடர்பாடுகள்
E – தொற்றுநோய் சீற்றம்
R – ஆராய்ச்சி திட்டங்களும் அதன் நிறைவுகளும்.

9.9.1 பேரழிவின் வகைகள்

பேரழிவின் வகைகள்	எ.கா
இயற்கை பேரழிவு	நிலஅதிர்வு, வெண்மை, சூறாவளி, கடல்சீற்றம்.
மனிதனால் ஏற்படும் பேரழிவு	தொழிற்சாலை விபத்துகள், அணுசக்தி விபத்துகள்.
கலப்பு பேரழிவு	உலக வெப்பமயமாதல், சமுகத்தில் தொற்றுநோய் பரவுதல்.

பேரழிவின் போது செய்யகூடிய முதலுதவியின் வகைகள்

1. பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் இருக்கும் மக்களை பாதுகாப்பான வழி அல்லது அவசர வழியாக வெளியே செல்ல உதவுதல்.
2. மின்சார சாதனங்களை தொடாதவாறு உறுதி செய்தல்.
3. எல்லா மின் இணைப்புகளுக்கும் முதன்மை காரணமாக உள்ள (main box) இணைப்பை துண்டிக்கவும்.
4. தீயினால் பாதிப்படைந்த நபர் மற்றும் பொருட்கள் மீது தண்ணீர் தெளிப்பதை தவிர்க்கவும்.

பேரழிவு வகைகள்	இயலக்கூடிய முதலுதவி சேவைகள்
தீ	1) தீ அணைப்பானை சரியாக பயன்படுத்தவும். 2) குழந்தைகளை தீயின் தாக்கத்திலிருந்து பாதுகாக்கவும். 3) தீ அணைப்பு படையினர் உடன் சேர்ந்து தீயை கட்டுபடுத்துவர்.

பேரழிவு வகைகள்	இயலக்கூடிய முதலுதவி சேவைகள்
நில அதிர்ச்சி	1) கட்டிடத்தின் உள்யிருப்பவை திறந்த வெளிக்கு வருமாறு அழைக்கவும். 2) தொலைபேசி வாயிலாக முடிந்தவரை அந்த பகுதியிலுள்ள அனைத்து மக்களுக்கும் இந்த செய்தியை பரப்பவும். 3) உயிர் அற்ற பொருள்களை காட்டிலும் மனித உயிர்களை காப்பாற்ற முதல் இடம் கொடுக்கவும். 4) குழந்தைகளை கட்டிட இடிபாடுகளில் இருந்து பாதுகாக்கவும்.
புயல்/சூறாவளி	1) அதிவேக காற்று மற்றும் மழையிலிருந்து மக்களை பாதுகாக்கவும். 2) தண்ணீர் தேக்கம் மற்றும் அடைப்பினால் பாதிப்பு ஏற்படாமல் இருக்க தண்ணீர் நன்றாக தடையின்றி ஓட வழி செய்யவும். 3) மின்னல் தாக்குதலினால் தீ விபத்து ஏற்படாமல் இருக்க வெளிபுறத்திலுள்ள மின்சார மற்றும் மின்னனு சாதனங்களிடமிருந்து மனிதர்களை பாதுகாக்கவும்.
வெள்ளம்	1) தண்ணீர் வழியாக மின்சாரம் தாக்குதலிருந்து மக்களை பாதுகாக்கவும். 2) உயிர் இனங்களை தண்ணீர் மூலம் பரவும் தொற்றுநோயில் இருந்து பாதுகாக்கவும். 3) அனைவரும் சுகதாரமுள்ள பாதுகாக்கப்பட்ட உணவு மற்றும் தண்ணீர் அருந்தது வதை உறுதிபடுத்தவும். 4) தண்ணீரின் அளவு உயரும்போது அதற்கான பாதுகாப்பு வசதிகளை உறுதிப்படுத்தவும். 5) குறிப்பிட்ட கால நேரத்திற்கு மேல் தண்ணீரின் அளவு உயர்ந்தால் அங்குள்ளவர்களை பாதுகாப்பான இடத்திற்கு மாற்றவும்.

பேரழிவுக்கு பிறகு உடனடியாக கொடுக்கக்கூடிய முதலுதவி பின்வருபவற்றை கொண்டுள்ளன

எலும்பு மூட்டுகள், எலும்புகள் உடைந்த நபர்களை கவனித்தல் மற்றும் தசைகளும் மூட்டுகளும் செயலாற்றத் தூண்டுவதற்காக அவற்றை தேய்த்து விடுதல் (massage)

தொற்று நீக்கிகளை கொண்டு தொற்று நீக்கம் செய்ய வேண்டும். அடிபட்டு சிறிய காயங்கள் (இரத்தக் கட்டு) ஏற்பட்ட நிலையில் உள்ள நோயாளிக்கு அப்பகுதிகளை நச்சுகொல்லிகளை கொண்டு சுத்தம் செய்தல் வேண்டும். அதன் பிறகு கட்டுத்துணிகளை கொண்டு அப்பகுதிகளை கட்டு போடுதல் வேண்டும்.

தீக்காயம் ஏற்பட்ட பகுதிகளை கவனித்தல்

தகவல் தொடர்பு அமைப்பு பணிகளை விபத்து ஏற்பட்ட இடங்களில் அமைக்கவும்.

அசுத்தமான உணவு மற்றும் நீரின் வழியாக தொற்று பரவுவதை தடுக்கவும்.

பாதிக்கப்பட்ட அனைத்து தனிநபர்களுக்கும் விபத்துக்கு பின் sos சேவைகள் மூலம் ஆதரவை வழங்குதல்.

9.9.2 பேரழிவுகளில் வகைப்படுத்துதல் (Triage)

வகைப்படுத்துதல் (Triage) என்ற வார்த்தை பிரெஞ்சு வார்த்தையான டிரையர் (Trier) என்ற சொல்லிலிருந்து வந்ததாகும். அவைல் வகைப்படுத்து அல்லது தேர்ந்தெடு எனப்படுகிறது.

> சரியான நோயாளியை, சரியான இடத்தில், சரியான நேரத்தில் சரியான அளவு கவனிப்பு பெறச் செய்யும் செயல்முறையே வகைப்படுத்துதல் (Triage) எனப்படும்.
>
> ரைஸ் & ஏபல் (1992)

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 194 19-02-2019 16:04:46

வகைப்படுத்துதல் வகைகள்

- சாதாரண வகைப்படுத்துதல்
- முற்போக்கான வகைப்படுத்துதல்

சாதாரண வகைப்படுத்துதல்

திடீர் விபத்து ஏற்பட்டு அதிக மக்கள் காயமுற்று பாதிப்படைந்த நிலையில் எளிய வகைப்படுத்துதல் முறை பயன்படுத்தப்படுகின்றன. காயம் அடைந்ததன் அடிப்படையில் நோயாளிகளை வகைப்படுத்த வேண்டும். அவற்றில் தீவிர கவனம் தேவைப்படுபவர் மற்றும், உடனடியாக மருத்துவமனைக்கு அனுப்பிவைத்தல், குறைந்த தீவிரம் கொண்ட காயங்கள் அடைந்தவர் என வகைப்படுத்தப்படுகின்றனர்.

S.T.A.R.T (Simple Triage And Rapid Treatment) எளிய வகைப்படுத்துதல் மற்றும் வேகமாக சிகிச்சை அளித்தல். எளிய வகைப்படுத்துதல் அமைப்புகள் அவசர காலங்களில் குறைவான பயிற்சி பெற்ற இளைஞர்களை கொண்டு செயற்படுத்தப்படுகிறது.

காயங்களை நான்கு வகைகளாக வகைப்படுத்துதல் பிரிக்கின்றன.

- 0 – எவரும் அறியாத உதவியற்று இறந்த நிலையில் இருத்தல்.
- 1 – காயம் அடைந்த நபருக்கு உடனடியாக போக்குவரத்து மூலம் உதவியளித்தல்.
- 2 – காயமடைந்தவருக்கு தாமதமாக போக்குவரத்து கிடைக்கும் நிலை.
- 3– சிறிய காயமடைந்து உடனடியாக தேவைப்படும் உதவியற்ற நிலையில் இருப்பவர்கள்.

முற்போக்கான வகைப்படுத்துதல்

குறைவான தீவிர காயமடைந்த நோயாளிகளுக்கு முற்போக்கான அதிக கவனிப்பு பயன்படுத்தப்படுகின்றன. சில காயமடைந்த நோயாளிகளுக்கு காரணம் கருதி திட்டமிட்டு சிகிச்சை அளிக்காமல் நிறுத்தி வைக்கப்படுகின்றது.

பொருளாதார வசதி குறைவான சூழ்நிலையில் இறக்கும் தருவாயில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு வாழ்வதற்கு குறைவான வாய்ப்புகள் உள்ள போதும் சிகிச்சைகான வாய்ப்புகள் கொடுப்பதை காட்டிலும், உயிர் பிழைப்பதற்கான சாத்தியக் கூறுகள் அதிகம் உள்ள நோயாளிக்கு வாழ்வதற்கான வாய்ப்புகளை அதிகரித்தலே சிறந்தது.

வகைப்படுத்துதலின் முக்கிய கொள்கைகள்

1. அதிக நபருக்கு அதிக நன்மைகள் செய்தல்.
2. ஒரு காலை இழந்தவரை பாதுகாப்பதற்கு முன்னுரிமை கொடுப்பதை விட ஒருவரின் உயிரை பாதுகாப்பதே சாலச்சிறந்தது.

முற்போக்கான வகைப்படுத்துதலின் பிரிவுகள்

வகுப்பு 1:
(அவசரம்) சிவப்பு உடனடியாக

- உடனடியாக கவனிப்பு (சிகிச்சை) பெற்றிருந்தால் வாழ்வை அச்சுருத்தும் வகையில் தீவிர காயம் பெற்றிருப்பின் காப்பாற்ற பட்டு இருக்கலாம்.
- வாழ்வை அச்சுறுத்தும் தீவிர காயங்களுக்கு உடனடியாக கவனிப்பு (சிகிச்சை) அளிக்கும் பொழுது பாதிக்கப்பட்டவர் பலியாகாமல் உயிர் வாழ்வதற்கான சாத்தியகூறுகள் அதிகரிக்கின்றன.
- உடனடி சிகிச்சை, உயிரை – காக்கும் தலையீடுகள், அறுவை சிகிச்சை குழுக்களுக்கு முதலில் முன்னுரிமை கொடுத்தல், நவீன வசதிகள் கொண்ட பிரிவுகளுக்கு மாற்றுதல் போன்றவை அவர்களுக்கு தேவைப்படுகிறது. அவர்கள் "அதுவரை காத்திருக்க முடியாது" ஆனால் உடனடி சிகிச்சை பெற்று வாழ்வதற்கு விரும்புகிறார்கள்.

நெருக்கடியான, உயிருக்கு அச்சுறுத்தல் – பயநிலைகளான மூச்சுத்திணறல், அதிர்ச்சி, இரத்த ஒழுக்கு

வகுப்பு II
(மிக அவசரம்) மஞ்சள் தாமதம்

- இந்நிலையில் உள்ள தீவிர காயம் ஏற்பட்ட நபர் உடனடி உயிர் பலி ஏற்படுமோ என்ற அச்சுருத்தலுக்கு ஆளாக தேவையில்லை. இரண்டு மணி நேரம் தாமதமாக இடம்பெயர்ந்து சிகிச்சை மேற்கொள்ளலாம்.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 195 19-02-2019 16:04:46

- இவர்களது நிலை சில மணி நேரங்கள் கடந்து செல்வதற்கு நிலையாக இருப்பார்கள் ஆனால் பயிற்சி பெற்ற நபர்களால் கண்காணிப்புகள் மற்றும் தொடர்ச்சியான வகைப்படுத்துதல் தேவைப்படுகிறது. அதை பொறுத்து மருத்துவமனையின் கவனிப்பு தேவையை அறிதல். சூழ்நிலையை பொறுத்து உடனடி கவனிப்பு முன்னுரிமையை பெறுகின்றார்.

பெரிய தீவிர நோய் அல்லது காயங்கள்; – திறந்த எலும்பு முறிவு,மார்பில் காயங்கள்

வகுப்பு III

(அவசர மில்லை) – பச்சை – குறைவான (அ) மிதமான

அனைத்து உயர் முன்னுரிமை பெற்ற நோயாளிகள் வெளியேறும் பொழுது, இந்நிலையில் காயமடைந்த நோயாளிகளுக்கு மருந்துவ கவனிப்பு தேவைப்படும் அல்லது கண்காணிப்பு தேவைபடாமலும் இருக்கலாம்.

நோயாளி/பாதிக்கப்பட்ட நபர் 2 மணி நேரம் தாமதமாக இடம்பெயர்ந்தும் சிகிச்சை மேற்கொள்ளலாம்.

சாதாரண/சிறிய காயங்கள், காயப்பட்டவர்கள், மூடிய எலும்பு முறிவு, சுளுக்கு, வலி.

வகுப்பு IV

(எதிர்பார்க்கும் நிலை) –கருப்பு எதிர்பார்க்கும்

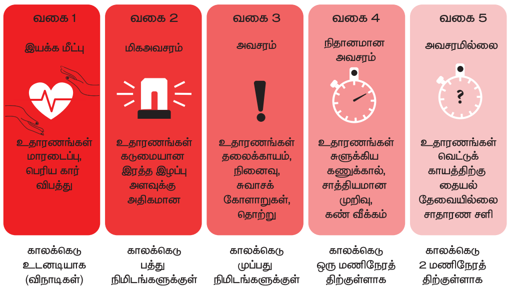
கடுமையாக (அ) தீவிரமாக காயமடைந்தவர்கள் பின் இறந்து விடுவார்கள், ஒரு மணி நேரமோ (அ) ஒரு நாளோ இருக்க வாய்ப்புண்டு.

(அதிக உடல் தீ காயங்கள், தீவிர காயங்கள், உயிரை கொள்ளும் அளவிற்கு கதிர்வீச்சுகள்)

உயிருக்கு அச்சுருத்தலை ஏற்படுத்த மருத்துவ நெருக்கடியான சூழ்நிலையின் கிடைக்ககூடிய கவனிப்புகளை கொடுத்த போதிலும் அவர்கள் உயிர் பிழைக்க இயலாத நிலையாகும். (மாரடைப்பு, அதிர்ச்சி, தீவர தலை மற்றும் மார்பில் காயங்கள்)

பாதிப்பினை குறைக்க அவர்களை தனி பிரிவுகளுக்கு கொண்டு சென்று வலி நிவாரணி மாத்திரைகளை கட்டாயமாக கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

இறந்துவிடுவார்கள் என்று எதிர்பார்க்கப்பட்டது கடும் தலைக்காயம், உடல் முழுவதும் அடர்த்தியான தீக்காயம்.



9.10 பேரழிவுகளில் செவிலியரின் பங்கு

பேரழிவின் போது பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு குறுகிய, நடுத்தர, நீண்டகால சுகாதார தேவைகளை அறிந்து நெருக்கடியான நேரங்களில் பயனுள்ள வகையில் வழங்குதலாகும். அனைத்து நிலைகளிலும் உள்ள ஆபத்துகளை மதிப்பிடுதல், பல ஒழுங்குமுறை மேலாண்மை உத்திகள், பேரழிவு தயார் நிலை ஆகியவை உள்ளடங்கியவை ஆகும். (சர்வதேச செவிலியர் குழுமம் –2006)

பேரழிவுகளின் செவிலியரின் முக்கிய பங்கு

1. நிகழ்வின் அளவை தீர்மானிக்கவும்.
2. பாதிக்கப்பட்ட குழுக்களின் தேவையை வரையறை செய்தல்.
3. முன்னுரிமைகள் மற்றும் குறிக்கோள்களை உறுதிப்படுத்துதல்.
4. நடைமுறையில் நிகழக்கூடிய பொது சுகாதார பிரச்சனைகளை அடையாளம் காணுதல்.
5. அடையாளம் காணப்பட்ட தேவைகளான வள ஆதாரங்களின் தேவையை நிறைவேற்ற தீர்மானித்தல்.
6. மற்ற தொழிற்துறை பிரிவுகள், அரசு மற்றும் அரசு சாரா நிறுவனங்களுடன் ஒத்துழைக்க வேண்டும்.
7. கட்டளைகளை ஒன்றிணைக்கப்பட்டு தொடர்ச்சியாக பராமரித்தல்.
8. தகவல் தொடர்பு பரிமாற்றம்.

இந்நிகழ்வுகளுக்கு முக்கியத்துவம் அளித்தல்

- அனைத்து அவசர பிரிவு அறை பார்வையிடுவதிலே 25% நபர்களை அடிப்படை முதலுதவி மற்றும் CPR சான்றிதழ்களின் வழியே தவிர்க்க இயலும்.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 196 19-02-2019 16:04:46

- திடீர் மாரடைப்பால் 13% நபர்கள் பணியிடங்களிலேயே இறக்கின்றனர் என்பதை தெரிவிக்கின்றது.
- 2012 ஆண்டில் சுமார் 5 மில்லியன் தொழிலாளர்கள் பணியின் போது காயமடைந்துள்ளனர். இதனால் நிறுவனங்களுக்கு 198.2 பில்லியன் டாலர் வருவாய் இழப்புகள் ஏற்பட்டுள்ளன.
- மருத்துவமனைகளுக்கு வெளியே நிகழும் அனைத்து மாரடைப்புகளில் 75% வீட்டிலேயே நிகழ்கின்றன.

பாடச்சுருக்கம்

1. முதலுதவி என்பது ஆரம்ப உதவி அல்லது திடீர் நோய்கான ஒரு காயத்திற்கு வழங்கப்படும் சிகிச்சை ஆகும். முதலுதவி என்பது முடிவு அல்ல அது காயப்பட்ட நபருக்கு இரண்டாம் உதவியின் தேவையை குறிப்பிடபடுகிறது.
2. முதலுதவியின் நோக்கங்களை நினைவில் கொள்ள எளிய வழி, 3 ps – பாதுகாக்க/ தடுப்பு/மேம்படுத்த
3. தோலில் ஏற்படும் வெட்டு காயம் (அ) ஊடுருவுதல் ஆகும்.
4. தொழில் நுட்ப ரீதியாக ஹெமோரேஜிங் என அழைக்கப்படும் இரத்தப்போக்கு. இது இரத்த ஓட்ட மண்டலத்திலிருந்து இரத்தம் விலகி வெளியேறுதல் ஆகும்.
5. தீவிர இரத்த போக்கு இருக்கும் நேரங்களில் எவ்வாறு அனுக வேண்டும் என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டிய குறியீடுகளாக PEEP (நிலைகள், வெளிபடுதல் , ஆய்வு செய்தல், உயர்த்துதல், அழுத்தம் கொடுத்தல்.
6. உடலில் ஏற்பட்ட காயத்தின் காரணமாக சிறப்பான இரத்த ஓட்டத்தின் கொள்ளவு குறைந்து இருத்தலே அதிர்ச்சி எனப்படும். அதிர்ச்சி என்பது நோய் அறிகுறியாகும்.
7. அதிர்ச்சி என்பது உயிருக்கு அச்சுறுத்தல் ஏற்படக்கூடிய நிலையாகும். இதில் உடல் உறுப்புகள் மற்றும் திசுக்களின் போதுமான இரத்த ஓட்டம் இல்லாததே காரணம்.
8. கடுமையான காயங்களை பராமரிக்க பின்பற்ற வேண்டியவை: DRSABCD
9. எலும்பில் ஏற்படும் பிளவு அல்லது விரிசல் எலும்பு முறிவு என்று அழைக்கப்படுகிறது.
10. மூட்டு விலகல் என்பது மூட்டு எலும்புகள் தன் இயல்பான நிலைப்பாட்டிலிருந்து இடம்பெயர்தல் ஆகும்.
11. சுவாசித்தலில் கடினம் அல்லது சுவாசிக்க இயலாத முறை ஆகியவை மருத்துவ அவசர கால நிலையாகும்.
12. விஷ கடிகள்
13. CPR என்பது விரிவாக்கம் யாதெனில் செயலிழந்த இதயம் நுரையீரல் மீண்டும் செயல்பட செய்தல் ஆகும். இதய துடிப்பு நின்று போன நபருக்கு உயிரை காக்கும் மருத்துவ செயல்முறையாகும். இருதயத்தினால் இரத்தத்தை எடுத்து செல்ல இயலாத

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 197 19-02-2019 16:04:46

www.tnschoolbooks.in

நிலையில் ஒரு நபரின் உடல் முழுவதும் இரத்தத்தை சென்றடைய அழுத்தம் கொடுத்து உதவி செய்வதாகும்.

14. காயங்களில் தொற்று ஏற்படாமல் தடுக்கவும் நிலையான இடத்தில் கட்டுகள் போடுவதன் மூலம் காயம் பட்ட இடத்திற்கு ஆதரவுகளை வழங்குதல். சுளுக்கு அல்லது மூட்டு விலகல் மேலும் இரத்த ஒழுக்குகளை தடுத்து கட்டுப்படுத்துகிறது.

4BUG3

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. முதலுதவி என்பது
   - அ) நோய் அல்லது காயத்திற்கு ஆரம்பநிலை கவனிப்பு
   - ஆ) இயற்கை பேரழிவுக்கான முதல் எதிர்விளைவு
   - இ) எவ்வாறு முதலுதவி கருவிகளை அல்லது பொருட்களை பயன்படுத்துவது
   - ஈ) காயமடைந்த நபருக்கு மருத்துவ சிகிச்சை அளித்தல்.

2. முதலுதவி அளிக்கும் சூழ்நிலையில் மேற்கொள்ள வேண்டிய முதல் பணி
   - அ) காயமடைந்தவரை காரிலிருந்து வெளியேற்றுதல்
   - ஆ) வலி இருக்கிறதா என காயமடைந்தவரிடம் கேட்டல்
   - இ) காயமடைந்தவரை மேலே உட்கார வைத்தல்
   - ஈ) உன்னுடைய அனைத்து புலன்களையும் பயன்படுத்தி அபாயநிலையை பரிசோதித்தல்.

3. சுயநினைவற்ற நோயாளியின் மூச்சுக்குழாயை திறக்க பயன்படுத்தப்படும் நுட்பத்திறன்
   - அ) தலையை சாய்த்து மற்றும் கன்னத்தை உயர்த்துதல்.
   - ஆ) தாடையை உந்துதல்
   - இ) தலையை சாய்த்து தாடையை உந்துதல்
   - ஈ) கன்னத்தை உயர்த்துதல்

4. தீவிர இரத்த இழப்பு ஏற்படும் மருத்துவ நிலைக்கு
   - அ) அதிர்ச்சி
   - ஆ) ஹைபோகிளைசிமியா
   - இ) அனாபைலாக்ஸிஸ்
   - ஈ) ஹைபோதெர்மியா

5. திறந்த எலும்பு முறிவு என்பது
   - அ) எலும்பு முறிவில் எலும்பின் இறுதி பகுதி சுற்றி நகருதல்
   - ஆ) எலும்பு முறிவில் தோல் பகுதி கிழிந்து எலும்பு வெளிவருதல்
   - இ) எலும்பு முறிவில் ஏற்படும் சிக்கல்களான நுரையீரலில் துளை ஏற்படுதல்.
   - ஈ) எலும்பு முறிவில் எலும்பு வளைந்து மற்றும் பிளவு ஏற்படுதல்.

6. பெரியவர்களுக்கு காயமடையும் போது வழங்கப்படும் CPR இல் பயன்படுத்தப்படும் மார்பு அழுத்தம் மற்றும் சுவாச மீட்புக்கு கொடுக்கப்படும் சரியான விகிதத்தின் அளவு
   - அ) 2 அழுத்தங்கள், 30 சுவாச மீட்பு
   - ஆ) 5 அழுத்தங்கள், 1 சுவாச மீட்பு
   - இ) 15 அழுத்தங்கள், 2 சுவாச மீட்பு
   - ஈ) 30 அழுத்தங்கள், 2 சுவாச மீட்பு

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 198 19-02-2019 16:04:46

7. இச்சுருக்கெழுத்தில் A என்பது என்ன குறிக்கிறது
   அ) விபத்து
   ஆ) மூச்சுக்குழாய்/காற்றுப்பாதை
   இ) ஆம்புலன்ஸ்
   ஈ) எச்சரிக்கை

8. இவற்றில் எது தீவிரமானவை
   அ) வெப்ப பக்கவாதம் (அ) வெப்ப வீச்சு
   ஆ) வெப்ப சோர்வு
   இ) வெப்ப பிடிப்புகள்
   ஈ) வெப்ப வெடிப்பு

9. மின்சாரம் தாக்கி ஏற்பட்ட காயத்திற்கு சிகிச்சை அளிக்கும் போது எடுக்கப்படும் முதல் நடவடிக்கை
   அ) காயமடைந்தவர் இன்னும் சுவாசித்தல் நிகழ்வு உள்ளதா என்பதை உறுதிப்படுத்தவும்.
   ஆ) குளிர்ந்த தண்ணீரால் புண்களை கழுவவும்.
   இ) அபாயநிலையை சரிபார்க்கவும் மற்றும் மின் இணைப்புகளின் தொடர்பு துண்டிக்கப்பட்டதா என்பதை உறுதி செய்யவும்.
   ஈ) பதில் அளித்தலின் அளவினை பரிசோதித்தல்

10. மூக்கிலிருந்து இரத்தக்கசிவு ஏற்படுவதை தடுக்க நீங்கள் எடுக்கும் முதல் நடவடிக்கை என்ன ?
   அ) நோயாளியை கீழே அமரச் செய்து முன்னோக்கி சாய்ந்து மூக்கின் மென்மையான பகுதியை கிள்ளுதல்.
   ஆ) காயமடைந்தவரை கீழே உட்கார வைத்து பின்னோக்கி சாய்ந்து, மூக்கின் மென்மையான பகுதியை கிள்ளுதல்.
   இ) காயமடைந்தவரை கீழே படுக்க வைத்து மற்றும் மூக்கின் மென்மையான பகுதியை கிள்ளுதல்
   ஈ) காயமடைந்தவரை கீழே படுக்க வைத்து மூக்கின் மேல் பகுதியை கிள்ளுதல்.

II. கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஒரிரு வரிகளில் விடையளி

1. முதலுதவியின் முக்கிய விதிகள் யாவை?
2. உறை பனிக்காக அளிக்கப்படும் மேலாண்மை பற்றி எழுதுக.
3. சுயநினைவற்று போவதற்கான காரணங்கள் என்ன மற்றும் சுயநினைவற்ற நோயாளிக்கு அளிக்கப்படும் முதலுதவி மேலாண்மை பற்றி விளக்குக.
4. சுருள் கட்டுகள் பயன்படுத்துவதற்கான விதிகளை எழுதுக. (செயல்முறை – ப. 325 – ஐ காண்க.)
5. முதலுதவி உபகரணங்களை பட்டியலிடுக.

III. குறுகிய விடையளி

1. பாம்பு கடிகள் பற்றி சிறுகுறிப்பு எழுதுக.
2. மூட்டு விலகியதன் அறிகுறிகள் பற்றி எழுதுக.
3. எலும்பு முறிவின் வகைகள் யாவை?
4. பேரழிவுகளில் செவிலியரின் பணி
5. காயமடைந்த நோயாளியை கையாளுதல் மற்றும் இடம்பெயர்தல் முறைகள் பற்றி குறிப்பு வரைக.

IV விரிவான விடையளி

1. CPR என்றால் என்ன? CPR இன் குறியீடுகள், முரண்பாடுகள், மற்றும் படிகள் பற்றி விரிவாக விளக்குக.
2. பூச்சிக்கடிகளுக்கு ஏற்படும் அறிகுறிகள் மற்றும் முதலுதவி மேலாண்மை பற்றி விரிவாக எழுதுக.

3. கட்டுகளின் வகைகள் விளக்குக. (செயல்முறை – ப. 322 – ஐ காண்க.)

4. பேரழிவுகளில் வகைப்படுத்துதலின் பிரிவுகள் பற்றி விளக்குக.

5. அதிர்ச்சி ஏற்பட்டவருக்கு முதலுதவி சிகிச்சை மேலாண்மை பற்றி விரிவாக எழுதுக.

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. மிகையுணர்வூக்கம் (Anaphylaxis) – உயிருக்கு அச்சுறுத்தல் உண்டாக்கும் நிலையாகும், அவர்களுடைய காற்று வழி பாதை மூச்சுக்குழாய் சுருங்கிவிடும் பிறகு அந்நோயாளி அதிர்ச்சிக்கும் போகலாம்.
2. போர்களத்தில் முதலுதவி (Battle field first aid) – தெறிகுண்டு, துப்பாக்கி சுடு காயங்கள், தீப்புண், எலும்பு முறிவுகள் மற்றும் பல, மரபு ரீதியான போர்கள அமைப்புகலோ அல்லது பெரிய அளவிலான ஆயுதங்களை கொண்டு சேதமடையச் செய்தல், அவை அணு குண்டு வெடித்தல் ஆகிய பகுதிகளில் சிகிச்சை அளிக்கும் தொகுதி ஆகும்.
3. எலும்பு முறிவு (Bone fracture) – எலும்பு உடைந்து போதல் ஆரம்பநிலையில் நிலையாக ஸ்பிலின்ட்களை கொண்டு முறிவை கட்டுதல் ஆகும்.
4. தீப்புண் (Burns) – தீப்புண் காரணத்தால் திசுக்கள் சிதைந்துபோதல் மற்றும் தீபட்ட இடங்களில் உடல் திரவங்களை இழத்தல்.
5. இதய நிறுத்தம் (Cardiac arrest) – CPR க்கு முன்னுரிமை கொடுத்து AED யுடன் இணைந்து குறிப்பிட்ட நிமிடங்களுக்குள் தொடங்காவிடில் இறக்கும் நிலைக்கு செல்வார்.
6. மூச்சு திணறல் (Choking) – சுவாச பாதை அடைப்பு ஏற்பட்டதன் விளைவால் விரைவாக இறந்து போதல் பிராணவாவு குறைவான காரணத்தினால் நோயாளியின் மூச்சுக்குழாய் தெளிவாக இல்லாத நிலையினால் ஏற்படுகிறது.
7. தசை பிடிப்பு (Cramps) – தசைகளில் போதுமான பிராணவாயு அல்லது நீர் அல்லது உப்பு இல்லாத நிலையில் தசைகளில் லாக்டிக் அமிலம் உருவாகின்றது.
8. மாரடைப்பு (Heart Attack) – இருதய தசைகளுக்கு போதுமான இரத்த ஓட்டம் இரத்த குழாய்களின் வழியாக செலுத்தப்படுவதில்லை.
9. கட்டு துணி (Hair tourniquet) – குருதி வழிதலை தடுக்க குருதி நாடியை இறுக்க கட்டும் துணி
10. வலிப்பு (Seizures) – மூளையில் உள்ள மின்திறன் செயல்பாடு குறைவாக இருத்தல்.
11. சுளுக்கு மற்றும் தசைபிடிப்பு (Sprain and muscle strain) – தற்காலிகமாக எலும்பு முட்டுகள் விலகி அவை தானாகவே உடனடியாக வலி குறைதல் ஆனால் அதன் விளைவாக தசை நார்கள் பாதிப்படையலாம்.
12. பக்கவாதம் (Stroke) – தற்காலிகமாக மூளைக்கு செல்லும் இரத்தம் இழத்தல் ஆகும்

www.tnschoolbooks.in

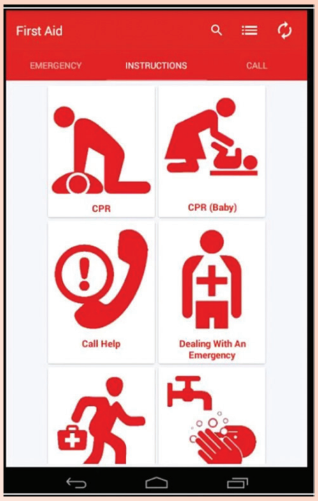
மேற்கோள் நூல்கள்

- Dr. Ajay Singh.(2004). First Aid and Emergency Care. 8th enlarged edition. N.R. Brothers Publishers
- N.N. Yalayyaswamy.(2016). First Aid and emergency Nursing. First edition. CBS Publishers & Distributors
- http://www.sja.org.uk/sja/first-aid-advice/first-aid-techniques.aspx/ accessed on 07.12.17 at 8.50 p
- https://indianredcross.org/publications/basics-of-red-cross.pdf/ accessed on 07.12.17 at 8.50 pm
- First aid manual: 9th edition. Dorling Kindersley. 2009. ISBN 978 1 4053 3537 9.
- Accidents and first aid». NHS Direct. Archived from the original on 2008-05-03. Retrieved 2008-10-04.
- Cymerman, A; Rock, PB. "Medical Problems in High Mountain Environments. A Handbook for Medical Officers". USARIEM-TN94-2. US Army Research Inst. of Environmental Medicine Thermal and Mountain Medicine Division Technical Report. Archived from the original on 2009-04-23. Retrieved 2009-03-05.
- Longphre, John M.; Petar J. DeNoble; Richard E. Moon; Richard D. Vann; John J. Freiberger (2007). "First aid normobaric oxygen for the treatment of recreational diving injuries". Undersea and Hyperbaric Medicine. 34 (1): 43–49. ISSN 1066-2936. OCLC 26915585. PMID 17393938. Archived from the original on 2008-06-13. Retrieved 2009-03-05.
- "Everyday First Aid – Hypothermia". British Red Cross. Archived from the original on 2014-11-29.
- Sterba, JA (1990). "Field Management of Accidental Hypothermia during Diving". US Naval Experimental Diving Unit Technical Report. NEDU-1-11. Archived from the original on 2011-07-27. Retrieved 2013-03-15.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 201 19-02-2019 16:04:47

இணையச் செயல்பாடு

First Aid



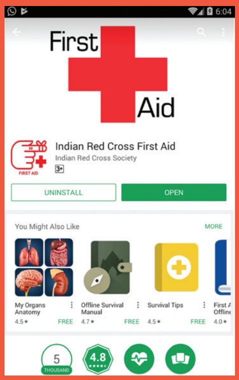
செயல்பாட்டின் இறுதியில் கிடைக்கப்பெறும் படம்.

படி 1: கொடுக்கப்பட்ட உரலியைப் பயன்படுத்தி, இணையத்திலிருந்து 'St John Ambulance First Aid' என்னும் செயலியைப் பதிவிறக்கி, நிறுவிக்கொள்ளவும்.

படி 2: 'St John Ambulance First Aid ' செயலியைத் திறந்ததும், 'Emergency ' என்ற பக்கம் தோன்றும், அதில் எமெர்ஜென்சி என்னும் தலைப்பின் கீழிருக்கும் பல்வேறு உடல்நலக்குறைபாடுகளில் BURNS என்பதைத் தேர்வு செய்யவும்.

படி 3: பின் General என்பதைத் தெரிவு செய்யவும் .தற்போது தீக்காயங்களுக்குச் செய்ய வேண்டிய முதலுதவி அறிவுரைகள் பட்டியலிடப்பட்டிருப்பதைத் தெரிந்து கொள்ளவும்.

படி 4: மீண்டும் முதல் பக்கத்திற்குச்சென்று 'Emergency' என்பதைத் தேர்வு செய்து, அதில் Adult CPR என்னும் முதலுதவி செய்வதற்கான படிமுறைகளைத் தெரிந்து கொள்ளவும்.



படி–1

படி–2

படி–3

படி–4

உரலி:

https://play.google.com/store/apps/details?id=org.indianredcross.firstaid&hl=en

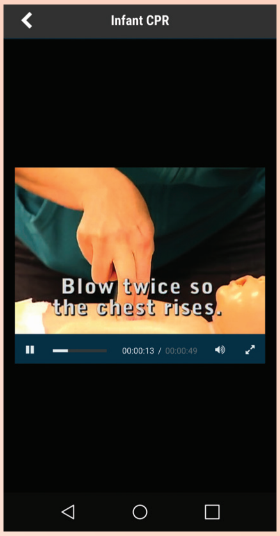
*படங்கள் அடையாளத்திற்கு மட்டுமே.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 202 19-02-2019 16:04:49

இணையச் செயல்பாடு

CPR, AED and Choking

CPR, AED and Chocking
முறையை அறிவோமா!

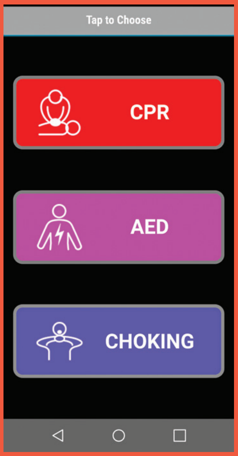


படி 1:கீழ்க்காணும் உரலி / விரைவுக் குறியீட்டைப் பயன்படுத்தி ‘Resuscitate’ என்னும் செயலியை நிறுவிக் கொள்க. அதில் ‘CPR’ என்பதைத் தேர்வு செய்து அதன் செயல்முறையை அறிக.

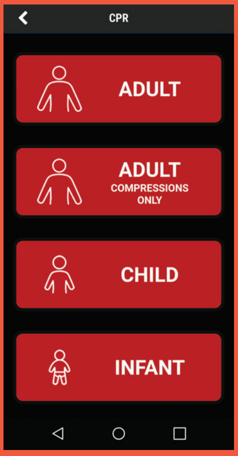
படி 2:சிகிச்சை பெறுவோரின் தன்மை அறிந்து, பின்பற்ற வேண்டிய செயல் முறைகளை உற்று நோக்குக.

படி 3:மீண்டும் Home பக்கத்திற்குச் சென்று, ‘AED’ யின் செயல் முறைகளை உற்று நோக்குக.

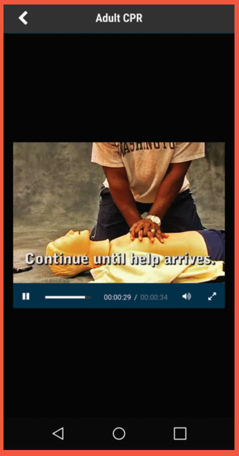
படி 4:அதே போல் ‘Chocking’ என்பதைத் தேர்வு செய்து, வயதிற்கேற்ற செயல்முறைது களை உற்று நோக்குக.



படி–1



படி–2



படி–3

படி–4

உரலி:

https://play.google.com/store/apps/details?id=org.learncpr.videoapp

ZBH5X

*படங்கள் அடையாளத்திற்கு மட்டுமே.

Nursing General_Tamil Ch-9.indd 203 19-02-2019 16:04:56

www.tnschoolbooks.in

அலகு **10**

சுகாதாரக் கல்வி மற்றும் ஒலி–ஒளி உபகரணங்கள்

MPRA9

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் இறுதியில் சுகாதாரக் கல்வியை மற்றும் ஒலி–ஒளி உபகரணங்கள் சார்ந்த போதுமான அறிவினை பெறுகின்றனர் மற்றும் விரும்பதக்க திறன் மற்றும் நேர்மறையான சிந்தனை வளர்ச்சி பெறுகின்றனர். பின்வரும் கொள்கைகளைப் பின்பற்றி மக்களுக்கு சுகாதாரக் கல்வியை பற்றி கற்பித்தலுக்காக ஒலி–ஒளி உபகரணங்களை அனைத்து நிலைகளிலும் பயன்படுத்த அறிந்து கொள்கின்றனர்.

இப்பாடத்தின் மூலம் மாணவர்கள் அறிவது

- சுகாதாரக் கல்வி பற்றி வரையறை செய்தல்
- சுகாதாரக் கல்வி பற்றிய கருத்துகளை விவாதித்தல்
- சுகாதாரக் கல்வியின் இலக்குகளை கணக்கிடுதல்
- சுகாதாரக் கல்வியின் குறிக்கோள்களை பட்டியலிடுதல்
- சுகாதாரக் கல்வியின் கொள்கைகளை விளக்குதல்
- சுகாதாரக் கல்வியாளரின் பங்கு மற்றும் பொறுப்புகளைப் பற்றி ஆய்வு செய்தல்
- சுகாதாரக் கல்வியாளரின் பல்வேறு வழிகள் மற்றும் அணுகுமுறைகளை விவரித்தல்
- பல்வேறு ஒலி–ஒளி கருவிகளின் பயன்பாட்டை சுருக்கமாக எடுத்துரைத்தல்.

மிகினும் குறையினும் நோய்செய்யும் நூலோர்

வளிமுதலா எண்ணிய மூன்று.

– திருக்குறள்

விளக்கம்: உண்ட உணவு செரிப்பதற்கான கால இடைவெளி தந்து, உணவு அருந்துகிறவர்களின் உடலுக்கு வேறு மருந்தே தேவையில்லை.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 204 19-02-2019 16:05:39

www.tnschoolbooks.in

10.1 முன்னுரை

ஒரு தனிநபரின் விரும்பத்தக்க நடத்தை மாற்றத்தை கொண்டு வருவது கல்வியே ஆகும். அறிவாற்றலை அதிகரிக்க கல்வியால் மட்டுமே இயலும். அறிவாற்றலே ஒருவரின் மனப்பான்மையை தீர்மானிக்கின்றது மற்றும் மனப்பான்மையே நடத்தையை தீர்மானிக்கின்றது என தொடர்ச்சியாகக் கருதப்படுகிறது.

கல்வி என்பது இருட்டிலிருந்து வெளிச்சத்திற்கு கொண்டு வரும் இயக்கம்.

நோய் பரவுவதைத் தடுப்பதிலும், சிகிச்சை அளிப்பதிலும் சக்தி வாய்ந்த மற்றும் சிறப்பு மிக்க மருந்து சுகாதாரக் கல்வியே ஆகும். இவை மிகவும் மலிவானது ஆனாலும் மிகச் சிறப்பு வாய்ந்த கருவியாகும்.

அனைத்து சுகாதார பணியாளர்களின் வழியாக மருத்துவமனைகள், பள்ளிகள், சுகாதார மையங்கள், வீடுகள், சமூகத்தில் உள்ள அனைவருக்கும் விழிப்புணர்வை செலுத்துவது சுகாதாரத்தை மேம்படுத்தும் ஒரே சிறந்த கருவி சுகாதாரக் கல்வி ஆகும்.

சுகாதாரக் கல்வி என்பது நம்மை சார்ந்தவர்களையும் மற்றும் அனைத்து மக்களும் சிறந்த சுகாதாரத்தை அடைய தூண்டுவதாக விளங்குகிறது.

சுகாதாரக் கல்வி என்றால் என்ன?

10.1.1 வரையறை

சுகாதார கல்வி என்பது தனிநபர் மற்றும் சமூகத்தில் உள்ள மக்களே தங்கள் உடல் நலத்தை முன்னேற்றவும், பராமரிக்கவும், நடத்தை கூறுகளை உகந்த வகையில் செயல்படுத்தவும் சுகாதாரத்தில் மறுசீரமைப்பு பற்றி கற்கும் செயல்முறையாகும்

ஜான் M. லாஸ்ட்

அமெரிக்காவில் நடந்த மருந்துகள் தடுப்பு மாநாட்டில் "உடல் நலக்கல்வி என்பது நமது உடலின் நிலையை குறிப்பில் உணர்த்துவது, மட்டுமின்றி நம் சீரான வாழ்வுக்கு பின்பற்ற வேண்டிய வாழ்க்கை முறைகளைக் குறிப்பதாகும்.

இத்தேவைகளை பூர்த்தி செய்வதற்கு நம் சூழ்நிலை மாற்றங்களின் பயன்பாட்டையும் வலியுறுத்துகிறது.

"மனிதர்கள் தங்கள் உடல் நலத்தை வலிமையாக பேணுவதற்கு ஊக்குவிப்பதுடன், எவ்வாறு சுகமாக வாழலாம், நம்மையும் நமது சூழலையும் வலிமையாக கொண்டுச் செல்வதே இம்மாநாட்டின் முக்கிய அம்சமாகும்"

ஆல்மா – ஏடோ (1978)

10.1.2 உடல் நலக்கல்வியின் நோக்கங்கள்

1969 இல் நடந்த உலக சுகாதார மாநாட்டிற்கு பின் 1978 இல் நடந்த ஆல்மா ஏட்டா பரிந்துரையின் பேரில் சுகாதாரக் கல்விக்கான அடிப்படை நோக்கங்களும், கொள்கைகளும் கீழே பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ளது.

1. உடல் நலத்தை பேணும் பழக்க வழக்கங்களை பின்பற்ற ஊக்குவித்தல்.
2. சுகாதார மைய சேவைகளை சரியாக பயன்படுத்த உதவுதல்.
3. தங்களது பிரச்சனைகளை தாங்களே தீர்த்துக் கொள்ளும் விதமாக தேவையான அறிவு, திறமை, சரியான முடிவை தேர்ந்தெடுக்கும் பக்குவம் ஆகியவற்றை உருவாக்குதல்.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 205 19-02-2019 16:05:39

4. தனி நபராகவும், குழுவாகவும் சுய சார்புடன் எவ்வகை சுகாதாரப் பிரச்சனையையும் அடையாளம் கண்டு, அவற்றை ஒரு தீர்வுக்கு கொண்டுவரும் வரை அறிவுறுத்துதல்.

10.1.3 சுகாதாரக் கல்வியின் இலக்குகள்

சுகாதார கல்வியின் இலக்கு என்பது மக்கள் தங்கள் வாழ்க்கையை சுகாதாரத்துடன் வாழக் கற்றுக் கொடுக்கிறது. செவிலியர் ஒரு நோயாளிக்கு சுகாதாரத்தைப் பற்றி கற்பிப்பதற்கான ஒவ்வொரு சந்தர்ப்பங்களிலும் கொடுக்கப்பட்ட சமூக கலாசார, கால சூழ்நிலையின் கீழ் சுகாதார திறனை பெற போராடி முயற்சிக்க வேண்டும்.

10.2 சுகாதார கல்வியின் குறிக்கோள்கள்

10.2.1 மக்களுக்கு தெரிவித்தல்

நோயினைத் தடுக்கவும், உடல் நலத்தை மேம்படுத்தவும், தேவையான தகவலை மக்களிடையே பரப்புதல் வழியாக சுகாதார தேவைகள், பிரச்சனைகள், சுகாதாரம் மற்றும் நோய்கள் பற்றிய அறியாமை போன்ற தவறான கருத்துக்களைக் களையவும், விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தவும் செய்கின்றன.

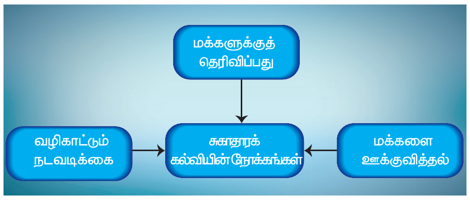
10.2.2 மக்களுக்கு ஊக்குவித்தல்

உடல்நலத்தை பாதிக்கும் தீய பழக்க வழக்கங்கள், வாழ்க்கை முறை உடல் நலத்துக்கு ஊறுவிளைவிக்கும் சுகாதார நடைமுறைகள் ஆகியவற்றை மாற்றியமைக்க ஊக்குவிப்பதன் மூலம் பல நோய்களை சரி செய்யலாம்.

10.2.3 நடிவடிக்கைக்கு வழிகாட்டுதல்

வாழ்க்கைமுறை பயிற்சி மற்றும் சுகாதார பயிற்சிகள் பராமரித்தல் பற்றி மக்களுக்கு கட்டாயமாக ஊக்குவிக்கவும், தகவல் தொடர்புகொள்ளவும், கற்பிக்கவும் வேண்டும்.

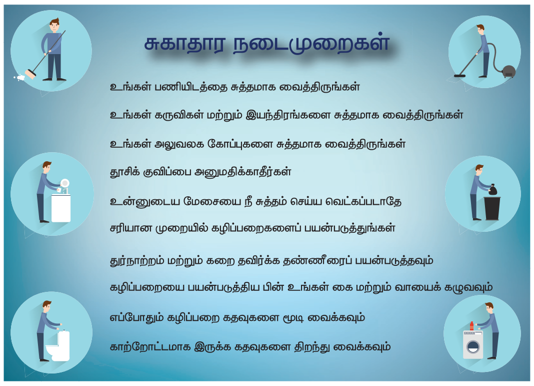
சுகாதாரக் கல்வி கட்டாயமாக கல்வியில் ஒருங்கிணைந்த பகுதியாக்கப்பட வேண்டும். இவையே வாழும் முறைகளில் மாற்றம் ஏற்படுத்துகிறது.



ஒவ்வொரு மாணவனும் தானாகவே சிந்தித்து செய்து கற்றுக்கொள்ளும் வாய்ப்பினை அளித்தல் அதற்கான நேரத்தையும் ஒதுக்குதல்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

1. இவையே குழந்தைகளுக்கு கற்பிக்கப்படும் முக்கிய சுகாதார பயிற்சிகள் ஆகும்.
2. உமது பள்ளியில் ஐந்து சுகாதார பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளுதல்.



www.tnschoolbooks.in

10.2.4 சுகாதார கல்வி உள்ள பகுதிகள்

சமூக நலம் போன்று உடல் நலக் கல்வியும் பரந்த நிலையில் உள்ளது. சமூக நலத்தின் ஒரு அங்கமாக கல்வி கூறுகள் விளங்குகின்றன. நடைமுறையில் பின்வரும் பிரிவுகள் சுகாதார கல்வி உள்ளடங்கிய கருத்துக்களை எளிமையாக சென்றடைய காரணமாகின்றன.

1. **மனித உயிரியல்:** மனித உடலின் அமைப்பு மற்றும் செயல்பாடுகள் போன்றவை எவ்வாறு உடலை தகுதிடன் பொருத்தமாக வைத்துக்கொள்வது, உடற்பயிற்சியின் தேவைகள் ஓய்வு மற்றும் தூக்கம், ஆல்கஹாலின் விளைவுகள், புகைபிடித்தல் மற்றும் உடலில் மருந்துகளின் செயல்பாடுகள் முதலுதவி போன்ற பகுதிகள் உள்ளடங்கியுள்ளன.
2. **ஊட்டச்சத்து:** ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டை எதிர்த்து போராடுவதில் ஊட்டச்சத்து என்ற தலைப்பு சுகாதாரக் கல்வி முறையில் ஒரு முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றது. உணவில் உள்ள ஊட்டச்சத்துக்களின் மதிப்பு, சேமிப்பு, தயாரிக்கும் முறை, சமைத்தல், பரிமாறுதல் மற்றும் உணவினை உண்ணுதல் பற்றி கற்பிக்க வேண்டும்.
3. **சுத்தம்:** சுத்தத்தில் இரண்டு வகையான அம்சங்கள் உள்ளன. சுய தூய்மை, சுற்றுப்புறத்தூய்மை. இவை இரண்டுமே சுகாதாரக் கல்வியில் முக்கிய பகுதிகளாகும். சுய தூய்மையில் குளித்தல், தூய்மையான ஆடைகளை அணிதல், பராமரிப்பு, துப்புதல், இருமுதல், தும்புதல், ஆகியவை உள்ளடங்கியுள்ளன. சுற்றுப்புற சுகாதாரம் – 2 அம்சங்களை கொண்டுள்ளன அவை வீடு, சமூகம் வீட்டு சுத்தம்: வீடு, சோப்பு மற்றும் நீரைப் பயன்படுத்துதல், வெளிச்சம், காற்றோட்டம், சுத்தமான உணவு, எலிகளைக் கட்டுப்படுத்துதல் ஆகியவை ஆகும். சமூக சுகாதாரம்: பாதுகாப்பான நீர், கால்வாய்களின் நன்மைகள், நன்கு வீட்டை பராமரித்தல், நகரங்களை திட்டமிடுதல் ஆகிய மக்கள் வாழக்கூடிய பகுதிகளை சுத்தமான பராமரித்தலைப் பற்றி நாம் கற்பிக்க வேண்டும்.
4. தாய் சேய் நல திட்டங்கள் மற்றும் குடும்ப கட்டுப்பாட்டு திட்டங்கள்: கருவுறுதல் மற்றும் குழந்தைகளைப் பற்றிய தாய்மார்களின் கவலையை சுகாதாரக் கல்வியின் வழியாக மட்டுமே நீக்குதல் முடியும்.

10.3 சுகாதாரக் கல்வியின் கொள்கைகள்

சுகாதாரக் கல்வியின் கொள்கைகள் மற்றும் கருத்துக்கள்

கற்பித்தல் செயல்முறை வழியாக, அடிப்படை அறிவாற்றல் மற்றும் சுகாதாரப் பயிற்சிகள் போன்றவை முறையான சுகாதார நடத்தைகளை வழங்குகின்றன.

கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள சில அடிப்படையான கொள்கைகளை சுகாதாரக் கல்வியினை கற்பிக்கும் பொழுது கட்டாயமாக பின்பற்ற வேண்டும்.

M: Motivation (ஊக்குவித்தல்)

I : (Interest) ஆர்வம்

L : (learning by doing) செய்து கற்றல்

K : (known to unknown) தெரிந்ததிலிருந்து தெரியாதது

C : Credibility (நம்பகத்தன்மை)

P : Participation (பங்கேற்றல்)

R : Reinforcement (வலுவூட்டல்)

L : Leader (தலைமை)

G : Good human relation – நல்ல மனித உறவு

C : Comprehensive – விரிவான (புரிந்துகொள்ளுதல்)

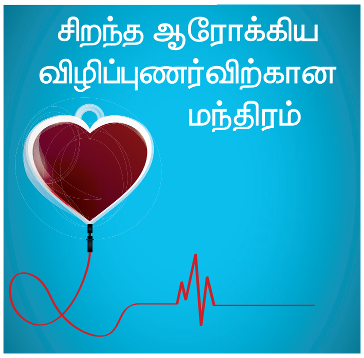
S : Setting an example – எடுத்துக்காட்டுதலை அமைத்தல்

F : feedback – செயல் விளைவு (அ) பின்னூட்டம்

மாணவர்கள் செயல்பாடு

மாணவர்களை குழுக்களாக பிரித்து உலக சுகாதார தினங்களை பற்றிய முழக்கங்களை(சுலோகம்) எழுதச் செய்தல் சிறந்த சுலோகங்களை தேர்ந்தெடுத்து பரிசளித்தல்.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 207 19-02-2019 16:05:41



10.3.1 ஊக்குவித்தல்

ஒவ்வொரு நபருக்கும் கற்றல் அடிப்படை ஆர்வமாக உள்ளது. தூண்டுதல் அல்லது விருப்ப உந்துதல் என்பதே ஊக்குவித்தல் ஆகும். இரண்டு வகையான ஊக்குவித்தல் உள்ளது. அவை முதல் ஊக்குவித்தல் (பாலினம், கோபம், வாழ்க்கை) பிறவி விருப்பங்கள் ஆகும். இரண்டாம் ஊக்குவித்தல் (பரிசு கொடுத்தல், அன்பு, பாராட்டுதல், தண்டனை, அங்கீகரித்தல்)

10.3.2 ஆர்வம்

கற்றுக்கொள்வதின் மேல் கட்டாயமாக விருப்பம் மற்றும் ஆர்வமிருத்தல் வேண்டும். மக்களின் தேவையைப் பொருத்து சுகாதாரக் கல்வி அமையுமெனில் அவை வெற்றிகரமாக முடியும். சிறந்த கற்பித்தலுக்கு மக்களின் சுகாதாரத் தேவையை அடிப்படையாகக் கொண்டு அமைய வேண்டும்.

10.3.3 செய்து கற்றல்

கற்றல் என்பது செயல் நடைமுறை ஆகும். செய்து கற்றல் முறையின் முக்கியத்துவத்தை பின்வரும் சீன பழமொழி அழுத்தி கூறுகிறது.

> "நான் கேட்டேன் என்றால் நான் மறந்துவிடுவேன்
>
> நான் பார்த்தேன் என்றால் நான் நினைவுகொள்வேன்
>
> நான் செய்தேன் என்றால் நான் தெரிந்துகொள்வேன்

10.3.4 தெரிந்ததிலிருந்து தெரியாததும்

நாம் ஒருவருக்கு கற்பிக்கத் தொடங்கும்பொழுது அடித்தளத்திலிருந்து (தொடக்கத்திலிருந்து) பொதுவானவை. எளிதானவையிலிருந்து கடினத்தன்மை கொண்டவையாக தெரிந்ததிலிருந்து தெரியாத செய்திகளை கற்றுக் கொடுத்தல் வேண்டும். ஒருவர் பாடம் கற்ப்பிக்க முனையும் பொழுது கற்றுக் கொள்பவர்களுக்கு ஏற்கனவே அறிந்தவைகளிலிருந்து புதிதாக அறிய வேண்டுவனவற்றை விளக்குதல் வேண்டும்.

10.3.5 நம்பகத்தன்மை

கவனிப்பாளரிடம் தெரிவிக்கும் தகவலின் தரம் நம்பகத்தன்மையானதாகவும், மதிப்பு மற்றும் தகுதி வாய்ந்ததாக இருத்தல் வேண்டும். இவை உண்மையானவையாகவும், உறுதியாக மற்றும் அறிவியல் (அ) விஞ்ஞான அறிவு மற்றும் நடைமுறை கலாச்சாரத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டிருத்தல் வேண்டும்.

10.3.6 பங்கேற்றல்

சுகாதார நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்க மக்களையோ அல்லது சமூகத்தையோ இணைத்திட வேண்டும். மற்ற வார்த்தைகளில் கூறுகையில், இரண்டு வழி செயல்முறைகளாக நீங்களும் மற்றும் கவனிப்பாளர்களும் சேர்ந்து கட்டாயமாக பங்கேற்றல் வேண்டும்.

10.3.7 வலுவூட்டல்

ஒருசில மக்கள் ஒரே வேளையில் கற்ற அனைத்தையும் மறந்து போவதற்கான வாய்ப்புண்டு. மீண்டும் அவை அனைத்தும் புதிய செய்தியாக கருதுவர். இடைவெளி கொடுத்து மீண்டும் தொடர்வது தேவைப்படுகிறது. ஒருவேளை வலுவூட்டல் என்பது இல்லையெனில் அந்நபர் அனைத்து செய்திகளையும் மறந்து போவதற்கான வாய்ப்புண்டு.

10.3.8 தலைமையேற்றல் (அ) தலைவர்

தலைவர்களே மாற்றத்திற்கு காரணங்கள் ஆவார். ஒரு தலைவர்களே மக்களின் (அ) சமூகத்தின் தேவைகள் மற்றும் உரிமைகளை புரிந்துகொள்ள முடியும். சரியான வழிகாட்டுதலை வழங்க

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 208 19-02-2019 16:05:42

முடியும். சமூகத்திலுள்ள பள்ளி ஆசிரியர்கள், உள்ளூர் தலைவர்கள், சுகாதாரத் துறையை சேர்ந்த அலுவலர்களுடைய ஒத்துழைப்புடன் சுகாதாரக் கல்வி தொகுக்கப்படல் வேண்டும். தலைவர்களாக அவளோ/அவனோ சமூகத்திலிருந்து தேர்ந்தெடுக்கப்படுகின்றனர்.

10.3.9 நல்ல மனித உறவுகள்

சுகாதாரத்தை கற்பிப்பவர் இரக்கத்துடனும் மற்றும் அனுதாபப்படுபவராகவும் இருக்க வேண்டும். மக்கள் அவரை தங்களுடைய ஒரு நல்ல நண்பராக ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

10.3.10 புரிந்துகொள்ளுதல்

சுகாதார கல்வியில் மக்கள் புரிந்துகொள்ளும் அளவு, கல்வி, படிக்கும் மற்றும் எழுதும் திறனை நோக்கி கற்பிக்கும் முறை இருத்தல் வேண்டும். கற்பித்தல் முறை மக்களின் மனத்திறனை பொருத்து இருக்க வேண்டும்.

10.3.11 எடுத்துக்காட்டு அமைத்தல்

பொருத்தமான மற்றும் சம்பந்தப்பட்ட எடுத்துக்காட்டுகளை அமைத்தல் வேண்டும்.

எ.கா புகைபிடித்தலின் ஆபத்துகளை பற்றி விளக்குபவர் தான் புகைபிடிக்கும் பழக்கம் உள்ள ஒருவர், புகைப்பிடித்தலின் ஆபத்துகளை பற்றி விளக்குவதால் அவர் அக்கருத்துகளை தெரிவிப்பதில் வெற்றியடைய மாட்டார்.

10.3.12 பின்னூட்டம் (அ) செயல் விளைவு

கற்பித்தலின் பலனை பற்றி வழங்குதல். சுகாதாரக் கல்வியை வழங்குவதில் செயல்விளைவு என்பது முக்கிய கருத்துகளைக் கொண்ட பகுதி ஆகும். பயனுள்ள தகவல் தொடர்புக்கு செயல் விளைவு மிக உயர்ந்த முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகும்.

"நல்ல ஆரோக்கியத்திற்கான காரணம் ஓடுதல், குதித்தல் மற்றும் குலுங்குதல்"

10.4 சுகாதாரக் கல்வி பற்றிய அணுகுமுறை / பல்வேறு வழிகள்

சுகாதார கல்வி

- **தனிப்பட்ட அணுகுமுறை**
  - தனிப்பட்ட தொடர்பு
  - வீட்டைப் பார்வையிடுதல்
  - தனிப்பட்ட கடிதங்கள்
- **குழு அணுகுமுறை**
  - விரிவுரையாளர்கள்
  - செயல் விளக்கம்
  - விவாத முறைகள்
    - குழு அணுகுமுறை
    - குழு விவாதம்
    - கருத்தரங்கம்
    - தொழிற்சாலை
    - மாநாடு
    - கருத்தரங்குகள்
    - முன்மாதிரி விளக்கம்
- **மக்கள் அணுகுமுறை**
  - தொலைக்காட்சி
  - வானொலி
  - செய்தித்தாள்
  - அச்சிடப்பட்ட பொருள்
  - நேரடி அஞ்சல்
  - சுவரொட்டிகள்
  - சுகாதாரம் பற்றிய அருங்காட்சியகங்கள் மற்றும் கண்காட்சிகள்
  - நாட்டுப்புற முறை
  - இணையம்
  - திரைப்படம்

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 209 19-02-2019 16:05:42

10.4.1 சுகாதாரக் கல்வியின் முறைகள்

சுகாதாரக் கல்வியை மூன்று முக்கிய நிலைகளில் அளிக்கப்படுகிறது.

(I) தனிநபர் அணுகுமுறை
(II) குழு அணுகுமுறை
(III) பொது அணுகுமுறை/ஊடக அணுகுமுறை

I. தனிநபர் சுகாதாரக் கல்வி

மருத்துவர்கள், செவிலியர்கள், உறவினர்களே நோயாளிகளிடம் நேரடி தொடர்பில் இருப்பதற்கான வாய்ப்புகள் காரணமாக தனிநபர் சுகாதார கல்வி பற்றி அறிகின்றனர். சூழ்நிலைக்கு பொருத்தமான தலைப்புகளை கட்டாயமாக தேர்ந்தெடுத்தல் வேண்டும். (உதாரணம்) – பிரசவத்திற்காக மருத்துவமனைக்கு வந்திருக்கும் தாயிடம் குழந்தை பிறப்பு பற்றிக் கூற வேண்டும். அதை தவிர்த்து மலேரியா நோயினை முற்றிலுமாக நீக்குவதை பற்றி பேசுவது கூடாது.

தனிநபர் சுகாதார கற்பித்தலில் பெரிய நன்மைகள் யாதெனில்:– நாம் அவரிடையே விவாதித்து மற்றும் வாதிட்டு,அறிவுரை வழங்கி நடத்தையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்த முடியும்.

தீமைகள்:– நாம் கொடுக்கும் தகவல் குறைந்த நபர்களையே சென்றடைகின்றன.

II. குழு சுகாதார கல்வி:–

குழுக்களில் உள்ள நபர்களான – தாய்மார்கள், பள்ளி குழந்தைகள், நோயாளிகள்,தொழிற்சாலை பணியாளர்கள் அவர்களிடையே நாம் நேரடியாக சுகாதாரத்தை கற்பிக்க இயலும். சுகாதார கல்வியில் பாடங்களை தேர்ந்தெடுப்பது மிகவும் முக்கியமானதாகும். அவை கட்டாயமாக குழுவில் உள்ளவரின் ஆர்வத்தினை நேரடியாக தொடர்பு கொண்டவையாக இருத்தல் வேண்டும். அதிகமான குழு – தாய்மார்கள், பள்ளிக் குழந்தைகள், நோயாளிகள், தொழிற்சாலை பணியாளர்களுக்கு நேர்முகமாக சுகாதார கல்வியை கற்று கொடுக்கலாம். குழுமுறை அணுகுமுறையில் தலைப்பை தேர்ந்தெடுத்தல் மிக முக்கியமானது. உதாரணமாக – தாய் தன் குழந்தை பராமரிப்பு பற்றி கற்றுக் கொள்கிறார். பள்ளி குழந்தைகளுக்கு வாய் சுத்தம் பற்றியும், காசநோயால் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளிகளுக்கு காசநோய் பற்றியும், தொழிற்சாலை பணியாளர்களுக்கு விபத்துகள் பற்றியும் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துகின்றனர்.

10.4.2 குழு கற்பித்தல் முறைகள்

இவை கீழே வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன

1. ஒரு வழி அல்லது நீதி போதனை வழி
   - விரிவுரை
   - சுருள் படங்கள்
   - அட்டைகள்
   - சணல் துணிகளை கொண்டு வரைபடம் (பிலானல் வரைபடம்)
   - பொருட்காட்சி
   - மின்னல் அட்டைகள்

1. விரிவுரை

விரிவுரை முறை பொதுவாக பொது மக்களிடையே நன்கு மதிப்புமிக்க முறையாகும். இவற்றில் பெரும்பாலும் தகவலை தெரிவிப்பது ஒரு வழி அகும். அப்படியென்றால் மக்கள் மட்டுமே அமைதியாக கவனிப்பாளர்களாவார்கள். அங்கு வேறு எவரும் பங்கேற்பாளர்களாக கற்றல் செயலில் ஈடுபடுபவர் இல்லை.

விரிவுரை எவ்வாறு ஈர்க்கக்கூடிய மற்றும் சிறப்புமிக்கவையாக இருக்கிறதோ அதைபொருத்து அப்பேச்சாளரின் ஆளுமை மற்றும் புகழ் அமைகிறது. விரிவுரையில் பாடத்தின் அடிப்படை தகவல்களை வழங்குவதாகமக்களின் சுகாதார நடத்தைகளில் மாற்றங்களை கொண்டு வருவதில் தோல்வி ஏற்படவும் வாய்ப்புண்டு. இருப்பினும் சிறு குழுக்களுக்கு சுகாதாரக் கல்வி வழங்குவதில்

விரிவுரை முறை முக்கியத்துவம் வாய்ந்த இடத்தை பெறுகின்றன.

2. படச்சுருள், அட்டைகள், பொம்மைகள் இவையே தகவல் தொடர்பில் பரந்த ஊடகச் சாதனங்களாகும். சிறிய குழுக்களுக்கு கற்பித்தல் முறையில் மதிப்பு மிக்கவையாக இவை கருதப்படுகிறது.

புதிர் அட்டைகள்

அட்டையில் உள்ள ஒவ்வொரு பிரிவுகளும் மூடப்பட்டு மற்றும் அவைகள் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக வெளிப்படுத்தி கதையின் கருத்துக்களை தெரிவிக்கின்றன. ஒரே நேரத்தில் முழு அட்டைகளையும் வெளிப்படுத்தாமல் தெரிவிக்க வேண்டும்.

பொம்மைகள் (பொம்மலாட்டம்)

கைகளால் பொம்மைகள் செய்யப்படுகின்றன மற்றும் சுகாதார கல்வியை கற்பித்தலில் உதவி புரியும் உபகரணங்களாக பொம்மைகளை கொண்டு கதைகளை விவரிக்கிறார்கள்.

3. **பிளானல் வரைபடங்கள்**
பிளானல் வரைபடம் என்பது பலகைகள் மீது சாதாரண காடாதுணியால் ஒட்டி சிறந்த பின் புலத்தை உருவாக்க வேண்டும் வெட்டப்பட்ட படங்களை ஒட்டி விளக்கங்களை தெளிவாக வழங்க சிறந்த கருவி ஆகும். விளக்கங்கள் மற்றும் வெட்டப்பட்ட படங்களின் பின் பகுதி துண்டு உப்பு காகிதங்கள் மீது ஒட்டப்பட வேண்டும். அவை எளிதான ஊடகப் பொருள், இடம் பெயர்தல் எளிமையானது, சிந்தனை மற்றும் எண்ணங்களை ஊக்குவிக்கிறது. கொடுக்கப்படும் பேச்சின் அடிப்படையில் படங்களை கட்டாயமாக சரியான முறையில் வரிசைப்படுத்தபட்டிருக்க வேண்டும்.

4. **காட்சிப் பொருட்கள்**
உண்மை பொருட்கள், மாதிரிகள், மாதிரி உருவங்கள் போன்றவைகள் இவற்றுள் அடங்கும் இவை பார்வையாளர்களுக்கு குறிப்பு செய்திகளை தெரிவிக்கின்றன. இவை தகவல் பரிமாற்றத்தில் பெரும் பங்கினை வகிக்கின்றன.

5. **தொடர்பு அட்டைகள்**
இதில் 10x12 இன்ச் நீள அகலத்தில் ஒரு விளக்கத்தை அல்லது ஒரு கதையினை கூறும் விதமாக அட்டைகள் வரிசை கிரகமாக அடுக்கப்பட்டிருக்கிறது வார்த்தைகளாக குழுக்களுக்கு விளக்கம் கூறும் பொழுதே ஒவ்வொரு படவிளக்க அட்டையும் அவர்களுக்கு காண்பிக்கப்படும்.

விளக்க அட்டையில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள செய்தி மையக் கருத்தின் சுருக்கக் குறிப்பாக இருத்தல் வேண்டும்.

இவை ஒரு கதையினையோ செய்தியையே விளக்கும் விதமாக வரிசைகிரகமாக படங்கள் அடுக்கி ஆசிரியர் மாணவர்களின் பார்வைக்கு நேராக காண்பித்து கற்பித்தலை சிறப்பிக்கலாம்.

விளக்கும் பொழுதும் அவர் படத்தை மறையாத வண்ணம் ஒரு கோலை பயன்படுத்துதல் சிறந்தது.

(ii) இரு வழி முறை (அ) சாக்ரடிக் முறை

- குழு விவாதம்
- பட்டிமன்ற விவாதம்
- கருத்தரங்கு
- பணிமனை
- நடித்து காட்டுதல்
- செய்து காட்டல்

1. **குழு விவாதம்**
சுகாதார கல்வியை குழுவிவாதம் மூலமாக சிறப்பாக எடுத்துச் சொல்ல முடியும். இது ஒரு இருவழி கற்பித்தல் முறையாகும். இதில் அனைவரும் தங்கள் கருத்துகளையும், அனுபவங்களையும் பரிமாறிக் கொள்கின்றனர்.

இக்குழு விவாதத்தை திறம்பட செயல்படுத்த 6–12 நபர்கள் மட்டுமே அக்குழுவில் இருக்க வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 211 19-02-2019 16:05:42

இதில் விவாதத்தை தொடங்குவதற்கு ஒரு குழு தலைவர் இருப்பார். இவர் விவாதம் சரியான வழியில் செல்லவும், பக்க விவாதங்களுக்கு வழி வகுக்காமலும் அனைவரும் விவாதத்தில் கலந்து கொள்ளும் விதமாகவும் நிறைவாக அனைத்து கருத்துகளையும் சுருக்கிக் கூறி விவாதத்தை முடிப்பார்.

விவாதத்தின் நடவடிக்கைகள் அனைத்தும் குறிப்பாளர் ஒருவரால் குறிப்பெடுக்கப்பட்டு விவாதத்தின் கருத்து மற்றும் முடிவு பற்றி விரிவுரை தயாரிக்கப்படும்.

2. பட்டிமன்ற விவாதம்

சுகாதாரக் கல்வியில் இது ஒரு புது முயற்ச்சியாகும். இக்கூட்ட விவாதத்தின் வெற்றி அதன் தலைவரை பொருத்தே அமையும்.

இதில் ஒருவர் அல்லது சமரசம் செய்பவர் ஒருவரும் 4 முதல் 8 பேச்சாளர்களும் இருப்பார்கள். இம்மன்றத்தின் ஒரு குழு அல்லது கூட்டத்திற்கு முன் அமர்ந்து பிரச்சனையினை விவாதிப்பர்.

இதன் தலைவர் விவாதத்தை தொடங்கி, குழு உறுப்பினர்களை அறிமுகப்படுத்தி, அவர்களது பேச்சை தொடங்கி வைப்பார்.

அவர் விவாத தலைப்பினை சுருக்கமாக கூறி பேச்சாளர்களை ஒவ்வொருவராக தங்கள் கருத்துக்களை கூற விளைவிப்பார்.

இவர்களது விவாதம் முன்னர் தயார் செய்யப்பட்டதாக இல்லாமல், தன்னிச்சையாகவும் இயற்கை தன்மையுடனும் இருக்கும். உடனடி களப் பேச்சுக்களாகும். பேச்சாளர்களின் விவாதம் முடிந்தபின் பார்வையாளர்களும் விவாதத்தில் பங்கேற்களாம்.

இது சரியான முறையில் திட்டமிட்டு வழி நடத்த படுமாயின் சுகாதாரக் கல்விக்கு ஒரு சிறந்த முறையாகும்.

3. கருத்தரங்கு

கருத்தரங்கு என்பது தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட பாடங்களில் தொடர்ச்சியான உரைகள் வல்லுநர்களால் வழங்கப்படுவதாகும். வல்லுநர்களால் பாடங்களை பற்றி எவ்வித விவாதங்களுக்கு நடத்தப்படுவதில்லை. இறுதியில் கவனிப்பாளர்கள் கேள்விகளை எழுப்பி கருத்தரங்களுக்குதங்கள் பங்களிப்பை அளிக்கலாம்.

4. பணிமனை

பணிமனையில் தொடர் சந்திப்புகள் கொண்டிருக்கும். பணிமனையில் உள்ள அனைவரும் குழுக்களாக பிரிக்கப்படுவர், ஒவ்வொரு குழுக்களுக்கும் ஒரு கூட்டத்தலைவர் மற்றும் பதிவு செய்பவர் என தேர்ந்தெடுக்கப் படுகிறார்கள். ஒவ்வொரு குழுவில் உள்ள நபர்களும் பிரச்சனையின் ஒரு பகுதியை ஆலோசகர் மற்றும் ஆதார அலுவலக பணியாளர்களை கற்றல் தோழமையுடன் மகிழ்ச்சியாக ஜனநாயக சூழ்நிலையில் வல்லுநர்களின் வழிகாட்டுதலின் கீழ் சரிசெய்கின்றனர்.

5. நாடகம் வழி நடித்துக்காட்டுதல்

கதாபாத்திரம் வழி நடித்தல் (அ) சமூக நாடகம் என்பது குறிப்பாக மனித உறவுகளிடையே எழுகின்ற பிரச்சனைகளை பற்றி தெரிவிக்க பயன்படுத்தும் சாதனம் ஆகும். குழு உறுப்பினர்கள் தாங்கள் உற்று நோக்கப்பட்ட (அ) அனுபவித்தவற்றை கதாபாத்திரங்களாக நடித்துக்காட்டுகின்றனர். எ.கா கர்ப்பகால நிலையில் மருத்துவமனையில் தாயின் எதிர்ப்பார்ப்பு, பொது சுகாதார செவிலியர் வீட்டை பார்வையிடுதல், குழுவின் அளவு 25 நபர்களுக்கு மேல் இருக்க கூடாது. தொடர்ந்து நாடகம் நடித்து காட்டுதலினை தொடர்ந்து பிரச்சனையின் விவாதம் நடைபெறும்.

6. செயல் விளக்கம்

சுகாதார கல்வியில் முக்கிய செயல்முறை செயல் விளக்கமே முக்கிய நுட்பம் வாய்ந்த முறையாகும். குறிப்பிட்ட செயல்களை எவ்வாறு செய்ய வேண்டும் என்பதை மக்களுக்கு காண்பித்தல். பற்குச்சு பயன்படுத்தும் முறை (தூரிகை) குழந்தையை குளிக்க வைத்தல் குழந்தைக்கு

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 212 19-02-2019 16:05:42

உணவூட்டல், பயன்படுத்துதல் பற்றி செயல் விளக்கம் அளிப்பதாகும். இவ்வகையான செயல்விளக்கம் மக்களின் மனதில் ஒரு காட்சி தோற்றத்தை தந்து விட்டு செல்கின்றன.

III. பொதுக் கல்வி (பெருந்திரளான மக்கள் அணுகுமுறை)

பொதுக் கல்விக்கு பெருந்திரள் ஊடகத்தின் வழியாக தகவல் தொடர்பினை தெரிவிக்க பணியில் அமர்த்த வேண்டும். சுவரொட்டிகள், சுகாதார இதழ்கள், படங்கள், வானொலி, தொலைக்காட்சி, சுகாதாரக் கண்காட்சிகள், சுகாதார அருங்காட்சியகம், பொதுவாக மனிதர்களின் நடத்தையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதில் தனிநபர் அல்லது குழு அணுகு முறையை காட்டிலும் ஊடகங்களின் செயல் விளைவு குறைவாகவே உள்ளது. இருப்பினும், அதிக எண்ணிக்கையிலான மக்களுக்கு தகவலை அடைய மிகவும் பயனுள்ளவையாக உள்ளன இல்லையெனில் எவரையும் தொடர்பு கொள்ள முடியாது. ஊடகங்கள் சுகாதாரக் கல்வியை வழங்குவதில் பயனுள்ளவையாக இருக்க வேண்டுமெனில் அவை பிற முறைகளோடு இணைந்து செயல்படுத்த வேண்டும்.

தனி நபர் அணுகுமுறை

நன்மைகள்	தீமைகள்
▪ நம்பக்கூடிய தன்மை உடையது ▪ விவாதங்களுக்கு 2 வழிகள் அனுமதிக்கப்படுகின்றன ▪ ஊக்குவிக்கப்படுதல், செல்வாக்குடைய மற்றும் ஆதரவாக இருத்தல் ▪ கற்பித்தலுக்கும், கவனிப்பதற்கும் உதவுவதற்கும் சிறந்த பலனைப் பெற இயலும்	▪ செலவு மிகுந்தவை ▪ அதிக நேரம் செலவாகும் ▪ கவனிப்பவர்களின் எண்ணிக்கை குறைவு

குழு அணுகுமுறை

நன்மைகள்	தீமைகள்
▪ கலந்து பழகுகின்ற, நம்பகத்தன்மை, செல்வாக்குடையது ▪ ஊக்குவித்தல் வழங்குதல்/ஊடகங்கள் மட்டும் தனியாக ஆதரவு ▪ செலவுகள் குறைக்க இயலும் ▪ அனுபவங்களை பரிமாறுவதற்கு வழிவகுக்கின்றன. ▪ ஒரு இடத்திலிருந்து அதிக எண்ணிக்கையில் உள்ள கவனிப்பாளர்களிடம் கருத்துக்களை சென்றடைய இயலும்.	▪ தனி நபர்மீது கவனம் செலுத்த முடிவதில்லை ▪ நிறுவனங்களில் இருந்து அங்கீகாரம் தேவைப்படுகிறது.

அதிக மக்களின் அணுகுமுறை (ஊடகங்கள்)

ஊடகம்	நன்மை	தீமை
செய்திதாள்	▪ சென்றடைய வேண்டிய தகவல் மிக வேகமாக கவனிப்பவர் அனைவரையும் சென்றடையும் ▪ தொலைக்காட்சி வழி சுகாதார செய்திகள் – எண்ணங்கள் அனைத்தையும் தெரிவிக்க இயலும் ▪ தெரிவித்த தகவலின் நோக்கம் கவனிப்பாளர்கள் மீண்டும் கற்க வாய்ப்பு பெறுகின்றனர். தகவலை ஒருவருக்கு ஒருவர் பரிமாறிக்கொள்கின்றனர். தங்கள் கருத்துக்களை தெரிவிக்கும் சுதந்திரத்தை பெறுகின்றனர்.	▪ விளம்பரத்திற்கு கட்டணம் செலுத்தினால் மட்டும் அனைத்து அதிக பகுதிகளுக்கு செய்திதாள்கள் சுழற்சி அடைய முடியும். ▪ தகவல் ஒரு வழி மட்டுமே சென்றடையும். செய்தியின் வெளிப்பாடு எல்லைக்குட்பட்டது. ▪ கட்டுரை இடம் பெறுதல் தேவைப்படுகிறது. அதற்கு நேரம் அதிகம் எடுத்துக்கொள்ளலாம்.

Internet: இணையதளம்	■ தெரிவிக்கும் தகவல் அதிக மக்களை வேகமாக சென்றடையும் ■ தகவல் மேம்படுத்தப்படுகிறது மற்றும் பரவலாக்கப்படுகிறது ■ வழங்கப்படும் தகவல் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது ■ தெரிவிக்கும் தகவலின் நோக்கம் கவனிப்பவரை ஈர்க்கும் தன்மையுடையதாக இருத்தல் வேண்டும். ■ ஒலி– ஒளி கருவிகள் மூலமாகவோ (அ) வரைபடங்கள் வழியாகவோ செயல் விளக்கம் அளித்தல் வேண்டும். ■ பேனர்களை கொண்டு விளம்பரப்படுத்தி நேரடியாக பார்வையாளர்களை கவர்ந்த தகவலை தெரிவித்தலே நோக்கமாகும்.	■ விளை (அ) செலவு அதிகம் ஆகும் ■ பல மக்கள் இணையதள வழி அணுகுவதில்லை ■ நோக்கம் பார்வையாளர்களுக்கு செயல்திறன் இருக்க வேண்டும் ■ கண்காணிப்பு தேவைப்படலாம் ■ பராமரிப்புக்கு அதிக நேரம் தேவைப்படலாம்
வானொலி	■ கேள்வி திறனுக்கு முன்னுரிமை கொடுக்க நேயர்கள் மட்டுமே இம்முறையை அணுகுவர் ■ ஈடுபாட்டுடன் பங்கு பெறும் நேயர்கள் வாய்ப்புகள் பெறுகின்றனர் ■ பரப்புதலுக்கு அதிக செலவாகும்.	■ தொலைகாட்சி வழி தகவலை பெறுவதைவிட வானொலி வழி குறைவாகவே ■ வானொலி வழி நேயர்களை சென்றடையும் ■ குறைவான கவனிக்கும் நேரம் காரணத்தால் எப்பொழுதாவது தகவல் பொது மக்களை சென்றடையும். ■ ஒருசில வானொலி நிலையங்களில் குறைவான கடத்தும் திறன் இருக்கும் காரணத்தால், சுகாதாரத்தின் தகவல் தெரிவிப்பது எல்லைக்குட்பட்டதாகிறது. ■ நேயர்களைத் தக்க வைத்துக்கொள்ளுதல் மற்றும் தகவலை கடத்துதல் கடினமாகிறது.
தொலைக்காட்சி	■ தகவல் சென்றடையும் திறன் அதிக நேயர்களிடமும் மற்றும் பரந்த எல்லை கொண்டது. ■ ஒலி–ஒளி ஒருங்கிணைந்து செயல்படுவதால் எண்ணங்களை முழுமையாக வெளிப்படுத்தவும், நடத்தை முறைகளை வெளிப்படுத்த இயலும் ■ குறைந்த வருமானம் உள்ள நேயர்களையும், தகவலை சென்றடைய இயலும் ■ குறிப்பிட்ட நிகழ்ச்சிகள் அதற்கு தகுந்த குறிப்பான நேயர்களிடம் தகவல் சென்றடையும் ■ நேயர்கள் ஈடுபாட்டுடன் கலந்துகொள்ளும் வாய்ப்பு பெறுகின்றனர்	■ விளம்பரங்கள் தயாரிப்புக்கு அதிக செலவாகும் ■ பார்க்கும் நேரம் குறைவு என்பதால் எப்பொழுதாவது தொலைக்காட்சியை காண நேரிடுவதால் தகவல் சென்றடைவது குறைகிறது. ■ வணிக கலாச்சாரம் வழி செய்தி கவனிக்கப்படுகிறது. ■ ஒருசில நிலையங்களில் குறைவான நேயர்களையே தகவல் சென்றடைகிறது ■ ஊக்குவிப்பு அதிக தேவையை ஏற்படுத்தும் ■ நேயர்களை தக்கவைத்தல் (அ) தகவலை கடத்துதல் கடினமான செயலாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 214 19-02-2019 16:05:42

10.5 சுகாதார கல்வியாளரின் பங்கு மற்றும் பொறுப்புகள்

ஏழு பகுதிகளாக பொறுப்புகள் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன. அவையாவன

பகுதி I சுகாதார கல்வியில் தனிமனிதன் மற்றும் சமூகத்தின் தேவையே அறிதல்.

- நிகழ்ச்சிக்கு திட்டமிட்டு அடிதளம் வழங்குதல்.
- குழுவில் நிலவும் சுகாதார பிரச்சனையே அறிதல்.
- சுகாதார பிரச்சனையை சமாளிக்க, சமூகத்தின் மூல ஆதாரம் உள்ளதா என அறிதல்.
- தகவல்களை சேகரித்தல் மற்றும் ஆராய்தல்.
- இது ஆரோக்கியமான வாழ்விற்கு அவசியம்.
- சமூகத்தில் உள்ள முக்கிய சுகாதார புள்ளி விவரங்களை கண்டறிதல்.

பகுதி II சுகாதார கல்வியின் நோக்கங்கள், தலையீடுகள் மற்றும் நிகழ்வுகள்

- சமூகத்தில் உள்ள மக்களின் தேவைகளை நிறைவேற்றும் அடிப்படையில் செயல்பாடுகள் இருக்க வேண்டும். (பொறுப்பு I ஐ பார்க்கவும்).
- சுகாதார கல்வியின் இலக்குகள் மற்றும் நோக்கங்கள் வளர்ச்சிக்கு குறிப்பிட்ட அளவீடுகளுடன் இருக்க வேண்டும்.
- தலையீடுகளை உருவாக்கும்போது, அது இலக்குகள் மற்றும் நோக்கங்களையும் பொறுத்து அமைய வேண்டும்.
- நோக்கங்கள் போதுமான அளவில் வலுவான காரணம் கருதி நிறைவேற்றப்படுதல் வேண்டும்.

பகுதி III சுகாதார கல்வி நோக்கங்களை செயல்படுத்துதல், தலையீடு மற்றும் நிகழ்வுகள்

- மக்களுடைய தேவையை புரிந்து வகைப்படுத்தி சுகாதார கல்வியை முழுமையாக செயல்படுத்துதல்.
- பல்வகை கல்விமுறைகள் மற்றும் அதன் நுணுக்கங்களை உபயோகப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

பகுதி IV மதிப்பீடு நடத்துதல் மற்றும் சுகாதார கல்விக்கான ஆய்வுகளை நடத்துதல்

- அமைப்புகளைப் பொறுத்து சோதனை கணக்கெடுப்பைப் பயன்படுத்துகிறது. கண்காணிப்பு செய்தல், நோய் தொற்று தரவை கணக்கிடுதல் அல்லது மற்ற தரவுகளை சேகரித்தல்.
- ஆரோக்கிய கல்வியாளர் தங்கள் பயிற்சியை மேம்படுத்த ஆராய்ச்சியை பயன்படுத்திக் கொள்வார்கள்.

பகுதி V சுகாதாரக் கல்வி உத்திகள், தலையீடுகள் மற்றும் நிரலை நிர்வகித்தல்

- நிர்வாகம் பொதுவாக அனுபவம் மிக்க மருத்துவத்தை கொண்டு செயல்படுகிறது.
- தனிப்பட்ட இரண்டு திட்டங்களுக்கும், இரண்டு நபர்களுக்கும் இடையே ஒத்துழைப்பை எளிதாக்குகிறது.

பகுதி VI சுகாதாரக் கல்வியின் ஆதார நபராக பணியாற்ற வேண்டும்.

- தேவையான வளங்களை பயனுள்ள ஆலோசனை தொடர்புகளை ஏற்படுத்துதல் ஆகிய திறன்களை உள்ளடக்கியதாகும்.

பகுதி VII சுகாதாரம் மற்றும் சுகாதார கல்விக்கான தொடர்பு மற்றும் தகவல் பரிமாற்றம் அமைப்பில் உள்ள வெவ்வேறுபட்டவர்களை பார்வையிடுதல்.

- புரிந்து கொள்ளக்கூடிய தகவல்களை அறிவியல் மொழியினை மொழிபெயர்க்கவும்
- விதிகள், கொள்கைகள் மற்றும் சட்டம் ஆகியவற்றை உருவாக்குதல் மற்றும் ஒத்திசைத்தல்.
- சுகாதார கல்வி தொழில்முறை ஆலோசனை வழங்குதல்.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 215 19-02-2019 16:05:43

www.tnschoolbooks.in

10.6 ஒலி–ஒளி உபகரணங்கள்

ஒலி – ஒளி உபகரணங்கள் சுகாதாரக் கல்வியில் முக்கிய பங்குவகிக்கின்றன. அவை முற்றிலும் கேட்கக் கூடியவை, முற்றிலும் பார்க்கக் கூடியவை, இரண்டும் கலந்தவை என மூன்று பிரிவுகளாக பிரிக்கப்படுகிறது.

தகவல் சாதனங்கள் சுகாதார துறையில் பல்வேறு பயன்களுக்காகவும், பல்வேறு பிரிவு மக்களுக்காகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. தகவல் சாதனங்கள், தொடுதல், பார்த்தல், கேட்டல் ஆகிய புலன்களை சென்றடைவதன் மூலம் கற்றல் புரிந்து கொள்ளுதல் ஆகியவற்றை அடைய முடிகிறது. இச்சாதனங்கள் சரியான முறையில் பயன்படுத்தப்பட்டால் மக்களிடையே ஆர்வத்தை உண்டாக்கிப் படிக்கத் தூண்டுகிறது. இக்கருவிகளை சரியான முறையில் பயன்படுத்தினால் நினைவுகளின் தொகுப்பினைவிட நிரந்தர கற்றலை உருவாக்க முடியும்.

10.6.1 ஒலி–ஒளி உபகரணங்களின் வகைகள்

எந்த ஒரு சுகாதார கல்வியும், ஒலி ஒளி உபகரணங்களின்றி சுகாதார கல்வியை பயனுள்ளதாக கொடுக்க இயலாது. ஒலி ஒளி உபகரணங்கள் மூன்று வகைகளாக பிரிக்கப்படுகிறது. அவை

- முற்றிலும் கேட்கக் கூடியவை
- முற்றிலும் பார்க்க கூடியவை
- இரண்டும் கலந்தவை

10.6.2 முற்றிலும் பார்க்க கூடியவை

10.6.3 கலந்த ஒலி – ஒளி உபகரணங்கள்

- ஒளி படம் (sound film)
- ஸ்லைடு நாடா கலவை
- தொலைக்காட்சி
- கணினி மற்றும் இணையதளம்

நன்மை, குறைபாடு மற்றும் ஒலி-ஒளி உபகரணங்களின் வரம்புகள் பற்றிய அறிவு மற்றும் அவற்றை பயன்படுத்துவற்கு அவசியமாக உள்ளது. ஒலி-ஒளி உபகரணங்கள் என்பது ஒரு முடிவுக்கு என்று அர்த்தம், தங்களுக்குள் முடிவுகளை கொண்டுவர முடியாது.

10.6.4 ஒலி–ஒளி உபகரணங்கள் (பெருந்திரளான ஊடகங்களில் பயன்படுத்தப்படுகிறது)

(1) சுவரொட்டிகள் பொதுமக்களின் கவனத்தை ஈர்ப்பதையே நோக்கமாக கொண்டுள்ளன. சுவரொட்டிகள் கண் கவரும் வகையில் பல வண்ணங்களிலும், தெரிவிக்கும் தகவல் தெளிவாகவும், புரிந்து கொள்ளும் வகையிலும் இருத்தல் வேண்டும். இவை எளிமையான மொழி நடையிலும், குறுகிய வாக்கியங்களையும் பயன்படுத்த வேண்டும். ஒரு சுவரொட்டியின் வாழ்க்கை

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 216 19-02-2019 16:05:46

www.tnschoolbooks.in

பொதுவாக குறுகியது மற்றும் இதனை தொடர்ந்து மாற்ற வேண்டும். சுகாதார கல்விக்கு சுவரொட்டி பயன்படுகிறது. மனித நடத்தையை மாற்ற கூடிய திறன் சுவரொட்டிகளுக்கு இல்லை.

சுவரொட்டி கண்ணை பறிக்கும் வண்ணம் இருக்க வேண்டும். மருத்துவமனை, பிற நோயாளிகள் துறை, சுகாதார மையங்கள் பயன்படுத்தும்போது தொடர்ந்து மாற்றம் செய்ய வேண்டும். தகவலை கற்பவர்களுக்கு விளக்கி அதன் வழி நலக்கல்வியை மேம்படுத்திக் கொள்ளுதல் வேண்டும்.

(2) **சுகாதார இதழ்கள்** (Health Magazines) ஒரு நல்ல சுகாதார பத்திரிக்கை ஒரு தகவலை தெரிவிக்க முக்கிய வழியாக இருக்கலாம். ஒரு பொருளுக்கு நிபுணரின் விளக்கக்காட்சி தேவை. டெல்லியிலிருந்து ஸ்வாஷ் ஹிந்து மற்றும் உலக சுகாதார துறையிலிருந்து உலக சுகாதாரம் என்கின்ற பத்திரிக்கைகள் முக்கிய பத்திரிக்கைகளாக கருதப்படுகிறது. சுகாதார இதழ் மக்கள் மத்தியில் விழிப்புணர்வை தூண்டுகிறது.

(3) **செய்தியாளர்** (Press) எல்லா விதமான வாசிப்பு பொருட்களையும் பத்திரிக்கைகள் மிகவும் பரவலாக விநியோகிக்கின்றன. அவர்கள் மக்களுக்கு தொடர்பு கொள்ள ஒரு முக்கியமான வழியாக அமைகின்றனர்.

(4) **படங்கள்** (Flims) படங்கள் தயாரிக்க மிகவும் செலவுகள் அதிகமாகும். அவை விரைவாக முடிந்து விடுகிறது. ஆனால் படம் அதிக மக்களின் கவனத்தை ஈர்க்கிறது.

(5) **வானொலி மற்றும் தொலைக்காட்சி** இவை ஒவ்வொரு வீட்டிலும் காணப்படுகிறது. இக்கருவி கல்வி தளத்தில் சக்தி வாய்ந்த கருவி ஆகும். வானொலியில் நடத்தும் பேச்சுவார்த்தை 15 நிமிடங்களுக்கு மேல் இருக்கக்கூடாது.

(6) சுகாதார கண்காட்சிகள் ஒழுங்கான முறையில் அமைக்கப்பட்ட உடல் நல கண்காட்சிகள் மக்களை பெருமளவில் ஈர்க்கும். இது முக்கிய புள்ளி விவரங்களை கொடுக்கிறது.(எடுத்துகாட்டு) விழாக்கள் மற்றும் திருவிழாக்கள், பெருந்திரளான இயக்கங்கள்.

(7) சுகாதார அருங்காட்சியகங்கள் ஒரு நல்ல சுகாதார அருங்காட்சியகம், மிக பயனுள்ள கல்வி ஊடகமாக இருக்க முடியும். இதில் ஒன்று ஆந்திராவின் தலைநகரமான ஹைதராபாத்தில் உள்ளது.

(8) உள்நாட்டு ஊடகங்கள் கதா-வர்தா, பிரபாத் வீரோஸ், பெரீஸ் பாடல்கள் மற்றும் நாடகங்கள் போன்ற பழங்கால ஊடகங்கள் நம் கலாச்சாரத்தில் வேர்களாக உள்ளது. சுகாதார செய்திகளை இந்த ஊடகங்கள் மூலம் மேற்கொள்ள முடியும்.

10.6.5 ஒலி – ஒளி கருவிகளைத் தேர்ந்தெடுக்கும் முறைகள்

எவ்வகையான புத்தகம் மற்றும் அச்சிடப்பட்ட கற்பிக்கும் கருவிகளை பயன்படுத்துவது என்பதற்கான சில விளக்க உரைகள் தரப்பட்டுள்ளன. உதாரணமாக இதை பயன்படுத்தும் ஒவ்வொருவரும் குறிப்பிட்ட கற்பிக்கும் கருவிகள் தேவைகள் பூர்த்தி செய்யும் வகையில் இருத்தல் வேண்டும்.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

மாணவர்களை குழுக்களாக பிரித்து பல்வேறு வகையான ஒலி-ஒளி உபகரணங்களான சுவரொட்டிகள், மின்னனு அட்டைகள் போன்றவை தயாரிக்க ஊக்கப்படுத்துதல்.

உமது பள்ளியில் ஒலி-ஒளி உபகரணங்களை கொண்டு கண்காட்சி அமைத்தல் மற்றும் பள்ளிகளுக்கிடையே போட்டிகளை நடத்துதல்.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 217 19-02-2019 16:05:47

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

பந்து வீச்சினால் ஏற்படும் நன்மைகள் பற்றி கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. கீழே கொடுக்கப்பட்ட ஒவ்வொரு செயல்களின் நன்மைகள் பற்றி மாணவர்களிடம் தற்போது கேட்டல்

10.6.6 ஒலி – ஒளி கருவிகள் தேர்ந்தெடுக்கும் முறைகள்

1. உண்மைகள் விஞ்ஞான பூர்வமாகவும், துல்லியமாகவும் இருத்தல் வேண்டும்
2. தேவைப்படும் பொருட்கள் சரியாக இருத்தல் வேண்டும்
3. அனைத்து செய்திகளும் பொருந்தும் வகையில் இருத்தல் வேண்டும்
4. அனைத்து தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்யும் வகையில் இருத்தல் வேண்டும்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

5. எல்லா யோசனைகளும் அவசியமாகவும், பொருத்தமாகவும் நன்றாக புரிந்துகொள்ளும் வகையில் இருத்தல் வேண்டும்.

10.7 நிர்வாகம் மற்றும் அமைப்பு (Administration & Organisation)

இந்திய அரசு நாட்டின் சுகாதார கல்வித் திட்டத்தை ஊக்குவிப்பதற்கும் ஒருங்கிணைப்பதற்கும் 1956ஆம் ஆண்டில் டெல்லியில் ஒரு மத்திய சுகாதாரக் கல்வி நிறுவனம் நிறுவப்பட்டது தற்போது இந்தியாவில் பல மாநில அரசுகள் சுகாதார இயக்குனர்களிடம் ஆரோக்கிய கல்வி பிரிவு அறையகம் இயக்கி வருகிறது. விளம்பரம் மற்றும் ஒளி இயக்குநரகம் வழிகாட்டல் போன்ற நாடு முழுவதும் இதர சிறப்பு நிறுவனங்கள் உள்ளன. பொது மக்களின் ஆரோக்கிய கல்விக்கு அரசாங்கத்தின் பொறுப்பு உள்ளது. சுகாதாரக் கல்வி துறையில், செய்தி தகவல் பிரிவு அறையகம், அனைத்து இந்தியா வானொலி மற்றும் தொலைக்காட்சி நிலையம் செயல்பட்டு வருகின்றன. சர்வதேச அளவில், பாரீஸில் உள்ள தலைவர்களுடன் சுகாதார கல்விக்கான சர்வதேச ஒன்றியம் உள்ளது. தேசிய கல்வி மற்றும் உடல் நலத்திற்கான சமூகங்களை ஊக்குவித்து உருவாக்குதலே இந்த ஒன்றியத்தின் தலையாய பணியாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 218 19-02-2019 16:05:50

பாடச்சுருக்க

தனிப்பட்ட திறமைகள் மற்றும் தன்னுடைய குறிக்கோளை அடைவதற்கு நல்ல ஆரோக்கியமானது. சிறந்த செல்வாக்கான வாழ்க்கைக்கு தேவைப்படுகிறது.

நலக்கல்வி என்பது மக்களை எவ்வாறு ஆரோக்கியமாகவும், நிலையான ஆரோக்கியத்தையும் மற்றும் ஆரோக்கியத்தை கடைப்பிடிக்கும் வழிகளை உற்சாகப்படுத்துவதற்கு ஒரு கருவியாகப் பயன்படுகிறது.

நலக் கல்வியின் நோக்கமானது மக்களின் தேவைகளை அறிந்து மற்றும் பிரச்சனைகளை களைந்து அவர்களிடையே விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துதல் ஆகும்.

ஒலி–ஒளி கருவிகளை சுகாதாரக் கல்விக்கு தேர்ந்தெடுத்தல், விஞ்ஞான ரீதியாக உண்மைத்தன்மை வாய்ந்ததாகவும், துல்லியமாக பொருத்தமாக, அனைத்து தேவைகளையும் பூர்த்தி செய்யும் விதமாகவும் முக்கியமாக எளிதாக புரிந்துகொள்ளும் வகையும் இருத்தல் வேண்டும்.

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. இவற்றில் எவை சுகாதாரக் கல்வியின் குறிக்கோள் இல்லை
   அ. மக்களுக்குத் தெரிவித்தல்
   ஆ. மக்களை ஊக்குவித்தல்
   இ. நடவடிக்கைக்கு வழிகாட்டுதல்
   ஈ. மக்களைத் திசை திருப்புதல்

2. கற்றலில் அடிப்படையான விருப்பம் ஏற்படுத்த விழிப்புணர்வின் கொள்கை
   அ. ஆர்வம்
   ஆ. ஊக்குவித்தல்
   இ. நம்பகத்தன்மை
   ஈ. செயல் விளைவு

3. சுகாதாரக் கல்வி அணுகுமுறையில் எவை அதிக நேரம் எடுத்துக்கொள்கிறது.
   அ. தனிநபர் அணுகுமுறை
   ஆ. குழு அணுகுமுறை
   இ. பெருந்திரள் மக்கள் அணுகுமுறை
   ஈ. குடும்ப அணுகுமுறை

4. படங்களை ஒன்றாக அடுக்கி (அ) வரிசைப்படுத்தி கதைகளை விளக்கும் முறை
   அ. சுவரொட்டிகள்
   ஆ. பொம்மலாட்டம்
   இ. தொடர்பு அட்டைகள்
   ஈ. அட்டைகள் (சார்ட்)

5. கைகளால் செய்யும் பொம்மைகள் வழி கதைகளை சொல்லும் செயலுக்கு
   அ. பொம்மலாட்டம்
   ஆ. தொடர்பு அட்டை
   இ. சார்ட்
   ஈ. சுவரொட்டிகள்

II கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

1. சுகாதாரக் கல்வி – வரையறு
2. ஒலி – ஒளி கருவிகள் வரையறு
3. ஒலி – ஒளி கருவிகளை தேர்ந்தெடுக்கும் முறைகளை பட்டியலிடுக.

www.tnschoolbooks.in

III குறுகிய விடையளி

1. சுகாதாரக் கல்வியில் குழு அணுகு முறையின் நன்மைகள் மற்றும் தீமைகளை வேறுபடுத்துக.
2. சுகாதாரக் கல்வியில் குழு கற்பித்தலின் வழிகளை பட்டியலிடுக.
3. சுகாதாரக் கல்வியில் பங்கு மற்றும் பொறுப்புகள் பற்றி எழுதுக.

IV விரிவான விடையளி

1. சுகாதாரக் கல்வியின் நோக்கங்கள் மற்றும் குறிக்கோள்கள் பற்றி விளக்குக
2. சுகாதாரக் கல்வியின் கொள்கைகள் பற்றி எழுதுக.
3. ஒலி – ஒளி உபகரணங்களின் வகைகள் பற்றி விளக்குக.
4. சுகாதார கல்வியின் நிலைகள் பற்றி விளக்குக.
5. குழு கற்பித்தல் வழிகள் பற்றி விளக்குக.

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. கருத்து (Concept) – ஒரு சுருக்கமான யோசனை
2. விரிவான/பரந்த (Comprehensive) – எல்லாவற்றையும் (அ) கிட்டத்தட்ட எல்லா கூறுகளையும் (அ) ஏதேனும் அம்சத்தையும் உள்ளடக்கியது
3. நம்பகத்தன்மை (Credibility) – நம்பகமான அல்லது நம்பிக்கைக்குரிய
4. அடிப்படை/கட்டளை விதிகள் (Criteria) – ஒரு கோட்பாடு நிலை ஒன்று உறுதி செய்யப்படுகிறது.
5. குழு விவாதம் (Panel discussion) – குழு விவாதம் என்பது ஒரு கூட்டம், மாநாடு அல்லது மாநாட்டில் பயன்படுத்தப்படும் ஒரு குறிப்பிட்ட வடிவமைப்பாகும்.
6. வலுவூட்டல் (Reinforcement) – வலுப்படுத்தும் அல்லது வலுப்படுத்தக்கூடிய செயல்முறை
7. மிகுதி (Residue) – முக்கிய பகுதிக்குப் பின்னால் இருக்கும் ஒரு சிறிய பகுதி
8. மறு சீரமைப்பு (Restoration) – மறுசீரமைப்பு என்பது முன்னாள் உரிமையாளரிடம் இடத்திற்கு அல்லது நிலைக்கு திரும்புவதற்கான நடவடிக்கையாகும்.
9. புள்ளி விவரங்கள் (Statistics) – பெரிய அளவிலான எண் தரவு சேகரித்தல் மற்றும் பகுத்தாய்வு செய்யும் நடைமுறை

மேற்கோள் நூல்கள்

1. Park.K (2015) community health nursing 7th edition, Banarsidas Bhanot Pub, Jabalpur.
2. Park.K, Text book of preventive and Social Medicine, 24th edition, 2017, M/S Banarsidas Bhanot publications. Pg. 894-904.

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 220 19-02-2019 16:05:51

3. B.Sankaranarayanan B.Sindhu Learning and Teaching Nursing, 4th Edition, 2012, Jaypee Publications Pg-156-160.
4. Suresh K. Sharma, Reene Sharma, Communication and Educational Technology in Nursing, 2012 Edition, Elsevier Publications, Pg.415-430.
5. AH Suryakantha, Community Medicine with recent advances, 3rd edition 2014. Jaypee publications pg-722-728
6. *Joint Committee on Terminology (2001). "Report of the 2000 Joint Committee on Health Education and Promotion Terminology". American Journal of Health Education.* ***32*** *(2): 89–103.*
7. *Bundy D.; Guya H.L. (1996). "Schools for health, education and the school-age child".* Volume 12, Issue 8, p 1-14.*Parasitology Today. 12 (8): 1–16. doi:10.1016/0169-4758(96)30011-2.*
8. *Kann L.; Brener N.D.; Allensworth D.D. (2001). "Health education: Results from the School Health Policies and Programs Study 2000". Journal of School Health.* ***71*** *(7): 266–278. doi:10.1111/j.1746-1561.2001.tb03504.x.*

இணையத்தில் தேட

- www.smartbowler.com/about-smartbowler/
- https://www.slideshare.net/draneesalsaadi/health-education-principles-and-concepts
- https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15275179
- https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11586870Mosby's Pocket Guide To Nursing Skills & Procedures, 8e (Nursing Pocket Guides) 8th Edition

Nursing General_Tamil Ch-10.indd 221 19-02-2019 16:05:51

அலகு 11

மருந்தியல்

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- மருந்தியலில் பயன்படும் சொற்கூறுகளின் வரையறையை அறிதல்.
- செவிலியர்களுக்கான மருந்தியல் முக்கியத்துவத்தை பட்டியலிடுதல்.
- மருந்துகளின் ஆதாரங்களை பதிவிடுதல்.
- மருந்தின் வடிவங்களை கணக்கிடுதல்.
- மருந்துகளின் வகைப்பாட்டினை விவரித்தல்.
- மருந்து இயக்க முறைகளை விளக்குதல்.
- மருந்தியக்க தாக்கியல் பற்றி விவரித்தல்.

உற்றவன் தீர்ப்பான் மருந்து உழைச் செல்வானென்று
அப்பால்தான் கூற்றே மருந்து –திருக்குறள்

"நோயுற்றவன், நோய் தீர்க்கும் மருத்துவன், மருந்து, மருந்தை அங்கிருந்து கொடுப்பவன் என்று மருத்துவ முறை அந்த நான்குவகைப் பாகுபாடு உடையது."

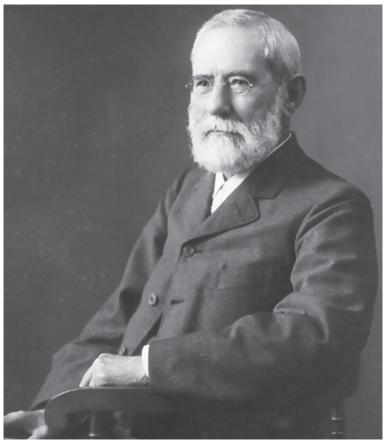
11.1 முன்னுரை

மருந்துகள் தொடர்ச்சியாக பயன்படுத்தபடுவது என்பது நோயினை குணப்படுத்துவதற்காக ஆகும். மருந்துகளை சரியான முறையில் நோயாளிக்கு செலுத்தும் முக்கிய பொறுப்பு செவிலியர்களே ஆவார். எனவே செவிலியருக்கு மருந்துகளின் செயல்திறன் மற்றும் விளைவுகள் பற்றியும் நோயாளிக்கு செலுத்தும் முறைப்பற்றியும் கட்டாயமாக ஒரு தெளிவான நல்ல அறிவு பெற்றிருத்தல் இன்றியமையாததாகும். மருந்துகளை பாதுகாப்பான முறையில் செலுத்துவதற்கு எல்லா வகையிலும் மருந்தியல் செயல்பாடுகள் பற்றிய எல்லா வகையிலும் புரிதல் தேவையாகும்.

உலகம் முழுவதும் உள்ள பரபரப்பான மருந்துவமனை சூழலில், மருந்துகளை நோயாளிக்கு வழங்குவதில் பதிவுசெய்யப்பட்ட செவிலிகள் முக்கிய பங்கு அளிக்கிறார்கள். இந்த கடமையானது செவிலியர்களை மேம்படுத்தப்பட்ட மருத்துவ முன்னேற்றங்கள் மற்றும் மருந்தியல்

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 222 19-02-2019 16:06:37

www.tnschoolbooks.in



பற்றிய பெரிய முயற்சியினை மேற்கொள்ள வைக்கிறது. மருந்துகளை பற்றிய அறிவை மேம்படுத்த செவிலியர்களுக்கு மருந்து பற்றிய தொடர்ச்சியான கல்விமுறை என்பது அவசியமாகும்.

ஸ்க்மீட்பர்க் என்பவர் இரத்தத்தில் குளோரோபார்மின் அளவை கண்டறிந்து ஆய்வுக் கட்டுரைகள் சமர்ப்பித்தற்காக மருத்துவத்துறையில் 1866 ல் டாக்டர் (முனைவர்) பட்டம் பெற்றார் பிறகு 1872 ல் மருந்தியல் துறையில் ஸ்ட்ராஸ்பர்க் பல்கலைகழகத்தில் பேராசிரியர் ஆனார். அரசு ஆதரவுடன் பெரிய நிறுவனத்தில் தாராளமான ஆதரவை பெற்றார். குளோரோபார்ம் மற்றும் குளோர்ஹைட்ரேட்டின் மருந்தியலைப் பற்றி படித்தறிந்தார். 1869-ல் ஸ்க்மீட்பர்க் தெளிவான நரம்பு மின் தூண்டுதலாக இதயத்தில் மஸ்காரின் அதே விளைவை ஏற்படுத்துவதை கண்டறிந்தார். 1878 இல் மருந்தியல் பற்றி நூலினை வெளியிட்டார். மற்றும் 1885 இல் உரித்தேன் நல்ல ஊக்கியாக (ஹிப்னாடிக்) இருப்பதை அறிமுகப்படுத்தினார்.

11.2 வரையறை

மருந்தியல் என்பது கிரேக்க வார்த்தையான "பார்மகோன்" மருந்து "லோகாஸ்" "படிப்பு அல்லது அறிவியல்" எனும் வார்த்தைகளிலிருந்து உருவானது. மருந்து என்பது பிரென்சு வார்த்தையான "டிராக்" – உலர் மூலிகை என்பதிலிருந்து பெறப்பட்டது.

மருந்து: எந்த பொருள் உடலுக்குள் எடுக்கும் பொழுது உடல் செயல்பாடுகளில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகிறதோ அதுவே மருந்தாகும்.

மருந்தியல்: மருந்தியல் என்பது உட்கொள்ளும் வேதிப்பொருள் உடலில் ஏற்படுத்தும் செயல் விளைவு பற்றிய படிப்பு அல்லது கல்வி முறை ஆகும்.

மருந்தாளுனர்: ஒரு நபர் மருந்துகளை தயாரிக்கவும் மற்றும் மருந்துகளை விநியோகித்தல் துறையில் இருப்பவரே மருந்தாளுனர் ஆவார்.

மருந்தியக்கத்தாக்கியல்: இவை மருந்துகள் எவ்வாறு உள்ளே நுழைகின்றது, அதன் செயல்புரியும் பகுதி, மற்றும் வளர்ச்சிதை மாற்றமடைந்து, அவை உடலில் இருந்து வெளியேறுதல் பற்றி படிப்பதே மருந்தியக்கத்தாக்கியல் ஆகும்.

மருந்து இயக்கு முறைகள்: மருந்துகளின் இயக்கும் நுட்பச் செயல், மருந்து உடலில் என்ன செய்கிறது என்பதையும் செயல் விளைவுகளையும் மற்றும் அதன் பக்கவிளைவுகள் பற்றிப் படிப்பதாகும்.

11.3 மருந்துகளின் ஆதாரங்கள்:

இவற்றில் மூன்று வகையான ஆதாரங்கள் உள்ளன அவை.

- இயற்கையான
- ஓரளவு செயற்கை
- செயற்கை

இயற்கையான ஆதாரங்கள்: தாவரங்கள், மிருகங்கள், நுண்ணுயிர்கள், தாதுக்கள்

ஓரளவு செயற்கை மருந்துகள்: இயற்கையான ஆதாரங்களில் இருந்து பெறப்பட்டு பிறகு வேதிமுறைகளால் மாற்றப்படுகின்றன.

செயற்கை மருந்துகள்: இவை செயற்கையான முறையில் தயாரிக்கப்படுகின்றன.

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 223 19-02-2019 16:06:39

மருந்துகளுக்கான பல்வேறு ஆதாரங்கள் பின் வருவன: அவை

தாவரம்: மார்பின், அட்ரோபின்,டிஜாக்ஸின்

மிருகங்கள்: இன்சுலின்

தாதுக்கள்: பெரஸ் சல்பேட், மெக்னீஸியம் சல்பேட்

நுண்ணுயிர்கள்: பென்சிலின், ஸ்ரெப்டோமைசின்

பாதி செயற்கை மருந்துகள்: ஹைட்ரோ மார்போன்

செயற்கை மருந்துகள்: இன்றைய காலகட்டத்தில் அதிகமான மருந்துகள் செயற்கையான முறையில் தயாரிக்கப்படுகின்றன- ஆஸ்பிரின், பாராசிட்டமால். மரபணு பொறியியல் முறையிலும் மருந்துகள் தயாரிக்கப்படுகின்றன- மனித இன்சுலின், மனித வளர்ச்சி ஹார்மோன்.

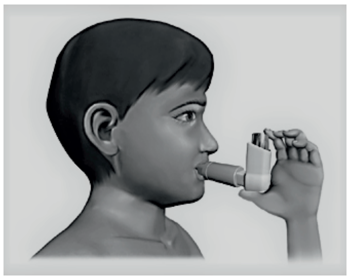
11.4 மருந்துகளின் வடிவங்கள்

மருந்துகள் தற்போது பல்வேறு வடிவங்களில் தயாரிக்கப்படுகின்றன. மருந்துகளின் பல்வேறு வடிவங்களே செலுத்தும் வழிகளை தீர்மானிக்கின்றன அல்லது உறுதிப்படுத்துகின்றன.

1. திட வடிவத்தில் – மாத்திரைகள், குழாய் மாத்திரை ஜெலட்டின் குழாய் மாத்திரைகள்.

2. திரவ வடிவம் - மருந்து, நோய் நிவாரணி..

3. உள்ளிழுத்தல் (அ) மூச்சிழுத்தல் – காற்று துளிகள், சர்க்கரை கலந்த மருந்து.



4. மேற்பூச்சு வடிவங்கள் – களிம்பு, மருந்திட்ட திரவம்.

5. பரந்த வடிவங்கள் – பொடிகள், திரவ மருந்து குப்பிகள்.

6. சொட்டுவிடல் வடிவங்கள் - மலக்குடலில் நுழைத்து அங்கேயே விடப்படும் குளிகை போன்ற மருந்து உள்வட்ட வட்டு.

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 224 19-02-2019 16:06:40

www.tnschoolbooks.in

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

அனாபைலாட்டிக் வினை என்பது மருத்துவ அவசர நேரங்களில் திடீர் மரணத்தை உண்டாக்கும் இதுவே அனாபைலாட்டிக் அதிர்ச்சி எனப்படும். (எ.கா. பென்சிலின்)

11.5 மருந்துகளின் வகைகள் (அ) பல்வேறு வகையான மருந்துகள்: மருந்துகளின் வகைப்பாடு:

1. **வலிநிவாரணி** (Analgesic) –வலியை குறைக்க உதவும் மருந்துகள்.
2. **மயக்க மருந்து** (அனெஸ்தடிக்) – நோயாளிக்கு உணர்வின்மை (அ) உணர்தல் இழப்பை ஏற்படுத்தும் மருந்துகள்.
3. **சரவெதிரி (ஆன்டிபைரடிக்)** –காய்ச்சலைக் குறைக்கும் மருந்துகள் (எ.டு) குரோசின்.
4. **குடற்புழு நீக்கிகள்** – மருந்துகள் குடற் புழுக்களை அழித்து மற்றும் வெளியேற்றுதல் (எ.டு) மெபன்டசோல்.
5. **மாற்று மருந்து** – ஒரு பொருள் நச்சுத் தன்மையினை எதிர்க்க பயன்படுதல். (எ.டு) அதிக அளவு நீர்த்த காரத்தை அமில நச்சுக்கள் சமநிலைப்படுத்த கொடுக்கப்படுகிறது.
6. **அமில நீக்கிகள்** (Antacid) – இம்மருந்து இரைப்பையில் சுரக்கும் ஹைடிரோகுளோரிக் அமிலத்துடன் வினைபுரிந்து அவற்றின் அமிலத்தன்மையை குறைக்கின்றது (எ.டு) ஜெலுசில்.
7. **வாந்தியடக்கிகள்** (Anti emetics) – குமட்டல் மற்றும் வாந்தியை தடுப்பதற்கு மற்றும் விடுவிப்பதற்காக கொடுக்கப்படும் மருந்து.
8. **ஒவ்வாமையை தடுக்கும் மருந்து** (Antihistamine) – ஒவ்வாமையின் (அலர்ஜி) நிலையை தடுக்க அல்லது சிகிச்சை அளிக்க கொடுக்கப்படும் மருந்து.
9. **ஆன்டிகோயாகுலனட்**(உறை வெதிர்ப்பி) – இரத்தம் உறைவதை தடுக்கும் மருந்து.
10. **வலிப்பு அடக்கிகள்** (anticonviluants) – வலிப்பு நோய்க்கான சிகிச்சை மருந்து.
11. **கிருமிநாசினிகள்** (antiseptic) – பாக்டீரியாவின் வளர்ச்சியை குறைக்கும் மருந்து.
12. **சிறுநீர்ப்போக்கு தூண்டிகள்** (டையூரட்டிக்ஸ்) – சிறுநீர் சுரப்பதை அதிகரிக்கும் மருந்து எ.கா லேசிக்ஸ்.
13. **இளக்கு மருந்து** (emollient) – தோலை மென்மையாகவும், வழுவழுப்பாகவும் பாதுகாப்பாகவும் வைக்க உதவுபவை ஆகும்.
14. **சளி வெளியேற்றி** (expectorants) – மூச்சுக்குழாய் சுரப்பிகளை அதிகரிக்கச் செய்து சளியை வெளியேற்றுபவை.
15. **தூக்க மருந்துகள் (ஹப்னாடிக்ஸ்)** – ஆழ்ந்த உறக்கத்தை ஏற்படுத்தும் மருந்து.
16. **இரத்த சர்க்கரை குறைப்பான்** (Hypoglycaemics) இரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரை அளவை குறைக்கும் மருந்து.
17. **தசை தளர்த்திகள்** – தசையின் இறுக்கத்தையும், செயல்பாட்டினையும் குறைக்கும் மருந்து.
18. **மூக்கடைப்பு நீக்கி மருந்துகள்** – மூக்கடைப்பினை தளர்த்த உதவும் மருந்துகள்.
19. **நாற்காட்டிஸ்** – இந்த மருந்துகள் முழுமையாக உணர்வின்மையை ஏற்படுத்தும்.
20. **மயக்க மருந்துகள்** – உடல் செயல்களை குறைத்து தூக்கத்தை உண்டாக்குபவை.
21. **தூண்டுபவை** – இம்மருந்துகள் உறுப்புகளின் செயல்களை அதிகப்படுத்துகின்றன. எ.கா நரம்பு மண்டலத்தை தூண்டும் ஆம்பிட்டமைன் மருந்து.
22. **டிரான்ஸ் குயிலைசர்** - உணர்ச்சிவசப்படுதல், நரம்பியல் கோளாறுகள் மற்றும் கவலையுடன் உள்ள நோயாளிக்கு அமைதியை உண்டாக்குகின்றது.
23. **இரத்த நாள விரிவூக்கி** – இரத்த அழுத்தத்தை குறைப்பவை.
24. **வாந்தி மருந்துகள்** – வாந்தி எடுத்தலை உண்டாக்கும் மருந்துகள்.

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 225 19-02-2019 16:06:40

25. *மிட்ரியாடிக்ஸ்* – மருந்துகள் கண்ணின் பார்வையை விரிவடைய செய்பவை எ.கா அட்ரோபின்.

11.6 செவிலியர்களுக்கான மருந்தியல் முக்கியத்துவம்:

1. மருந்துகளை பற்றி புரிந்துகொண்டு அவை எவ்வாறு மனித உயிரினங்களில் விளைவுகளை ஏற்படுத்துகின்றன என்பதை அறிதல் வேண்டும்.
2. வெறும் அளவில்லாமல் மருந்தின் சரியான அளவை தெரிந்திருத்தல் வேண்டும்.
3. மருந்தின் தொடர்புகளை அடையாளங்கண்டு அவற்றின் வினைகள், பக்க விளைவுகளை அறிந்து அவற்றிற்கு பதிலளிக்க வேண்டும். அதனுடன் பக்கவிளைவுகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.
4. எப்போது மருந்தை பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதை அறிந்திருத்தல் வேண்டும். ஏனென்றால் ஒரு சில நிலைகளுக்கு மருந்து சிகிச்சை முறை தேவையில்லை.
5. மருந்தினை எடுத்துக்கொள்ளும் செயல்முறை உறிஞ்சுதல், பரவுதல், வளர்சிதை மாற்றம், நீக்குதல் பற்றி புரிந்துகொள்ளுதல் வேண்டும்.
6. சிறந்த மருந்துகளின் பண்புகளை அறிதல் வேண்டும்.
7. மருந்தியல் பற்றிய பயன்களை அறிதலோடு மருந்துகளை அன்போடு சரியாக செலுத்தும் வழி முறைகளை தெரிந்திருத்தல் வேண்டும்.

மருந்து வழங்கும் நேரங்களை பற்றிய சுருக்கங்கள்:

சுருக்கங்கள்	பெறப்பட்டவை	அர்த்தங்கள்
A.C	ஆன்டி சிபம்	உணவு அருந்துவதற்கு முன்
P.C	போஸ்ட் சிபம்	உணவு அருந்திய பின்
O.D	ஆம்னி டை	தினமும் (நாளொன்று ஒரு வேனை)
H.S	ஹோரா சோம்னி	உறங்கும் வேளையில்
S.O.S	சை ஒபஸ் சிட்	தேவைப்பட்டால்
B.D	பிஸ் இன் டை	நாளொன்றுக்கு இரு வேளையில்
T.I.D	டெர் இன் தி டை	நாளொன்றுக்கு மூன்று வேளையில்
Q.I.D	குவார்ட்ர் இன் டை	நாளொன்றுக்கு நான்கு வேளையில்
STAT	ஸ்டேடிம்	ஒரு முறை மட்டும்
Q	குவாக்	ஒவ்வொரு வேளையும்

எ.கா

- - Q 4 H – ஒவ்வொரு 4 மணி நேரம் (ஒரு நாளைக்கு 6 முறை)

  <u>8-12-4</u>
  8-12-4

- -Q 6 H – ஒவ்வொரு 6 மணி நேரம் (ஒரு நாளைக்கு 4 முறை)

  <u>6-12</u>
  6-12

மருந்து செலுத்தும் வழிகளின் சுருக்கங்கள்

சுருக்கங்கள்	அர்த்தங்கள்
I.M	தசை வழியாக
P.O	வாய் வழி
I.V	சிரை வழியாக
S.C	அடித்தோல்
I D	தோல் வழியாக

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 226 19-02-2019 16:06:40

11.7 மருத்துவ ஆணைகள்:

நிலையான ஆணை

தொடர்ச்சியாக மற்றும் அவசர மருந்துகளை செலுத்துவதைப் பொருத்து பல்வேறு ஆணைகளாக பிரிக்கப்படுகின்றன.

நிலையான ஆணை அல்லது வழக்கமான மருந்து ஆணைகள்:

இவை பரிந்துரைக்கப்பட்ட ஆணை நீக்கப்படும் வரை தொடரும். பிறகு மற்றொரு ஆணைக்கு கொடுக்கப்படுவதால், பரிந்துரைக்கப்பட்ட நாட்களின் எண்ணிக்கை கழிந்துபோதல்

பி என் ஆர் ஆணை: (PNR)

இவ்வகை மருந்து ஆணை நோயாளிக்கு தேவைபடும் போது மட்டும்

எ.கா வலி நீக்கிகள், மல மிளக்கிகள்

ஒருமுறை ஆணை:

ஒரு ஆணை (ஒரு முறை மட்டும்)= இவ்வகை ஆணை ஒரு முறை மட்டுமே கொடுக்கப்படுகிறது

எ.கா அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்

ஸ்டாட் ஆணை:

கொடுக்கப்படும் மருந்துகள் STAT ஆணை (ஸ்டாட் வகை) = இவ்வகை ஆணையில் ஒரு முறை மட்டும் கொடுக்க வேண்டிய மருந்தின் அளவு உடனடியாக கொடுத்தல் ஆகும்.

எ.கா லாசிஸ் 20 மி.கி IV ஸ்டாட்

தொலைபேசி ஆணை:

ஒரு சில நேரங்களில் நோயாளியின் நிலையை பற்றி மருத்துவரிடம் தொலைபேசி மூலம் ஆலோசித்து செவிலியர் மருத்துவ ஆணையை எழுதி தொலைபேசி ஆணை என குறிப்பிடுவது வழக்கம். பொதுவாக மருத்துவர்கள் இதில் குறிப்பிட்ட 48 மணி நேரத்தில் கையொப்பமிட வேண்டும்.

11.8 மருந்துப்பிழையை தடுக்கும் முறைகள்

மருந்துப்பிழையை தடுக்க, மருந்து வழங்கும் பொழுது மூன்று சரிபார்ப்புகள் மற்றும் ஆறு சரியான வழிகள் ஆகியவையை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

- **மூன்று சரிபார்ப்புகள்**

  செவிலி மருந்தினை மூன்று முறை சரிபார்க்க வேண்டும்.

  1. மருந்தினை எடுப்பதற்கு (அ) கரைப்பதற்கு முன் – மருந்து நிர்வாக பதிவேடுகளில் பெயர், வழி, அளவை, நேரம் ஆகியவற்றை சரிபார்க்க வேண்டும்.
  2. மருந்தை தயாரித்த பிறகு மற்றும் மருந்து குப்பியை திரும்ப வைக்கும் பொழுது (அ) வெளியேற்றும் போதும் அட்டையை சரிபார்க்க வேண்டும்.
  3. நோயாளியின் படுக்கையில் மருந்தை கொடுப்பதற்கு முன் சரிபார்க்க வேண்டும்.

இந்த மூன்று சரிப்பார்ப்புகளை கவனித்தால் ஆறு சரியான வழிகளை பழக உதவி செய்யும்.

11.8.1 மருந்து வழங்குதலின் ஆறு சரியான வழிகள்

இந்த ஆறு சரியான வழிகளை கடைபிடித்தல் மருந்துகளை துல்லியமாக வழங்க உதவுகிறது. இதனால் செவிலி மருந்து வழங்கும்போது சரியான மருந்தை, சரியான நோயாளிக்கு, சரியான வழியில், சரியான அளவையில், சரியான நேரத்தில் மற்றும் சரியான ஆவணத்தை உபயோகிப்பார்கள்.

1. **சரியான மருந்து**
   - மருந்து வழங்குவதற்கு முன் எப்பொழுதும் மருத்துவ ஆணையை சரிபார்க்கவும்.
2. **சரியான அளவை**
   - நோயாளியின் வயது மற்றும் நோயைப் பொறுத்து தேவையான மருந்தின் அளவை கொடுத்தல் வேண்டும்.

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 227 19-02-2019 16:06:41

3. சரியான நேரம்

- சரியான நேரத்தில் மருந்து வழங்குதல் முக்கியமானது ஆகும்.

4. சரியான வழி

- ஒழுங்கான மருந்து வடிவத்தை, சரியான வழியில், சரியான இடத்தில் அளிக்க வேண்டும்.

5. சரியான நோயாளி

- எப்பொழுதும் மருந்து கொடுக்கும்போது இருமுறை சரியான நோயாளிக்கு கொடுக்கப்படுகிறதா என்பதை சரிபார்க்கவும்.

6. சரியான ஆவணங்கள்

- மருந்து வழங்கிய பிறகு உடனே ஆவணங்களில் பதிவு செய்ய வேண்டும்.

11.8.2 நோயாளிக்கான சரியான வழிகள்

மேற்கண்ட ஆறு சரியான வழிகளுடன் கீழ்கண்ட நோயாளியின் சரியான வழிகளும் உள்ளன.

- **சரியான காரணம்** – நோயாளி தேவையில்லாத மருந்துகளை பெற கூடாது. (எ.கா) நோயாளி தூக்கமின்மை (அ) மிகுந்த பதற்றத்துடன் இருக்கும் போது தூக்க மருந்துகளை கொடுக்கலாம். நோயாளியுடன் இருப்பவரின் வசதிக்காக கொடுக்க கூடாது.
- **சரியாக அறிதல்** – நோயாளி தான் பெறும் மருந்தின் பெயர் எதற்காக கொடுக்கப்படுகிறது, அதன் செயல் மற்றும் பக்க விளைவிற்கான சாத்தியக்கூறுகளை அறிதல் வேண்டும்.
- **சரியான மறுத்தல்** – நோயாளி தனக்கு அளிக்கப்படும் மருந்தை மறுப்பதற்கு முழு உரிமை உள்ளது.

மாணவர் செயல்பாடு

பல்வேறு வகையான அமைப்புகளில் உள்ள மருந்துகளை கொண்டு ஆல்பம் தயாரித்தல்

வரையறை

மருத்துவப் பிழை என்பது சிகிச்சை முறையில் தோல்வியானது நோயாளிக்கு தீங்கை வழிவகுக்கும் சாத்தியக்கூறு ஆகும்.

இவை மருந்துகளின் பாதகமான விளைவு அல்ல.

கீழ்கண்டவைகளால் மருத்துவ பிழை நிகழ முடியும்

- மருந்துகளை தேர்ந்தெடுக்கும் போது – பகுத்தாராயாமல், பொருத்தமற்ற மருந்து, பயனற்ற (அ) குறைவான (அ) அதிகமான மருத்துவ ஆணை.
- மருந்து சீட்டு எழுதும் போது – மருந்து சீட்டில் பிழைகள், தெளிவற்ற கையெழுத்து.
- மருந்துகளை உற்பத்தி செய்யும் போது – தவறான வலிமை, மாசுபாடு (அ) கலப்படம், தவறான தொகுப்பு.
- மருந்துகளை விநியோகிக்கும் போது – தவறான மருந்து, தவறான சூத்திரம், தவறான அட்டை.
- மருந்துகளை வழங்கும் போது – தவறான அளவை, தவறான வழி, தவறான நேரம், தவறான காலம்.
- சிகிச்சையை கண்காணிக்கும் முறை – தேவைப்படும் போது சிகிச்சை மாற்றாமை, தவறான மாற்றம்.

11.9 மருந்து அளவீட்டு முறைமைகள்:

மெட்ரிக் முறை: பொதுவாக அதிகம் பயன்படுத்தும் மற்றும் வசதியான முறை ஆகும் மருந்துகளை அளப்பதற்கு அடிப்படையான அலகுகள் மீட்டர், லிட்டர், கிராம் ஆகும்.

கருப்பொருள் அமைப்பு: எப்பொழுதாவது பயன்படுத்தும் முறை மற்றும் அளவிடும் அடிப்படை அலகுகள் கிரெய்ன், குறைந்த அளவு.

வீட்டு அளவைகள்: குறைவான மற்றும் துல்லியமான அளவில் வீடுகளில் மட்டும் பயன்படுத்தப்படுகிறது அடிப்படை அலகுகள் யாதெனில் மேசைக் கரண்டி, தேக்கரண்டி.

அமைப்புக்குள் மாற்றம்:

1 கிராம் = 1000 மி.கி   1லிட்டர் = 1000 மி.லி

மெட்ரிக்	கருப்பொருள் (இம்பீரியல்)	வீட்டு அளவைகள்
1 ml	15 to16 minutes	15 சொட்டுகள்
4–5 ml	1 புளுயிட்ராம்	1 மேசைக்கரண்டி
15–16 ml	4 புளுயிட்ராம்	1மேசைக்கரண்டி
30 ml	1 ounce (அவுன்ஸ்)	2 மேசைக்கரண்டி
240 ml	8 அவுன்ஸ்	1 கப்
480 ml (opp 500அட)	1 பின்ட்	1 பின்ட்
960 ml (தோராயமாக 1 லிட்டர்)	1 குவார்ட்	1 குவார்ட்
4800 ml (தோராயமாக 5 லிட்டர்)	1 கேலன்	1 கேலன்

11.10 மருந்துகள் செலுத்தும் வழிகள்:

1. **வாய் வழி:**
   - வாய் வழி
   - இரைப்பைக்குடல் தடத்தில் (இரைப்பைக்குடல் குழாய் வழி).
   - வாய்ப்புறக் (கன்னம் மற்றும் பல்லீறுகள் இடையில்).
   - நாவின் கீழ் அமைந்துள்ள (சப்லிங்குவல்).
2. **பரந்த பாதை அல்லது அல்லூண் வழி:**
   - தோல் வழியாக (எபிடெர்மிஸ் கீழ்).
   - அடித்தோல்.
   - தசையூடான (தசை வழியாக).
   - நரம்பு வழியாக.
   - தமனி வழியாக.
   - இதயத்தின் உள் பகுதி வழியாக.
   - எலும்புகள்.
3. **மேற்புறம் வழியாக:**
   - சிசுத்தாரை வழியாக.
   - மலக்குடல் வழியாக.
   - எண்ணெய் தேய்த்தல் (தோலின் மேல் மருந்தை தேய்த்தல்).
   - சொட்டு விடல் (சளிச்சவ்வுகள் மீது நேரடியாக மருந்தை செலுத்துதல்).
   - நீர் நிரப்புதல் (சளிச்சவ்வுகளை திரவ மருந்துகளை கொண்டு கழுவுதல்).
   - தோலின் மீது பயன்படுத்துதல் (தோலின் மீது ஒட்டு போடுதல்).
4. **சுவாசித்தல் அல்லது நுரையீரல் வழியாக**
   - நாசி துவாரம், வாய் வழி, சுவாசக்குழாய் வழியாக அல்லது மூச்சு பெருங்குழாய்.
5. **உள் விழி வழியாக**
   - கண் மருந்து வட்டு (கண்களில் தொடுவில்லை காண்டாக்ட் லென்ஸ்) பொறுத்துவதை போல)

மாணவர் செயல்பாடு

அரசு மருத்துவமனையில் உள்ள மருந்தகங்களை பார்வையிடுதல்.

11.11 மருந்து இயக்கவியல்

மருந்து இயக்கவியல்: “மருந்து உடலில் சென்று என்ன செய்கிறது” என்பது தொடர்பான அனைத்து அம்சங்களையும் உள்ளடங்கியுள்ளது. உறுப்புகள் அளவில் மற்றும் செல்கள் அளவிலும் மருந்துகளின் இயக்க செயல்பாடுகளையும்

www.tnschoolbooks.in

உயிர்வேதியியல் மற்றும் உடலியல் விளைவுகளை பற்றியக் கல்வி ஆகும்.

11.11.1 மருந்து செயல்பாடுகளின் வகைகள்

பல்வேறு வகையான மருந்துகளின் செயல்கள் பின்வருமாறு

தூண்டுதல்:- ஒரு சில மருந்துகள் குறிப்பிட்ட செல்களில் அதன் செயல்பாடுகள் அதிகரிக்கின்றன.

(எ.க) கேட்டகோலமின் - இதயத்தை தூண்டி இதயத் துடிப்பை அதிகரிக்கின்றன, இதயம் வலிமையோடு சுருங்குகிறது.

செயல்பாடுகளை குறைத்தல்:- ஒரு சில மருந்துகள் குறிப்பிட்ட செல்களின் செயல்பாடுகளைக் குறைக்கின்றன. (எ.க) பொதுவாக மயக்க மருந்துகள் மத்திய நரம்பு மண்டல செயல்பாட்டை குறைக்கின்றன.

எரிச்சல்:- சில மருந்துகள் மேற்பூச்சாக பயன்படுத்தும் பொழுது கண்களின் அருகிலுள்ள செல்களும் எரிச்சலை உண்டாக்குகின்றன (எ.டு) தைல எண்ணெய்

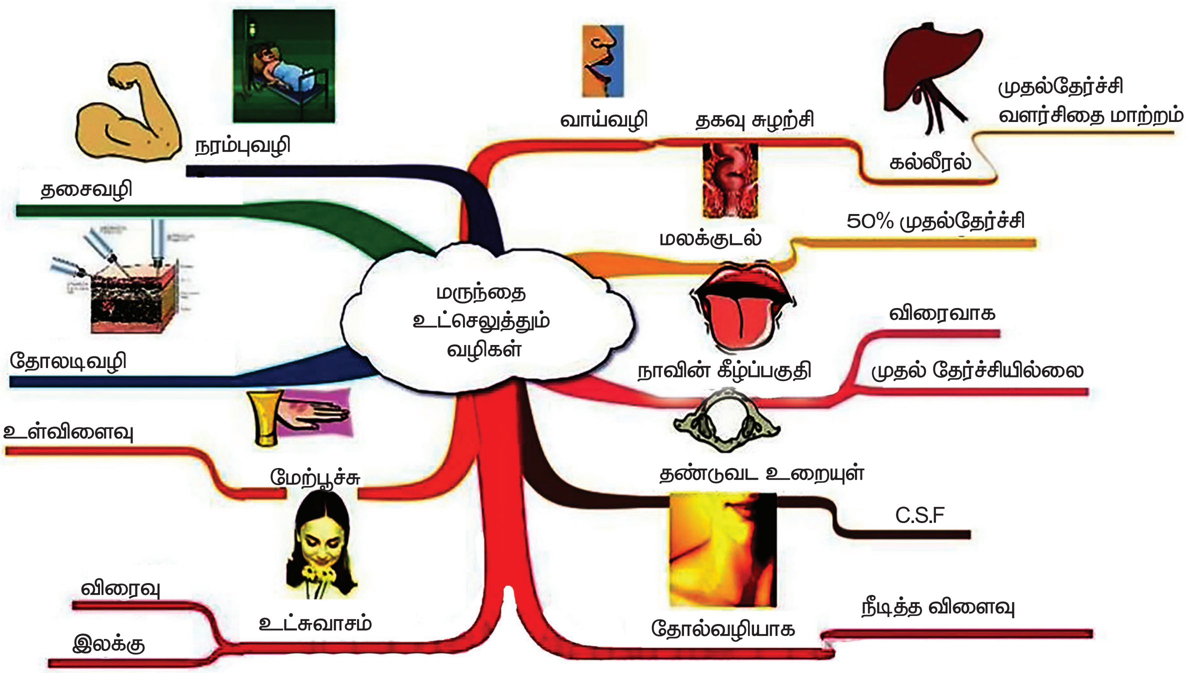
மாற்று மருந்துகள்: உள்ளார்ந்த உறுப்புகளின் செயல்பாடுகளில் குறைபாடு ஏற்படும்போது வேறு மருந்துகளை கொடுத்து சரி செய்ய இயலும் (எ.டு) இன்சுலின்

கீமோதெரபியுட்டிக்: மருந்துகள் தேர்ந்தெடுத்து ஒரு சில நுண்ணுயிர்களையோ அல்லது கேன்சர் செல்களை அழிக்கின்றன. ஆண்டிபையாடிக்குகள், ஆண்டி கேன்சர் மருந்துகள்

11.11.2 மருந்துகளினால் உடலில் ஏற்படும் விளைவுகள்

சிகிச்சை விளைவுகள் மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்வதினால் எதிர்ப்பார்க்ககூடிய (அ) உளரீதியாக விளைவுகளால் அவை உண்டாகின்றன. பின்வரும் நோக்கங்களுக்காக மருந்துகள் செலுத்தப்படுகின்றன.

1. ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்த:- ஒரு தனிநபருக்கு நோயினை எதிர்த்து போராடும் திறனை அதிகரிக்க கொடுக்கப்படுகிறது. (எ.கா) வைட்டமின்கள்
2. நோய்களை தடுக்க: தடுப்பூசி மற்றும் எதிர் நச்சுகள்



3. நோய்களை கண்டறிய = X- கதிர் பரிசோதனையில் பேரியம் பயன்படுத்துதல்.

4. நோயினை குறைக்க:- சில மருந்துகள் நோயினை குறைப்பதற்காக கொடுக்கப்படுகின்றன அல்லது தற்காலிகமாக நிவாரணம் பெறவும் கவலையை ஏற்படுத்தகூடிய அறிகுறிகளில் இருந்துவிடுபடவும் கொடுக்கப்படுகிறது. இவைகள் நோய் ஏற்படுத்துக்கூடிய காரணிகளை அகற்றுவதுமில்லை அல்லது நோயினை குணப்படுத்துவதும் இல்லை (வலிநிவாரணிகள்).

5. சிகிச்சைக்கு அல்லது நோயினை குணப்படுத்த
   - உடல் மீண்டும் இயல்புநிலையில் செயல்படுதல்.
   - நோய் உண்டாக்கும் காரணிகளை அழித்தல் (எ.கா) குயினின் மலேரியா தொற்றுக்கு).

குறிப்பிட்ட பகுதியில் மற்றும் அமைப்புகளின் விளைவுகள்:-

தோல் (அ) சளி சவ்வுப் படலத்தின் மீது மருந்தினை பயன்படுத்தும் பொழுது அப்பகுதியில் ஒரு சில விளைவுகள் எதிர்பார்க்கப்படுகின்றன.

மருந்துகளை உள்ளுக்குள் எடுக்கும் பொழுது அவை இரத்த ஓட்டத்தில் சென்று உறிஞ்சப்பட்டு எதிர்ப்பார்த்த விளைவு பல்வேறு அமைப்புகளில் மற்றும் உறுப்புகளில் ஏற்படுத்துகின்றன.

பாதகமான விளைவுகள்:

சிகிச்சை விளைவுகள் தவிர பிற விளைவுகளும் பாதகமான விளைவுகள் ஆகும். பொதுவாக மருந்துகள் எடுத்துக்கொள்வதால் கடுமையான எதிர்செயல்கள் உண்டாகின்றன.

பக்க விளைவுகள்:

பக்கவிளைவுகள் என்பது சிறிய பாதகமான விளைவுகள் ஆகும். பக்க விளைவுகள் தீங்குள்ளவை அல்லது தீங்கற்றவை.

ஒவ்வாமை (அழற்சி) விளைவுகள்

(ஒவ்வாமை) ஒரு நபர் எடுத்துக் கொண்ட மருந்தை அவரது உடல் வெளிப்பொருளாக கருதி வினைப்புரிந்து பல்வேறு ஒவ்வாமை அறிகுறிகளை உண்டாக்குகின்றன.

ஒவ்வாமை எதிர்வினை கடுமையான அல்லது மிதமான அளவில் இருக்கும் .

பொதுவாக மருந்துகளை செலுத்தியவுடன் உடனடியாக ஒவ்வாமை எதிர்விளைவு (அனாபைலாட்டிக்) ஏற்படும்.

மிதமான எதிர்விளைவு பல்வேறு அறிகுறிகளை கொண்டுள்ளன. தோல் தடிப்புகளிலிருந்து வயிற்றுப்போக்கு வரை ஏற்படுத்தும். அவை:

தோல் தடிப்புகள் (UTRICARIA):- (உட்ரிகாரியா) வீக்கத்துடன் கூடிய (சிவந்த நீர் கொப்புளங்கள், அரிப்புகளும் இருக்கும்).

தோல் அரிப்பு (PRURITIS):- தோல் அரிப்பு உடன் தடிப்புகள் இருந்தும் (அ) இல்லாமலும்.

நாசியழற்சி (RHINITIS):- மூக்கிலிருந்து அதிக நீர் ஒழுகுதல்.

கண்ணீர்:- கண்களிலிருந்து அதிக கண்ணீர் வெளியேறுதல்.

மாணவர் செயல்பாடு

உன் வீட்டில் சிறு நோய்களுக்கு பொதுவாக பயன்படுத்தும் ஏதேனும் ஒரு மருந்துகளை பற்றியும் அதன் செயல்பாடு மற்றும் பக்க விளைவுகள் பற்றியும் விவரிக்கவும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

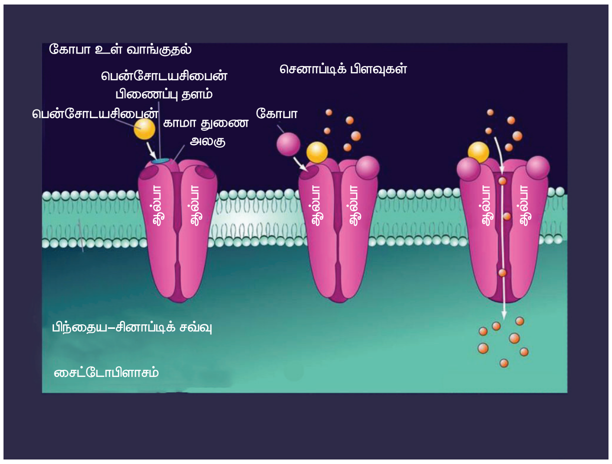
டெரடோஜனிக்மருந்துகள்

டெரடோஜன் என்பது கருவளர்ச்சி அடைவதை தடுக்கும் ஒரு காரணி ஆகும். இது பிறவி குறைப்பாடுகளை உண்டாக்கும். எ.கா கதிர் வீச்சுக்கு வெளிப்படுதல், கருவுற்றிருக்கும் நிலையில் தொற்றுகளுக்கு பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகள்.

நிருபிக்கப்பட்ட மனித டெரடோஜன்கள்

மருந்து	அசாதாரண நிலை
1. தாலிடோமைடு	போகோமிலியா, பல பாதிப்புகள்
2. எதிர் – நியோபிளாஸ்டிக் மருந்துகள்	பல பாதிப்புகள், கருச்சிதைவு
ஆன்ரோஜன்	விரிலை ஷேஷன், உணவுக்குழாய், இருதய குறைபாடு
3. புரோஜஸ்டின்	பெண் கருவின் சிதைவு
4. ஸ்டில்போ ஈஸ்ட்ரால்	சிசுத்தாரையில் புற்றுநோய்
5. டெட்ராசைகிளின்	பற்களின் நிற மாற்றம்
6. வார்பாரின்	மூக்கு, கண், கை பாதிப்பு, வளர்ச்சி
7. பினைடாயின், ஹைபோபிளாஸ்டிக் பாலன்ஜாஸ்	உதடு பிளவு, சிறிய தலை (மைக்ரோகெபாலி), மயக்க மருந்துகள்

11.12 மருந்தின் இயக்க செயல்பாடுகள்



(2 வகையான இயக்க (அ) வழி முறைகள் உள்ளன)

1. வாங்கி அல்லாத நடுவராக இருத்தல்
2. வாங்கி உடைய நடுவராக இருத்தல்

வாங்கி அல்லாத நடுவராக இருக்கும் வழி முறைகள் உள்ளடங்கியவை:

1. உடல் செயல்பாடுகளான சவ்வூடுபரவல், உறிஞ்சுதல்
2. இரசாயனத்தாக்கங்களான அமில நீக்கிகள், உலோகங்கள்
3. நொதிகளின் மூலமாக ஆன்ஜியோடென்சின் நொதி தடுப்பானாக மாற்றுகின்றன.
4. தடுப்பூசிகளின் வழியாக எதிர்பொருள்கள் உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றன.
5. போலியான மருந்துகளுக்கு எந்தவிதமான மருந்துகளின் செயல்பாடுகளும் இருப்பதில்லை அவை சுத்தமான தண்ணீரைப் போன்று இருக்கும்

வாங்கி உடைய நடுவராக இருக்கும் வழி முறைகள்:

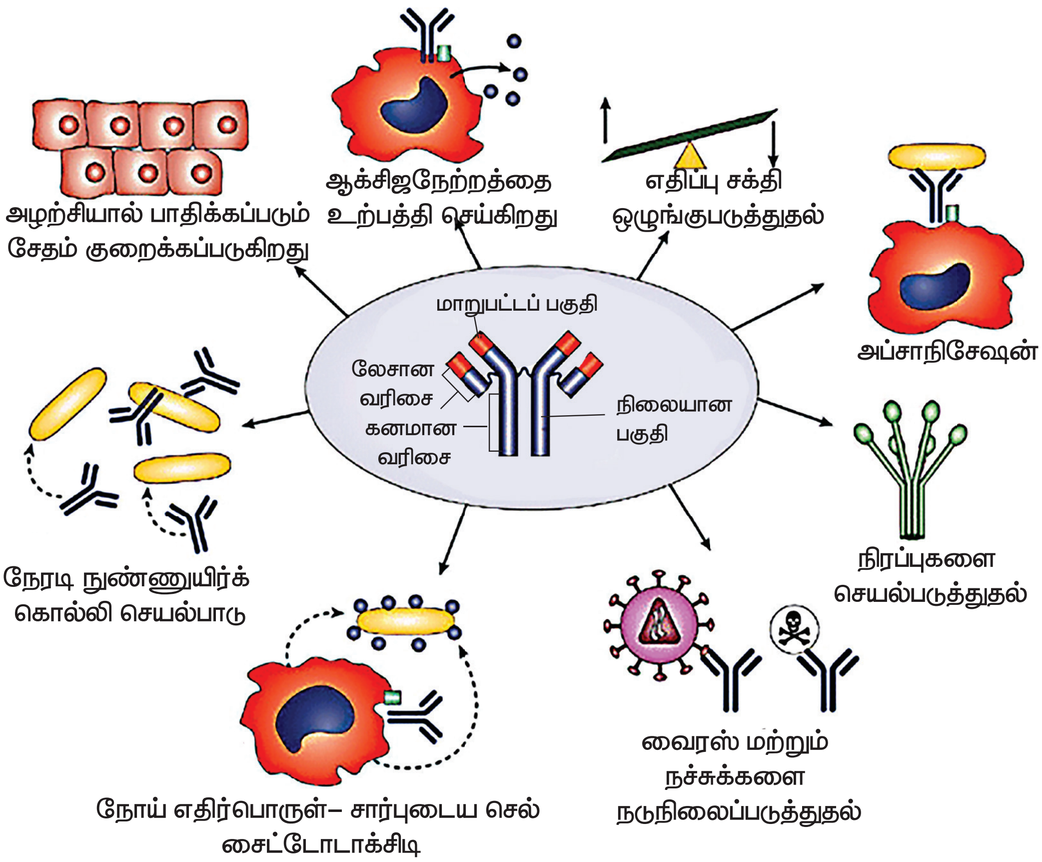
1. இணக்கத்தன்மை: மருந்துகள் வாங்கியுடன் நன்றாக இணைக்கும் திறன்
2. முதன்மை இயக்கி: மருந்துகள் வாங்கியுடன் இணைந்த பிறகு மருந்தியல் நடவடிக்கைகள்
3. எதிரியான: மேற்கொள்ளுதல்

மருந்துகள் வாங்கியுடன் இணைந்த பிறகு எவ்வித மருந்தியல் நடவடிக்கைகளும் மேற்கொள்ள இயலாமல் இருத்தல்.

மருந்து சக்தி: விரும்பப்பட்ட விளைவை பெறுவதற்காக கொடுக்கப்படும் மருந்தின் அளவு ஆகும் அந்த விளைவை பெறுவதற்காக குறைந்த அளவு மருந்து கொடுக்கப்படுமானால் அந்த மருந்து சக்தி மிகுந்ததாக இருக்க வேண்டும்.

மருந்து திறன்: மருந்தின் அதிகப்படியான விளைவு ஆகும் சிகிச்சை குறியீட்டு= சிகிச்சைக்கு எடுக்கப்படும் மருந்தின் அளவிற்கும் அதனால் ஏற்படும் சிகிச்சை விளைவிற்கும் உள்ள ஒப்பீடு மற்றும் நச்சுத் தன்மைக்கு காரணமான அளவு ஆகும்.

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 232 19-02-2019 16:06:44



சிகிச்சை குறியீடு அதிகரிக்கும் போது, மருந்தின் பாதுகாப்பு அதிகரிக்கிறது.

சிகிச்சை குறியீடு= நச்சு அளவு /சிகிச்சை விளைவுகளின் அளவை

TI = TD 50 / ED 50

11.13 மருந்தியக்கத்தாக்கியல்:

உடலானது மருந்துக்கு எவ்வாறு செயல் வினைபுரிகிறது என்பதாகும். இவற்றில் உள்ளடங்கியவை உறிஞ்சுதல், பரவுதல், உட்கிரகித்தல் (மெட்டபாலிஸம்), வெளியேறுதல்

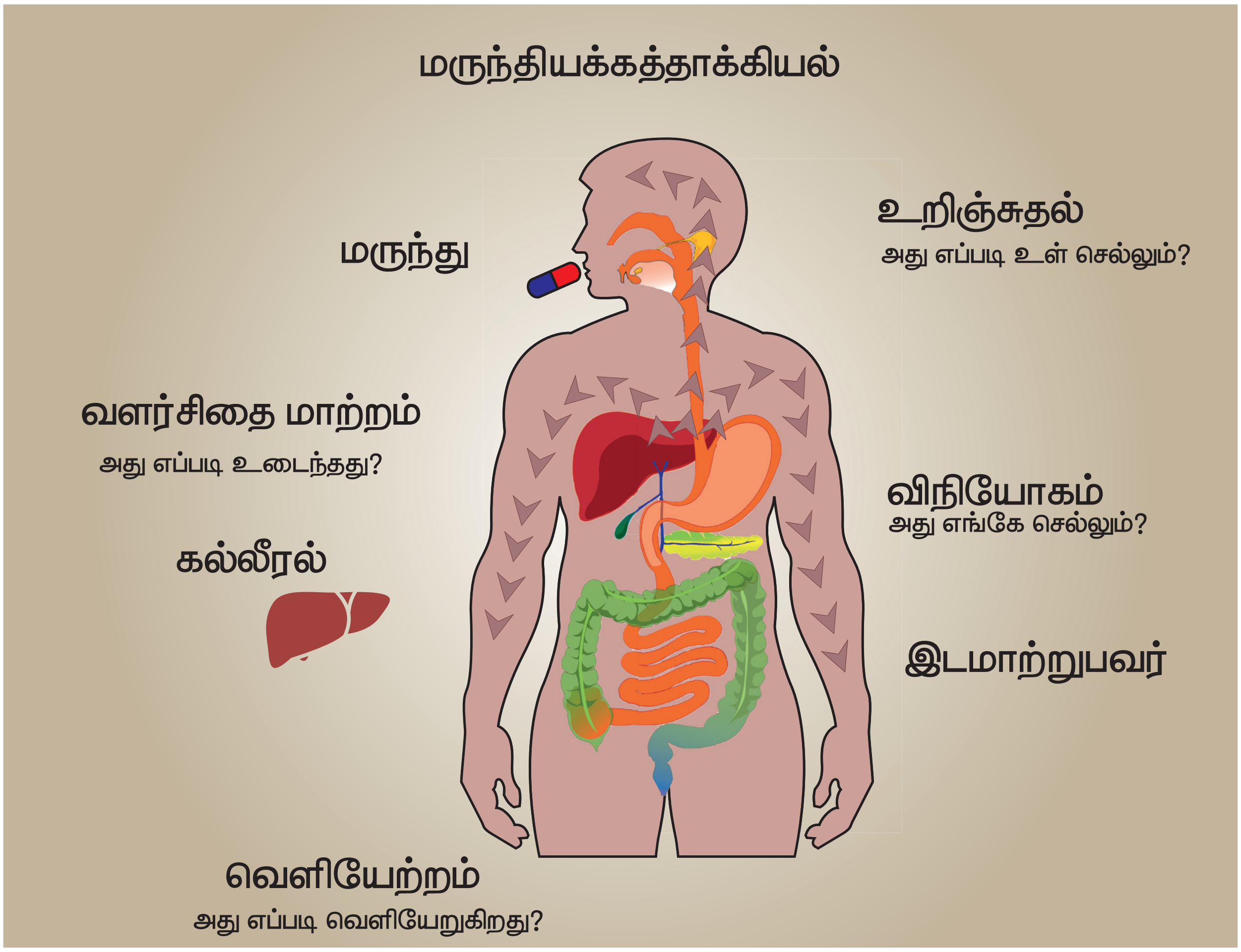
11.13.1 மருந்து உறிஞ்சுதல்:

இது மருந்து செலுத்திய இடத்திலிருந்து இரத்த ஓட்டத்தின் வழியாக நகர்ந்து பரவுதல் ஆகும். இவற்றில் பல்வேறு காரணிகள் தூண்டுதலாக உள்ளன அவை.

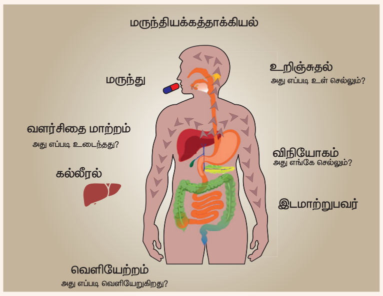
- **மருந்தின் உடலியல் பண்புகள்:** நீரில் கரையும் மருந்தைவிட கொழுப்பில் கரைபவை நன்கு உறிஞ்சப்படுகின்றன.
- **மருந்து செலுத்தும் வழிகள்:** நரம்பு வழியாக (சிரை வழியாக) இரத்த ஓட்டத்தில் நேரடியாக செலுத்தப்படுகின்றன.
- **உணவு:** பால் மற்றும் பால் பொருட்கள் உறிஞ்சுதலை குறைக்கின்றன.
- **மற்ற மருந்துகள் உள்ள நிலையில்:** வாய் வழியாக எடுக்கும் இரும்பு சத்து மருந்துகளை அஸ்கார்பிக் அமிலம் வேகமாக உறிஞ்சுவதை துரிதப்படுத்தும்.
- இரைப்பை மற்றும் மற்ற நோய்கள்: இரைப்பை குடல் அழற்சி மருந்து உறிஞ்சுதலை குறைக்கின்றன

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 233 19-02-2019 16:06:45

www.tnschoolbooks.in



வரையறை:



மருந்துகள் மாற்றமடையாத நிலையில் உடலில் செலுத்தப்பட்ட இடத்திலிருந்து இரத்த ஓட்ட அமைப்பில் கலப்பதே மருந்து உறிஞ்சுதல் ஆகும்.

11.13.2 மருந்து பரவுதல்:

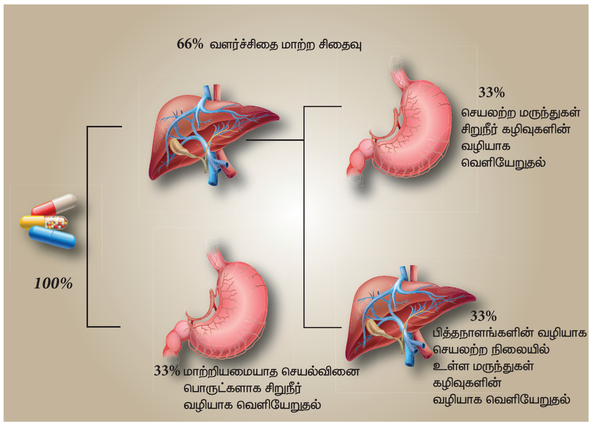
மருந்துகள் உடல் திரவ பெட்டிகளின் இடையிலும் மற்றும் திசுக்களின் இடையிலும் தலைகீழ் மாற்றம் அடைவதாகும். இவை மருந்தின் உடலியல் பண்புகள் காரணமாக பாதிக்கப்படுகின்றன. (எ.டு) கொழுப்பு, தசை மற்றும் மூளைத்திசு மருந்துகள் உறிஞ்சுதலின் பிறகு இரத்த ஓட்டத்தை வந்தடைகின்றன. இரத்த திரவத்திலிருந்து மருந்துகள் இரத்த தந்துகி சவ்வை கடந்து குறுக்கு வழி திரவத்தை அடைய வேண்டும். அதன் பிறகு செல் சவ்வினை கடந்து செல்லிடை திரவத்தினை அடைய வேண்டும்.

11.13.3 மருந்து வளர்சிதை மாற்றம் (மெட்ட பாலிஸம்)

உயிரினங்களில் மருந்துகளின் வேதி மாற்றங்களே மருந்து வளர்சிதை மாற்றம் (அ) உடலில் மருந்து மாற்றம் ஆகும்.

தளங்கள் (இடங்கள்): மருந்துகளின் வளர்சிதை மாற்றத்தில் கல்லீரலே முக்கிய தளமாகும். மற்ற இடங்களான இரைப்பை குடல் வழி, சிறுநீரகம், நுரையீரல் இரத்தம், தோல், நஞ்சுக் கொடி

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 234 19-02-2019 16:06:46



மருந்து வளர்சிதை மாற்றத்தை பாதிக்கும் காரணிகள்:

வயது: பிறந்த குழந்தைகள் மற்றும் முதியோர்களின் உடலில் பெரியவர்களை விட குறைந்த அளவு மருந்துகள் வளர்சிதை மாற்றம் அடைகின்றன.

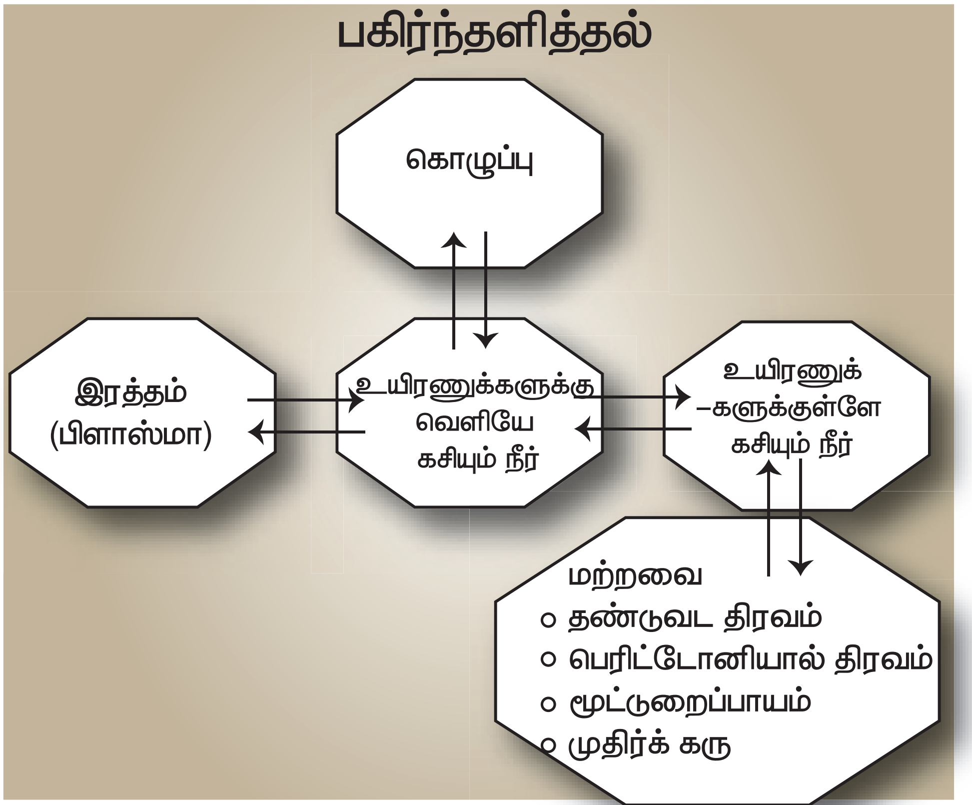
நோய்: கல்லீரல் நோய்கள் மருந்து வளர்சிதை மாற்றத்தை தடுக்கின்றன.

11.13.4 மருந்து வெளியேற்றம்:

மருந்துகள் மற்றும் மருந்துகளின் வளர்சிதை மாற்ற பொருட்கள் உடலில் இருந்து வெளியேறுவதே மருந்து வெளியேற்றம் ஆகும். மருந்துகள் வெளியேறும் முக்கிய வழிகளான உறுப்பு சிறுநீரகமே ஆகும் மற்ற உறுப்புகளான நுரையீரல், பித்த நீர், மலம், வியர்வை, உமிழ் நீர் இன்னும் பல உறுப்புகள் உள்ளடங்கியவை ஆகும்.

11.14 மருந்து செலுத்துவதில் செவிலியரின் பொறுப்பு

- நோயாளியின் வாந்தி எடுக்கும் உணர்வையும், விழுங்கும் தன்மையையும் மதிப்பிடு.
- மாத்திரைகளை கையால் தொடாதே
- மருந்துகளை வாய்வழியாக கொடுக்கும்போது நோயாளியின் தலையை 90° உயர்த்த வேண்டும்.
- நோயாளி மருந்தை விழுங்கிவிட்டாரா என உறுதி செய்ய வேண்டும்.



www.tnschoolbooks.in

- மருந்துகளை தயாராக்கும் முன்பு கையை கழுவுதல் அவசியம்.
- எப்போதும் நோயாளியின் ஒவ்வாமையை சரிபார்க்கவும்.
- மருந்தை கொடுப்பதற்கு முன்பு மருந்தின் காலாவதியை சரிபார்க்கவும்.
- மற்றவர்கள் தயாரித்த மருந்தை எப்போதும் கொடுக்கக்கூடாது.
- அறிமுகமில்லாத மருந்துகளை கொடுப்பதற்கு முன்பு அதன் வழி, அளவை மற்றும் சேர்க்கையைப்பற்றி அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.
- மருந்தின் தேவை மற்றும் வழிமுறையை நோயாளிக்கு விளக்க வேண்டும்.
- இரத்தஅழுத்த குறைப்பான்களை தருவதற்கு முன் நோயாளியின் இரத்த அழுத்தத்தை சரிபார்க்கவும்.

பாடச்சுருக்கம்

உலகளாவிய பார்வையில், பதிவு செய்துள்ள செவிலியர்களே தங்கள் வழக்கமான நெருக்கடி பணியுள்ள மருத்துவ சூழலில் நோயாளிக்கு மருந்து செலுத்துவதில் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றனர். இப்பணிக்கு செவிலியர்களின் முன்னிலையில் அதிக முயற்சி தேவைப்படுகிறது. அவ்வாறு இருந்தால் மட்டுமே மருந்துகளின் செயல்களையும் மற்றும் ஆபத்தான மருந்துகளின் தொடர்பை முழுமையாக புரிந்துகொள்ள முடியும்.₹

L7T9M

வினாக்கள்

I சரியான விடையை தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. வேதிப்பொருள் உடல் செயல்பாடுகளில் ஏற்படுத்தும் மாற்றங்களை பற்றி கையாளும் ஆய்வுகளே

   அ) மருந்தியக்கத்தாக்கியல்

   ஆ) மருந்தியல்

   இ) மருந்து இயக்கு முறை

   ஈ) மயக்க வஸ்துகள்

2. வாந்தியை உண்டாக்கும் மருந்து எவ்வாறு அறியப்படுகிறது

   அ) இரத்தம் உறையச் செய்யும் மருந்துகள்

   ஆ) தூக்கம் உண்டாக்குபவை (செடேடிவ்ஸ்)

   இ) எமடிக்ஸ்

   ஈ) அமில நீக்கிகள்

3. 1 குவரர்ட் என்பது எதற்கு சமம்

   அ) 480 ml   இ) 1500 ml

   ஆ) 960 ml   ஈ) 4800 ml

4. தேவைப்படும் வேலைகளில் மருந்தின் அளவை அறியப்படுகிறது

   அ) SOS வரிசை

   ஆ) STAT வரிசை

   இ) பி.ஆர்.என் வரிசை

   ஈ) ஓ.டி வரிசை

5. எடுத்துக்கொண்ட மருந்துகள் உடல் எதிர்பாக்கக்கூடிய அல்லது யூகிக்கக்கூடிய விளைவுகளை ஏற்படுத்துவதே

   அ) பக்க விளைவுகள்

   ஆ) நச்சு விளைவுகள்

   இ) பாதகமான விளைவுகள்

   ஈ) சிகிச்சை விளைவுகள்

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 236 19-02-2019 16:06:53

www.tnschoolbooks.in

6. மருந்துகள் செலுத்தியதிலிருந்து மாற்றம் அடையாத மருந்துகள் இரத்த ஓட்டத்திற்கு செல்லும் செயல்முறையே

அ) உறிஞ்சுதல்

ஆ) பரவுதல்

இ) வளர்சிதை மாற்றம் (மெட்ட பாலிஸம்)

ஈ) வெளியேறுதல்

7. மருந்து வளர்சிதை மாற்றத்திற்கு முக்கிய தளம் (அ) இடம்

அ) சிறுநீரகம் இ) கல்லீரல்

ஆ) இரத்தம் ஈ) தோல்

II கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

8. மருந்தியக்கத்தாக்கியல் வரையறு?
9. மருந்து இயக்கு முறை – வரையறு?
10. மருந்துகளின் நான்கு ஆதாரங்களை பட்டியலிடுக.
11. மருந்து செலுத்துவதற்கான நான்கு வழிகளை விவரி.

III குறுகிய விடையளி

12. மருந்துகளின் பல்வேறு வடிவங்களை பற்றி விளக்குக
13. மருந்துகளை செலுத்துவதற்கான பல்வேறு வழிகள் பற்றி விளக்குக.
14. மருந்து பிழையை தடுக்கும் மூன்று சரிபார்ப்புகள் பற்றி குறிப்பிடுக.

IV விரிவான விடையளி

15. மருந்துகளின் வகைகள் பற்றி விளக்குக
16. மருந்து இயக்க முறைகள் பற்றி விளக்குக.
17. மருந்தியக்கத்தாக்கியல் பற்றி விளக்குக.

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. மருந்து திறன் (DRUG EFFICACY) – அதிகபட்ச மருந்துகளின் விளைவாகும்.
2. மருந்து (DRUG OR MEDICATION) – ஏதேனும் ஒரு பொருட்களை உடலுக்குள் எடுத்துக்கொள்ளும் போது உடல் செயல்பாடுகளை மாற்றம் அடையச் செய்வதாகும்.
3. மருந்து சக்தி (அ) ஆற்றல் (DRUG POTENCY) – மருந்து விரும்பத்தக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்துவதே திறன் வாய்ந்த மருந்தாகும்.
4. மருந்தியல் இயக்கவியல் (PHARMACODYNAMICS) – மருந்துகளின் இயக்கும் நுட்பச் செயல், . மருந்து உடலில் என்ன செய்கிறது என்பதையும் செயல் விளைவுகளையும் மற்றும் அதன் பக்கவிளைவுகள் பற்றிய படிப்பதாகும்.
5. மருந்தாளுனர் (PHARMACIST) – ஒரு நபர் மருந்துகளை தயாரிக்கவும் மற்றும் மருந்துகளை விநியோகித்தல் துறையில் இருப்பவரே மருந்தாளுனர் ஆவார்.
6. மருந்தினால் இயக்கவியல் (PHARMACOKINETICS) – இவை மருந்துகள் எவ்வாறு உள்ளே நுழைகின்றது, அதன் செயல்புரியும் பகுதி, மற்றும் வளர்ச்சிதை மாற்றமடைந்து மற்றும் உடலில் இருந்து வெளியேறுதல் பற்றி படிப்பதே மருந்தியக்கத்தாக்கியல் ஆகும்.
7. மருந்தியல் (PHARMACOLOGY) – மருந்தியல் என்பது வேதிப்பொருள் உடலில் ஏற்படுத்தும் செயல் விளைவு பற்றிய படிப்பே அல்லது கல்வி முறையே ஆகும்.

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 237 19-02-2019 16:06:53

www.tnschoolbooks.in

மேற்கோள் நூல்கள்

PadmajaUdaykumar, (2008). Pharmacology for Nurses. (2nd ed.) Newdelhi: CBS Publishers & Distributors Pvt. Ltd.

Potter P A, et al., (2013). Potter & Perry's Fundamentals of Nursing (1st ed.) Newdelhi: Elsevier

Shanbhag, T.V., et al., (2011). Pharmacology for Nurses. Newdelhi: Elsevier

இணையத்தில் தேட

- http://www.slideshare.net/maryline1979/mdication-error-25474916
- http://www.study.com/academy/lesson/what-is-pharmacokinetics-definition-principles.html

Nursing General_Tamil Ch-11.indd 238 19-02-2019 16:06:53

அலகு **12**

மாற்று மருத்துவத்தில் செவிலியத்தின் செயல்முறைகள்

கற்றலின் நோக்கங்கள்

மாணவர்கள் இப்பாடத்தின் மூலம் அறிவது

- ஆயுஷ் வரையறை செய்தல்.
- ஆயுஷின் வரலாறு பற்றி அறிதல்.
- ஆயுஷின் நோக்கங்களை பட்டியலிடுதல்.
- ஆயுஷில் குறிப்பிட்ட நடைமுறைகளுக்கு எதிரானவற்றை அறிதல்.
- ஆயுஷின் பயன்களை விளக்குதல்.
- தமிழ்நாட்டில் ஆயுஷ் தொடர்பான சுகாதார சேவைகள் பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல்.
- ஆயுஷில் உள்ள நடைமுறைகள் பற்றி குறிப்பிடுதல்.

12.1 முன்னுரை

நம் சமூகத்தில் ஒரு முன்னுதாரண மாற்றம் தோன்றிக் கொண்டிருக்கிறது.அதிகரித்து வரும் மக்கள் உடல் நலம் பற்றிய விரிவான பார்வை பெறுகின்றனர் .இது ஒரு முழுமையான அலோபதி முறையின் தோற்றப்பாட்டைக் காட்டிலும் முழுமையான முன்னோக்குகளைத் தழுவிக் கொள்கிறது. இதன் விளைவாக நாம் பல்வேறு வகையான நிறைவு உண்டாக்குகின்ற மாற்று மருந்துகளை தேடி பயன்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறோம். இதன் விளைவாக1978 ஆம் ஆண்டில் பரிந்துரைக்கப்பட்ட ஆரம்ப சுகாதார கவனிப்பிடங்களை உலக சுகாதார நிறுவனத்தால் பாரம்பரிய (மாற்று) மருத்துவம் பரிந்துரைக்கப்பட்டு ஊக்குவித்து வளர்ச்சி அடையச் செய்கிறது. வாய்ப்பு கிடைக்குமிடங்களில் இத்துறையை நவீன மற்றும் அறிவியல் மருத்துவத்துடனும், மரியாதையை உறுதிப்படுத்தும் அவசியத்தை வலியுறுத்துகிறது, அங்கீகாரம் பெறுதல் சம்பந்தப்பட்ட பல்வேறு அமைப்புகளில் பயிற்சியாளர்கள் மத்தியில் ஒருங்கிணைந்து செயல்படுத்தப்படுகிறது.

கடந்த பத்தாண்டுகளில் மாற்றுமருத்துவம் உலகளவில் மிகப்பெரிய அளவு கவனம் பெற்றிருக்கிறது, மாற்று மருத்துவத்தில் அதிகரித்த ஆர்வத்தின் காரணத்தால் வாடிக்கையாளர்கள் பயன்படுத்துகின்ற மாற்று மருத்துவத்தின் பல்வேறு முறைகளை பற்றிய தகவல்களை செவிலியர்கள் தெரிவிக்கப்படுதல் வேண்டும்.

12.2 வரையறை

மாற்று மருத்துவம் பல்வகை மருத்துவ மற்றும் சுகாதார பாதுகாப்பு அமைப்பு, நடைமுறை மற்றும் தயாரிப்புகள் ஆகியவற்றின் ஒரு பகுதியாக தற்போது வரையறுக்கப்படுகிறது,

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 239 19-02-2019 16:07:23

www.tnschoolbooks.in

அவை தற்போது வழக்கமான மருத்து பகுதியாக கருதப்படவில்லை என்று மாற்று மருத்துவத்திற்கான வரையறையை தேசிய மையம் வரையறுக்கிறது. மாற்று மருந்து வழக்கமான நிறைவு செய்பவையாக இல்லாமல் ஒரு பதிலீட்டு மருந்தாக வேறுபடுகிறது.

நிரப்பு மற்றும் மாற்று மருந்துகள் ஒரே உடற்காப்பு மருந்து அல்ல அவை வழக்கமான மருத்துவத்துடன் சேர்ந்து பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

தேசிய மாற்று மருத்துவ மையம் மருத்துவ பயிற்சி மேற்கொள்ளும் பயிற்சியாளர்கள் M.D (மருத்துவ மருத்துவர்) D.O (எலும்பு முறிவு மருத்துவர்) மற்றும் இணைந்த சுகாதார வல்லுநர்கள், மேம்பட்ட செவிலிய பயிற்சியாளர்கள், பதிவு செய்யப்பட்ட செவிலியர்கள், உடல் சிகிச்சை அளிப்பவர் உளவியலாளர்கள் மரபு வழி அல்லது வழக்கமான மருத்துவ பயிற்சியை மேற்கொள்கின்றனர் என NCCAM தேசிய மாற்று மருத்துவ மையம் வரையறுக்கின்றது

12.2.1 மக்கள் மாற்று சிகிச்சைகளை தேர்ந்தெடுப்பதற்கான காரணங்கள் என்ன?

1. தங்கள் வாழ்வில் அதிக கட்டுப்பாடுகள் தேவை.
2. தங்கள் சுய சுகாதாரத்திற்கான பொறுப்புணர்வை பெற்றுள்ளனர்.
3. சுகாதாரத்தில் ஒரு முழுமையான நோக்கு நிலை தேவை.
4. வழக்கமான சிகிச்சையின் பக்க விளைவுகள் பற்றிய கவலை.
5. வழக்கமான சிகிச்சை முடிவுகளை போதுமானதாக உணரவில்லை.
6. உடல் நலம் மற்றும் நோய் பற்றி தனிப்பட்ட நம்பிக்கைகள் கொண்ட கலாச்சார மற்றும் தத்துவ இணக்கம் மீது விருப்பம் கொள்ளுதல்.
7. வழக்கமான சுகாதார பராமரிப்புடன் அதிருப்தி.
8. சிரிப்பதற்கு விருப்பமின்மை மற்றும் நோயின் விளைவுகளை தாங்குதல்.
9. விரைவான வேகம் மற்றும் மாற்று சிகிச்சைகள் நுகர்வோர் விழிப்புணர்வு எளிதாக பெறுதல்.
10. மாற்று சிகிச்சைகள் மூலம் செயல் திறன் அதிகரிக்கும் வாய்ப்புகள் உள்ளன.

12.2.2 மாற்று சிகிச்சை முறை அடிப்படைக் கோட்பாடுகள்

1999 இல் இலியோ பவுலஸ் என்பவர் மாற்று மருத்துவத்திற்கு 5 அடிப்படைக் கொள்கைகள் அடையாளங்கண்டுள்ளார்.

1. உடல் தன்னை குணப்படுத்தும் திறனை கொண்டுள்ளது.
2. உடல் ஆரோக்கியம் மற்றும் குணப்படுத்துதல் ஆகியவை உடல், உள்ளம், ஆன்மாவை சார்ந்திருக்கின்றன.
3. அடிப்படை நல்ல சுகாதார நடைமுறைகள் சிகிச்சை முறை அடித்தளத்தை உருவாக்குகின்றன.
4. மக்கள் தங்கள் நோயிலிருந்து குணமடைய தாங்களே பொறுப்புடையவர்கள் ஆவார்கள்.

12.3 மாற்று மருத்துவத்தின் பல வடிவங்கள்

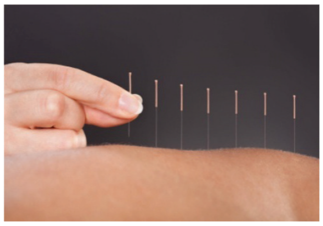
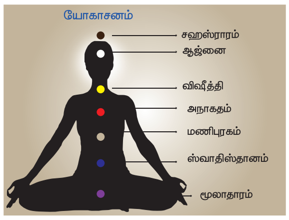
மாற்று மருத்துவம் என்பது மருந்துகளால் குணமடையும் விளைவுகளை பயனாளர்களால் உணரக்கூடிய செயலாகும். மாற்று மருத்துவத்தின் எந்த பயிற்சியையும் அதனை பயன்படுத்துபவர் நன்கு குணமடைந்ததை உணரச் செய்கிறது.

மருத்துவத்தின் அமைப்புகளும் மற்றும் சுகாதார பராமரிப்பும்

இந்திய மருத்துவமும், ஹோமியோபதியும் (ISM&H) 1995ம் ஆண்டு மார்ச் மாதம் தொடங்கப்பட்டது. ஆய்வில் ஆராய்ச்சி கல்வியை மேம்படுத்துவதற்கான தொலைநோக்குப்

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 240 19-02-2019 16:07:23

முழுமையான அல்லது மாற்று மருத்துவ அமைப்பு	மனம்–உடல் தடையீடு	உயிரியல் சார்ந்த சிகிச்சைகள்	கையாளுதல் உடல் சார்ந்த முறைகள்	ஆற்றல் சிகிச்சைகள்
அக்குபங்சர்	தியானம்	மூலிகை சிகிச்சைகள்	பயிற்சி	தொடுதல் வழி சிகிச்சை
ஆயுர்வேதம்	தளர்வு	நறுமண சிகிச்சைகள்	யோகா	தானியங்கி ரீதியான சிகிச்சை
ஹோமியோபதி	ஹிப்னாஸிஸ்	சிறப்பு உணவு சிகிச்சைகள்	மசாஜ்	மின்காந்த சிகிச்சை
இயற்கை சிகிச்சை	ஓவியம், இசை நடன சிகிச்சை	அதிக அளவு ஊட்டச்சத்து மற்றும் தாதுக்கள்		ஒளி சிகிச்சை
	வழிபாடு, படங்கள்			
	உடல் மனம் ஆன்மீக தலையீடு			

பார்வையுடன் 2003ம் ஆண்டு நவம்பர் மாதம் ஆயுஷ் துறை என மறுபெயரிடப்பட்டது.

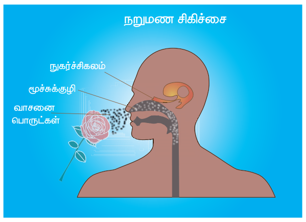
> AYUSH – (ஆயுஷ்) என்பதன் பொருள் நீண்ட ஆயுள்கொண்டது ஆகும்
>
> A – ஆயுர்வேதா
>
> Y – யோகா மற்றும் இயற்கை சிகிச்சை
>
> U – யுனானி
>
> S – சித்தா
>
> H – ஹோமியோபதி

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நாம் புன்னகைக்கும் பொழுது குறைந்தது 36 தசைகள் இயக்கங்கள் பெறுகின்றன

12.4 மாற்று மருத்துவத்தின் நோக்கங்கள்

1. ஆயுஷில் கல்வியின் தரத்தை உயர்த்துவதற்காக.
2. தரக் கட்டுப்பாடு மற்றும் மருந்துகளின் தரம்.
3. மூலிகைகள் கிடைக்கும் அளவை அதிகப்படுத்துதல், மேம்படுத்துதல் மற்றும் பயிரிடுதல்.
4. தற்போதுள்ள ஆராய்ச்சி மையங்களை வலிமைப்படுத்துதல், விழிப்புணர்வு வழங்குதல், அடையாளம் கண்டறியப்பட்ட நோய்க்கான ஆராய்ச்சி நிகழ்வுகளை அமைத்தல்.



12.5 மாற்று மருத்துவத்தின் வகைகள்

ஆயுர்வேதா

ஆயுர்வேதா என்பது இலக்கிய ரீதியாக 'வாழ்க்கை அறிவியல்' எனப்படுகிறது. ஆயுர் வேதத்தின் கொள்கைகள் சிக்கலான மருந்து துறையும், நோயற்ற வாழ்க்கையுமாகும். (ஆயுர் – வாழ்க்கை, வேதா – அறிவு அல்லது அறிவியல்)

மாணவர்கள் செயல்பாடு

ஆல்பம் தயாரித்தல் = சில முக்கிய மருத்துவ தாவரங்களை சேகரித்து அவற்றில் ஆல்பம் தயாரித்தல் மற்றும் பயன்களை பட்டியலிடுதல் மற்றும் மாணவர்களுக்கு காட்சிப்படுத்துதல்

சமூகத்தில் உள்ள அனைவரும் மகிழ்ச்சியான, ஆரோக்கியமான, அமைதியான வாழ்வை பெறச் செய்வதே ஆயுர்வேதாவின் நோக்கமாகும். இதன் இரண்டு முக்கியமான நோக்கங்களாவன,

- ஆரோக்கியமான மக்களின் ஆரோக்கியத்தை பராமரித்தல் ஆகும்.
- நோயினால் பாதிக்கப்பட்ட மக்களுக்கு சிகிச்சை அளித்தல்.

12.5.1 ஆயுர்வேத மருத்துவத்தின் தோற்றம்

ஆயுர்வேதம் 4000 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு இந்தியாவின் வேத நாகரிகத்தில் தோன்றியது

பண்டைய கால இந்திய வேதங்களில் ஆயுர்வேத மருத்துவத்தின் போதனைகள் உள்ளன.

ஆத்ரேயர் ஆயுர்வேதத்தின் முதல் ஆசிரியராவார். "சுஸ்ருதா" என்ற நூலை ஒரு சுஸ்ருதா என்ற அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் எழுதியுள்ளார். அந்நூலில் அவர், மருத்துவர், நோயாளி, மருந்து மற்றும் செவிலிகள் மருத்துவத்தின் நான்கு தூண்களாவர் எனக் கூறியுள்ளார். இதைச் சார்ந்துதான் ஒருவருடைய குணமடையும் நிலை ஏற்படுகிறது.

சிறந்த மருத்துவரான சாரகா தன்னுடைய 'சாரகா சம்ஹிதா' என்ற நூலில் ஆயுர்வேத அறுவை சிகிச்சையைப் பற்றிக் கூறியுள்ளார்.

எல்லா மருத்துவ துறைக்கும் ஆயுர்வேதமே பிறப்பிடமாக மதிக்கப்படுகிறது.

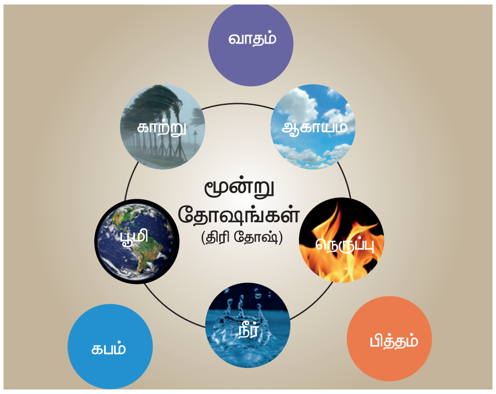
இந்தியாவில் கி.மு.3000 ஆண்டுகளுக்கு முன் ஆயுர்வேதம் இருந்ததாக அறியப்படுகிறது. ஆயுர்வேதத்தில் சுத்தம், நோய்த் தடுப்பு, அம்மை நோய் தடுப்பு, கழிப்பிடம், நல்ல காற்றோட்டம், மருத்துவமனைக் கட்டுதல் மற்றும் மூலிகைகள் பயிரிடல் போன்றவை கூறப்பட்டுள்ளது.

12.5.2 ஆயுர் வேதத்தின் முன்னோக்கு பார்வை

1. குணமாக்கும் பணியில் ஆயுர்வேதம் முழுமையான, எளிய முறையை பின்பற்றுகிறது.
2. எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக நோயற்ற வாழ்விற்கும், நோய் தடுப்பிற்கும் வழி வகுக்கிறது.
3. சரியான உணவூட்டம் மற்றும் தவறாமல் மூலிகை உட்கொள்ளுதலாகிய முறையை

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 242 19-02-2019 16:07:28

பின்பற்றுவதன் மூலம் பல நோய்களை நீக்கலாம்.



மனித உடல் (வாத, பித்த, கபம்) பஞ்ச மகா பூதங்கள்

ஆயுர்வேத மருத்துவத்தின் முக்கியமான கருத்து யாதெனில் உடலின் மூன்று அடிப்படை நீர்கசிவு பொருட்கள் உள்ள நிலை (தோஷங்கள்) வாத, பித்த, கபங்களுக்கிடையில் சமநிலை நிலவுமாயின் உடல்நலம் பாதுகாக்கப்படும்.

12.5.3 உடல் உருவகம்

ஆயுர் வேதத்தில் வாழ்க்கை என்பது உடல் உணர்ச்சிகள், மனம் மற்றும் ஆன்மா கலந்து பெறப்பட்டதாகும். இதனால் உடலின் மொத்த உருவகம் உடல் திரவங்கள், திசு, கழிவுப் பொருட்கள் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது.

12.5.4 நோய் தோன்றக் காரணங்கள்

1. உடல் நலம் என்பது ஒரு மகிழ்ச்சியான உடல் செயல்பாடுகளாகும். உடல் நலம் உடலின் மூன்று தோஷங்களான வாத,பித்த, கபத்திற்கிடையேயுள்ள நிலையற்ற தன்மையாகும். அதாவது உடல் திசுக்கள், அதன் வேலைகள், புலனுறுப்புகள் மனம் மற்றும் மன உணர்வுகளுக்கிடையே உள்ள சமநிலையாகும்.
2. தவறான உணவு பழக்கங்கள், வாழ்க்கை முறை, மன அழுத்தம் போன்ற பல்வேறு காரணங்களால் வாத, பித்த, கபத்தில் ஏற்றத்தாழ்வுகளை உண்டாக்குகின்றன.
3. இவ்வாறு இயற்கை நிலையிலிருந்து உடல்நிலை மாறுபடும்பொழுது பலவிதமான நோய்கள் உருவாகின்றன.

12.5.5 ஆயுர்வேத முறையில் நோய் கண்டறிதல்

ஆயுர்வேதத்தில் தோஷங்களின் ஏற்றத்தாழ்வுகள் மற்றும் ஒருவருடைய நோயின் நிலைகளை பரிசோதிக்க மூன்று முக்கிய முறைகள் பற்றி குறிப்பிட்டுள்ளன.

1. தர்ஸனா பரீக்ஷா: நோயாளியின் உடல் அறிகுறிகள் மற்றும் அடையாளங்களை கவனித்தல்.

   எ.கா தோலின் நிறம் முடி, கண்கள், நடத்தை, உடல் நிலை
2. பிரஸ்னா பரீக்ஷா: ஒவ்வொரு தோஷாவின் ஏற்றத்தாழ்வுகளை சார்ந்து ஒரு சில கேள்விகளை கேட்டறிதல்.
3. ஸ்பர்ஸனா பரீக்ஷா: நோயாளியை தொடுவதன் மூலம் அறிதல், நாடிதுடிப்பு, பரிசோதனை, பால்பேஷன், பர்கஷன், ஆஸ்கல்டேஷன் ஆகியவை இம்முறையுடன் சேர்க்கப்பட்டுள்ளது.

4. நாடி பரீக்ஷா: (நாடி பரிசோதனை) என்பது பரிசோதனையில் ஒரு முக்கியமான கருவியாகும். மருத்துவர் நோயாளியின் கையில் ரேடியல் தமணியில் நாடித்துடிப்பினை உணர்வதன் மூலம் பெறும் அனுபவத்தின் காரணமாக நோயாளியின் உடல் உள்நிலையினை அறிவதற்கு ஏதுவாகிறது.

12.5.6 சிகிச்சை

ஆயுர்வேதத்தில் சிகிச்சை முறைகள் இரண்டு பெரும் பிரிவுகளாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன அவை :

1. ஷாமானா சிகிட்ஸா (ஒழிப்பதற்கான சிகிச்சை)
2. சோதனா சிகிட்ஸா (துய்மையாக்கல் சிகிச்சை)

ஷாமானா சிகிட்ஸா

இம்முறை சோதனா சிகிச்சையின் பின்னர் மற்றும் குறைவான அழிவைத் தொடர்ந்து சிறப்பாக செய்யப்படுகிறது. மூலிகை மருந்துகள் உட்புறமாகவும்,வெளிப்புறமாகவும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இவை தோஷாக்கள் , தாதஸ், மாலாஸ் மற்றும் அக்னி ஆகியவற்றின் செயல்பாடுகளுக்கிடையே உள்ள தடுமாற்றத்தை சரிசெய்கிறது. மேலும் நோய் எதிர்பாற்றலை அதிகரிக்கச் செய்கிறது. இவ்வகை இயல்பாற்றல் மறுசீரமைப்பு எந்தவொரு நீட்சியும் இல்லாமல் கொண்டு வரப்படுகிறது.

சோதனா சிகிட்ஸா

நோய் உள்ளூறுப்பு காரணிகளை அகற்றுவதே இச்சிகிச்சையின் முக்கிய நோக்கமாகும். தொடர் வளர்சிதை மாற்றத்தின் செயல்முறை விளைவாக உடலில் பலவகையான நச்சுப் பொருட்கள் அதிக அளவில் உற்பத்தி ஆகின்றன. இருப்பினும் பெரும்பாலான நச்சுக்கள் இயற்கையிலே நமது கழிவு நீக்க மண்டத்தின் வழியே வெளியேற்றப்படுகின்றன. சில நச்சுக்கள் நம் உடலில் பலவகை திசுக்களில் சேமிக்கப்படுகின்றன. தோஷாக்கள், தாதஸின் தூய்மை கெடுவதை உறுதி செய்கிறது மற்றும் பிறகு இயல்பான உறுப்பு மண்டலங்களின் செயல்பாடுகளை சேதப்படுத்துகின்றன. அதைபோன்று பல்வேறு நோய்கள் உண்டாக்கும் நச்சுகள் உடலில் தேங்குவதன் விளைவு பல்வேறு காரணிகளான தவறான உடல் பழக்கங்கள், தவறான உணவு பழக்கங்கள், உணவு பொருட்களின் பொருந்தாத சேர்க்கை, வெளியிடாமல் மறைத்தலால் தூண்டப்படுகிறது. உணர்ச்சிகள் ஏற்றத்தாழ்வு இவ்வகை தீங்கு விளைக்கும் காரணிகளை வெளியேற்றுவதை பஞ்சகர்மா சிகிச்சை முறைகள் எளிதாக்குகிறது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நமது நரம்புகளின் உணர்ச்சி வேகம் (தூண்டுதல்) 1 மணி நேரத்திற்கு 400 Km மேல் கடக்கின்றன

ஒரு நாளைக்கு 200 பில்லியன் சிவப்பு இரத்த அணுக்களுக்கு நாம் பிறப்பு கொடுக்கிறோம்

பஞ்சகர்மா சிகிச்சை முறை

பஞ்சகர்மா என்பது சமஸ்கிருத வார்த்தைகளில் ஐந்து செயல்கள் அல்லது ஐந்து சிகிச்சைகள் ஆகும். பண்டையகால ஆயுர்வேதத் துறையில் உடலை தூய்மைப்படுத்தல் எனும் அறிவியல் பிரிவு உள்ளது.

ஆயுர்வேத சிகிச்சையில் பஞ்சகர்மா முறை என்பது நோய்களை கட்டுப்படுத்துவதில் ஒரு மைல்கல்லாக விளங்குகிறது. பஞ்சகர்மா செயல்முறை என்பது உடலில் ஏற்படும் பிரச்சனைக்கான மூல காரணங்களை கண்டறிவதோடு மேலும் உடலில் முக்கிய

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 244 19-02-2019 16:07:30

மூன்று தோஷாக்களான (வாத, பித்த, கபம்) சமநிலையை மீண்டும் நிறுவுவதில் இன்றியமையாததாகிறது.

பஞ்சகர்மா சிகிச்சை
(தூய்மையாக்கும் நிலை)

நாஸ்யம் – சுவாசப் பகுதியை சுத்தம் செய்து வலுப்படுத்துகிறது.

கிழி – மருத்துவ எண்ணெய்களால் உடலை தேய்த்துவிடுதல் ஆகும்.

பஞ்சகர்மா என்பது அறிகுறிகளை குறைக்கவும், இணக்கமான மற்றும் உடல் சமநிலையை மீட்கும் வகையில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

இவற்றை அடைய ஆயுர்வேத பயிற்சியாளர் மீது நம்பிக்கை கொள்ளலாம்.

தாவரங்கள் சார்ந்த மருந்து மற்றும் விலங்கு பொருட்கள் மற்றும் கனிமங்களுடன் சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும் என்று ஆயுர்வேதா வலியுறுத்துகிறது.

பஞ்சகர்மா உடலின் நோய் அறிகுறிகளைக் குறைத்து உடலின் சமநிலையை நிலைநாட்டுவதற்காக அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

இதைப் பெறுவதற்காக ஆயுர்வேத சிகிச்சையளிப்பவர் கீழ்கண்டவைகளை சார்ந்திருக்க வேண்டும்.

1. இரத்த சுத்திகரிப்பு
2. மருத்துவ எண்ணெய்கள் மற்றும் மூலிகைகளால் தேய்த்துவிடுதல்
3. எனிமா அல்லது மலமிளக்கிகளால் ஜீரணிக்காத உணவுகளை உடலிலிருந்து நீக்குதல்.

மருத்துவர் – தன்னுடைய ஞானம் மற்றும் மனிதத்தன்மை போன்றவற்றிலுள்ள அறிவை பயன்படுத்த வேண்டும்.

மருத்துவப் பொருட்கள்: மருந்தும், உணவும்.

செவிலியம் – செவிலியர் பாகுபாடற்ற தன்மை, இரக்க உணர்வு, புத்திக் கூர்மை, ஒழுக்கமும், சுத்தமும் ஆகிய திறமைகளை அறிந்திருக்க வேண்டும்.

உள்ளத்தின் அமைதியான நிலையினால் மட்டுமே மன நோயைத் தீர்க்க இயலும்

நோயாளி: மருத்துவருடைய அறிவுரைகளுக்கு கீழ்படிந்து ஒத்துழைக்க வேண்டும்.

1. ஒழுங்குப்படுத்தப்பட்ட உணவுக்கட்டுப்பாடே சிகிச்சையாக கருதப்படுவது மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகும்.
2. முறையான சிகிச்சையின் மூலம் ஒரு தனிநபரின் மனம் மற்றும் ஆத்ம ரீதியான முன்னேற்றம் அடைவதை தூண்டப்படுகிறது.
3. தாவரங்கள் சார்ந்த மருந்து மற்றும் விலங்கு பொருட்கள் மற்றும் கனிமங்களுடன் சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும் என்று ஆயுர்வேதா வலியுறுத்துகிறது.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஒரு நாளைக்கு நமது இரத்தம் 60000 மைல்கள் பயணிக்கின்றன

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 245 19-02-2019 16:07:31

www.tnschoolbooks.in

12.6 யோகாவும், இயற்கை மருத்துவமும்

12.6.1 வரையறை

யோகா என்பது உடல், மனம், ஆன்மா ஆகியவற்றை ஒருங்கிணைத்து மேம்படுத்தும் கலையாகும். யோகா பயிற்சியை தொடர்ச்சியாக மேற்கொள்ளும் போது அவர் முழு மன அமைதியையும் சூழ்நிலையுடன் பொருந்தி இருப்பதையும் முழுமையாக உணர்கிறார்.

12.6.2 யோகாவின் தோற்றம்

யோகா இவற்றை இணைக்கின்றது

- உடற்பயிற்சி
- மன தியானம்
- சுவாசிக்கும் முறைகள்

யோகாவின் தத்துவம் என்னவென்றால் அது ஒரு வாழ்க்கை அறிவியலாகும். பண்டைக் கால இந்தியாவின் வேதக் கலாச்சாரங்களில் யோகாவைப் பற்றி குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. தர்ஷனாவைப் போன்று யோகா சூத்திரத்தல் தேரியவரான இந்தியாவின் பெரிய முனிவரான பதஞ்சலி என்பவரால் ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டது. இந்தியாவிலிருந்து யோக குருகள் பிறகு மேற்கு நோக்கி யோகாவை அறிமுகப்படுத்தினர், இவற்றை தொடர்ந்து சுவாமி விவேகானந்தர் 19 ஆம் நுற்றாண்டில் பிற்பகுதியிலும் 20 ஆம் நுற்றாண்டின் ஆரம்பத்திலும் வெற்றியை தொடர்ந்து பெற்று வந்தார். 1980 ஆம் ஆண்டுகளில், யோகா மேற்கு உலகம் முழுவதும் ஒரு ஒழுங்கு முறையான உடல் பயிற்சிகள் என மேற்கத்திய உலகம் முழுவதும் புகழ்பெற்று விளங்கியது.

சுவாமி விவேகானந்தர் யோகாவை இவ்வாறு வரையறுக்கிறார்.

யோகா என்பது ஒரு அறிவியல் மட்டுமல்லாமல் உடலால், மனதால், ஒழுக்கத்தால், மார்க்கத்தால், நோயில்லாமல் வாழும் கலையாகும் சுவாமி விவேகானந்தர் வேலையே கடவுள் வழிபாடு, தத்துவம் மற்றும் மனக் கட்டுப்பாடு என்கிறார்.

மகரிஷி பதஞ்சலி என்பவர் யோகாவின் தந்தை என்றழைக்கப்படுகிறார். அவர் தன்னுடைய யோகா சூத்திரத்தில் யோகாவின் பல்வேறு அம்சங்களை சீர்ப்படுத்தியுள்ளார்.

யோகா என்ற வார்த்தை பல்வேறு பயிற்சிகளுக்கும் மற்றும் ஒழுங்குப்பட்ட வழக்கங்களுக்கும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இவற்றுடன் ஜெயின மதம் மற்றும் புத்தமத வழக்கங்களும் உள்ளடங்கியது ஆகும். இந்து மதத்தில் இவை அடங்கும், அவை

12.6.3 யோகாவின் பிரிவுகள்

- அஷ்டாங்க யோகா – மனதின் ஒழுக்கம்.
- ஹத்த யோகா – உடல் மற்றும் பிராணா ஒழுக்கம்.
- பக்தி யோகா – உணர்ச்சிகளின் ஒழுக்கம் .
- கர்ம யோகா – செயல்களின் ஒழுக்கம்.
- ஞான யோகா – அறிவின் ஒழுக்கம்.

தந்திரா

- மந்திரா யோகா.
- குண்டலினி யோகா.
- ஸ்வர யோகா, நாடா யோகா, லயா யோகா.

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 246 19-02-2019 16:07:31

www.tnschoolbooks.in

ஆசனங்களின் தொகுப்பு, முத்திரைகள், பிராணாயமாக்கல் போன்றவை உண்மையாக செய்யப்படும் பொழுது உடலின் உள்ளுறுப்புகளுக்கு புத்துயிர் அளிக்கப்படுகிறது. அத்துடன் ஆக்ஸிஜன் அடங்கிய சமநிலையான இரத்தத்தை திட்டவட்டமாக அனுப்புகிறது.

12.6.4 கொள்கைகள்

1. யோகா என்பது நோய் தோன்றுதல் மற்றும் சிகிச்சைக்கான ஒரு முழுமையான அணுகுமுறையாகும்
2. யோகாவின் அடிப்படை அணுகுமுறை யாதெனில் நேர்மறையான மார்க்க ரீதியான செய்கைகளை வாழ்க்கை நடைமுறையில் பழக்கப்படுத்துவதன் மூலமாக வாழும் முறையை மாற்றி அமைத்தலாகும்.
3. உடலை தூய்மைப்படுத்துவதை முதன்மையாகக் கொண்டு நோய்களுக்கு எதிராக போரிடுகிறது.
4. ஒருவரது உடல் மற்றும் மனசெயல்களை ஒழுங்குபடுத்துவதன் மூலம் நோயிலிருந்து பாதுகாத்து உடல்நலத்தை முன்னேற்றுகிறது.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

முதுகுவலியின் தொடர்பான யோகா பயிற்சி மேற்கொள்ளும் படங்களை சேகரித்து ஒட்டவும்.

முதுகுவலியிலிருந்து நிவாரணம் அளிக்கும் யோக பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளுதல்

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

ஜீன் 21 சர்வதேச யோகா தினம்

12.6.5 சிகிச்சை

மருத்துவத்தின் பல்வேறு துறையில் உள்ள வல்லுநர்கள் நோய் தடுப்பிலும் உடல் நலத்தை முன்னேற்றுவதிலும், யோகாவின் பங்கு உள்ளதை அறிந்துள்ளனர்.

12.6.6 விழிப்புணர்வு

சமீப காலமாக மக்களிடையே யோகாவைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்பட்டுள்ளது. யோகாவின் பயன்பாடு மற்றும் செயல் திறமை ஒருவரை உடலளவில், மனதளவில், உணர்வளவில், சமூக அளவில் மற்றும் மார்க்க அளவில் சரியாக செயல்பட வைப்பதை அறிந்துள்ளனர்.

சுவாமி விவேகானந்தர் வேலையே கடவுள் வழிபாடு, தத்துவம் மற்றும் மனக் கட்டுப்பாடு என்கிறார்.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

யோகா = சுவாச பயிற்சிகள் மற்றும் தியானப் பயிற்சியளித்தல்.

முதுகு வலிக்கான சிறந்த யோகாஸன தோரணைகள்

12.7 இயற்கை மருத்துவம்

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 247 19-02-2019 16:07:33

12.7.1 வரையறை

இயற்கை மருத்துவம் என்பது உடலின் செயல்பாட்டை வழிகாட்டக்கூடிய ஒரு இயற்கைக்குரிய முக்கிய சக்தியை பயன்படுத்தி தன்னை சுத்தப்படுத்தும் ஒரு நம்பிக்கையின் அடிப்படையில் அமைந்துள்ளது.

உடல் தன்னை தானே குணமடைய இயற்கையை கடந்த ஆற்றலை பயன்படுத்தி உடலின் செயல்பாட்டை வழிநடத்தும் என்ற நம்பிகையின் அடிப்படையில் அமைந்ததே இயற்கை மருத்துவமாகும். இயற்கை மருத்துவத்தில் நோய்கள் தேவையற்ற பொருட்கள் உடலில் தங்குவதாலேயே ஏற்படுகிறது என நம்பப்படுகிறது. அதன் காரணமாக அப்பொருள்கள் நீக்கப்படும்பொழுது நோயிலிருந்து விடுதலை கிடைக்கிறது.

12.7.2 தோற்றமும், வளர்ச்சியும்

இயற்கை மருத்துவ இயக்கம் ஜெர்மனியிலும், மேற்கத்திய நாடுகளிலும் நீர் சிகிச்சையுடன் இணைந்து தொடங்கப்பட்டது. இதனை உலகளவில் புகழ் பெறச் செய்த பெருமை வின்சண்ட் பிரெஸ்ளிட்ஸ் என்ற விவசாயியையே சாரும். டாக்டர் ஹென்றி லிண்ட்லர் "இயற்கை மருத்துவத்தின் தந்தை" என்றழைக்கப்படுகிறார்.

12.7.3 கொள்கைகள்

- தீவிர நோய்கள் எல்லாம் நமது நண்பர்கள் – எதிராளிகள் அல்ல. நாட்பட்ட நோய்களெல்லாம் தீவிர நோய்களின் நசுக்கப்பட்ட நிலை அல்லது தவறான சிகிச்சையாகும்.
- இயற்கையே ஒரு சிறந்த மருந்து ஆகும். நமது உடல் நோயிலிருந்து தன்னை காத்துக் கொள்ளும் திறன் பெற்றிருக்கிறது மற்றும் நோயுற்ற நிலையிலிருந்து மிண்டு இருந்து நலமடைய செய்கிறது.
- இயற்கை மருத்துவத்தில் நோய் கண்டறிதல் முடிந்தவரை எளிதாகும்.
- இயற்கை மருத்துவத்தில் தனி உறுப்புகளுக்கும் சிகிச்சை அளிக்காமல் உடல் முழுவதும் சிகிச்சை அளிக்க வழிவகுக்கிறது.

5. இயற்கை மருத்துவம் உடல், மனம், சமூக, ஆத்ம ரீதியாக சிகிச்சை அளிக்கிறது.
6. இயற்கை மருத்துவத்தில் மருந்துகள் பயன்படுத்தப்படுவதில்லை. இயற்கை மருத்துவத்தின்படி உணவே மருந்தாகும்.

கீழ்க்கண்ட 3 கொள்கைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டு இயற்கை மருத்துவத்தின் மொத்த சிகிச்சையும் உள்ளது.

1. உடலில் சேர்ந்துள்ள ஆரோக்கியமற்ற பொருட்கள்.
2. ரத்தம் மற்றும் நிணத்தின் அசாதாரண கலவை.
3. குறைந்த ஆயுள்.

மனித உடல் தானாகவே கட்டமைப்பதற்கான திறனையும், குணமாகிக்கொள்ளும் திறனையும் பரம்பரையாக பெற்றுள்ளது என நம்பப்படுகிறது.

சிகிச்சையளிப்பதற்கு தேவையான ஐந்து புலனுணர்வுகள் யாதெனில் காற்று, நீர், நெருப்பு, நிலம் மற்றும் ஆகாயம்.

12.7.4 நோய் கண்டறிதல்

- முக பரிசோதனை – முகபாவங்களை கண்டறிதல்.
- கருவிழிப் படல பரிசோதனை – உடலின் உள்ளுறுப்புகளின் நிலையை அறிதல்.
- முழு வாழ்க்கை வரலாறு – வாழ்க்கையின் முழு அமைப்பும்.
- நவீன மருத்துவ பரிசோதனைகள்.

12.7.5 சிகிச்சை

- நீர் சிகிச்சை – எல்லாவற்றிற்கும் நீரே முதல் தீர்வாகும்.
- காற்று சிகிச்சை – நல்ல உடல் நலத்துக்கு புதிய காற்று அவசியமாகிறது.
- நெருப்பு சிகிச்சை – வெப்ப முறைகள் பயன்படுகிறது.
- வெற்றிட சிகிச்சை – விரதம் சிறந்த சிகிச்சை.

- மண் சிகிச்சை – நச்சுப் பொருட்களை மண் உறிஞ்சி நீர்த்து வெளியேற்றுகிறது.
- உணவு சிகிச்சை – ஊட்டச்சத்து ஒரே மருந்து.
- தேய்த்தல் சிகிச்சை – மூலிகைகளின் சாறுகளை தேய்த்தல்.
- அக்குபிரஷர் – குறிப்பிட்ட பகுதிகளில் அழுத்தம் கொடுத்தல்.
- காந்த சிகிச்சை – குறிப்பிட்ட உடல் நலத்தை முன்னேற்றுகிறது.
- குரோமோதெரபி – சூரிய ஒளியின் நிறங்கள் (விப்ஜியார்) (VIBGYOR) கதிரியக்கத்தின் மூலமாக வினைபுரிகின்றன.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

இயற்கை சிகிச்சை மையங்களை சார்ந்த தகவல்களை சேகரித்தல்.

12.8 யுனானி

12.8.1 அறிமுகம்

இந்தியாவில் யுனானி மருத்துவ அமைப்பு நீண்ட காலம் மற்றும் ஈர்க்கக்கூடிய அல்லது வியத்தகு பதிவுகளை பெற்றுள்ளது. 11 ஆம் நூற்றாண்டில் அரேபியர்கள் மற்றும் பெர்சியர்களால் இந்தியாவில் இம்மருத்துவம் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. தற்போது யுனானி மருத்துவம் நடைமுறையில் இருப்பதில் இந்தியா முன்னணி நாடுகளில் ஒன்றாக விளங்குகிறது. யுனானி சார்ந்த கல்வி அமைப்புகள், ஆராய்ச்சி மற்றும் சுகாதார பராமரிப்பு நிறுவனம் ஆகியவை பெற்றுள்ளது.

12.8.2 தோற்றம்

யுனானி மருத்துவமுறை கிரேக்க நாட்டில் ஹப்போகிரட்டீஸ் என்ற அறிஞரால் தோற்றுவிக்கப்பட்டது. யுனானி மருத்துவம் கணிசமாக ஐ பி என் ஸினாஸின் அடிப்படையாக கொண்டது. "மருத்துவம் நியதி" (11 ஆம் நூற்றாண்டு)

13 ஆம் நூற்றாண்டில் இடைக்கால இஸ்லாமியர்கள் பாரம்பரிய யுனானி மருத்துவத்தை டெல்லி சுல்தானேட் தங்கள் ஆட்சியை நிறுவிய போது அறிமுகப்படுத்தினர், பின்னர் மருத்துவ ஆசிரியர்களான சுஸ்ருதா மற்றும் சாரதா என்பவரின் துண்டுதலின் விளைவால் முகலாய பேரரசு தங்கள் சுய முயற்சியால் பல வளர்ச்சிப் பணிகளை அக்காலகட்டத்தில் மேற்கொண்டனர். அலாவுதின் கில்ஜி (1316) அவரது ஆட்சியில் தங்கள் அரசவைகளில் பலசிறந்த திறமையான மருத்துவர்களை நியமித்திருந்தார். இந்த அரச புரவலர் கொடுக்கும் ஆதரவு காரணத்தால் இந்தியாவில் யுனானி மருத்துவத்திற்கு பல பயிற்சி அளிக்கப்பட்டு வளர்ச்சியடைந்தது. பிறகு யுனானி மருத்துவத்திற்கு பல நூல்கள் இந்திய ஆயுர்வேத மருத்துவர்களின் உதவியுடன் வளர்ச்சியடைந்தது.

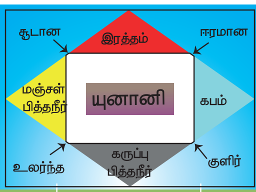
இந்தியாவில் யுனானி மருத்துவமுறை அரேபியர்களால் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டு வளர்ச்சியடைந்தது. கி.பி. 13 மற்றும் 17ம் நூற்றாண்டில் யுனானி மருத்துவம் இந்தியாவில் செழுமையாக பரவியது.

12.8.3 கொள்கைகள்

யுனானி மருத்துவத்தின் கொள்கைப்படி உடல் என்பது பின்வரும் குணங்களை கொண்டுள்ளது அவை,

- மனித உடலின் நான்கு அடிப்படையான கூறுகள்.
- மனித உடலின் நிலைகள் (அல்லது) குணங்கள்.
- மனித உடலில் நான்கு நீர்கசிவுப் பொருட்களுள்ள நிலை.

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 249 19-02-2019 16:07:33



மனித உடலின் நான்கு அடிப்படை கூறுகள்	மனித உடலின் பண்புகள் / நிலைகள்	மனித உடலின் நான்கு சுவைகள்
பூமி	குளிர்	இரத்தம்
காற்று	உலர்ந்த	கபம்
நீர்	ஈரமான	மஞ்சள் பித்தநீர்
நெருப்பு	சூடான	கருப்பு பித்தநீர்

12.8.4 நோய் கண்டறிதல் (Diagnosis)

யுனானி மருத்துவம் முறையானது மூட்டு அழற்சி, வெண்கழலை நோய், மஞ்சள் காமாலை, கல்லீரல் நோய், மூச்சுக்குழாய் மற்றும் ஆஸ்துமா போன்ற நோய்களுக்கு சிறந்த பலனளிக்கிறது.

தற்காலத்தில் யுனானி மருத்துவம் மருத்துவர்கள், மருத்துவமனை, கல்வி ஆராய்ச்சி கூடங்கள் ஆகியவற்றுடன் இணைந்து, ஒருங்கிணைந்த தேசிய சுகாதார நிலையத்தில் முந்திய பாகமாக உள்ளது.

12.8.5 சிகிச்சை வழி முறைகள்

1. மண்டல சிகிச்சை

- குருதி வடிப்பு முறை, நரம்புகளில் அறுவை சிகிச்சை வழி குருதி வடிப்பு முறை, குருதி உறிஞ்சு கருவி (கண்ணாடி குவளைகள்) வியர்வை நாளங்கள் வழி உடல் நீரை வெளியேற்றுதல் (செயற்கையாக தூண்டப்படும் வியர்வை) துருக்கிய குளியல் (நீராவி வழி எடையை குறைக்கும் குளியல், உடற்பிடிப்பு, உடற்பயிற்சி, குருதியை உறிஞ்சும் ஒட்டுண்ணி சிகிச்சை (அட்டை பூச்சிகளை கொண்டு சிகிச்சை)

2. உணவு சிகிச்சை

- குறிப்பிட்ட சத்துள்ள உணவு பொருட்களை கொடுத்தல்.

3. மருந்தியல் சிகிச்சை

- தகுந்த இடங்களில் கிடைக்ககூடிய மூலிகை மருந்துகளை முக்கியமாக சார்ந்துள்ளது.

4. அறுவை சிகிச்சை

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

சர்வதேச யுனானி தினம் – பிப்ரவரி 11

மாணவர்கள் செயல்பாடு

ஆல்பம் தயாரித்தல் = சில முக்கிய மருத்துவ தாவரங்களை சேகரித்து அவற்றில் ஆல்பம் தயாரித்தல் மற்றும் பயன்களை பட்டியலிடுதல் மற்றும் மாணவர்களுக்கு காட்சிப்படுத்துதல்

12.9 சித்த மருத்துவம்

12.9.1 அறிமுகம்

சித்த மருத்துவம் என்பது இந்தியாவின் பழங்கால மருத்துவ முறையாகும். "சித்தா" என்ற வார்த்தையின் பொருள் "வென்றவன்" ஆகும். சித்த இயற்கை சிகிச்சையில் சித்த மருத்துவம் பெரிதும் பயன்படுகிறது. சித்தர்கள் துறவு வாழ்க்கையை மேற்கொண்டு இயற்கை மருத்துவத்தில் சாதித்து காட்டியுள்ளனர்.

12.9.2 தோற்றம்

- சித்த மருத்துவத்தின் தோற்றம் சைவ மரபை சார்ந்திருப்பதாக பல ஆண்டுகளுக்கு முன்பிருந்து விட்டுச்சென்ற புராண ஆதாரச் சுவடுகளில் காணப்படுகிறது. பாரம்பரியம் வழக்கப்படி கடவுள் சிவபெருமான் தனது மனைவி பார்வதிக்கு சித்த மருத்துவம் பற்றிய அறிவை வழங்கியதாக கூறப்படுகிறது. தன்னிடமிருந்து அறிவை கடந்து சென்று நந்திக்கும் இறுதியாக சித்தர்களுக்கு வழங்கினார் சித்தர் என்ற வார்த்தை எவர் ஒருவர் சில அசாதாரணமான சக்திகள் (சித்தி) அடைந்தவர்களை குறிக்கின்றது.
- இவ்வகை சாதனைகளே மனதில் ஒழுக்கம் மற்றும் உடல் மீது அவர்கள் கொண்டிருக்கும் மேன்மைக்கு தொடர்புடையது. இதுவே சித்தர்கள் யோகா மற்றும் மருத்துவம் ஆகிய இரண்டிலும் சாதிக்க முடிந்தது. எனவே சித்தர்கள் (சித்தா பயிற்சியாளர்கள்) உள உடல் சார்ந்த முழு வளர்ச்சிக்கும் அடையாளங்களாக விளங்கினார்கள். எனவே சித்த மருத்துவத்தில் யோகா மற்றும் மருத்துவம் ஆகியவை இணைந்து செயல்பட தொடங்கியது.

www.tnschoolbooks.in

- சித்த தந்திரிகள் பல்வேறு வகைகளில் எண்ணப்படுகின்றனர் அவை,
- ஜன்மாஜா (பிறப்பு காரணமாக)
- ஓசாதிஜா (சில மருத்துவ பழக்கவழக்கங்கள் காரணமாக)
- மந்திரராஜா (சில மந்திர வாசகம் உச்சரிப்பதன் காரணமாக)
- தபோஜா (தவம் காரணமாக)
- சமாதிஜா(தியானம் காரணமாக)

தந்திரிகள் பல முயற்சிகள் செய்து சித்திகளை பல வழிகளில் அடைகின்றனர். அவற்றில் ஒரு வழி பல்வேறு உலோகக் கலவைகளான பாதரசம், கந்தகம், அபிரகம் (மைகா) மற்றும் பல உலோக பொருட்களை பயன்படுத்தி அடைகின்றனர். "அகத்தியர் சித்த மருத்துவத்தின் தந்தை" என நம்பப்படுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 251 19-02-2019 16:07:38

12.9.3 நோய் ஏற்படுவதற்கான காரணங்கள்

1. வாதம், பித்தம், கபம் ஆகிய இம்மூன்றும் சமநிலையில் இல்லாதபோது நோய் ஏற்படுகிறது என சித்த மருத்துவத்தில் அனுமானிக்கப்படுகிறது.
2. நோய்க்கான காரணிகள் சுற்றுச்சூழல், காலநிலை உணவு பொருள், உடற்செயல், அழுத்தம் இவற்றின் சமநிலையில் மாற்றம் ஏற்படுவதால் உண்டாகிறது என நம்பப்படுகிறது.

சாதாரண நிலை : வாதம் + பித்தம் + கபம்

4: 2:1

3. உணவு பழக்க வழக்கமும், வாழ்க்கைமுறையும் ஆரோக்கியம் மற்றும் நோயை குணப்படுத்துவதிலும் முக்கிய பங்காற்றுகிறது.
4. சித்த மருத்துவத்தின் கருத்துப்படி பத்தியம் மற்றும் அபத்தியம் என்பது செய்யக்கூடியவைகளும், செய்யக்கூடாதவைகளும் ஆகும்.

12.9.4 நோய் கண்டறிதல்

நோய் கண்டறிய அல்லது பரிசோதனை செய்ய தேவைப்படும் எட்டு உபகரணங்கள் "என் வகை தேர்வு" என்று அழைக்கப்படுகிறது. சித்த மருத்துவம் என்பது ஆயுர்வேத மருத்துவத்தை போன்றது. சித்த மருத்துவத்தின்படி "வாதம்" "பித்தம்" "கபம்" ஆகியவை குழந்தைப் பருவம், வயதுவந்தோர் மற்றும் முதுமைப் பருவத்தில் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

சித்த மருத்துவத்தின் படி, உடலில் ஏற்படும் பல்வேறு வகையான உளவியல் மற்றும் உடலியல் செயல்பாடுகள் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள ஏழு கூறுகளை சார்ந்தது. அவையாவன

பிளாஸ்மா, இரத்தம், தசை, கொழுப்பு திசுக்கள், எலும்புகள் மற்றும் எலும்பு மஜ்ஜை மற்றும் விந்து ஆகும் நோய் கண்டறிய அல்லது பரிசோதனை செய்ய தேவைப்படும் எட்டு உபகரணங்கள் "எண் வகை தேர்வு" என்று அழைக்கப்படுகிறது.

1. நா- (நாக்கு) – வாத நிலையில் கருப்பு, பித்த நிலையில் மஞ்சள் (அல்லது) சிவப்பு கபநிலையில் வெள்ளை இரத்த சோகையில் புண்ணாகியிருக்கும்.
2. வர்ணா (நிறம்) – வாத நிலையில் அடர்ந்தும், பித்த நிலையில் மஞ்சள் (அல்லது) சிவப்பு கப நிலையில் பழுப்பாகவும் இருக்கும்.
3. ஸ்வர (குரல்) – வாதத்தில் இயல்பாகவும் பித்தத்தில் உச்ச விசையிலும் கபத்தில் மந்தமாக ஓசையிலும் மதுஅருந்திய வேளையில் குரல் தடித்திருத்தல்.
4. கண் – வெண்படலம் கலங்கி இருத்தல் பித்த நிலையில் மஞ்சள் (அல்லது) சிவப்பு கபநிலையில் பழுப்பு நிறத்தில் இருக்கும்.
5. ஸ்பரிசம் (தொடுதல்) – வாத நிலையில் வரட்சியுடன் பித்த நிலையில் சூடாகவும் அல்லது வெப்பத்துடன் கப நிலையில் குளிர்ச்சியாகவும் உடலின் பல்வேறு பகுதிகளில் வியர்த்தல் உண்டாகும்.
6. மலம் – மலம் கருப்பாக இருத்தல் வாத நிலையை குறிக்கிறது, பித்த நிலையில் மஞ்சளாகவும், பழுப்பு நிறம் கப நிலையிலும் ,அடர் சிவப்பு நிறம் புண் உண்டானதை குறிக்கிறது மற்றும் மிண்ணும் தன்மை நோயின் இறுதி நிலையிலும் உள்ளதை குறிக்கின்றது.
7. நீர் (சிறுநீர்) – அதிகாலை வெளியேற்றும் சிறுநீர் பரிசோதனை எடுத்துக் கொள்ளப்படுகிறது. வைக்கோல் நிறம் அஜீரணத்தை குறிக்கிறது சிவந்த மஞ்சள் நிறம் அதிக வெப்பத்தையும் ரோஜா நிறம் அதிக இரத்த அழுத்தத்தையும், குங்குமப்பூ நிறம் மஞ்சள் காமாலை மற்றும் பார்ப்பதற்கு இறைச்சி கழுவிய நீரைப் போல் இருப்பது சிறுநீரக நோயினை குறிக்கின்றது.
8. (நாடி) – நாடித்துடிப்பு – ரேடியல் தமனியில் பதிவு செய்வது உறுதியான பரிசோதனை முறை ஆகும்.

www.tnschoolbooks.in

அவையாவன		வாதம்	பித்தம்	கபம்
1	நா (நாக்கு)	கருப்பு	மஞ்சள்	வெள்ளை
2	வர்ணம் (நிறம்)	இருண்டது	சிவப்பு	வெளிரியது
3	குரல்	சாதாரணமானது	மிக அதிக	குறைந்தது
4	கண்	மூடியது	சிகப்பு	வெளிரியது
5	தொடல் (தொடுதல்)	உலர்ந்தது	வெதுவெதுப்பான	குளிர்ச்சியான
6	மலம்	கருமை	மஞ்சள்	வெளிரியது
7	நீர் (சிறுநீர்)	வைக்கோல் நிறம் (செரிமான குறைபாடு)	சிவப்பு (சூடு)	ஆரஞ்சு, காவி (மஞ்சள் காமாலை)
8	நாடி (நாடி துடிப்பு)	ஆர தமனி (ரேடியல் தமனி) யில் நாடித்துடிப்பு எடுக்கும் திட்டமான முறை		

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

உலக சித்த மருத்துவ தினம் – 14 ஏப்ரல்

12.9.5 மருந்துகள் பற்றிய கருத்து

சித்தர்களால் பயன்படுத்தப்பட்ட மருந்துகள் மூன்று குழுக்களாக வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

- தாவரம் (மூலிகை பொருட்கள்)
- தாது (கனிம பொருட்கள்)
- ஜன்கமம் (விலங்கு பொருட்கள்)

தாது மருந்துகள் மேலும் வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன

1. உப்பு – (அல்லது நெருப்பில் வைக்கும் பொழுது நீராவி ஆகும் தன்மையுடையவை)
2. பாஷனம் - ஆனால் எரிக்கும் பொழுது நீராவி வெளியிடுகிறது.
3. உபரசம் - பாஷனத்தை போன்றே காணப்படும். ஆனால் செயல்களில் வேறுபடுகிறது.
4. லோஉறம் – நீரில் கரையும் தன்மையற்றது. ஆனால் எரிக்கும் பொழுது உருகிவிடும்.
5. ரசம் – இவ்வகை மருந்து மென்மையாக இருக்கும்.
6. கந்தகம்- இம்மருந்து கந்தகத்தை போன்று நீரில் கரையாது.

சித்த மருத்துவத்தில் மருந்துகள் ஐந்து பண்புகளின் அடிப்படையில் வகைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

- சுவை
- குணம்
- வீரியம் (ஆற்றல்)
- பிரிவு (வகை)
- மகிமை(செயல்பாடுகள்)
- பயன்பாட்டின் படி.

சித்த மருத்துவ பயன்பாட்டின் படி இரண்டு வகையாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

- உட்செலுத்தும் மருந்து- வாய்வழியாக பயன்படுத்தப்படுகிறது. மேலும் இதன் வடிவங்கள், தயாரிக்கும் முறை.
- வெளிபூச்சு மருந்து – வெளிமருந்துகளில் சில வடிவங்களில் மருந்துகள் உள்ளன மற்றும் சில மருந்துகள் நாசி துவாரம், கண் மற்றும் காது போன்றவைகளுக்கு சொட்டு மருந்தாக

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 253 19-02-2019 16:07:38

www.tnschoolbooks.in

பயன்படுகின்றன. மேலும் அட்டை பூச்சிகளை பயன்படுத்தி சிகிச்சை கொடுக்கப்படுகிறது.

12.9.6 சிகிச்சை

1. தேவ மருத்துவம் (புனிதமான முறை) – பஸ்பம், செந்தூரம், குரு, குளிகை போன்றவை பாதரசம், கந்தகம் ஆகியவற்றால் தயாரிக்கப்பட்டது மற்றும் பாஷன வகை மருந்துகளுக்கும் பயன்படுகின்றன.
2. மானுட மருத்துவம் – மூலிகைகளிலிருந்து தயாரிக்கும் மருந்துகளான சூரணம், குடிநீர், வடகம் ஆகியவை இம்முறையில் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.
3. அசுர மருத்துவம் (அறுவை சிகிச்சை முறை) – கீறல் இடுதல், வெட்டி எடுத்தல், வெப்பம் அளித்தல், இரத்தம் வெளியேற்றுதல், மற்றும் அட்டை பூச்சியை பயன்படுத்தி சிகிச்சை அளித்தல்.
4. சிகிச்சைகள் செலுத்துவதன்படி சித்த மருத்துவ சிகிச்சை மேலும் பல வகைகளாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளன. அவை,
   - குடலை துய்மைப்படுத்தும் சிகிச்சை.
   - வாந்தி உண்டாக்குகின்ற சிகிச்சை.
   - உண்ணாவிரதம் கொண்டு சிகிச்சை.
   - நீராவி சிகிச்சை.
   - ஒலியேஷன் சிகிச்சை (மருந்து கலந்த எண்ணெய் அல்லது நெய் உட்கொள்ளுதல்.
   - உடல் சிகிச்சை.
   - சூரிய ஒளி சிகிச்சை.
   - இரத்தம் வெளியேற்றும் சிகிச்சை, யோகா சிகிச்சை மற்றும் சில ஆகும்.
5. நோயை கண்டறிய, நோய்க்கு காரணமாயிருக்கக்கூடிய காரணிகளை கண்டறிய நோயாளியின் நாடித்துடிப்பு, சிறுநீர், கண்கள், குரல்வளம், உடலின் நிறம், நாக்கு மற்றும் செரிமான மண்டலத்தின் நிலை ஆகியவை கணக்கிடப்படுகிறது.
6. சித்த மருத்துவத்தின் அமைப்பு நீண்டநாள் நோய்களான கல்லீரல் நோய், தோல் நோய், சொரியாஸிஸ், ருமாட்டிக் பிரச்சனை, இரத்தசோகை, இரத்தப்போக்கு புண் (வயிற்றுப்புண்) மற்றும் பல நோய்களுக்கு சிறந்த பயனுள்ளதாக அமைகிறது.
7. சித்த மருந்துகளில் பாதரசம், வெள்ளி, ஆர்செனிக், ஈயம், சல்ஃபர் ஆகியவை மிகவும் பயனுள்ளதாக காணப்படுகிறது.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

மருத்துவ தாவரங்களிலிருந்து பிரித்தெடுக்கும் சாறுகள் மற்றும் அதன் பயன்கள் கொண்டு உடன்பயிலும் பள்ளி மாணவர்களுக்கு கண் காட்சி அமைத்தல்.

12.10 ஹோமியோபதி

12.10.1 அறிமுகம்

ஹோமியோபதி 18 ஆம் நுற்றாண்டின் இறுதியில் சாமுவேல் உறான்மேன் ஜெர்மானிய மருத்துவர் இயற்கை மருத்துவ அமைப்பில் ஒன்றான ஹோமியோபதி முறையை அறிமுகப்படுத்தி வளர்ச்சியடைய செய்தார்.

ஒரு மனிதர் நோயுற்ற போது முழு மனித மனமும் உடல், ஆத்மா ஆகியவை பாதிக்கப்படுவதை ஹோமியோபதி மருத்துவம் தேடி கண்டுணர்ந்து உடலை முழுவதுமாக குணமடையச் செய்கிறது.

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 254 19-02-2019 16:07:40

இம்மருத்துவம் நோயினை குணப்படுத்துவதோடு மட்டும் இல்லாமல் நோயின் மூல இருப்பிடத்தை கண்டறிந்து ஒருவரது உடலை முழுமையாக சீராக்குகிறது.

ஹோமியோபதி மருந்துகளை (அல்லது) சிகிச்சைகள் எடுக்கும் பொழுது உடல் சுயமாக சீர்படுத்தி (அல்லது) ஒழுங்குபடுத்தி இயங்கும்தன்மை தூண்டப்பட்டு தன்னைத் தானே குணப்படுத்தி கொள்ளுதல் தொடங்குகிறது.

12.10.2 வரையறை

ஒரு நலமான மனிதனுக்கு மிகக் குறைந்த அளவு மருந்தை அளித்தல் என்பதே இதன் தத்துவமாகும். அதிக அளவு மருந்து அளித்தல் நோய் குணமாக்கிய நிலையை உருவாக்கும்.

ஹோமியோ – ஒத்த.

பதி – உணர்வு, வருத்தம்.

வெப்ஸ்டர் அகராதி

இயற்கையின் ஒத்த விதி என்னவெனில் உடல் நலமுள்ள மனிதனில் மருந்தினால் உருவாக்கப்படும் வெப்பத்தின் அறிகுறிகளும், நோயாளியின் நோயினால் உருவாக்கப்படும் வெப்பத்தின் அறிகுறிகளும் ஒத்திருப்பதாகும்.

12.10.3 ஹோமியோபதியின் தோற்றம்

1796ல் வாழ்ந்த ஜெர்மானிய மருத்துவர் ஃபிரெட்ரிக் சாமுவேல் ஹான்மென் என்பவரின் ஆராய்ச்சியான சிகிச்சைகள் நோய்க்கான அடிப்படை அறிகுறிகளை சார்ந்தது என்ற கொள்கைகளிலிருந்து தோன்றியது.

தோற்றுவித்தவர் – சாமுவேல் ஹெனமென்

வருடம் – 1796

நலமுள்ள மனிதன் சுகவீன மனிதனின் ஒத்த அறிகுறிகளை நீக்குவான்.

ஹோமியோபதி ஒரு ஒத்த அறிவியல்: இதன் நம்பிக்கைகள் அறிவியலை ஒத்துள்ளன.

கி.மு. 400ல் வாழ்ந்த ஹிப்போகிரேட்ஸ் என்பவரால் தோற்றுவிக்கப்பட்டது. மலேரியாவை குணமாக்க சிறிதளவு மயக்கமுண்டாக்கும் செடியின் வேரிலிருந்து பெறப்பட்ட மருந்தைக் கொடுத்தார்.

> பதினாறாம் நூற்றாண்டு – பெராசெல்சஸ் என்பவர் ஒரு சிறிய அளவு மருந்தினால் உண்டாகும் நலமின்மையே உடல் நலத்தை உண்டாக்கும் என கூறினார்.

12.10.4 ஹோமியோபதியின் கொள்கைகள்

ஒத்த விதி

ஒத்த விதி என்பது ஒரு பழங்கால மருத்துவமாகும். ஆனால் ஹென்மென் கூற்றுப்படி ஏதாவது ஒரு பொருளினால் நலமானவர்கள் அடங்கியுள்ள ஒரு குழுவினிடையே சில நோய்க்கான அறிகுறிகளை உண்டாக்க முடியுமானால் அதே பொருளினால் அதே அறிகுறிகள் உள்ள நோயாளியைக் குணப்படுத்த முடியும்.

எ.கா. சிறு வெங்காயத்தை உரித்தல் (ஆலியம் சீபர்).

இந்த விதியின்படி சாதாரண சளியில் காணப்படும் மூக்குவடிதல், கண்ணில் நீர் வடிதல் போன்றவை வெங்காயம் உரிக்கும்போதும் ஏற்படும். எனவே சின்ன வெங்காயத்தை சாதாரண சளியைக் குணப்படுத்த பயன்படுத்தலாம்.

ஒற்றை எளிய தீர்வு

ஹோமியோபதி மருந்துகள் சாதாரணமாக ஒற்றை, எளிய கலப்படமில்லாத வடிவத்தில் அளிக்கப்படுகின்றன.

குறைந்த அளவு

நோயாளிக்கு ஹோமியோபதி மருந்துகள் மிகக் குறைந்த அளவே அளிக்கப்படுகின்றன. அதனால் பக்க விளைவுகள் உடலில் ஏற்படுவதில்லை.

கணித்தல்

ஹோமியோபதியின் தன்மையும், தனித்த கொள்கையும் யாதெனில் மருந்து கணித்தல் ஆகும். கச்சா மருந்து நீர்க்கப்படுதல்,

பொடியாக்கப்படுதல் அல்லது ஆற்றலை அதிகரித்தல் மூலமாக மருத்துவ குணம் தக்க வைக்கப்பட்டு மருந்தின் பக்க விளைவுகள் அகற்றப்படுகின்றன.

இவ்வாறு கணிக்கப்பட்ட மருந்துகள் உடலின் தற்காப்பு உத்தியை ஊக்குவிக்கின்றன.

முக்கிய சக்தி உடலின் வேலைகளை ஒழுங்காக்கி வாழ்வை சீராக்குகிறது.

மியாஸ்ம்ஸ்

மியாஸ்ம்ஸ் என்ற வார்த்தையானது மியாஸ்மர் என்ற கிரேக்க வார்த்தையிலிருந்து வந்ததாகும். அதற்கு மாசு அல்லது நச்சு என்று பொருள்படும்.

ஒவ்வொரு மியாஸ்ம் பல தீவிர மற்றும் நாட்பட்ட நோய்களுக்கு காரணமாக அமைகிறது. இவை பரம்பரையாகவோ அல்லது சுற்றுப்புறத்திலிருந்து பெறப்பட்டதாகவோ இருக்கிறது.

12.10.5 ஹோமியோபதி சிகிச்சையின் மூன்று நிலைகள்

முதல் உதவி

ஹோமியோபதி மருத்துவம் சில பொதுவான நோய்களுக்கு மற்றும் சம்பவங்களுக்கு பாதுகாப்பான முறையில் சிகிச்சை அளிக்கின்றது. அவை சுளுக்கு, காயங்கள், சிறு தீக்காயங்கள், தோல் எரிச்சல்கள், மற்றும் எதிர் விளைவுகளான குழந்தை அரையாடைகளால் உண்டாகும் சொறி, மற்றும் பூச்சுக்கடி உள்ளடங்கிய பல்வலி போன்றவை ஆகும்.

கூர்ந்த நுட்பமுடைய ஹோமியோபதி சிகிச்சை

கடுமையான உடல் பிரச்சனைக்கான அறிகுறிகள் இயல்பாக இறுதியில் அவை வெளியேறிவிடும். தற்காலிக நிலைகளான சளி,ஃப்ளு இருமல், சுளுக்கு போன்றவை ஆகும். ஹோமியோபதியும் சிகிச்சை மிகுந்த பயனுள்ளவை மற்றும் கவர்ச்சியானவை ஆகும். ஏனென்றால் இவை பாதுகாப்பானது மற்றும் எந்த வித பக்க விளைவுகளையும் ஏற்படுத்துவதில்லை. ஹோமியோபதி சிகிச்சை மேலும் துணைநின்று உணர்வுமிக்க முக்கிய நிலைகளாக (கர்ப்பம் அடைதல்) போன்ற நிகழ்வுகளுக்கு பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

உடல் அமைப்புக்குரிய ஹோமியோபதி

உடல் அமைப்பு ஹோமியோபதி என்பது ஒரு நபருக்கு அளிக்கப்படும் முழுமையான சிகிச்சை மேலும் கடந்த கால மற்றும் தற்போதைய அறிகுறிகளையும் உள்ளடங்கியது என்பதை குறிக்கிறது. உடலமைப்பு ஹோமியோபதி சிகிச்சையை துல்லியமாக கொடுக்கும் பொழுது ஆழ்ந்த குணமடையும் விலைவை வெளிப்படுத்துகிறது. ஹோமியோபதி முறையானது நீடித்த மற்றும் நீண்ட கால உடல் நல பிரச்சனைகளுக்கு சிகிச்சை மேற்கொள்வதில் மிகவும் பயனுள்ளவையாக விளங்குகிறது. நீண்டகாலம் ஹோமியோபதி சிகிச்சை எடுக்கும் பொழுது தொடர் காது வலிக்கு தீர்வளிக்கிறது. உடலின் நோய் எதிர்பாற்றலை வலுபடுத்துகிறது. மேலும் எதிர்காலத்தில் ஏற்படும் பிரச்சனைகளை தடுக்கிறது.

12.10.6 தூய மற்றும் தனி நபர் அணுகுமுறை

ஹோமியோபதியானது தனித்துவம் வாய்ந்ததுடன் புனிதமானதுமாகும். நோயாளியின் அறிகுறிகள் காணப்படும் இடம், தன்மை, புலனுணர்வு, உடல் மற்றும் மனநலம் ஆகியவைகளில் வேறுபாடுகள் காணப்படுகின்றன.

நோக்கங்கள்

1. கர்ப்பகாலம், பேறுகாலம் மற்றும் பியூர்பேரிய காலத்தின் போது எழும் புகார்கள்.
2. குழந்தைகளிடையே காணப்படும் தீவிர, நாட்பட்ட சாதாரணப் பிரச்சினைகள்.
3. ஹோமியோபதி சுகமடையும் நிலையை அதிகரித்து மீட்பு நிலையைக் குறைக்கிறது.
4. ஹோமியோபதியின் தொடருதலை அளித்து வாழ்வின் தரத்தை முன்னேற்றுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 256 19-02-2019 16:07:41

சாதாரண எளிய சமன்பாடு __________

நாம் பயன்படுத்தும் உணவை விட அதிகமாக உண்ணும் பொழுது அவை உடலில் கொழுப்பாக சேமிக்கப்படுகின்றன

12.10.7 நன்மைகள்

1. அடிப்படையில் ஹோமியோபதி ஒரு பாதுகாப்பான சிகிச்சை முறையாகும்
2. உடலின் சுகமடையும் தன்மையை அதிகரித்து நோய்களுக்கு எதிராக போரிடும் தன்மையை அதிகரிக்கிறது.
3. இவைகளுக்கு பக்க விளைவுகள் இல்லை
4. இயற்கையில் கிடைப்பவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டவை
5. உபயோகிப்பதற்கு எளிதானவை. (எ.கா) சிறிய இனிப்பு மாத்திரை
6. அதிக அளவு பணம் செலவிட தேவையில்லை

12.10.8 மாற்று மருத்துவத்தின் நோக்கங்கள்

1. மாற்று மருத்துவத்தில் ஆராய்ச்சி படிப்புகள் கீழ்கண்ட பிரிவுகளை உள்ளடங்கியுள்ளது
   - அக்குபஞ்சர்
   - ஓரியண்டல் மெடிசன்
   - ஹோமியோபதி
2. இயற்கை மருத்துவத்தின் ஆராய்ச்சி மாணவர்கள் தங்களுடைய தனித்திறமையை வளர்த்துக்கொள்வதுடன் நோயாளியைப் பராமரிக்கவும் வாய்ப்பு பெறுகின்றனர்.
3. பட்டையப் படிப்பு முதல் ஆராய்ச்சி படிப்புகள் வரை துறை சார்ந்த சிறப்புக் கல்விகள் உள்ளன.
4. பாரம்பரிய முறையில் நோய்களுக்கு சிகிச்சைபெற விரும்புபவர்களுக்கு இது ஒரு சிறந்த துறையாகும்.

பாடச்சுருக்கம்

மாற்று மருத்துவத்தின் எந்த பயிற்சியும் அதனை பயன்படுத்துபவர் நன்கு குணமடைந்ததை உணர செய்கிறது. இந்திய மருத்துவமும் ஹோமியோபதியும் 1995 ஆம் ஆண்டு மார்ச் மாதம் தொடங்கப்பட்டது. ஆய்வில் ஆராய்ச்சி கல்வியை மேம்படுத்துவதற்கான தொலைநோக்கு பார்வையுடன் 2003 –ம் ஆண்டு நவம்பர் மாதம் ஆயுஷ் துறை என மறுபெயரிடப்பட்டது.

- ஆயுர்வேதம்
- யோகா
- யுனானி
- சித்தா
- ஹோமியோபதி

பாரம்பரிய முறைப்படி உடல் ஆரோக்கியத்தை பெற விரும்புபவர்களுக்கு இம்முறை ஒரு சிறந்த மருத்துவ முறையாகும்.

மாணவர் செயல்பாடு

- அத்தியாவசிய உணவுப்பொருட்களை மருந்தாக பயன்படுவதைக் கொண்டு வினாடி வினா போட்டி அமைத்தல்.

www.tnschoolbooks.in

வினாக்கள்

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. ஆத்ரேயர் என்பவர் எத்துறையில் சிறந்த ஆசிரியராகவும், மருத்துவராகவும் இருந்தார்.
   அ. யுனானி ஆ. அல்லோபதி
   இ. ஹோமியோபதி ஈ. சித்தா

2. ஆயுர்வேத சிகிச்சையில் இதில் எவ்வகை அளிக்கப்படுகிறது.
   அ. யோகாஸனம் ஆ. மருந்துகள்
   இ. பஞ்சகர்மா ஈ. அக்கு பஃசர்

3. இவற்றில் எவ்வகை யோகா அறிவு மார்க்கம் வகை யோகா ஆகும்?
   அ. கர்ம யோகா
   ஆ. பக்தி யோகா
   இ. ஞான யோக
   ஈ. ராஜ யோக

4. உலக சித்தா மருத்துவ தினம் எப்போது கொண்டாடப்படுகிறது.
   அ. 14 மே ஆ. 15 ஜூன்
   இ. 16 செப்டம்பர் ஈ. 14 ஏப்ரல்

5. ஹோமியோபதியை தோற்றுவித்தவர்
   அ. ஹிப்போகிரேட்ஸ்
   ஆ. சாமவேல் ஹான்மேன்
   இ. ஹென்ரி லிண்ட்தார்
   ஈ. சாரகா

6. நீரில் கரையும் கனிமப் பொருட்கள் எவ்வாறு அழைக்கப்படுகின்றன?
   அ. பாஷனம் ஆ. உப்பு
   இ. உபரசம் ஈ. ரசம்

II. கீழ் வரும் வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி.

1. மாற்று மருத்துவம் என்றால் என்ன?
2. ஆயுர்வேதம் வரையறை.
3. பஞ்சமகாபூதாஸ் என்றால் என்ன?
4. உடல் உருவகம் என்றால் என்ன?
5. ஆயுர்வேத சிகிச்சையில் பரிசோதனை முறைகள் யாவை?
6. யோகா வரையறு.
7. யோகாவின் வகைகள் யாவை?
8. யுனானி வரையறு.
9. ஹோமியோபதி வரையறு.
10. மியாசம் என்றால் என்ன?

III. குறுகிய விடையளி.

1. ஆயுர்வேத சிகிச்சை முறையில் முன்னோக்குகள் யாவை?
2. பஞ்சகர்மாவில் பரிசோதிக்கும் முறைகள் பற்றி எழுதுக.
3. இயற்கை மருத்துவத்தின் கொள்கைகள் யாவை?
4. இயற்கை மருத்துவத்தில் பரிசோதிக்கும் முறைகள் பற்றி எழுதுக.
5. சித்த மருத்துவத்தில் மருந்துகள் எதன் அடிப்படையில் வகைப்படுத்தப்படுகின்றன?
6. ஹோமியோபதி துறையில் ஒத்த விதி என்றால் என்ன?

IV. விரிவான விடையளி

1. ஆயுர்வேதாவின் தோற்றம் கொள்கைகள் பற்றி விளக்குக?
2. ஆயுர்வேத துறையில் பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை அளிக்கும் முறைகள் பற்றி விளக்குக?
3. யோகா மற்றும் இயற்கை மருத்துவத்தின் கொள்கைகள் யாவை?

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 258 19-02-2019 16:07:41

www.tnschoolbooks.in

4. சித்த மருத்துவத் துறையில் பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகள் மற்றும் சிகிச்சைகள் பற்றி விளக்குக.

5. ஹோமியோபதியின் கொள்கைகள், கருத்துக்கள் மற்றும் அதன் சிகிச்சைகள் பற்றி விளக்குக.

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. நறுமணச் சிகிச்சை முறை (Aromatherapy): நறுமணச் செடிகளின் சாறு மற்றும் எண்ணெய் பயன்படுத்தி நோயை குணமாக்குதல் மற்றும் அழகுக்கலை தொடர்பான சிகிச்சைகள் வழங்குதல்.
2. குரோமோதெரபி (Chromotheropy): இது நிறங்களைக் கொண்டு சிகிச்சை வழங்கும்முறை விதவிதமான நோய்களைக் கொண்டு நோயாளியின் உடல், உணர்வு, ஆன்மீக அல்லது மனரீதியாக நோயாளியை ஆரோக்கியமாக்குகிறது.
3. நீர் சிகிச்சை (Hydrotherapy): இது நீரைக் கொண்டு சிகிச்சை அளிக்கும் மாற்று மருத்துவ முறை. இதன் மூலம் நோயாளியை வலியிருந்தும் நோயிலிருந்தும் காப்பாற்றுகிறது.
4. வாதச்சிகிச்சை (Vadha): வாதத்தின் நிலை தொப்புளுக்கு கீழே உள்ளது. (சிறுநீர்ப்பை இடுப்பு எலும்பு, தொப்புள் கொடி, தொடை எலும்பு, தோல், நரம்பு நுணிகள், தசைத்தொகுதி, இணைப்புகள், மயிர்க்கால்கள்)
5. பித்தம் (Pitta): இதன் நிலை இதயத்துக்கும் தொப்புளுக்கும் இடையே உள்ளது (வியர்வை, நிணநீர், இதயம், இரத்தம், வயிறு, சிறுநீர்ப்பை, உமிழ்நீர், கண் மற்றும் தோல்)
6. குத்தூசி முறை (Acupuncture): இது சீன மருத்துவமுறை. இம்முறையில் சிறிய குத்தூசிகளை உடலின் குறிப்பிட்ட பகுதிகளில் தோல்களுக்கு அடியே சொருகுவதன் மூலம் பலவகையான உடல்ரீதியான மற்றும் மன ரீதியான நோய்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகின்றன.
7. ஆயுர்வேதம் (Ayurveda): இது ஒரு பழமையான இந்திய மருத்துவ முறை. உடலின் பல்வேறு மண்டலங்களின் சமநிலையை அடிப்படையாக கொண்டும், சரிவிகித உணவு, மூலிகை சிகிச்சை மற்றும் மூச்சுப்பயிற்சிகளையும் இணைந்த சிகிச்சை முறையை கொண்டது.
8. ஹோமியோபதி (Homeopathy): இம்முறையில் மிகச்சிறிய உருண்டைகள் கொண்டு (இயற்கைப் பொருள்களால் தயாரிக்கப்பட்ட) சிகிச்சை அளிக்கும் முறை எனலாம்
9. தியானம் (Medititation): மனநிலயை ஒருமுகப்படுத்தி சத்தமின்றி மற்றும் அமைதியாகவும் அமர்ந்து, தினசரி பிரச்சனைகளை சமாளிக்கும் முறை எனலாம்.
10. யோகா (yoga): ஒரு வகையான உடற்பயிற்சி முறை எனலாம். இதன் மூலம் உடலை பல்வேறு வகையான நிலைகளில் வைத்து பயிற்சி அளித்து உடலை ஆரோக்கியமாகவும் அல்லது வளையும் தன்மையுடன், சுவாசத்தை முன்னேற்றவும், மனதை அமைதியாகவும் வைக்க உதவுகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 259 19-02-2019 16:07:41

மேற்கோள் நூல்கள்

Community health nursing II Hyderabad, gnanaprasuna G.S vasundharatulasi (2015) community health nursing II, frontline publication (pg 194-216) (first edition 2011, 2013, 2015)

J.E,PARK 13 TH edition 'social and preventive medicine'

இணையத்தில் தேட

- http://nhp.gov.in/ayush-ms
- www:indian medicine.nic.in
- www.you tube.com/watch (yoga classes 20 minutes)

Nursing General_Tamil Ch-12.indd 260 19-02-2019 16:07:41

www.tnschoolbooks.in

அலகு 13

ஆவணங்கள்

BYQGU

கற்றலின் நோக்கங்கள்

இப்பாடத்தின் மூலம் மாணவர்கள் அறிவது

- பதிவுகள் மற்றும் அறிக்கைகளை வரையறுத்தல்
- ஆவணப்படுத்துதலின் நோக்கங்களை பட்டியலிடுதல்.
- ஆவணப்படுத்துதலின் கொள்கைகளை விவரித்தல்
- ஆவணப்படுத்துதலின் முறைகளை விளக்குதல்
- பதிவேடுகளின் வகைகளை விவரித்தல்.
- அறிக்கைகள் பற்றி கணக்கிடுதல்.
- பதிவேடுகளை பேணுவதில் செவிலியரின் பொறுப்புக்களை விவரித்தல்
- ஆவணப்படுத்துதலை எடுத்துக்காட்டுடன் எளிதாக புரிந்து கொள்ளுதல்.

13.1 முன்னுரை

ஆவணப்படுத்துதல் என்பது எழுத்து வடிவமாகவோ அல்லது மின்னணு இயந்திரங்களின் மூலம் உருவாக்கப்படும் நோயாளியைப் பற்றிய தகவல் அல்லது வழங்கப்படும் சேவை பற்றி விவரிப்பதாகும். செவிலியர் திட்டமிட்டு தனிநபரின் கவனிப்புகளை பதிவேடுகளாக வழங்குதலே செவிலியத்தில் ஆவணப்படுத்துதல் ஆகும். நோயாளியின் தீவிர நிலை, சிக்கலான மற்றும் எடுத்துக்கொள்ளும் நேரத்தைப் பொறுத்து செவிலியத்தில் ஆவணப்படுத்துதல் வேறுபடுகிறது.

மருத்துவமனை அல்லது சமூகத்தில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு அளிக்கப்படும் கவனிப்புகளை மதிப்பிடுவதற்கும் மற்றும் நிறைவேற்றுவதற்கும் பதிவேடுகள் மற்றும் அறிக்கைகள் முக்கியமான கூறுகளாகும். செவிலியர்களின் சேவை திட்ட வரைவு அல்லது பலதுறை சேவை திட்ட வரைவு என்பது ஆவணப்படுத்துதலின் முக்கிய கட்டமைப்பு ஆகும். இந்த அத்தியாயத்தில் நாம் ஆவணப்படுத்துதலின் அவசியம் மற்றும் பதிவிடுதல் மற்றும் அறிக்கைகள் பற்றி அறிய இருக்கிறோம்.

செவிலிய பணியில் துல்லியமான பதிவேற்றலும் ஆவணப்படுத்துதலும் அவசியமாகும். செவிலிய மற்றும் மகப்பேறு குழுமத்தின் கூற்றின்படி (NMC2002) சிறந்த பதிவேடுகள் பேணுதல் நோயாளி, அல்லது வாடிக்கையாளர் நலனை பாதுகாக்கிறது. பதிவுகள் மற்றும் அறிக்கைகள் சேவைகளின் சிறப்புகளை நல்ல முறையில் வெளிப்படுத்துகிறது. எனவே புதிய செவிலியரும் கூட நோயாளிக்கான தொடர் சேவையை தனிமனித, குடும்ப, சமுதாய அளவில் அர்ப்பணிக்க முடிகிறது.

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 261 19-02-2019 16:08:20

13.2 வரையறைகள்

13.2.1 ஆவணப்படுத்துதல்

தகவல் தொடர்பினை எழுத்து வடிவத்தில் முக்கியமான நிகழ்வுகளை தெரிவிக்கும் செயல்முறையாகும். பதிவேடுகள் மற்றும் அறிக்கைகள் ஆவணப்படுத்துதலில் அத்தியாவசிய கூறுகளாகும்.

13.2.2 பதிவேடுகள்

வாடிக்கையாளரின் உடல் நல மேலாண்மை பற்றி எழுதப்பட்ட நிரந்தரமான தகவல் தொடர்பு ஆவணமே பதிவேடாகும். இது நோயாளியின் உடல் நல கவனிப்பு மேலாண்மை பற்றி பதிவு செய்வதாகும். (மேரி லூரசிடா)

சுகாதார கவனிப்பு குழுவில் உள்ள அனைத்து உறுப்பினர்களும் தரவுகளை கொண்டு உருவாக்கும் பதிவேடுகளே மதிப்பு மிக்க ஆதாரமாக விளங்குகிறது.

13.2.3 அறிக்கை

அறிக்கைகள் ஆவணப்படுத்துதலில் வாய்வழியாகவோ எழுத்து வடிவத்திலோ இருக்கலாம்.

நோயாளியின் நிலை பற்றிய தகவல்களை நேரடியாகவோ அல்லது தொலைபேசி மூலமாகவோ கணினி வழி தகவல்களை பரிமாறிக் கொள்ளும் செயல்பாடே அறிக்கையிடுதல் ஆகும். (இ ஆன்ஜெலினா ஜோலி)

13.3 ஆவணப்படுத்துதலின் நோக்கம்

இது வாடிக்கையாளர் பற்றிய தகவல்கள், சேவை பற்றிய நிரந்தர பதிவுகளாகும். இது விளக்கப்படம் அமைத்தல் எனவும் அழைக்கப்படுகிறது.

தகவல் தொடர்பு

நோயாளிகளை 24 மணி நேரமும் முழுமையாக கவனிப்பது தொடர்ச்சியாக மேம்படவும், நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் சுகாதார கவனிப்பாளர்கள் இடையே தகவல் தொடர்பு என்பது ஆவணப்படுத்துதலில் முதன்மையான நோக்கமாக விளங்குகிறது.

தரமான உத்தரவாதம்

இது தரமான கவனிப்பு வழங்கப்படுவதை உறுதிப்படுத்துகிறது. தணிக்கை செய்தல் என்பது பதிவேடுகளை பதிப்பாய்வு செய்வதாகும்.

கொடுக்கப்படுவது

நோயாளியின் பதிவேடுகளை பதிப்பாய்வு செய்த பிறகு காப்பீட்டு நிறுவனங்களாலும் மற்றும் இதர முகவர்களாலும் நோயாளியின் கவனிப்புகளுக்காக வழங்கப்படுகிறது.

சட்ட பொறுப்பு

சட்ட ஆவணங்களை இவை வழங்குகின்றன. இவை நீதிமன்ற நடவடிக்கைகளுக்கு ஆதாரங்களாக பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

ஆய்வு

நோயாளியின் பதிவேடுகளை தொடர்ந்து செவிலியம் மற்றும் சுகாதார நல ஆராய்ச்சி கல்விக்கு படிப்பதற்காக எடுத்துக்கொள்ளப்படுகிறது.

நோய் கண்டறிதல்

நோயாளியின் நிலையை கண்டறிதலுக்கு ஆவணங்கள் கருவிகளாக உதவுகின்றன.

மதிப்பீடு

பதிவேடுகளின் (அவன்/அவள்) அடிப்படையில் நோயின் நிலையை மதிப்பீடு செய்வதன் மூலம் நோயாளியின் நிலை முன்னேற்றத்தை நோக்கி செல்கிறதா என்பதை மதிப்பிடுதல்.

கணித்தல்

நோயாளியின் பதிவேடுகளிலிருந்து செவிலியர் மற்றும் மற்ற சுகாதார நல உறுப்பினர்கள் மதிப்பீடு தரவுகளை சேகரிக்கின்றனர்.

கல்வி

சுகாதார உறுப்பினர்கள் மற்றும் மாணவர்களும் பதிவேடுகளை கல்வி சாதனமாக பயன்படுத்திக் கொள்கின்றனர்.

www.tnschoolbooks.in

முக்கிய புள்ளி விவரங்கள்

நோயாளியின் பதிவேடுகள், பதிவு விவரங்கள் மற்றும் அறிக்கைகள் தருவதன் மூலம் முக்கிய புள்ளி விவரங்கள் சேகரிக்கப்படுகின்றன.

சுகாதார சேவை திட்டமிடுதல்

நோயாளியின் பதிவேடுகள் ஒரு நாட்டின் சுகாதார பிரச்சனைகளை சுட்டிக்காட்டுகின்றன. மேலும் உள்ளூர், மாநில, தேசிய, மற்றும் சர்வதேச அளவில் சுகாதார சேவை திட்டங்களை அமைக்க அடித்தளம் வழங்குகிறது.

திரு. அருள் காய்ச்சலின் காரணமாக மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டு உள்ளார். அவரது உடல் வெப்பநிலை 102° பாரன்ஹீட் ஆக அளவிடப்பட்டது. எட்டு மணியளவில் செவிலி. லூசி பாராசிட்டமல் மாத்திரை ஒன்றை கொடுத்தார். பத்து நிமிடங்கள் கழித்து வேறொரு செவிலி மேரி மறுபரிசோதனையிடும் போதும் வெப்பநிலை 102° பாரன்ஹீட் ஆக இருக்கிறது. எனவே அவரும் பாராசிட்டமல் மாத்திரை ஒன்றை நோயாளிக்கு கொடுக்கிறார்.

திரு. அருள் அவர்கள் செவிலியர் மேரியிடம் தான் ஏற்கனவே உட்கொண்ட மாத்திரையைப் பற்றி தெரிவிக்கவில்லை. எனவே ஒன்றிற்கு பதில் இரண்டு மாத்திரைகள் கொடுக்கப்பட்டது. இத்தகைய செயல்பாடு அலட்சியமானதும் முறையற்றதுமாகும். இது சட்ட சிக்கலுக்கு வழிவகுக்கும். இந்நிலை செவிலியரின் மோசமான தகவல் தொடர்பால் விளைந்ததே! செவிலியர்கள் நேரடியாக தகவலை பரிமாற இயலாவிடினும் நோயாளியின் பதிவேட்டில் குறிப்பிடுதல் அவசியம். நோயாளியின் பதிவேடு தகவல் பரிமாற்றத்தின் சிறந்த கருவியாகும்.

செவிலியர்கள் லூசி பதிவேட்டில் குறிப்பிட தவறிய தகவல் திரு அருள் அவர்கள் இரண்டு முறை மாத்திரை உட்கொள்ள வழிவகுத்தது. இந்நிகழ்வு பதிவேற்றல் மற்றும் அறிக்கைகளின் முக்கியத்துவத்தை வெளிப்படுத்துகிறது

13.4 ஆவணப்படுத்துதலின் கொள்கைகள்

தரவரிசையில் துல்லியம்:-

- குறிப்பிட்ட தெளிவான வார்த்தைகள் மற்றும் மேற்கோள்களைக் கொண்டு விரும்பிய கருத்துகளை விளக்க வேண்டும்.
- இரண்டு அர்த்தமுள்ள வார்த்தைகளையோ அல்லது கற்பனையான முடிவுகளையோ பதிவு செய்தல் கூடாது.
- உண்மையான விவரங்களை பதிவிட வேண்டும்.

✓ பரிமாற்றப்பட்டதில் 50% உணவு உட்கொள்ளப்பட்டது.
X பசியற்ற தன்மையுடன் உணவு உட்கொள்ளப்பட்டது.
✓ மருந்துகள் மறுக்கப்பட்டன.
X ஒத்துழைப்பு தர விரும்பவில்லை. தவறு
✓ அழுது கொண்டு இருப்பதை காண முடிந்தது = சரி
X மன அழுத்தம் இருந்தது.

KEY:
X = தவறு
✓ = சரி

நோயாளியின் புகார்களை மேற்கோளில் இடுவதன் மூலம் அவர்கள் கருத்துகளை முக்கியப்படுத்தி காண்பிக்கவும்.

எ.கா "மார்பு வலி இடதுகை நுனி வரை பரவுகிறது."

ஆய்வில் கண்டறிந்த தகவல்களை ஆவணப்படுத்த வேண்டும்

தேதி மற்றும் நேரம்

ஒவ்வொரு பதிவு செய்தல் போதும் ஆவணங்களில் தேதி மற்றும் நேரத்தை குறிப்பிடுதல் வேண்டும்.

தெளிவான எழுத்து

பதிவு செய்தல் துல்லியமாக இருத்தல் அவசியமான ஒன்றாகும்.

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 263 19-02-2019 16:08:21

www.tnschoolbooks.in

ஏற்புடைய தன்மை

நோயாளியின் உடல் நல பிரச்சனைகள் தொடர்புடைய மற்றும் கவனிப்பு பற்றிய தகவலை மட்டும் பதிவு செய்தல் வேண்டும்.

சட்ட ரீதியான பாதுகாப்பு

துல்லியமான ஆவணப்படுத்துதல் மேற்கொள்வதன் மூலம் அந்நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் செவிலிய மற்றும் சுகாதார கவனிப்பாளர்களை சட்ட ரீதியாக பாதுகாப்பளிக்கிறது.

துல்லியம்

நோயாளியின் பதிவேடுகளில் ஒவ்வொரு பக்கங்களிலும் நோயாளியின் பெயர் மற்றும் அடையாள தரவுகள் கட்டாயம் துல்லியமாக இடம் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

தெளிவான தன்மை

எழுத்துக்கள் தெளிவற்று இருந்தால் தவறான புரிதலுக்கு வழிவகுக்கும்.

ஆவணத்தை யாரேனும் படித்தால் என்ன நிகழ்ந்தது என்பதை தெளிவாக தெரியும் வகையில் இருத்தல் வேண்டும்.

சுருக்கமாக விளக்குதல்

தரமான மருத்துவ மற்றும் செவிலிய சொற்களும் மற்றும் சமூகம்அங்கீகரிக்கப்பட்ட சொற்றொடரின் சுருக்கம் மற்றும் குறியீடுகள் கட்டாயமாக பயன்படுத்த வேண்டும்.

ஒருங்கமைப்பு

நோயாளியின் தகவல்களை கால வரிசைப்படி விளக்கப்படம் அமைத்தல் மற்றும் தற்க ரீதியாக காலம் மற்றும் உள்ளடக்கத்தைப் பொறுத்து பதிவு செய்தல் வேண்டும்.

நீக்குதல்

விளக்கப்பட வடிவமைப்பில் கோடுகளுக்கு வெளியே எழுதுதலை தவிர்க்க வேண்டும். அட்டையில் வெற்று இடைவெளிகளை இடுதல் கூடாது.

இரகசியத் தன்மை

சிகிச்சையில் ஈடுபடும் மருத்துவப் பணியாளர் மட்டுமே பதிவேடுகளை பார்வையிட வேண்டும்.

நிலையான சொற்களின் பயன்பாடு

- நிறுவனம்/மருத்துவமனை ஒப்புக் கொண்ட வடிவங்கள் சுருக்கெழுத்து முறைகளை மட்டுமே பயன்படுத்த வேண்டும்.
- எழுத்துப்பிழைகள் இருக்கக் கூடாது.
- சரியான இலக்கணத்தை பயன்படுத்தவும்.
- கையொப்பம் இடுதல் அவசியம்.
- செவிலியர் பதிவேட்டின் வலதுகை விளிம்பு பகுதியில் பதிவேடுகள் முடிந்தவுடன் கையொப்பம் இடவேண்டும்.
- ஒவ்வொரு பதிவிலும் பதிவு செய்பவரின் முழு பெயர் மற்றும் பதவி குறிப்பிட்டு கையொப்பம் இட வேண்டும்.

திரு. கோவிந்த் அவர்களுக்கு கொடுக்கப்பட வேண்டிய எல்லா மருந்துகளும் இரவு எட்டு மணிக்கு திருமதி. G. ஸ்டெல்லா பதிவுசெவிலியர்(ப.செ): G. ஸ்டெல்லா

திருமதி. சிவகாமி அவர்களுக்கு படுக்கைக் குளியல் காலை ஆறுமணிக்கு செல்வி ஆர். கிரேசி செவிலிய மாணவியால் (செ.மா) மேற்கொள்ளப்பட்டது.

13.5 ஆவணப்படுத்துதலின் முறைகள்

13.5.1 SOAPIER முறைகள்

S – SUBJECTIVE நோயாளி சொல்லும் தகவல்கள் (எ.கா) என் கால் வலிக்கிறது.

O - OBJECTIVE மருத்துவர் கண்டறியும் தகவல் (கால்களின் வீக்கம் மற்றும் முகபாவனை)

A - ASSESSMENT மருத்துவர் ஆய்வுகளால் புலப்படும் (காலில் காயம், வெட்டு, வீக்கம் மற்றும் விறைப்புத் தன்மை)

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 264 19-02-2019 16:08:21

P – PLAN சிகிச்சைகளை திட்டமிடல், பணிகளைத் திட்டமிடுதல் (கால்வலியைக் குறைப்பதற்காக செவிலியர் மருத்துவரிடம் தெரிவித்தல், மாத்திரைகளை கொடுத்தல் மற்றும் சௌகரியமான நிலையைக் கொடுத்தல்)

I - INTERVENTION சிகிச்சையளித்தல் (வெந்நீர் அல்லது குளிர்ந்த நீர் ஒத்தடம் மருந்து உட்கொள்ள செய்தல் போன்றவை).

E – EVALUATION நோயாளியின் நிலையை ஆய்வு செய்தல், நோயாளியின் உடல்நிலை முன்னேற்றங்களை கேட்டறிதல் (நோயாளி எனது கால்வலி குறைந்துள்ளது அல்லது அப்படியே உள்ளது என்றும் கூறலாம்)

R - REVISION சிகிச்சை மாற்றங்கள் (வலி குறையாத நேரங்களில் வேறு மருந்துகளை பரிந்துரை செய்தல்).

13.5.2 PIE வரையறை

இதுவும் SOAP முறையைப் போன்ற பிரச்சனை சார்ந்த வரையறையே திட்டமிடலையும் PIE செவிலியர் திட்டமிடலையும் SOAP மருத்துவ முறையையும் அடிப்படையாகக் கொண்டது.

- P - PROBLEM IDENTIFICATION (பிரச்சனையைக் கண்டு பிடித்தல்)
- I - INTERVENTION (சிகிச்சையளித்தல்)
- E - EVALUVATION (ஆய்வு செய்தல்)

- P – மயக்கத்தினால் கீழே விழுந்து அடிப்படும் அபாயம் உள்ளது.
- I – படுக்கையிலிருந்து எழும்போது உதவியாளரை அழைக்க அறிவுறுத்தப்படுகிறது.
- E – தொடர் தலைச்சுற்றல் காரணமாக நோயாளி தொடர்ந்து உதவியாளரை அழைத்தல்.

இம்முறை செவிலியரின் சிகிச்சை மற்றும் நோய் கண்டறிதலை பின்பற்றி சிகிச்சைக்கான திட்டமிடல் படிநிலைகளை உள்ளடக்கியது.

13.5.3 இலக்கு சார்ந்த வரையறை

செவிலிரியரின் நோய் கண்டறிதல், நோயாளியின் புகார்கள், நோய் அறிகுறிகள் நிகழ்வுகள் ஆகியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டது.

சிகிச்சை மூன்று படிநிலைகளைக் கொண்டது. (DAR)

- DATA (தகவல்) – சிகிச்சையின் இலக்கு சார்ந்த நோயாளியின் புகார்கள் அல்லது ஆய்வுகள்
- ACTION (செயல்பாடு) – செவிலியரின் சிகிச்சை
- RESPONSE (விளைவுகள்) – சிகிச்சையின் விளைவுகள்

- D – நோயாளி கீறல்பட்ட இடத்தில் வலிப்பதாக கூறுதல். வலி அளவீடு 7/10
- A – படுக்கை நிலையை சரிப்படுத்துதல், நோயாளியை சௌகரியமாக நிலைப்படுத்துதல், வலி நீக்கும் மருந்துகள் 50மிகி ஊடான மருந்து செலுத்துதல்
- R – நோயாளி எனது வலி குறைந்துவிட்டது என்று கூறுதல்

13.5.4 கணினி உதவியுடன் வரையறுத்தல்

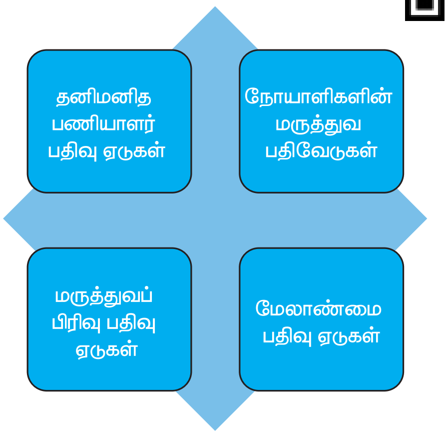
- நேரம், தேதி ஆகியவை தானாகவே குறிப்பிடப்படுகிறது. எளிதில் வாசிக்கவும் புரிந்துக் கொள்ளவும் முடிகிறது.
- நோயாளியின் தேவைகள் பற்றி மருத்துவப் பிரிவுகளுக்கிடையே விரைவான தகவல் தொடர்புக்கு வழிவகுக்கிறது.
- பல மருத்துவ பணியாளர்களும் ஒரே நேரத்தில் தகவலை அறிந்து கொள்ள உதவுகிறது.
- ஆவணப்படுத்துதலுக்கான கால விரயத்தை தடுக்கிறது.
- மின்னணு பதிவுகளை திரும்ப பெறுவது எளிது. வழங்கப்படும் சேவைகளை

விரைவாகவும் முழுமையாகவும் செயல்படுத்த உதவுகிறது. நோயாளியின் மருத்துவ வரலாறுகளை முழுமையான பதிவுகளாக கொடுக்கிறது. பிழைகள் குறைக்கப்படுகிறது.

13.6 பதிவேடுகள்

ஆவணப்படுத்துதலில் பதிவேடுகள் என்பது ஒரு அத்தியாவசிய கூறுகளாகும்.

13.6.1 பதிவேடுகளின் வகைகள்



1. நோயாளிகளின் மருத்துவப் பதிவு ஏடுகள் என்பவை நோயாளிகளின் உடல் நலக்குறைவு, உடல்நல முன்னேற்றம், மற்றும் நோயாளிக்கு கொடுக்கப்பட்ட சிகிச்சை தகவல்கள் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது.
2. தனிமனித பணியாளர் பதிவேடுகள்
   - பணியாளர்களின் உடல்நலக் குறைவு, விடுமுறைகள், பணிநியமனம், வேலையில் முன்னேற்றம், பணியாளரின் அடிப்படை தகவல்கள் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது. இத்தகைய தனிச்சிறப்பான பதிவேடுமுறை நிர்வாகத்திற்கு அவசியமானது ஆகும்.
3. மருத்துவப் பிரிவு பதிவேடுகள்
   - எண்ணிக்கை கணக்கெடுப்பு பதிவேடு
   - மருத்துவப் பணியாளர் மற்றும் ஏனைய பணியாளர்களின் பணியிட மாற்றங்கள் பற்றிய கையேடு.
   - கையிருப்பில் இருக்கும் மருந்துகள், உபகரணங்கள் பற்றிய ஏடுகள்
   - பணியாளர்களின் விடுமுறைப் பதிவேடு
   - நோயாளிகளின் சேர்க்கைப் பதிவேடு
   - இடமாற்ற பதிவேடு
   - வெளியேற்ற பதிவேடுகள்
   - மருந்துகள் பற்றிய கையேடு
4. நிர்வாக மேலாண்மை பதிவேடுகள்

   இத்தகைய பதிவேடுகள் நிர்வாக நோக்கத்திற்காக முற்றிலும் பராமரிக்கப்படுகின்றன.

13.6.2 செவிலியர்களால் பராமரிக்கப்படும் மற்ற பதிவேடுகள்

முக்கிய அறிகுறிகளை குறித்த பதிவேடு (vital signs) வெப்ப நிலை மற்றும் நாடித்துடிப்பு சுவாசிக்கும் தன்மையை எழுதி வரைபடமாக அமைக்கப்படுகிறது. இயல்பு நிலையிலிருந்து சிறிய மாறுதல்களை ஒவ்வொரு நிலையிலும் குறிக்க வேண்டும்.

உட்கொள்ளல் மற்றும் வெளியீடு விளக்கப் பதிவேடு (intake output chart)

ஆபத்தான நிலையில் உள்ள நோயாளிகளான நரம்புகள் வழி திரவங்கள் பெறும் நோயாளி, அறுவைச் சிகிச்சைக்கு பின் உள்ள நோயாளி, எடிமா (Oedema) உள்ள நோயாளி வாந்தி மற்றும் வயிற்றுப்போக்கால் பாதிப்படைந்த நோயாளி அவர்களின் உட்கொள்ளுதல் மற்றும் வெளியேற்றுதல் செயல்களை அட்டவணைப்படுத்தி பராமரித்தல்.

முக்கிய அறிகுறிகள் பதிவேடு

நோயாளிய சேர்க்கைப் பதிவேடு

இரத்தப் பிரிவு:

உயரம்.........செ.மீ முக்கிய அறிகுறிகள் பதிவேடு எடை........கி

நோயாளியின் பெயர்: வயது: பால்: ஆண்/பெண்............(பிற) பதிவெண்: உள் பதிவெண்:

நோய் கண்டறிதல்: செயல்முறை:

நோயுற்ற நாள்																																											
தேதி																																											
நேரம்	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	2	6	10	
45.5°																																											
40°																																											
39.5°																																											
39°																																											
38.5°																																											
38°																																											
37.5°																																											
37°																																											
36.5°																																											
நாடித்துடிப்பு																																											
சுவாசம்																																											
இரத்த அழுத்தம்																																											
தினசரி எடை																																											
24 மணி நேர உணவு																																											
24 மணி நேர முன்னேற்றம்																																											
நோய் எதிர்ப்பு மருந்து																																											

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 267 19-02-2019 16:08:21

உட்கொள்ளல் மற்றும் வெளியீடு விளக்கப் பதிவேடு

நோயாளியின் பெயர்: நோயாளியின் பி.தேதி: சேர்க்கை நாள்:
வயது: பதிவெண்: எடை:
பால்: ஆண்/பெண்............(பிற) திருமண நிலை: தேதி:

INTAKE									வெளியேறுதல் OUTPUT						குறிப்பு	கையொப்பம்
வாய்வழியாக			சிரை வழியாக			மூக்கு குழாய்										
ORAL			I.V			RYLES TUBE										
நேரம்	வகை	அளவு	நேரம்	வகை	அளவு	நேரம்	வகை	அளவு	நேரம்	சிறுநீர்	மலம்	வாந்தி	உள்ளிழுத்தல்	கசிவு		
TIME	TYPE	AMT	TIME	TYPE	AMT	TIME	TYPE	AMT	TIME	URINE	STOOL	EMESIS	ASPIRATE	DRAIN		
மொத்தம்									மொத்தம்							

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 268 19-02-2019 16:08:21

செவிலியர் குறிப்பு பதிவேடு (Nurses record)

செவிலியர் படிவம்

நோயாளியின் பெயர்:	வயது:	பால்: ஆண்/பெண்............(பிற)
நோயாளி பதிவெண்:	உள் பதிவெண்:	தேதி:
படுக்கை எண்:		பக்கம் எண்:

தேதி	நேரம்	செவிலியர் குறிப்புகள்	கையொப்பம்
ஒவ்வொரு குறிப்பிற்குப் பின்னும் தேதியுடன் கையொப்பமிடவும்.			

செவிலியர் குறிப்பு படிவம்

13.7 அறிக்கைகள்

அறிக்கைகள் வாய்வழி அல்லது எழுத்து வடிவமாக ஆவணப்படுத்தப்படுகின்றன.

13.7.1 அறிக்கையின் வகைகள்

- பணிநேர மாற்று அறிக்கைகள்
- தொலைப்பேசி வழி அறிக்கைகள்
- மருத்துவ அறிக்கைகள்
- நிகழ்வு அறிக்கைகள்
- சட்ட அறிக்கைகள்

13.7.1.1 பணிநேர மாற்ற அறிக்கைகள்

- ஒரு குழு பணியாளர்களின் வேலைநேரம் முடிந்த பிறகு வரும் அடுத்த குழுவினரின் தொடர் சேவைக்கான வழிகாட்டுதல் கையேடு ஆகும். பணி மாற்ற அறிக்கைகள் எழுத்து வடிவமாகவோ அல்லது வாய்வழி அறிக்கைகளாகவோ கொடுக்கப்படுகின்றன. அவை அடிப்படையான அடையாளம் கண்ட தகவல்களான நோயாளியின் நிலை, தற்போதைய மதிப்பீடு, மருத்துவரால் உத்தரவிடப்பட்ட நிகழ்வு, கொடுக்கப்படும் மருந்துகளின் மாற்றங்கள், நரம்புகளின் வழியாக செலுத்தப்படும் திரவம், உணவு, செயல்பாடுகளின் நிலைகள் பற்றிய விவரங்களை வழங்குகின்றன.
- புதிதாக அனுமதிக்கப்பட்ட நோயாளியின் சுருக்கவுரை
- வெளியேற்றப்படும் அல்லது மாற்றப்படும் நோயாளிகளின் அறிக்கை.

13.7.1.2 தொலைப்பேசி வழி அறிக்கைகள்

- ஆபத்தான நிலையிலுள்ள நோயாளிகளின் நிலையை உடனடியாக நேரத்திற்கேற்ப தெரிவிக்க தொலைபேசி சாதனங்கள் பயன்படுகின்றன.
- சில அவசர காலங்களில் நோயாளியின் ஆய்வக பரிசோதனை முடிவுகள் மற்றும் தற்போதைய உயிர் அடையாளங்கள் மருத்துவ பரிந்துரைகள் தொலைபேசி மூலம் அறிக்கையிடப்படுகின்றன.

13.7.1.3 குடும்ப உறுப்பினர்களின் அறிக்கை

- குடும்ப உறுப்பினர்கள் தெரிவிக்கும் தகவல்களை கொண்டு செவிலியர்கள் தங்கள் சந்தேகங்களை நிவர்த்தி செய்து மற்றும் அறிக்கையில் நோயாளியின் நிலையை குறிப்பிடுதல் வேண்டும். குடும்ப உறுப்பினர்களிடம் இருந்து நோயாளியின் மேம்பட்ட நிலை பற்றி அறிக்கையிடுவதில் செவிலியர் முக்கிய பங்குவகிக்கின்றனர்.

13.7.1.4 நிகழ்வு அறிக்கைகள்

- எதிர்பாராத நிகழ்வுகளைப் பற்றிய அறிக்கைகள்
- உதாரணம்: சிகிச்சைப் பிரிவில் திடீரென நோயாளி தரையில் விழுதல்.

மாணவர்கள் செயல்பாடு

- உடன் பயிலும் வகுப்பு மாணவர்களின் உயிர் அடையாளங்களை அட்டைப்படுத்துதல்.
- உட்கொள்ளல் மற்றும் வெளியேற்றப்படும் தகவல்களை பதிவேட்டில் பதிவதற்கு கற்றல்

13.8 பதிவேடு பராமரிப்பு மற்றும் அறிக்கைகளில் செவிலியர்களின் பொறுப்பு

- செவிலியரின் கட்டுப்பாட்டில் பாதுகாப்பாக வைத்திருத்தல்
- எந்த ஒரு தாளும் விடுபட்டுவிடக் கூடாது
- நோயாளிகளை, மற்றவர்கள் கையாளக் கூடாது
- அறிமுகமற்ற நபர்கள் பதிவேடுகளை வாசிக்க அனுமதிக்க கூடாது.
- மேலாண்மை அதிகாரிகளின் எழுத்துப் பூர்வ உத்தரவின்றி சட்ட ஆலோசகர்களிடம் பதிவேடுகளை கொடுத்தல் கூடாது.
- கவனமாக கையாள வேண்டும். சிதைத்துவிட கூடாது.
- நோயாளியின் தகவல்களை வைத்து அடையாளம் காண வேண்டும் உதாரணம்: பெயர், வயது, சேர்க்கை எண் நோயாளியின் நோய் விவரம் போன்றவை (சட்ட சிக்கல்கள்)

பாடச்சுருக்கம்

ஆவணப்படுத்துதல் என்பது தகவல்களை எழுத்து வடிவங்களில் முக்கிய நிகழ்வுகளை மற்றும் நோயாளியின் வரலாற்று நிகழ்வுகளை அந்நேரங்களில் நிகழ்ந்தவற்றை பராமரித்தல் ஆகும். ஒரு நபரின் உடல் நல பிரச்சனைகளையும் மற்றும் அந்நபரின் திறனை பாதிக்கும் காரணிகளையும் தெளிவாக காண்பிப்பதே ஒரு சிறந்த பதிவேடாகும். பதிவேடுகளில் நாட்கள், வாரங்கள், மாதங்கள், ஆண்டுகள் ரீதியாக பதிவு செய்தல் வேண்டும். பதிவேடுகள் அனைத்து சேவைகளையும் மற்றும் நோயாளிகளின் வகைகள் பற்றிய தகவல்களை பதிவேடுகள் வழங்குகின்றன. பதிவேடுகள் செவிலியர்களின் சேவைகளை பற்றியும் மற்றும் முகவர்களுக்கு சுருக்கமாக தகவல்களை அளிக்கின்றது. எனவே பதிவேடுகள் மற்றும் அறிக்கைகள் ஒரே சீரான வரிசையில் அளிப்பதில் முக்கிய அம்சங்களை கொண்டுள்ளது. அதற்கான காரணிகளையும் மற்றும் பிற காரணிகள் பதிவேடுகள் மற்றும் அறிக்கைகள் சேவையின் அடிப்படை அம்சங்களை வெளிப்படுத்துகின்றன. எனவே புதிய செவிலியரும் கூட தனிநபர், குடும்பங்கள் மற்றும் சமுதாயத்திற்கு சேவையை தொடர்ந்து செய்ய முடிகிறது.

www.tnschoolbooks.in

வினாக்கள்

I சரியான விடையை தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக

1. நோயாளிக்கு ஏற்படும் திடீர் இரத்தப்போக்கு பற்றி ஒரு குழு தலைமை செவிலியர் அடுத்த வேலை நேரத்தில் பணிக்கு வரும் தலைமை செவிலிக்கு தகவலை தெரிவிக்க பயன்படுத்தும் ஆவண முறை எது?
   - அ. கார்டெக்ஸ் பதிவேடு
   - ஆ. பணிநியமன பதிவேடு
   - இ. பணிநேர மாற்று அறிக்கை
   - ஈ. நிகழ்வு அறிக்கை

2. பதிவேடு பராமரிப்பில் கடைபிடிக்க வேண்டிய அம்சத்தை குறிப்பிடுக
   - அ. துல்லியத் தன்மை
   - ஆ. விளைவுகளின் தன்மை
   - இ. தூய்மையான தன்மை
   - ஈ. நிலைப்பாடு

3. நோயாளி ஒருவர் படுக்கையின் தடுப்பைத் தாண்டி தவறி விழுந்துவிட்டார். இதைப் பற்றி நிகழ்வு அறிக்கை பதியப்படுகிறது. எனில் நிகழ்வைப் பற்றி எந்தக் கூற்று சரியானது?
   - அ. நிகழ்வை நேரடியாக கண்ட செவிலியரே நிகழ்வு அறிக்கையை எழுத வேண்டும்.
   - ஆ. நோயாளியே நிகழ்வைப் பற்றி விளக்க வேண்டும்.
   - இ. நிகழ்வுக்கான உத்தேச காரணம் பதிவு செய்யப்பட வேண்டும்.
   - ஈ. நிகழ்வு அறிக்கை பதியப்பட்டதற்கான குறிப்பு மருத்துவ பதிவேட்டில் பதியப்பட வேண்டும்.

4. ஒரு செவிலியர் பணி நேர தகவல்களை எல்லாம் அடுத்தவேலை நேர செவிலியருக்கு தெரிவிக்கும் அறிக்கையை தயார் செய்கிறார். இவ்வறிக்கையில் என்னென்ன குறிப்புகள் சேர்க்கப்பட வேண்டும்.
   - அ. நோயாளி சிகிச்சை நிகழ்வு பற்றிய தணிக்கை
   - ஆ. நோயாளியின் நோய்கள் கண்டறிதல் பற்றிய குறிப்பு
   - இ. நோயாளிக்கு தேவையான தினசரி சிகிச்சை நிகழ்வுகள்
   - ஈ. நோயாளிக்கு கொடுக்கப்பட்ட நோய் பற்றி பரிந்துரைகள்

5. நோயாளியின் பதிவேடு மற்றும் அறிக்கை ஆவணப்படுத்துதலில் செவிலியர் ஒருவர் பிழை செய்து விட்டார். செவிலியர் செய்ய வேண்டியது என்ன?
   - அ. படுக்கைக்கோடு இட்டு தவறை அடித்துவிட்டு கையொப்பம் இட வேண்டும்.
   - ஆ. பிழையை அழித்துவிட்டு அதே இடத்தில் திருத்தம் செய்யவும்.
   - இ. அடர்நிற மைகொண்டு பிழையை அழித்துவிட்டு தொடர்ந்து இடைவெளியின்றி எழுதவும்.
   - ஈ. பிழையைப் பற்றிய குறிப்பை தாளின் அடிப்பகுதியில் எழுதவும்.

II. கீழ்கண்ட வினாக்களுக்கு ஓரிரு வரிகளில் விடையளி

1. பதிவேடுகள்– வரையறு
2. அறிக்கைகள் வரையறு
3. APIE விரிவாக்கம் தருக
4. இலக்கு சார்ந்த பதிவு செய்தல் என்றால் என்ன?

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 271 19-02-2019 16:08:22

www.tnschoolbooks.in

5. பதிவேடுகளை பராமரித்தலின் நோக்கம் ஏதேனும் இரண்டினை பட்டியலிடுக.

III. குறுகிய விடையளி

1. ஆவணப்படுத்துதலின் கொள்கைகள் பற்றி குறிப்பெழுதுக.
2. பதிவேடுகளின் வகைகளைப் பற்றி எழுதுக
3. ஆவணப்படுத்துதலின் முறைகள் பற்றி குறிப்பெழுதுக

4. பதிவேடு பராமரிப்பில் செவிலியரின் பங்கை விளக்குக

IV விரிவான விடையளி

1. ஆவணப்படுத்துதலின் நோக்கங்கள் பற்றி விளக்குக
2. பதிவேடுகளின் வகைகளைப் பற்றி விவரித்து எழுதுக
3. அறிக்கைகளின் வகைப்பாடுகளை விவரித்து எழுதுக

A-Z சொற்களஞ்சியம்

1. அறிவிக்கப்பட்ட முடிவு (INFORMED CONSENT) – உண்மைகள் முழுமையாக வெளிப்படுவதன் அடிப்படையில் ஏதாவது ஒன்றை அனுமதிக்க ஒரு நபர் உடன்பாடு, நுணுக்கமாக சிந்தித்து முடிவெடுத்தல் தேவைப்படுகிறது. இவ்வகையான ஒப்புதல் கட்டாயமாக நல்ல மனநிலையில் உள்ள நபர் தன் சுய விருப்பத்தின் அடிப்படையில் கொடுக்க வேண்டும்.
2. சம்பவ அறிக்கை (INCIDENT REPORT) – சம்பவ அறிக்கை என்பது ஏதேனும் காயங்கள் ஏற்பட்டதை விவரிப்பதன் மூலம் சரியான கவனிப்பின்மையும் ஒரு குறிப்பிட்ட பணியாளர் அல்லது நபர் சம்பவத்தை பற்றி அறிக்கையில் தெளிவாக விளக்கம் கொடுக்க வேண்டும்.
3. நெறிமுறை (PROTOCOL) – ஒரு நோயாளியின் கவனிப்பின் போது தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மருத்துவநிலைகள் அல்லது சூழ்நிலை பற்றி திட்டமிட்டு எழுதப்பட்ட குறிப்பான செயல்முறையே நெறிமுறை ஆகும்.
4. நிலையான ஆணை (STANDING ORDERS) – நிலைநிறுத்த உத்தரவுகள் குறிப்பிட்ட இயல்புக்கான திசைகளும் கட்டளைகளும் ஆகும். மருத்துவர்களின் உதவி கிடைக்காத நிலையில் வீட்டிலோ மருத்துவ மனையிலோ சுகாதார நிலையிலோ மற்றும் சமூகத்திலோ செவிலிய மற்றும் சுகாதார நல கவனிப்பாளர்கள் சிகிச்சையை வழங்குகின்றனர்.

மேற்கோள் நூல்கள்

1. Potter P A, et al., (2013). Potter & Perry's Fundamentals of Nursing (1st ed.) Newdelhi: Elsevier
2. Clement (2011) . Nursing Fountation, (1st ed.) Newdelhi :Jaypee
3. Sulakshini Immanuel (2014).Nursing Foundations: Principles and Practices Brothers (1st ed.) Newdelhi: Universities press
4. Carpenito.J.C (1995). Nursing care plans and Documentation (2nd ed.) Philadelphia,J.B.Lippincott
5. White, L.; Duncan, G.; and Baumle, W.: Foundation of Nursing, 3rd ed., 2011, Australia: CENGAGE,.

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 272 19-02-2019 16:08:22

www.tnschoolbooks.in

இணையத்தில் தேட

- https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3033612/
- www1.health.nsw.gov.au/pds/ActivePDSDocuments/PD2012_069.pdf
- https://provider.ghc.org/open/render.jhtml?item=/open/.../records-standards.xml
- https://www.nursingtimes.net/roles/practice-nurses/the...record...nurses/205784.article
- https://www.wichita.va.gov/documents/3_Documentation_of_Medical_Records.pdf
- www.icid.salisbury.nhs.uk › ICID › Clinical Management › Operational Issues
- https://www.gapmedics.com/.../charting-and-documentation-guide-for-nursing-student.http://m.youtube.com>watch

Nursing General_Tamil Ch-13.indd 273 19-02-2019 16:08:22

தனி நபர் ஆய்வு

தனி நபர் ஆய்வு: 1

1. திரு. ஜான் 44 / ஆ. இன்று காலை சுமார் இரண்டுமணி வயிற்றின்மேல் வலி என்று கூறியுள்ளார். வலி தீவிரமாகவும், முதுகுபகுதிக்கு பரவுவதாகம் இருந்தது. அவருக்கு குமட்டல் மற்றும் இரண்டு முறை வாந்தி இருந்தது. பரிசோதனையின் போது அவர் வலியுடனும், சோகமாகவும் இருந்தார். அவருடைய உயிராதார புள்ளிகள் விவரம்: உடல் வெப்பநிலை 98° F, நாடித்துடிப்பு 88/min, சுவாசம்: 18/mt. மற்று இரத்த அழுத்தம் 120/80 mm Hg. நோயாளி மென்மையான வயிற்றுவலி மற்றும் rebound tenderness – உடன் இருக்கிறார்.

- உயிராதாரப் அறிகுறிகளை (Vital signs) கணக்கிட்டு பதிவு செய்யவும்.
- உடல்நல பரிசோதனை முறையை விவரி.

தனி நபர் ஆய்வு: 2

1. நோயாளியின் பெயர்: MR.சோமு

   வயது: 65 yrs

   மேற்கண்ட நபர் நீண்டநாட்களாக புகை பிடித்தல் மற்றும் மது அருந்தும் பழக்கம் உடையவர். அவருக்கு கடந்த சில வாரங்களாக மார்புவலி, மார்பு இறுக்கம் மற்றும் வலி இடதுகைக்கு பரவும் தன்மை காணப்படுகிறது. அவரைபார்க்கும் போது அவர் சுவாசத் திணறலுடனும் அதிக வியர்வையுடனும் காணப்படுகிறார் (RR .44/mt) அவருடைய விரல் நகங்களில் நீலம் பரித்தல் (Cyanosis) அறிகுறியும் காணப்படுகிறது.

- மேற்கண்ட நிலையை மதிப்பீடு செய்து அவசரசிகிச்சையை எழுது.
- ஆக்சிஜன் செலுத்துவதற்கான Tray வை தயார் செய். ஆக்சிஜன் செலுத்துவதற்கான கொள்கைகளை வரிசைப்படுத்து.

தனி நபர் ஆய்வு: 3

1. நோயாளியின் பெயர்: Mrs. ஜானகி

   வயது: 50 yrs

   மேற்கண்ட நோயாளிக்கு வயற்றில் அறுவைசிகிச்சை செய்யப்பட்டு, அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின் வாய்வழியாக உணவு எதுவும் உட்கொள்ளாத நிலையில் இருக்கிறார். நோயாளிக்கு சிரைவழித்திரவம் Inj. D5, Inj. RL 100ml / hr. செலுத்த மருத்துவ ஆணை உள்ளது. நீ நோயாளியின் அறைக்கு செல்லும் போது சிரைவழித்திரவம் செல்லவில்லை. நோயாளியின் தோல் உலர்ந்து, இரத்த அழுத்தம் குறைவாக காணப்படுகிறது.

   சிரைவழிதிரவம் செல்லும் இடத்தில் நோயாளி வலி மற்றும் எரிச்சல் இருக்கிறது என சொல்கிறார்.

- மேற்கண்ட நிகழ்வுக்கு உன்னுடைய மதிப்பீட்டை என்ன?
- நீ எவ்வாறு INTAKE / OUTPUT CHART – யை கனக்கிடுவாய்?

Case Study.indd 274 19-02-2019 16:13:00

தனி நபர் ஆய்வு: 4

1. நோயாளியின் பெயர்: Mrs. ரோஸ்

   வயது: 91 yrs

   நீண்டநாள் சிகிச்சை அளிக்கும் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் இவருக்கு, வலது கால் பாதத்தில் வலி ஏற்பட்டுள்ளது. நேற்று படியில் இருந்து இறங்கும் போது கால் கீழ்பகுதி(கணுக்கால்) திரும்பி விட்டதாக கூறிகிறார்.

   செவிலியின் மதிப்பீட்டில் வலது கணுக்கால் வக்கத்துடன், சிவப்புநிறத்தில், சிறிது வெப்பமான நிலையில் காணப்படுகிறது. ஆனால் உடல் வெப்பநிலை சாதாரண நிலையில் இருக்கிறது அவருடைய பீடல்நாடித்துடிப்பு வலிமையாக இருக்கிறது.

- மேற்கண்ட நிகழ்வுக்கு முதலுதவியை விளக்கு.
- உன்னுடைய மதிப்பீட்டை எழுது.

அலகு 10

ஆவணப்பதிவு என்பது ஒரு குறிப்பிட்ட காலத்தில் நடந்த நிகழ்வுகளை தகவல் தொடர்புக்காக எழுதுவதாகும். ஒரு சரியான நலப்பதிவேடு ஒருவருக்கு இருக்கக்கூடிய நலப்பிரச்சனை மற்றும் அவற்றிற்கான காரணங்களை தெளிவுபடுத்தும் அறிக்கைகள் தினசரி, வாரம், மாதம் (அ) 3 மாதங்கள் காலக்கணக்கில் எழுதப்படலாம்.

ஒருதனிநபர், குடும்பம் (அ) சமுதாயத்திற்கு முக்கிய சேவைகளை புதிய பணியாளர் தொடரும் வகையில் பதிவுகள் மற்றும் அறிக்கைகள் எழுதப்படவேண்டும்.

Case Study.indd 275 19-02-2019 16:13:01

மாதிரி வினாத்தாள்

வகுப்பு: XI

மதிப்பெண்கள்: 90 நேரம்: 2.30

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக. (15x1=15)

1. சுகாதார குடும்ப நலத்திட்டங்களில் தொழிற் சங்க அமைப்பின் வேலை பட்டியலிடப்பட்டது.
   அ கட்டுரை 246
   ஆ கட்டுரை 200
   இ கட்டுரை 250
   ஈ கட்டுரை 156

2. இவற்றில் எது இருவருக்கிடையேயான தொடர்புகள் (அ) உறவுநிலையின் கொள்கைகள் இல்லை.
   அ. கௌரவித்தல் கொள்கை
   ஆ. சகிப்புத் தன்மை கொள்கை
   இ. மரியாதைக் கொள்கை
   ஈ தெளிவுபடுத்தல் கொள்கை

3. சுவாசத்தின் எண்ணிக்கையும் ஆழமும் அதிகரித்தல்
   அ. எப்னியா
   ஆ. ஹைபர்வெண்டிலேஷன்
   இ. ஹைபோவெண்டிலேஷன்
   ஈ. எலக்ட்ரானிக் தெர்மாமீட்டர்

4. 24 லிருந்து 25 சதவீத ஆக்ஸிஜன் அடர்த்தி கொடுக்கப்படும் அளவு
   அ. 2 லிட்டர் ஆ. 3 லிட்டர்
   இ. 1 லிட்டர் ஈ. 4 லிட்டர்

5. HIV நோயினை கண்டறிய உறுதியான பரிசோதனை
   அ. RIA ஆ. ELISA
   இ. VDRL ஈ. வெஸ்டர்ன் பிளாட்

6. இதில் எவ்வகை அயனியாக்கம் அல்லாத கதிர்கள் கதிரியக்கத்தில் பயன்படுகின்றன.?
   அ. காமாகதிர்கள்
   ஆ. X கதிர்கள்
   இ. காஸ்மிக் கதிர்கள்
   ஈ. புறஊதா கதிர்கள்

7. ஜிஞ்சிவைடிஸ் என்பது இதில் ஏற்படும் வீக்கமாகும்
   அ. நாக்கு
   ஆ. ஈறு
   இ. வாய்சளிச் சவ்வு
   ஈ. வாயின் ஓரங்கள்

8. தீவிர இரத்த இழப்பு ஏற்படும் மருத்துவ நிலைக்கு
   அ. அதிர்ச்சி
   ஆ. ஹைபோகிளைசிமியா
   இ. அனாபைலாக்ஸிஸ்
   ஈ. ஹைபோதெர்மியா

Nursing-Gen_Tamil_Question.indd 276 19-02-2019 16:09:56

9. காலின் பெருவிரலின் எலும்பு பெரிதாகி வெளிப்புறமாக வளைதல்
   அ. சுத்தியல்விரல்,
   ஆ. ஸ்பர்ஸ்,
   இ. கால்பெருவிரல்வீக்கம்,
   ஈ. கரணை

10. கற்றலில் அடிப்படையான விருப்பம் ஏற்படுத்த விழிப்புணர்வின் கொள்கை
   அ. ஆர்வம்
   ஆ. ஊக்குவித்தல்
   இ. நம்பகத்தன்மை
   ஈ. செயல் விளைவு

11. எடுத்துக்கொண்ட மருந்துகள் உடல் எதிர்பார்க்கக்கூடிய அல்லது யூகிக்கக்கூடிய விளைவுகளை ஏற்படுத்துவதே
   அ. பக்க விளைவுகள்
   ஆ. நச்சு விளைவுகள்
   இ. பாதகமான விளைவுகள்
   ஈ. சிகிச்சை விளைவுகள்

12. வாந்தியை உண்டாக்கும் மருந்து எவ்வாறு அறியப்படுகிறது
   அ. இரத்தம் உறையச் செய்யும் மருந்துகள்
   ஆ. தூக்கம் உண்டாக்குபவை (செடேடிவ்ஸ்)
   இ. எமடிக்ஸ்
   ஈ. அமில நீக்கிகள்

13. ஆயுர்வேத சிகிச்சையில் இதில் எவ்வகை அளிக்கப்படுகிறது.
   அ. யோகாசனம்
   ஆ. மருந்துகள்
   இ. பஞ்சகர்மா
   ஈ. அக்குபஃசர்

14. தடுப்பூசி செலுத்துவதன் வழி எவ்வகையான நோய் தடுப்பாற்றல் வளர்ச்சி பெறுகின்றது.
   அ. செயற்கையான பெறப்பட்ட நோய்த்தடுப்பாற்றல்
   ஆ. செயற்கையான செயல்மிகு நோய்த்தடுப்பாற்றல்
   இ. இயற்கையான பெறப்பட்ட நோய்த்தடுப்பாற்றல்
   ஈ. இயற்கையான செயல்மிகு நோய்த்தடுப்பாற்றல்

15. பதிவேடு பராமரிப்பில் கடைபிடிக்க வேண்டிய அம்சத்தை குறிப்பிடுக
   அ. துல்லியத் தன்மை
   ஆ. விளைவுகளின் தன்மை
   இ. தூய்மையான தன்மை
   ஈ. நிலைப்பாடு

II. வினா எண் 16 கட்டாயமாக எழுதவும். 17 லிருந்து 23 வரை ஏதானும் 5 வினாக்களுக்கு விடை அளிக்கவும் (6x2=12)

16. செயலிழக்கப்பட்ட வகை தடுப்பூசி என்றால் என்ன? எகா தருக

17. மருந்து இயக்கு முறை – வரையறு?

18. 'வார்ட்'என்றால் என்ன?

19. முதுகு சுத்தம் நோக்கம் யாது?

20. உடல் உருவகம் என்றால் என்ன?

21. தடுப்பூசி என்றால் என்ன? எகா தருக

22. UNICEF ன் நோக்கம்.

23. இருவருக்கிடையே தொடர்பு வரையறை?

Nursing-Gen_Tamil_Question.indd 277 19-02-2019 16:09:56

III. **வினா எண் 24 கட்டாயமாக எழுதவும். 25 லிருந்து 31 வரை ஏதேனும் 5 வினாக்களுக்கு விடை அளிக்கவும்** **(6x3=18)**

24. சுயநினைவற்ற நோயாளிக்கு அளிக்கப்படும் மேலாண்மை பற்றி எழுதுக.

25. மருத்துவகழிவு மேலாண்மை என்றால் என்ன?

26. நீண்ட நாட்கள் படுக்கையில் உள்ள நோயாளிக்கு பொதுவாக ஏற்படும் பிரச்சனைகள் என்ன?

27. மருந்துகளை செலுத்துவதற்கான பல்வேறு வழிகள் பற்றி விளக்குக.

28. பஞ்சகர்மாவில் பரிசோதிக்கும் முறைகள் பற்றி எழுதுக.

29. ஆக்ஸிஜன் அளித்தலின் நோக்கங்கள் யாவை?

30. ஒலி – ஒளி உபகரணங்களின் வகைகள் பற்றி விளக்குக.

31. தகவல் தொடர்புகளை தடுக்கும் தடைகள் பற்றி விளக்குக?

IV. விரிவாக விடையளிக்கவும் **(5x5=25)**

32. இந்தியாவில் செவிலியர்களின் நோக்கம்.

(அ)

இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்களை விவரி?

33. பல்வேறு வகையான தகவல் தொடர்பை விளக்குக?

(அ)

'க்ளாஸ்கோ– கோமா– ஸ்கேல்' – பற்றி விளக்குக.

34. உலகளாவிய முன்னெச்சரிக்கை தேவை பற்றி எழுதக?

(அ)

CPR என்றால் என்ன? CPR இன் குறியீடுகள், முரண்பாடுகள், மற்றும் படிகள் பற்றி விரிவாக விளக்குக.

35. திரு. ராஜீ 45 வயது கொண்ட ஒரு நபர் பின்வரும்உயிர் அடையாள அளவுகளை கொண்டுள்ளனர்.

1. வெப்பம் நிலை 970 F
2. நாடி துடிப்பு – 120/நிமிடம்
3. சுவாசிக்கும் வேகம் – 40/ நிமிடம்

மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன நோயாளிக்கு உங்களுடைய கவனிப்பு என்ன என்பதையும் முதலுதவி பற்றியும் விரிவாக விளக்குக.

(அ)

சித்த மருத்துவத் துறையில் பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகளின் சிகிச்சைகள் பற்றி விளக்குக.

36. 1 பதிவேடு பராமரிப்பின் பயன்கள் பற்றி விவரி.

(அ)

மருத்துவ கழிவுகளின் வகைகள் மற்றும் அகற்றுதல் வழிகளைப் பற்றி விளக்குக

2. இந்தியாவில் செவிலியர்களின் நோக்கம்.

Nursing-Gen_Tamil_Question.indd 278 19-02-2019 16:09:56

www.tnschoolbooks.in

பொருளடக்கம்

செயல்முறை

1. இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்கள் 280
2. நலம் சார்ந்த அளவைகள் 281
3. வெப்ப மற்றும் குளிர் ஒத்தடங்கள் 291
4. மருத்துவ மற்றும் அறுவை சிகிச்சை நுண்ணுயிரற்ற நிலை....................300
5. கிருமி நீக்கம் செய்தல் (அ) தொற்று நீக்கம்....................307
6. பொது சுகாதார செயல்முறைகள் 312
7. சிறுநீர் பரிசோதனை....................313
8. கழிவுநீக்கத் தேவைகள்....................316
9. மாதிரிகள் சேகரித்தல் 318
10. கட்டு கட்டுதல் 322

Practical_Contents.indd 279 14-06-2018 19:54:31

செயல்முறை **1**

இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்கள்

இந்தியாவில் சுகாதார நலத்திட்டங்கள்

இடங்களை பார்வையிடுதல்

1. ஏதேனும் ஒரு மருத்துவமனை
2. மாவட்ட தலைமை மருத்துவமனை
3. ஆரம்ப சுகாதார மையம்
4. மூன்றாம் நிலை ஆரம்ப மருத்துவமனை

செயல்முறை பயிற்சிகள் : கவனித்தல் மற்றும் பதிவுசெய்தல்

1. மருத்துவமனை சூழ்நிலை
2. மருத்துவமனையின் வழக்கமான செயல்பாடுகள்
3. மருத்துவமனையில் உள்ள நிறுவனங்கள்
4. அனுமதித்தல் மற்றும் வெளியேறும் செயல்முறைகள்

செயல்முறை 2

நலம் சார்ந்த அளவைகள்

1. அளவைக்கான தொழில் நுட்பங்கள் (Assessment techniques)
2. உடல் வெப்பம், நாடித்துடிப்பு சுவாசம் (TPR)
3. இரத்த அழுத்தம் (BP)

2.1 நலம் சார்ந்த அளவைகள்

1. அளவைக்கான தொழில் நுட்பங்கள்
   - அ) ஆய்வு (Inspection):- உடலின் வெளிப்பகுதியில் ஏற்படும் இயல்புக்கு மாறான நிலைகளை கண்டறிதல்.
   - ஆ) தொட்டு சோதனை செய்தல் (palpation):- தொட்டு உணர்ந்து சோதனை செய்தலின் மூலம் வீக்கம், விறைப்புத்தன்மை, கடினமானதன்மை, வலி, அதிர்வு போன்றவற்றை அறிதல்.
2. தட்டுதல் மூலம் நோய்தன்மையை அறிதல்: (percussion):- அடித்தல் (அ) தட்டுதலை விரல் மூலம் செய்து நீர் கோர்த்தல் அல்லது திசுக்களின் சேர்க்கையினால் கடினத்தன்மையை அறிதல்.
3. ஒலிச்சோதனை (Auscultation):- உடலின் உள் ஏற்படும் சத்தத்தை ஸ்டெத்தாஸ்கோப் (stethoscope) மூலம் தெரிந்து கொள்ளுதல்.
4. சரியான முறையில் கையாளுதல் (Manipulation):- உடலினை அசைத்துப்பார்த்து உடலின் பாகங்களில் ஏதேனும் விறைப்பு அல்லது வசதியின்மை உள்ளதா என்பதை அறிதல்.
5. மறுவினை (Reflex):- தூண்டலுக்கு ஏற்ற இயல்பான பதில் வினை.
6. நுகர்தல் (olfaction):- நுகர்தலின் மூலமாக இயற்கையான நோயின் தன்மையை உணர்தல். மிகமுக்கியமான அறிகுறிகளை பதிவு செய்தல். வெப்பநிலை (அ) உடல்வெப்பம், நாடித்துடிப்பு, சுவாசம்,

2.2 மிக முக்கியமான அறிகுறிகள்: (Vital signs)

உடல் வெப்பம், நாடித்துடிப்பு சுவாசம், ஆக்ஸிஜன் அளவு மற்றும் இரத்த அழுத்தம் போன்றவை ஆரோக்கிய குறைபாட்டைக் காட்டக் கூடிய மிக முக்கியமான அறிகுறிகள் ஆகும். இரத்த ஓட்ட மண்டலம், சுவாச மண்டலம், நரம்பு மண்டலம், நாளமில்லா சுரப்பி மண்டலம் ஆகியவற்றின் செயல்பாடுகள் அனைத்தும் சரியான முறையில் உள்ளதா என அறிய இவை பயன்படுவதால் இந்த அளவைகள் “vital signs” என அழைக்கப்படுகின்றன.

TPR–அளித்தலுக்கான முக்கிய நடவடிக்கைகள்

1. நோயாளியை அடையாளம் காணல்
2. நோய் கண்டறிதலை ஆய்வு செய்தல்,
3. தெர்மா மீட்டரை கையாளத் தெரிதல்,
4. முந்தைய அளவீடுகள் மற்றும் தற்போதைய TPR நிலை.

உபகரணம்: பொருட்களை வைக்கக் கூடிய சுத்தமான தட்டு

வரிசை எண்	பொருட்கள்
1.	டெட்டால் திரவம் நிரப்பிய குடுவை
2.	தெர்மாமீட்டர்–5f
3.	(Kindney tray) கழிவுத்தட்டு

Tamil - Practical 2.indd 281 14-06-2018 19:56:20

வரிசை எண்	பொருட்கள்
4.	தண்ணீர் நிரப்பிய குடுவை
5.	பஞ்சு உருண்டைகள் (cotton swab)
6.	சோப்பில்தோய்க்கப்பட்ட பஞ்சு உருண்டைகள் (soapy swab)
7.	ஈரமான மற்றும் உலர்ந்த துண்டு.
8.	பேனா மற்றும் விநாடி முள் கொண்ட கைக் கடிகாரம்

செயல்பாடுகள்

1. தெர்மாமீட்டர் மற்றும் அதற்கான பொருட்கள் கொண்ட தட்டினை நோயாளிக்கு அருகில் கொண்டு சென்று அவர்களை ஓய்வாக அமர வைத்தோ (அ) படுக்கவைத்தோ பரிசோதிக்க வேணடும்.
2. நோயாளியின் உடல் வெப்பம் அறியும் முன்னர் 15 நிமிடத்துக்குள்ளாக குளிர்ந்த (அ) சூடான பானத்தை அருந்தியவராகவோ இருக்கக் கூடாது.
3. தெர்மாமீட்டரை அதற்கான திரவத்தில் வைத்து எடுத்து சுத்தமான நீரில் துடைத்து எடுத்து பஞ்சு கொண்டு தெர்மாமீட்டரின் குமிழிலிருந்து தண்டை நோக்கி துடைக்க வேண்டும். வாயில் வைக்கக் கூடிய பகுதியில் நமது கை படாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
4. 35°C (95°F) அல்லது அதற்கும் கீழே தெர்மா மீட்டரின் பாதரச அளவு வரும் வரை நன்றாக உதற வேண்டும்.
5. நோயாளியின் நாக்கிற்கு அடியில் தெர்மாமீட்டர் வைக்கும் முன்னர் நோயாளியிடம் தெர்மாமீட்டரை கடிக்கக்கூடாது என்றும் உதடுகளை மூடிக் கொள்ள வேண்டும் என்றும். இருமவோ, பேசவோ கூடாது என்றும் அறிவுரை கூற வேண்டும்.
6. தெர்மாமீட்டரை நோயாளியின் வாயினுள் 1 முதல் 3 நிமிடம் வரை வைத்திருந்து எடுக்கவும் (நேரக்கணக்கு தெர்மா மீட்டரின் மேல் எழுதியிருந்தால்)
7. நாடித்துடிப்பினை அறிய பெருவிரல் அடுத்து மூன்று விரல்களை மணிக்கட்டின் மீது வைத்து (radial artery) கணக்கிடவும்.
8. நாடித்துடிப்பினை எண்ணிக்கையை அளவிட ஆரம்பிக்கும் முன்னர் கவனமாக துடிப்பினை உணர வேண்டும், நாடித்துடிப்பின் வலிமை மற்றும், இடைவெளியை கணக்கிட வேண்டும்.
9. விநாடி முள் உள்ள கைக்கடிகாரத்தையோ அல்லது பல்ஸ் ஆக்ஸிமீட்டரையோ பயன்படுத்தி 1 நிமிடத்திற்கு எத்தனை துடிப்பு என்பதை கணக்கிட்டு கொள்ளவும். தேவைப்படுமாயின் அதிக நேரம் செலவழித்து துல்லியமாக கணக்கிட வேண்டும்.
10. நோயாளியின் மார்பு உயர்ந்து தாழ்வதை தொட்டுணர்தல் (அ) கவனித்து கொள்ளுதல்.
11. சுவாசிக்கும் பொழுது ஒரு முழு நிமிடத்தில் எத்தனை முறை மார்புக் கூடு உயர்ந்து தாழ்கிறது என்பதை எண்ணிக் கொள்ள வேண்டும்.
12. எண்ணும் பொழுது குறித்துக் கொள்ள வேண்டியவை.
    (1) தாலிம் (Rhythm) – ஒழுங்கானது அல்லது ஒழுங்கற்றது
    (2) மூச்சின் ஆழம் – மேலோட்டமாக அல்லது சாதாரணமாக அல்லது ஆழமாக
    (3) ஒலி (Sound)– அமைதியான (அ) சத்தமான
    (4) ஏதேனும் சிரமம் அல்லது பாதிப்பு மூச்சுவிடுவதில் இருந்தால்.
13. உடல் வெப்பநிலை, நாடித்துடிப்பு, சுவாசம் ஆகியவற்றின் கணக்கினை TPR அட்டவணையில் குறிக்க வேண்டும்.
14. ஒரு நோயாளிக்கு பயன்படுத்திய தெர்மாமீட்டரினை மற்ற நோயாளிக்கு பயன்படுத்தும் முன்னர் குறைந்தபட்சம் மூன்று நிமிடங்களுக்கு கிருமிநாசினி திரவத்திற்குள் மூழ்க வைத்து எடுத்து பயன்படுத்தும் வகையில் எடுத்தலும்

Tamil - Practical 2.indd 282 14-06-2018 19:56:20

திரும்ப வைத்தலும் வட்ட சுழற்சி முறையில் நடை பெற வேண்டும்.

15. மேற்கண்ட செயல்முறைகள் முடிந்த பிறகு சுத்தப்படுத்தி பொருட்களை மீண்டும் பயன்படுத்த முன்னர் இருந்த நிலையில் தட்டில் வைக்க வேண்டும்.

இரத்தஅழுத்தம் (Blood Pressure)

இரத்த அழுத்தத்தினை அளவிடும் முறைகள்.

1. இரத்த அழுத்தத்தினை அளவிடும் முறைகளை தெளிவாக நோயாளிக்கு விளக்க வேண்டும். பின்னர் நோயாளியை அமர வைத்து மேசையின் மீது கையை தாங்குதலுடன் வைக்கச் சொல்ல வேண்டும்.
2. இரத்த அழுத்தமானியின் பட்டையை (Brachial artery) மேல் வைத்து மெதுவாக நோயாளியின் முழங்கைக்கு 5 செ.மீ மேல் சுற்றவும். பின்னர் முனைகளை உள்ளே சரியாக இருக்கும்படி சொருகவும்.
3. Brachial–துடிப்பினை உணர்ந்து கொண்ட பின்னர் விரல் வைத்து ஸ்டெதெஸ்கோப் கொண்டும் அறிய வேண்டும்.
4. வால்வை மூடி பல்பை அழுத்தி உறையினுள் காற்றை, நாடித்துடிப்பு மறையும் வரை செலுத்தவும் மேலும் 20 மி.மீ பாதரச மட்டம் உயரும் படி பார்த்துக் கொள்ளவும்.
5. வால்வை மெதுவாக திறந்து உறையிலுள்ள காற்றை வெளியேற்றவும். அப்போது முதல் ஒலி எப்போது வருகிறது என்பதை இரத்த அழுத்தமானியில் கவனிக்கவும். இந்த முதல் ஒலி சிஸ்டாலிக் (systolic reading) அளவு ஆகும். காற்று வெளியேறும் பொழுது ஒலிசத்தமாகவும், தெளிவாகவும் இருக்கும்.
6. தொடர்ந்து காற்றை மெதுவாக வெளிவிடவும், ஒரு கட்டத்தில் சத்தம் மிகவும் குறையும். இது Diastolic அளவு எனலாம். இந்த அளவினை குறித்துக் கொள்ளவும்.
7. பாதரசத்தின் அளவு பூஜ்ஜியத்திற்கு வரும் வரை காற்றை வெளியேற்றவும்.
8. எடுத்த அளவில் ஏதேனும் சந்தேகம் இருப்பின் மீண்டும் அளவினை எடுக்கவும்.
9. அளவினை பதிவு செய்து கொள்ளவும். சிஸ்டாலிக் அழுத்த அளவை முதலிலும் டயாஸ்டாலிக் அளவை இரண்டாவதாகவும் எழுதவும் (உம்) 120/80 மி.மீ Hg.
10. இரத்த அழுத்தமானியின் பட்டையைக் கழற்றவும்.

பிராணவாயு சிகிச்சை – கேனுலா முறை (Oxygen Therophy- Kannula method)

வரையறை

இம்முறையில் மிகவும் குறைந்த அளவு பிராணவாயு ஒரு முறை மட்டும் பயன்படுத்தக்கூடிய பிளாஸ்டிகினால் செய்யப்பட்ட குழாய் மூலம் அளிக்கப்படுகிறது. இந்தக்குழாயில் நாசித்துவாரங்களில் சொருகுவதற்கு ஏதுவாக இரண்டு சிறு குழாய்கள் உள்ளன.

Tamil - Practical 2.indd 283 14-06-2018 19:56:21

நோக்கம்

1. கடினசுவாசம் (Dyspnea) அல்லது சிரமப்பட்டு மூச்சுவிடுதலிலிருந்து நிவாரணம் பெற
2. நோயாளிக்கு குறைந்த அடர்த்தியான பிராணவாயுவை அளிக்க.
3. நோயாளி உணவு உண்ணும் போதும், அருந்தும்போதும் தடையில்லா பிராணவாயு கிடைப்பதற்காக.

செய்முறை (procedure)

	செவிலியல் செயல் (Nursing Action)	நோக்கம் (Rational)
1	நோயாளிக்கு தேவையான பிராணவாயு செலுத்தும் முறையை முடிவு செய்தல். மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி, பிராணவாயுவின் அளவு அடர்த்தி மற்றும் உபகரணம் போன்றவற்றை சோதித்தல்.	பிராணவாயு செலுத்தும்போது பிரச்சனைகளைக் குறைத்தல் மற்றும் தடுத்தல்.
2	நோயாளியின் முக்கிய உடல் செயல்களின் தன்மை (vital signs) சுயநினைவு நிலை, ஆய்வக முடிவுகள் மற்றும் பிறவற்றை பதிவு செய்தல்.	நோயாளிக்கு வழங்க வேண்டிய எதிர்கால சிகிச்சை பற்றிய அடிப்படையை வழங்குவதற்கு.
3	பிராணவாயு சிகிச்சையில் ஏற்படப்போகும் பிரச்சனைகள் பற்றி மதிப்பிடுதல், பிராணவாயு செலுத்தும்போது நோயாளி மற்றும் சுற்றுச்சூழல் புகைப்பிடிப்பதால் ஏற்படும் ஆபத்துகள் பற்றியும் மதிப்பிடுதல்.	நோயாளிக்கு ஏற்படும் ஆபத்துகளின் வாய்ப்புகளை குறைத்தல்.
4	நோயாளியின் உறவினர்களுக்கும் மற்றும் நோயாளிக்கும் சிகிச்சையின்போது ஒத்துழைப்பு தருவது பற்றி விளக்குதல்.	பதற்றத்தைக் குறைத்து ஒத்துழைப்பை உறுதி செய்தல்.
5	நோயாளி மற்றும் பார்வையாளர்கள் கண்களில் படும் படி "புகைபிடிக்காதீர்" என்ற பலகையை வாசலில் வைக்கவும்.	பிராணவாயு தீப்பிடித்து எரிவதற்கு துணைபுரியும் எனவே அதனால் ஏற்படும் விபத்துகளை தவிர்ப்பதற்கு.
6	கைகளை நன்கு சுத்தம் செய்தல்.	நுண்ணுயிர்கள் பரவுவதைத் தடுப்பதற்கு.
7	பிராணவாயு சிகிச்சை அளிக்கும் உபகரணத்தையும் ஹுயூமிடிபையரையும் பொருத்துதல். அ) ஹுயூமிடிபையரில் (Humidifier) அளவு வரை கிருமி நீக்கப்பட்ட நீரை நிரப்புவும். ஆ) மீட்டரைப் பொருத்தி (Flow meter) அணைத்தல் (Off) நிலையில் வைக்கவும். இ) ஹிமிடிபையரை மீட்டரின் அடிப்பாகத்தில் இணைக்கவும். ஈ) குழாய் மற்றும் நாசித்துவாரத்தில் பொருத்தும் கானுலாவையும் (Kannula) ஹிமிடிபையருடன் (Humidifier) இணைக்கவும். உ) வாயு செலுத்தும் மீட்டரை சரியான நிலையில் வைக்கவும். ஊ) சரியான முறையில் இணைப்புகள் உள்ளனவா எனவும், ஹுமிடிபையரின் காற்றுக்குமிழிகள் வருதல் அல்லது பிராணவாயு வெளித்திறப்பில் வருதல் மூலம் சரியாக வேலை செய்வதை உறுதி செய்தல்.	குறியிடப்பட்ட அளவுக்குமேல் நீர் ஊற்றப்பட்டால் அது குழாயில் இறங்கி விடும். செலுத்தும் குழாய் (Flow meter) பிராணவாயு நோயாளிக்கு செலுத்தும் வேகத்தை ஒழுங்குப்படுத்துகிறது ஹுமிடிபையர் சளிச் சவ்வுகளை உலராமலும், நோயாளி வசதியாக சுவாசிக்கவும் உதவுகிறது. பிராணவாயு பரிந்துரைக்கப்பட்டதை விட குறையாமலும் அதிகமாகாமலும் செலுத்தப்பட வேண்டிய அபாயகரமான மருந்து. குழாயில் ஏற்படும் சிறு மடிப்புகள் பிராணவாயு செல்லும் வேகத்தைப் பாதிக்கும்.
8	கானுலாவின் (Kannula) முனைகளை நோயாளியின் நாசியில் பொருத்தி, காதுகளுக்கு அருகிலுள்ள பட்டையை பொருத்தவும் எலாஸ்டிக் பட்டையை தலைக்கு பின்புறமாகவோ அல்லது முகவாய்க்கு அடியிலோ பொருத்தவும்.	சரியான முறையில் பொருத்துவதன் மூலம் நோயாளிக்கு வசதியையும் மற்றும் கேனுல்லா நாசித்துவாரத்திலிருந்து நழுவாமல் இருக்க உதவும்.

Tamil - Practical 2.indd 284 14-06-2018 19:56:21

www.tnschoolbooks.in

	செவிலியல் செயல் (Nursing Action)	நோக்கம் (Rational)
9	காதுக்குப் பின்னால் வைக்கப்படும் பட்டைகளை சல்லாத்துணியால், பாதுகாத்து அரிப்பு போன்ற பிரச்சனைகள் உள்ளதா என அடிக்கடி சோதிக்கவும்.	தொடர்ச்சியான அழுத்தம் சில வேளைகளில் தோலில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும்.
10	நோயாளியையும் பிராணவாயு செல்லும் வேகம், மருத்துவநிலை, ஹீமிடிபையரில் நீரின் நிலை போன்றவற்றையும் நோயாளியையும் அடிக்கடி சோதிக்கவும்.	எவ்வகையான பிரச்சனைகள் தோன்றுகிறது என்பதை தீர்மானிக்க உதவுகிறது.
11	முனனெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளை சரியான முறையில் உள்ளதா என உறுதிப்படுத்தவும்.	
12	கைகளை நன்கு சுத்தம் செய்யவும்	
13	நேரம், பிராணவாயு செலுத்தும் வேகம் மற்றும் நோயாளியின் கண்காணிப்பு போன்றவற்றை ஆவணப்படுத்தவும்.	
14	நோயாளியை வாயை மூடி நாசியினால் மட்டுமே சுவாசிக்க ஊக்கப்படுத்த வேண்டும்.	இதன் மூலம் அதிகப்படியான பிராணவாயு நோயாளிக்கு கிடைக்கும் வாய்ப்பு அதிகமாகும்.
15	கேனுல்லா (Kannula) வை கழற்றி சோப்பு மற்றும் நீரில் நன்கு கழுவவும். உலரவைத்து 8 மணி நேரத்துக்குப்பின் பயன்படுத்தவும். ஒவ்வொரு 8 மணி நேரத்துக்கும் சோதிக்கலாம்.	கேனுல்லா பொருத்துவதால் எரிச்சல் மற்றும் ஈரமான சவ்வுகள் உலர் போன்ற விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன.

சிறப்பான முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகள்: (Special precations)

1. நீண்டகாலமாக நுரையீரல் வியாதியால் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு 2-3 லிட்டருக்கு மேல் பிராண வாயு செலுத்தக் கூடாது. எ.கா. COPD (Chronic obstructive pulmonary disease)

2. கேனுலாவின் முனை சரியான முறையில் நாசியில் உள்ளதா என்பதை அடிக்கடி பரிசோதிக்கவும். பிராணவாயுவின் அடர்த்தி டைடல் வால்யூம் (Tidal volume) மற்றும் வெண்டிலேட்டர் அமைப்பு (ventilator pattern) போன்ற பல காரணிகளைப் பொறுத்து மாறுபடும்.

பிராணவாயு அடர்த்தி மற்றும் வேகம்

செலுத்தும் வேகம் (Flow rate)	பிரணவாயு அடர்த்தி
1 லிட்டர்	24 to %25
2 லிட்டர்	27 to %29
3 லிட்டர்	30 to %33
4 லிட்டர்	33 to %37
5 லிட்டர்	36 to %41
6 லிட்டர்	39 to %45

முகமூடி மூலம் பிராணவாயு செலுத்துதல் (Administering oxygen by mask method)

வரையறை (Definition)

நோயாளியின் தேவைக்கேற்ப பிராணவாயுவை முகமூடி கொண்டு (Simple/venture) (எளிய அல்லது வெண்ட்சரி) வழங்குவது ஆகும்.

நோக்கம்: (Purpose)

1. பிரசவ நேரத்தில் மூச்சு விடுதலில் ஏற்படும் சிரமத்திலிருந்து (விடுபட) நிவாரணம் பெற
2. அதிகப்படியான (அடர்த்தியுள்ள) செறிவுள்ள பிராணவாயுவை செலுத்துவதற்கு

பொருட்கள்: (Articles)

1. பிராணவாயு சிலிண்டர்
2. முகமூடி (எளிய/வெண்ட்சர் அடாப்டர் (venture adoptor) சரியான அளவுகளில்
3. ஹீமிடிபையர் மற்றும் ஆவியாக்கி வடிகட்டிய நீர் (Distilled water)
4. செலுத்தும் மீட்டர் (Flow meter)
5. சல்லாத்துணி துண்டுகள் (Guage pieces)
6. புகைபிடிக்காதீர் அறிவிப்பு பலகை

Tamil - Practical 2.indd 285 14-06-2018 19:56:21

செயல்முறை (procedure)

	செவிலியல் செயல் (Nursing action)	நோக்கம் (Rational)
1	நோயாளிக்குத் தேவையான பிராணவாயு செலுத்தும் முறையை முடிவு செய்தல் மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி அளவு பிராணவாயுவின் அடர்த்தி மற்றும் உபகரணம் போன்றவற்றை சோதித்தல்.	பிராணவாயு செலுத்தும்போது பிரச்சனைகளைக் குறைத்தல் மற்றும் தடுத்தல்
2	நோயாளியின் முக்கிய உடல் செயல்களின் தன்மை, (vital signs) சுய நினைவு நிலை, அவரது முந்தைய பரிசோதனை முடிவுகள் மற்றும் பிறவற்றை பதிவு செய்தல்.	நோயாளிக்கு வழங்க வேண்டிய எதிர்கால சிகிச்சை பற்றிய அடிப்படையை வழங்குவதற்கு.
3	பிராணவாயு சிகிச்சையில் ஏற்படப்போகிற ஆபத்துகளை மதிப்பிடுதல், மேலும் நோயாளி மற்றும் சுற்றுச்சூழல், புகைப்பிடித்தலால் ஏற்படும் ஆபத்துகள் பற்றியும் மதிப்பிடுதல்.	நோயாளிக்கு ஏற்படும் விபத்துகளைக் குறைத்தல் ஆக்ஸிஜன் எளிதில் தீப்பற்றக் கூடிய வாயு. குறைந்த ஆக்ஸிஜன் உள்ள நோயாளிக்கு சுவாசத்தை சரி செய்ய தேவைப்படுகிறது.
4	நோயாளியின் உறவினர்களுக்கும் மற்றும் நோயாளிக்கும் சிகிச்சையின்போது ஒத்துழைப்பு தருவது பற்றி விவரித்தல்	உறவினர் மற்றும் நோயாளியின் பதற்றத்தைக் குறைத்து ஒத்துழைப்பை உறுதி செய்தல்
5	நோயாளி மற்றும் பார்வையாளர்கள் கண்களில் படும்படி புகைப்பிடிக்காதீர் என்ற பலகையை வைக்கவும்.	ஆக்ஸிஜன் தீப்பற்றி எரிய உதவுவதால் புகைபிடித்தல் தீ விபத்துகளை ஏற்படுத்துவதற்கு வாய்ப்பாகும்.
6	கைகளை நன்கு சுத்தம் செய்தல்.	நுண்ணுயிர்கள் பரவுவதைத் தடுப்பதற்கு.
7	பிராணவாயு சிகிச்சை அளிக்கும் உபகரணத்தையும் ஹிமிடிபையரையும் பொருத்துதல் அ) ஹுயூமிடிபையலரில் (Humidifier) குறியிடப்பட்ட அளவு வரை கிருமி நீக்கப்பட்ட நீரை நிரப்பவும். ஆ) மீட்டரைப் பொருத்தி (Flow meter) அணைத்தல் (Off) நிலையில் வைக்கவும் . இ) குழாய் மற்றும் நாசித்துவாரத்தில் பொருத்தும் கானுலாவையும் (Kannula) ஹிமிடிபையருடன் (Humidifier) இணைக்கவும். ஈ) வாயு செலுத்தும் மீட்டரை சரியான நிலையில் வைக்கவும். உ) சரியான முறையில் இணைப்புகள் உள்ளனவா எனவும், ஹீமிடைபையரின் காற்றுக்குமிழகள் இல்லாமல் பார்த்தல் பிராணவாயு சரியாக வெளித்திறப்பில் வருவதை உறுதி செய்தல்.	குறியிடப்பட்ட அளவுக்குமேல் நீர் ஊற்றப்பட்டால் அது குழாயில் இறங்கி விடும். செலுத்தும் குழாய் பிராணவாயு நோயாளிக்கு செலுத்தும் வேகத்தை ஒழுங்குப்படுத்துகிறது ஹிமிடிபையர் சளிச் சவ்வுகளை உலராமலும், நோயாளி வசதியாக சுவாசிக்கவும் உதவுகிறது. பிராணவாயு பரிந்துரைக்கப்பட்டதை விட குறையாமலும் அதிகமாகாமலும் செலுத்தப்பட வேண்டிய அபாயகரமான மருந்தாகும். குழாயில் ஏற்படும் சிறு குமிழ்களும் பிராணவாயு செல்லும் வேகத்தைப் பாதிக்கும்.
8	மூக்கிற்கு கீழிலிருந்து நோயாளியின் முகத்தில் முகமுடியை பொறுத்து உலோகத் தண்டினால் மூக்கின் வடிவமைப்பை சரி செய். காதுகளுக்கு பட்டையை பொருத்தவும் எலாஸ்டிக் பட்டையை தலைக்கு பின்புறமாகவோ அல்லது முகவாய்க்கு அடியிலோ பொருத்தவும்.	சரியான முறையில் பொருத்துவதன் மூலம் குறைந்த அளவு பிராணவாயு கண்கள் மற்றும் கன்னத்தின் வழியாக வெளியேறும்.

Tamil - Practical 2.indd 286 14-06-2018 19:56:21

	செவிலியல் செயல் (Nursing action)	நோக்கம் (Rational)
9	நோயாளியின் தலையைச் சுற்றி எலாஸ்டிக் பட்டையை பொருத்தவும்.	நோயாளியின் வசதியை உறுதிப்படுத்தவும்.
10	காதுகளுக்குப் பின்பும் தலைக்குப் பின்பும் எலாஸ்டிக் பட்டைகளை உறையிடு.	உறையிடுதல் அந்த இடத்தில் எரிச்சல் ஏற்படுவதைத் தடுக்கும்.
11	முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளை சரியான முறையில் உள்ளதா என உறுதிப்படுத்தவும்.	
12	பிராணவாயு செல்லும் வேகம், மருத்துவநிலை, ஹுமிடிபையரில் நீரின் நிலை போன்றவற்றையும் நோயாளியையும் அடிக்கடி சோதிக்கவும்.	ஏற்படும் பக்க விளைவுகளை கண்டறிதல்.
13	கைகளை நன்கு சுத்தம் செய்யவும்	நோய் கிருமிகள் பரவுதலைத் தடுக்கும்.
14	முகமுடியைக் கழற்றி ஒவ்வொரு 3–2 நேரத்துக்குப்பின் தோலை உலர வை பவுடர் போன்றவற்றை முகமுடியை சுற்றி பயன்படுத்தாதே.	இறுக்கமான முகமூடியும் ஆக்ஸிஜன் மூலம் வரும் ஈரப்பதம் போன்றவை முகத்திற்கு எரிச்சலைக் கொடுக்கும்.
15	நேரம், பிராணவாயு செலுத்தும் வேகம் மற்றும் கண்காணிப்பு போன்றவற்றை ஆவணப்படுத்தவும்.	

சிறப்பான கவனிக்கப்பட வேண்டியவைகள்: (Special consideration)

1. பிராணவாயுவின் அளவை F10 வில் உள்ளது போல் (Fraction of Inspired oxygen) சதவிதமாகவோ அல்லது ஒரு நிமிடத்துக்கு பயன்படும் லிட்டர் அளவு எனவோ கூறலாம்.
2. ஆக்ஸிஜன் முகமுடியானது அதன் நிறத்தினைக் கொண்டு ஆக்ஸிஜன் அளவு முடிவு செய்யப்படுகிறது.

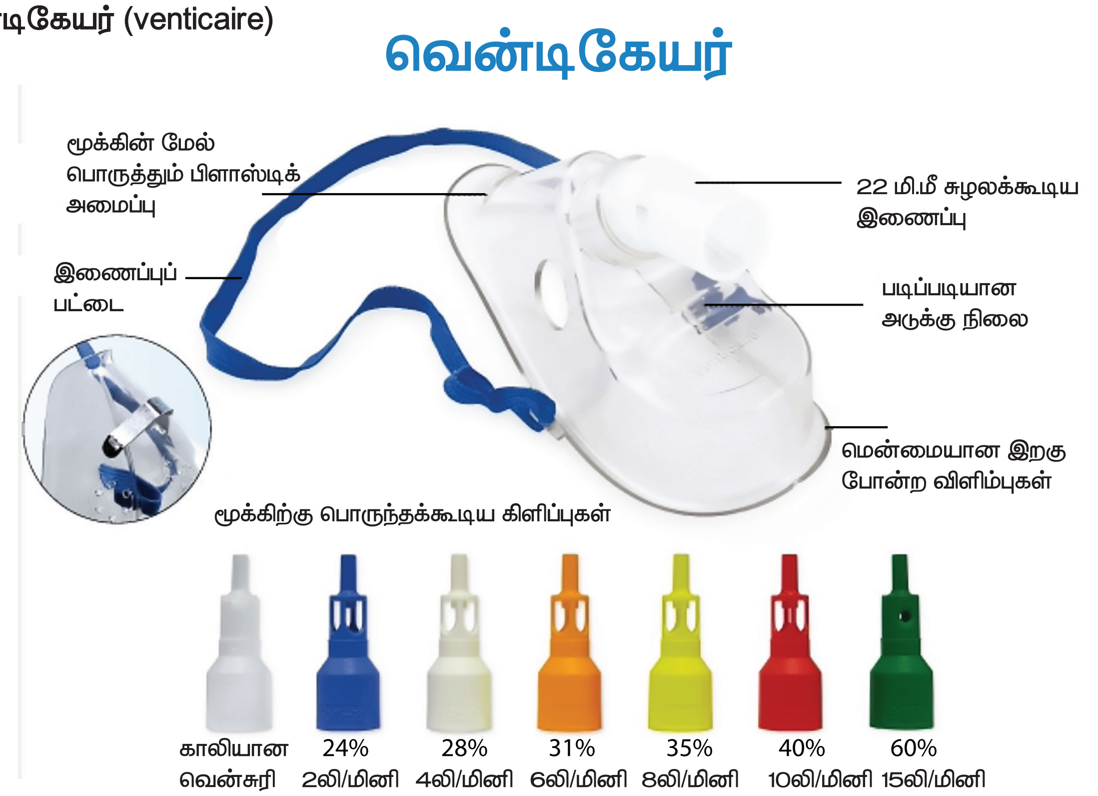
ஆக்ஸிஜன் அளவு மற்றும் ஆக்ஸிஜனின் வேகம் வெஞ்சுரி முகமூடியில்

நாசிலின் நிறம் (Nazzel colour code)	செறிவின்–செலுத்தலின் அளவு (நிமிடத்திற்கு) ஒரு நிமிடம்/லிட்டர்	செலுத்தப்பட வேண்டிய ஆக்ஸிஜனின் அடர்த்தி அடர்த்தியின் சதவிகிதம் %
நீலம் (Blue)	3 ஒரு நிமிடம்/லிட்டர்	24%
மஞ்சள் (Yellow)	6 ஒரு நிமிடம்/லிட்டர்	28%
வெள்ளை (White)	8 ஒரு நிமிடம்/லிட்டர்	31%
பச்சை (Green)	12 ஒரு நிமிடம்/லிட்டர்	35%
ரோஜா நிறம் (Pink) அல்லது ரோஸ்	15 ஒரு நிமிடம்/லிட்டர்	40%
ஆரஞ்சு (Orange)	15 ஒரு நிமிடம்/லிட்டர்	50%

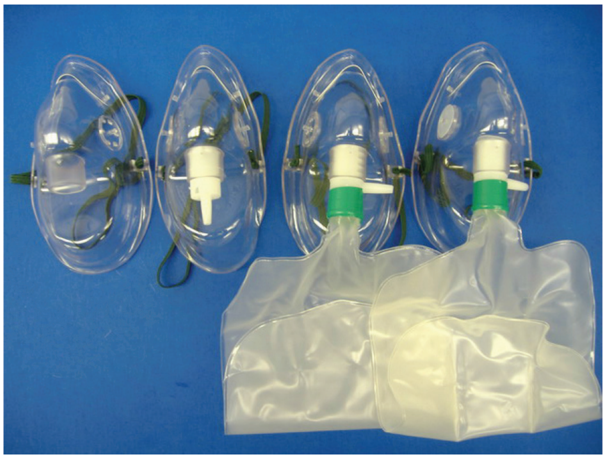
Tamil - Practical 2.indd 287 14-06-2018 19:56:21

www.tnschoolbooks.in

வென்டிகேயர் (venticaire)



முகமூடி முறையில் ஆக்ஸிஜன் செலுத்துதல்



முகமூடி முறையில் ஆக்ஸிஜன் செலுத்துதலில் பல வகைகள் உண்டு.

ஆக்ஸிஜன் கூடாரத்தை பயன்படுத்தி ஆக்ஸிஜனை செலுத்துதல்

வரையறை

இது அதிகமாக குழந்தைகளுக்கு பயன்படுகிறது குழந்தைகளுக்கு வசதியாகவும், முடிந்த அளவிற்கு முழுவதுமாக ஆக்ஸிஜன் கிடைக்க கூடிய அளவிற்கு ஆக்ஸிஜன் கூடாரம் பயன்படுகிறது. பிராணவாயு உருளை (oxygenclinder) யுடன் இணைக்கப்பட்டிருக்கும்.

ஆக்ஸிஜன் கூடாரத்தின் படம்

விளக்கம்: (Description)

ஆக்ஸிஜன் கூடாரமானது குழந்தையின் மேற்புறம் கூரை போன்றை அமைப்பினைக் கொண்டது. இது குழந்தையை முழுவதுமாகவோ அல்லது குழந்தையின் பாதி அளவிற்கோ மூடியிருக்கும்.

Tamil - Practical 2.indd 288 14-06-2018 19:56:23

கூடாரத்தின் முனையுடன் ஆக்ஸிஜன் உருளை இணைக்கப்பட்டு ஆக்ஸிஜன் கிடைக்கும் வகையில் அமைக்கப்பட்டு இருக்கும் கூடாரத்தின் மேற்பகுதி ஒளிபுகும் தன்மையுடையதாக இருப்பதனால் செவிலி எளிதாக குழந்தையின் செயல்பாடுகளை அறிய முடிகின்றது.

நன்மைகள்

1. நோயாளியின் சூழ்நிலைக்கு தகுந்தவாறு குறைத்தோ/அதிகரித்தோ தேவைக்கு ஏற்ப ஆக்ஸிஜன் வழங்க படுகிறது வெப்பநிலை மற்றும் ஈரப்பதத்தையும் கட்டுக்குள் வைத்திருக்க இது உதவுகிறது.
2. படுக்கையில் சுதந்திரமாக நகர்வதற்கு எளிதாகவும் இருக்கிறது.

தீமைகள்

1. இது நோயாளிக்கு தனிமை உணர்வை ஏற்படுத்துகிறது
2. இதற்கு அதிக அளவு ஆக்ஸிஜன் தேவைப்படுகிறது. (ஒரு நிமிடத்திற்கு 10 முதல் 12 லிட்டர்)
3. ஒவ்வொரு முறையும் குழந்தைக்கு கவனிப்பு தேவைப்படும் பொழுது கூடாரம் திறக்கப்படுவதால் தேவையற்ற ஆக்ஸிஜன் இழப்பு ஏற்படுகிறது.
4. தீயின் மூலம் ஆபத்து ஏற்படும் வாய்ப்பு அதிகம் உள்ளது.
5. கூடாரத்தை சுத்தப்படுத்தவும் பராமரிக்கவும் அதிக நேரம் தேவைப்படுகிறது.

தேவையான பொருட்கள் (Articles)

- ஆக்ஸிஜன் கூடாரம்
- தேவையான ஆக்ஸிஜன்,
- ஈரப்பதமூட்டி (Humidifier)

செயல்முறைகள்: (Procedure)

	செவிலிய நடவடிக்கை (Nursing action)	காரணங்கள் (Rational)
1	பெற்றோர்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் விளக்கிக் கூறி நம்பிக்கையூட்டுதல்.	கூட்டு முயற்சி கிடைப்பதற்கான முயற்சி செய்தல். ஒத்துழைப்பு கிடைக்க செய்தல்
2	நோயாளியின் வசதிக்கு தகுந்தவாறு ஆக்ஸிஜன் கூடாரத்தை அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.	செயல்திறனை அதிகப்படுத்துதல்
3	கூடாரத்தின் முனைகளை கட்டிலின் உள்ளே சொருக வேண்டும். குழந்தை வசதியற்ற நிலை அல்லது கூடாரத்தில் இருந்து விலகும் பொழுது அதை கவனித்து குழந்தைக்கு தேவை எனில் சொருகப்பட்ட பகுதியை வெளியே எடுத்துவிட வேண்டும்.	கூடாரத்தை அதன் பொருத்திய நிலையில் இருந்து மாறாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும் ஏனெனில் ஆக்ஸிஜன் கசிந்து விரயமாகும் வாய்ப்பு உண்டு.
4	உலோக சட்டத்தின் பட்டைகளின் உதவியுடன் கூடாரத்தினை பொருத்த வேண்டும்.	காயங்கள் ஏற்படாமல் குழந்தையை பாதுகாக்க வேண்டும்.
5	கூடாரத்தை தேவைக்கு ஏற்ப திறந்து மூடும் பொழுது ஆக்ஸிஜன் இழப்பு ஏற்படும் அந்த மாதிரியான சமயங்களில் ஆக்ஸிஜனை அதிகமாக செலுத்தினால் சிறிது நேரத்திற்கு பிறகு ஆக்ஸிஜன் செறிவு சரியாக அமையும்.	ஆக்ஸிஜன் சுழற்சியானது கூடாரத்தினுள் சரியான அளவில் சுழல்கிறதா என கண்காணிக்க வேண்டும்.
6	கூடாரத்தின் சூழலை 1–2 மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை ஆய்வு செய்து பதிவு செய்ய வேண்டும். கூடாரத்தின் பராமரிப்பு நன்றாக இருப்பின் ஆக்ஸிஜன் அளவு 30% முதல் 50% வரை இருக்கும்.	கூடாரத்தினை எத்தனை முறை திறந்து மூடுகிறோமோ அந்த அளவுக்கு ஆக்ஸிஜனின் செறிவின் அளவானது மாறுபடும் அதன் செயல்திறனும் மாறும்.

Tamil - Practical 2.indd 289 14-06-2018 19:56:23

	செவிலிய நடவடிக்கை (Nursing action)	காரணங்கள் (Rational)
7	கூடாரத்தின் இணைப்பு இறுக்கமாக இருக்குமாறு பராமரிக்க வேண்டும். தேவைப்படின் கூடாரத்தில் கை, மற்றும் பை போன்ற அமைப்பினை பொருத்திக் கொள்ள வேண்டும் ஏனெனில் செவிலி அதன் வழியாக குழந்தையை பராமரிக்க ஏதுவாக இருக்கும்	ஆக்ஸிஜன் கசிவினை தடுத்து சூழலை பாதிப்பாகாமலும் கூடாரத்தின் அமைப்பினை பாதிக்காமலும் பார்த்துக் கொள்ளுதல்.
8	குழந்தையின் உடல் வெப்பநிலை சரிபார்ப்பை வழக்கமாக ஆய்வு செய்ய வேண்டும்.	ஈரப்பதம் சேருவதனால் அதிக குளிர்நிலை ஏற்படும் நிலை உண்டாகிறது.
9	புகை பிடிக்காதீர்கள் எனும் வாசகத்தை கூடார அமைப்பின் அருகில் ஒட்டி வைக்க வேண்டும்.	ஆக்ஸிஜன் எரிவதற்கு துணை புரியும்.
10	ஆக்ஸிஜன் செறிவினை பதிவு செய்ய வேண்டும். ஆக்ஸிஜன் செறிவில் மாற்றம் செய்தால் குழந்தையின் எதிர்வினை எவ்வாறு உள்ளது என அறிதல் வேண்டும்.	நோயாளிக்கும், செவிலியருக்கும் இடையேயான கருத்துகள் தொடர்புக் கொள்ள முடியும்.

குறிப்பு

1. ஆக்ஸிஜன் செறிவினை குழந்தைகளுக்கு கொடுக்கும் பொழுது முகமூடி (கழுத்தில் அணியப்படும் உறை) போன்ற அமைப்பினை பயன்படுத்த வேண்டும்
2. ஆக்ஸிஜன் ஹீட் என்பது பிளாஸ்டிக்கால் ஆனது. இது குழந்தையின் தலையினை மூடும்படி அமைந்துள்ளது. இந்த அமைப்பானது குழந்தைக்கு அளிக்கப்படும் ஆக்ஸிஜன் செறிவு வீணாகாமல் தடுக்கிறது. இது நல்ல முறையில் ஆக்ஸிஜன் வழங்க உதவி புரிகிறது.
3. ஆக்ஸிஜன் ஹீட்டினை மாட்டும் பொழுதும் கழற்றும் பொழுதும் அது குழந்தையின் கழுத்து, தோள், தாடை போன்றவற்றில் அழுத்தம் கொடுக்காதவாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தனிப்பட்ட கவனிப்பு: (Special consideration)

1. ஆக்ஸிஜன் சிகிச்சையின் மூலமாக திரவ உற்பத்தியும், ஈரப்பதமான நிலை உருவாக்கப்படுகிறது.
2. ஈரப்பதமான காற்று கூடாரத்தினுள் நீர்த்துளிகளை ஏற்படுத்துகிறது. இதனால் கூடாரத்தினுள் கட்டில் விரிப்பின் மீதும் குழந்தையின் மீதும் ஈரம் பட்டிருந்தால் அதனை துடைத்து மாற்ற வேண்டும்.
3. மின்சாதன உபகரணங்கள் கூடாரத்தினுள்ளோ அல்லது அருகிலோ இருப்பின் அதிலிருந்து மின்கசிவு ஏற்படாமல் சரியான முறையில் அதனை கையாள ஏற்பாடு செய்யப்பட வேண்டும்.
4. எளிதில் ஆவியாகக்கூடிய பொருட்கள் மற்றும் எளிதில் தீப்பற்றக்கூடிய பொருட்களான எண்ணெய், கிரீஷ் ஆல்கஹால், போன்றவற்றை கூடாரத்தின் அருகில் வைக்கக் கூடாது.
5. ஆக்ஸிஜன் செலுத்தும் வேகத்தை தொடர்ந்து கண்காணிப்பது நல்லது.
6. செவிலி இடத்திற்கு தகுந்தாற்போல் தீத்தடுப்பானை கையாளும் முறையினைப் பற்றிய அறிவினைப் பெற்றிருக்க வேண்டும்.
7. குழந்தைகளுக்குத் தேவையான விளையாட்டுப் பொருட்கள் மற்றும் பொம்மைகளை கூடாரத்தினுள் கொடுக்கலாம் ஆனால் அப்பொருட்கள் எளிதாக சுத்தப்படுத்தக் கூடியதாகவும் மின்சாரத்தின் மூலம் பாதிப்பு ஏற்படாதவாறும் இருக்க வேண்டும்.

எ.கா நூலால் ஆன மற்றும் பார்ப்பதற்கு எளிமையாகவும், பாதுகாப்பாகவும் உள்ள பொம்மைகள் இருக்கும்.

Tamil - Practical 2.indd 290 14-06-2018 19:56:24

செயல்முறை 3

வெப்ப மற்றும் குளிர் ஒத்தடங்கள் (Hot and Cold Applications)

வெப்ப ஒத்தடம் என்பது தோலை வெப்பப்படுத்துவதற்காக உலர் அல்லது ஈரத்தன்மையில் உடலின் மேற்பரப்பில் சூடான பொருளை செலுத்துவது ஆகும். இது வலியிலிருந்து நிவாரணம் அளிக்க, அழற்சியினால் உண்டான வீக்கத்துக்கு நிவாரணம், சீழ் போன்றவற்றை ஒரு இடத்தில் திரளச் செய்வதற்கும், காயங்கள் ஆறுவதற்கும், தசைபிடிப்புகளை குறைக்கவும் மற்றும் கழிவுகளை மென்மையாக்கவும் பயன்படுகிறது.

குளிர் அளித்தல் என்பது உடலின் மேற்பரப்பில் ஈரம் அல்லது உலர் தன்மையில் தோலை விட குளிர்ந்த நிலையில் உள்ள பொருட்களை அளிப்பதாகும். வலி மற்றும் உடல் வெப்பநிலையை குறைப்பதற்கும் குறிப்பிட்ட பகுதியை உணர்ச்சியடைய செய்வதற்கும், இரத்த ஒழுக்கை கட்டுப்படுத்துவதற்கும், பாக்டீரியாக்களின் வளர்ச்சியை குறைத்து திசுக்கள் சிதைவதைத் தடுக்கவும் மற்றும் வீக்கத்தை தடுத்து அழற்சியை தடுக்கவும் உதவுகிறது.

வெப்பம் அளித்தலின் வகைப்பாடு

- குறிப்பிட்ட இடங்கள் (Local)
  - உலர் வெப்பம்:
    - உலர் வெப்ப தண்ணீர் பாட்டில்கள்
    - வேதியியல் வெந்நீர் பட்டில்கள்
    - அகச்சிவப்பு கதிர்கள்
    - குறுகிய வெப்ப அலை
    - சூடான விளக்குகள்
    - மின்தொட்டிகள்
    - மின்சூடான திண்டுகள்
    - புற ஊதாக்கதிர்கள்
  - ஈர வெப்பம்:
    - ஈர வெப்பம்
    - வெதுவெதுப்பான-குறிப்பிட்ட இடங்களில் ஒத்தடம்
    - வெப்ப ஒத்தடம்
    - Poultices
    - Stupes
    - பேராபின் குளியல்கள்
    - சிட்ஸ்குளியல்
    - Aquathermia pads
- பொதுவாக (General)
  - உலர்வெப்பம்
    - சூரியகுளியல்
    - மின்படுக்கை
    - கம்பளிபடுக்கை
  - ஈரவெப்பம்
    - நீராவிகுளியல்
    - வெப்பபோர்வை (Hot Packs whirpool bath)
    - Full immersion bath

Tamil - Practical 3.indd 291 15/06/18 10:28 AM

www.tnschoolbooks.in

குளிர் அளித்தலின் வகைகள்
(Classification of Cold Application)

- குறிப்பிட்ட பகுதி (Local)
  - உலர்குளிர்ச்சி (Dry Cold)
    - பனிக்கட்டிபை
    - பனிக்கட்டிகாலர்
    - குளிர் சுருட்டல்
    - குளிர்தொட்டில்
  - ஈரகுளிர்ச்சி (Moist Cold)
    - பனிக்கட்டி நீர்
    - குளிர்நெருக்கி
    - (Cold Compress)
    - ஆவியாகும் லோஷன்
- பொதுவாக (General)
  - உலர்குளிர்ச்சி
    - வெப்பநிலை மிகவும் குறைதல்
  - ஈரகுளிர்ச்சி
    - குளிர்துடைப்பு
    - குளிர்குளியல்
    - குளிர்சுருட்டல்

வெப்பம் மற்றும் குளிர் ஒத்தடங்களால் ஏற்படும் விளைவுகள்
(EFFECTS OF HOT AND COLD APPLICATIONS)

வெப்ப ஒத்தடம் (Hot Application)	குளிர் ஒத்தடம் (Cold Application)
புறஊசலாட்டம்	புற ஊடுருவல்
அதிக நுண்ணுயிர் ஊடுருவுதல்	குறைந்த நுண்ணுயிர் ஊடுருவுதல்
ஆக்ஸிஜன் தேவை அதிகரிப்பு	ஆக்ஸிஜன் தேவை குறைப்பு
குறிப்பிட்ட பகுதியில் வளர்சிதை மாற்றம் அதிகரிப்பு	குறிப்பிட்ட பகுதியில் வளர்சிதை மாற்றம் குறைப்பு
இரத்தத்தின் பிசுபிசுப்பு தன்மை குறைதல்	இரத்தத்தின் பிசுபிசுப்புத் தன்மை அதிகரித்தல்
தசையின் பிடிப்பினை குறைத்தல்	தசையின் பிடிப்பினை அதிகரித்தல்
இரத்த ஓட்டம் அதிகரித்தல்	இரத்த ஓட்டம் குறைதல்
நிணநீர் ஓட்டம் அதிகரித்தல்	நிணநீர் ஓட்டம் குறைதல்
இரத்த வெள்ளை அணுக்களின் இயக்கம் அதிகரித்தல்	இரத்த வெள்ளை அணுக்களின் இயக்கம் குறைதல்

குறிப்பு: ↑ – இந்தக்குறி அதிகரித்தலைக் குறிக்கின்றது.

↓ – இந்தக்குறி குறைவதைக் குறிக்கின்றது.

Tamil - Practical 3.indd 292 15/06/18 10:28 AM

குறிப்பிட்ட இடங்களில் அளிக்கப்படும் வெப்ப ஒத்தட சிகிச்சையின் பயன்கள் (Therapeutic uses of local Hot Applications)

- வெப்ப ஒத்தடம் வலியைக் குறைக்கின்றது.
- வெப்ப ஒத்தடம் தசைப்பிடிப்பினை குறைக்கின்றது.
- வெப்ப சிகிச்சை முறை நோயை குணப்படுத்துகிறது.
- வெப்ப ஒத்தடம் உமிழ் நீரை அதிகரிக்கச் செய்கிறது.
- வெப்ப ஒத்தடம் ஆழ்ந்து இருக்கின்ற உமிழ் நீரை அதிகரிக்கின்றது.
- வெப்ப ஒத்தடம் உடலில் மிதமான வெப்பத்தை தக்க வைக்கிறது.
- வெப்ப ஒத்தடம் பெரிஸ்டால்ஸ்-யை தூண்டுகிறது.

குறிப்பிட்ட இடங்களில் அளிக்கப்படும் குளிர் ஒத்தட சிகிச்சையின் பயன்கள் (Therapeutic uses of local cold Applications)

- குளிர் ஒத்தடம் வலியைக் குறைக்கின்றது.
- பாதிக்கப்பட்ட பகுதியை அழுகளிலிருந்து காக்கின்றது.
- வீக்கம் மற்றும் நோய் தொற்றிலிருந்து தடுகிறது.
- பாக்டீரியா வளர்தலை சரி பார்க்க உதவுகின்றது.
- உடல் வெப்பத்தைக் குறைக்கின்றது.
- உடல் பகுதியை உணர்வின்றி போக செய்ய பயன்படுகிறது.
- இரத்த கசிவினை கட்டுப்படுத்துகிறது.

வெப்பம் மற்றும் குளிர் ஒத்தடங்களின் கொள்கைகள் (Principals of Hot and Cold Applications)

1. நீர் வெப்பத்தைக் கடத்தும் நல்ல கடத்தியாகும்.
2. காற்று வெப்பத்தைக் குறைத்து கடத்தும் கடத்தியாகும்.
3. வெப்பம் எப்பொழுதும் வெப்பம் அதிகமான பகுதியிலிருந்து குறைவான பகுதிக்கு பரவுகிறது.
4. தோலின் ஈரப்பதத்தின் காரணமாக தோலின் வெப்ப நிலை விரைவாக குறையும்.
5. ஈரப்பதம் தோலில் விடுபடும் போது அதிகமான ஈரப்பதம் தோலில் பரவும்.
5. வெப்ப ஒத்தடம் கொடுப்பதன் மூலம் நீராவியின் காரணமாக வெப்பநிலை உயரும்.
6. எண்ணெய் வெப்பம் பரவும் வேகத்தைக் குறைக்கிறது.
7. கம்பளித் துணிகள் ஈரப்பதத்தை மெதுவாக உறிஞ்சும். கம்பளித் துணிகள் ஈரப்பதத்தை அதிக நேரம் தக்க வைக்கும். ஆனால் காட்டன் துணிகள் மிக வேகமாக ஈரத்தை உறிஞ்சும்.
8. உடலானது நீருக்குள் மூழ்கி இருக்கும் பொழுது இலேசாக இருப்பதனால் உடற்பயிற்சி செய்ய எளிதாக இருக்கின்றது.
9. ஒவ்வொருவருக்கும் வெப்பத்தைத் தாங்கக் கூடிய சக்தியானது மாறுபடுகின்றது. அதுபோலவே வெப்பத்தின் அளவானது இடத்திற்கு இடம் மாறுபடுகிறது.
10. நரம்பின் நுனிப் பகுதியின் மூலம் குளிர், வெப்பம், வலி, அழுத்தம் போன்றவற்றை மூளை உணர்கிறது.
11. தேய்ப்பதன் (உராய்வு) மூலம் வெப்பம் உண்டாகிறது.

வெப்ப ஒத்தடம் தேவைப்படாதவர்கள் (Contraindications of Hot Applications)

- புற்று நோயாளிகளுக்கு வெப்ப ஒத்தடம் உதவிபுரியாது.
- சிறுநீரகம், இருதயம், நுரையீரல் பாதிப்படைந்தவர்களுக்கு வெப்ப ஒத்தடம் பலன் தராது.

- பக்கவாதம், பலவீனம் மற்றும் மோசமான நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு வெப்பம் அளிக்கக் கூடாது. ஏனெனில் அவர்களின் தோல் மென்மையாக இருப்பதால் கொப்புளங்கள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு.
- நோய் தொற்று உள்ள பகுதிகளுக்கு வெப்பம் ஒத்தடம் கொடுக்கக் கூடாது.
- திறந்த புண்களுக்கு வெப்ப ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது.
- சிரை அல்லது நிணநீர் நோயினால் ஏற்படும் வீக்கத்திற்கு வெப்பம் கொடுக்கக்கூடாது.
- மெட்டபாலிக் பிரச்சனை உள்ள நோயாளிகளுக்கு வெப்ப ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது. திசுக்கள் அழிந்து விடும்.
- சிறிய குழந்தைகளுக்கும், வயதானவர்களுக்கும் வெப்ப ஒத்தடம் கொடுக்கக் கூடாது.
- அதிக உடல் வெப்பம், அதிகப்படியான காய்ச்சல் இருக்கும் நோயாளிகளுக்கும் வெப்பம் அளிக்கக்கூடாது.

குளிர் ஒத்தடம் தேவைப்படாதவர்கள் (Contraindications of Cold Applications)

- அதிர்ச்சி மற்றும் திடீர் மயக்கம் ஏற்பட்டவர்களுக்கு குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது.
- வீங்கிய (oedema) நிலையில் உள்ளவர்களுக்கும் குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது.
- இரத்த ஓட்டம் சீரற்ற நிலையில் இருப்பவர்களுக்கு குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது.
- உணர்வு நிலை குறைந்தவர்களுக்கு குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது.
- உடல் நடுக்கம் மற்றும் குறைந்த உடல் வெப்பநிலை கொண்டவர்களுக்கு குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது.
- புண் மற்றும் தொற்று ஏற்படும் நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடாது.

குளிர் மற்றும் வெப்ப ஒத்தடத்தினால் ஏற்படும் பிரச்சனைகள்

வெப்ப ஒத்தடம்	குளிர் ஒத்தடம்
வலி	வலி
தீ காயம்	தோல் வெடிப்புகள் மற்றும் கொப்பளங்கள்
தசைபாதிப்பு (Maceration)	தசைபாதிப்பு
தோல் சிவந்து போதல்	பழுப்பு (அ) நீலவண்ண நிற மாற்றம்
வீக்கம்	இரத்தஉறைவு
அதிக உடல் வெப்ப நிலை (அ) அதிகமான காய்ச்சல்	சிவந்துபோதல் (இரண்டாம் கட்டபாதிப்பு)
வெளிறிய நிறம்–உள்ளவர்களுக்கு வெப்ப ஒத்தடம் கொடுக்க கூடாது.	தாழ்வெப்பநிலை

பொதுவான அறிவுரைகள் (General Instructions)

- வெப்பம் மற்றும் குளிர் ஒத்தடம் கொடுக்கும் முன்பும், பின்பும் நோயாளியின் நிலையினை கண்காணித்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- ஒத்தடம் கொடுக்க ஆரம்பித்து முடியும் வரை சரியான ஒரே வெப்பநிலையை பராமரிக்க வேண்டும்.
- நோயாளியின் உடல் வெப்பநிலையை பாதுகாப்பான முறையில் வெளிப்படுத்த வேண்டும்.

- மின்சார முறையில் ஒத்தடம் கொடுக்கும் பொழுது வெப்பநிலையை அதிகமாகவோ, குறைவாகவோ செய்ய நோயாளியை அனுமதிக்கக் கூடாது.
- நோயாளி ஒத்தடம் கொடுப்பது சம்பந்தமான புகார்களை தெரிவித்தால் (அது சிறிய விஷயமாக இருப்பினும்)கவனித்து அதற்கான தீர்வினை அளிக்க வேண்டும்.
- நோயாளியை சரியான நிலையில் வைத்த பின்னரே ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும்.
- நோயாளிகளுக்கு அவசர தேவை இருப்பின் அழைப்பு மணியை அடித்து அழைக்கும் வகையில் ஏற்பாடு செய்து கொடுக்க வேண்டும்.
- ஒத்தடம் கொடுக்கும் சிகிச்சையின் பொழுது சிறிது நேரம் கூட நோயாளியை தனியாக விட்டு விலகி இருக்கக் கூடாது.
- எண்ணெய் அல்லது பெட்ரோலியம் ஜெல்லி போன்ற பொருட்களை தடவிய பின்னர் ஒத்தடம் கொடுக்க வேண்டும். ஏனெனில் அப்பொழுது ஈரத்தன்மை கிடைக்கும்.
- மின்சாதனப் பொருட்களை ஆக்ஸிஜன் இருக்கும் இடங்களில் வைக்கக் கூடாது. ஏனெனில் சிறு பொறி அதன் மேல் பட்டாலும் வெடிக்கும் அபாயம் ஏற்படும்.
- மின்சாதனப் பொருட்களை ஈரக்கையினால் தொடக்கூடாது.
- நோயாளி மயக்க நிலையிலோ, சுயநினைவின்றியோ இருப்பின் அவருக்கு வெப்பம் மற்றும் குளிர் ஒத்தடம் கவனமாக கொடுக்க வேண்டும்.
- ஒத்தடம் கொடுக்கும் போது ஏதேனும் அசௌகரியம் இருப்பின் உடனடியாக ஒத்தடம் கொடுத்தலை நிறுத்தி விட வேண்டும்.
- ஒத்தடம் கொடுத்து முடித்தவுடன் லோஷன் அல்லது ஜெல்லியை மெதுவாக துடைத்து எடுக்க வேண்டும். கடினமாக கையாளக் கூடாது.
- உடல் வெப்பம் மிக அதிகமாக இருப்பின் அதனை மெதுவாகவும் படிப்படியாகவும் குறைக்க வேண்டும். ஏனெனில் திடீர் குளிர் நோயாளியை தாக்கும் அபாயம் உண்டு.

குளிர்ச்சியான அழுத்தம் கொடுத்தல் (Cold compress)

ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதிகளுக்கு மட்டும் ஈரப்பதமான குளிர்ச்சி ஒத்தடம் கொடுக்கப்படுகிறது. இந்த முறையானது கிருமி நீக்கம் செய்யப்பட்டதாகவோ அல்லது கிருமி நீக்கம் செய்யப்படாததாகவோ இருக்கலாம். கிருமி நீக்கம் செய்யப்பட்ட ஒத்தடமானது திறந்த புண்கள் (அ) வெடிப்புகளுக்கு கொடுக்கப்படுகிறது. சல்லடைத் துணியினை இரண்டு, மூன்றாக மடித்தோ அல்லது துணித் துண்டை மடித்தோ அல்லது மென்மையான துணியை குளிர்ந்த நீரில் அல்லது ஆவியாகக் கூடிய லோசனில் மூழ்க வைத்து எடுத்து பிழிந்து பின்னர் குளிர்ச்சியானஅழுத்தம் கொடுக்க வேண்டும்.

தேவையான பொருட்கள்: (Article Required)

1. பனிக்கட்டி துண்டுகளுடன் பெரிய பேஷன்
2. சிறிய பேசினில் குளிர்ந்த தண்ணீர் ....
3. சல்லடைத்துணி (அ) சிறிய துவாலைகள்
4. தண்ணீர் புகாத திண்டுகள்
5. குளியல் துவாலை

செய்முறை (Procedure)

1. என்ன செய்யப் போகிறோம் என்பதை நோயாளிக்கு விளக்கிச் சொல்ல வேண்டும்.

Tamil - Practical 3.indd 295 15/06/18 10:28 AM

2. கைகளைக் கழுவ வேண்டும்.
3. சிறிய பேசினில் உள்ள குளிர்ந்த நீரை பெரிய பேசினில் உள்ள பனிக்கட்டியுடன் கலக்க வேண்டும்.
4. சல்லடைத்துணி (அ) நெருக்கியை குளிர் நீரில் போட வேண்டும்.
5. தண்ணீர் புகாத பொருளை குறிப்பிட்ட பகுதியின் கீழ்போட வேண்டும்.
6. ஐந்து நிமிடத்திற்கு ஒரு முறை குளிர்ச்சி செய்யப்பட்ட பகுதியை கவனிக்க வேண்டும்.
7. குளிர் நெருக்கியை ஐந்து நிமிடங்களுக்கு ஒரு முறை அல்லது சூடானவுடன் மாற்ற வேண்டும்.
8. 20 நிமிடங்களுக்கு பனிக்கட்டி துண்டு நிரப்பிய பையை எடுக்க வேண்டும்.
9. குளிர்ச்சியான அழுத்தம் கொடுத்த பகுதியை நன்றாக துவாலையால் துடைக்க வேண்டும்.
10. நோயாளி வசதியாக இருக்கிறாரா என்பதை கவனிக்க வேண்டும்.
11. பனிக்கட்டி துண்டுகளை வெளியே கொட்டி விட்டு எல்லாப் பொருட்களையும் சுத்தம் செய்து அதற்குரிய இடத்தில் வைக்க வேண்டும்.
12. கைகளை கழுவ வேண்டும்.
13. பனிக்கட்டி பை அளித்த நேரம் / நோயாளியின் முன்னேற்றம் மற்றும் தோல்பகுதியை கூர்ந்து கவனித்து பதிவேட்டில் பதிவு செய்ய வேண்டும்.

வெப்பம் மற்றும் குளிர்ச்சி ஒத்தடத்திற்கான வெப்பநிலை (Temperature for hot and cold Applications)

வ.எண்	தன்மை	வெப்பநிலை	பயன்படுத்தும்முறைகள்
1	மிகுந்தகுளிர்ச்சி	15° C –க்குகீழ்	ஐஸ்பை அல்லது பனிக்கட்டிபை
2	குளிர்ந்த	15-18°C	குளிர்பற்று
3	குளிர்ச்சியான	18-27°C	குளிர்ச்சி அழுத்தம்
4	இளஞ்சூடான	27-37°C	ஆல்கஹால் ஸ்பான்ச் குளியல்
5	வெதுவெதுப்பான	37-40°C	வெதுவெதுப்பான குளியல்
6	சூடான	40-46°C	சூடான தண்ணீரில் மூழ்கவைத்தல், வெப்பமான அழுத்தம்
7	அதிகசூடான	46° C –க்கும்மேல்	பெரியவர்களுக்கு வெப்பநீர் பை

ஐஸ்தொப்பி (Ice Cap)

இது உலர்ந்த குளிர்ந்த முறை எனலாம். இது தலையில் வைத்து சிகிச்சை அளிக்கும் வகையில் அகலமான திறப்புடன் உள்ளது. இதன் மூலம் ஐஸ் கட்டிகளை உள்ளே வைக்கலாம். ஒரு நீண்ட வளைந்த பை போன்ற அமைப்பு கழுத்துடன் பொருந்தும் வகையில் உள்ளது. ஒரு முறை மட்டுமே பயன்படுத்தப்படும் ஐஸ் தொப்பிகள் பரவலாக உபயோகத்தில் உள்ளன.

வெப்ப நீர் பை (Hot Water Bag)

இவை வெப்பநீர் குடுவைகள் எனவும் அழைக்கப்படும். இவ்வகை பைகள் இரப்பரால் ஆனது. இதனுள் வெப்ப நீரை நிரப்பி தலைவலி அல்லது ஆர்தரிடிஸ் அல்லது குளிர்காலத்தில் உடல் வெப்ப நிலையை பாதுகாக்கவும் பயன்படுத்தலாம். சுடுநீர் பைகள் / குடுவைகள் மின்சுடு நீர் பட்டைகளை விட (electrical heating Pads) சிறந்தவை. ஏனெனில் அவை மூலம் மின்னதிர்ச்சி அல்லது தீவிபத்து ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது.

குளிர் துடைப்பான் (Cold sponging)

அளவுக்கு அதிகமான காய்ச்சலால் (hyperpyrexia) பாதிக்கப்பட்ட நோயாளியின் உடல் வெப்ப நிலையை குறைக்க இம்முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது. உடலின் மிக அதிகமான பகுதியை ஒரே நேரத்தில் ஸ்பான்ஜ் மூலம் ஒத்தடம் தருவதன் மூலம் உடல் வெப்பம் விரைவாக குளிர்ந்த நிலையை அடைகின்றது. நீரில் நனைத்த துணிகள் (துண்டுகள்) மூலம் கழுத்து ஆக்ஸிலியா (axillae), தொடை இடுக்கு (groin) மற்றும் கணுக்கால்களை துடைப்பதன் மூலம் உடல் வெப்பத்தைத் தணிக்கலாம். ஒவ்வொரு இடத்தையும் அழுத்தமாக தேய்ப்பதை விட லேசாக தட்டி ஒத்தடம் தருதல் வேண்டும். ஏனெனில் அழுத்தித் தேய்ப்பது உடலின் வெப்பத்தை அதிகப்படுத்தும். முக்கியமான மாற்றங்களை கவனமாக கண்காணித்து ஆரம்ப நிலையிலேயே சிகிச்சை தொடர வேண்டும்.

நோயாளியின் உடல் வெப்பநிலை அதிவிரைவாக மிகக்குறைந்த வெப்பநிலையை அடைய வாய்ப்புள்ளது. எனவே சில முறை மிகவும் ஆபத்தாகவும் அமையலாம். இம்முறையில் நீரின் வெப்பநிலை 65°–90°F இடைப்பட்ட நிலையில் இருக்க வேண்டும்.

குழாய் நீர் துடைப்பு (Tepid sponging)

குழாய் நீர் துடைப்பு மிகவும் பாதுகாப்பாக உடலின் வெப்ப நிலையை குறைக்கும் முறை ஆகும். நோயாளியின் உடல் வெப்பநிலை மிகவும் அதிகமாக இருக்கும் போது இம்முறையை பயன்படுத்தலாம். மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி இம்முறையை செய்ய வேண்டும். நீரின் வெப்பநிலை 85°–100°Fஇடைப்பட்ட நிலையில் இருக்க வேண்டும்.

மெடிக்கல் போமென்டேசன்ஸ் (ஸ்டேபஸ்) (மருந்துகள் தடவப்பட்ட துணிகள்) Medical Fomentations (Stapes)

மெடிக்கல் போமென்டேசன்ஸ் என்பது ஈரப்பத வெப்ப ஒத்தடம் ஆகும். எ.கா (டர்பென்டைன் திரவம்) உடலின் வெப்ப அழுத்தம் வழங்கப்பட்ட பகுதிகளில் பூசப்படும். இம்முறையில் திரவம் பாதி உலர்ந்தும் பாதி ஈரப்பதத்துடன் வெப்பமும் இணைவதால் தசைப்பகுதி இலகுவாகிறது.

ஸ்டூப்ஸ் பயன்படுத்தப்படுவதால் குடல் மற்றும் வயிறு சம்பந்தமான பிரச்சனைகளிலிருந்து விடுபடும் வகையில் (பெரிஸ்டாலிஸிஸை (Peristalsis) வயிற்றுச்சதைகளை இலகுவாக்குவது மற்றும் தசைகளை தளர்வாக்குவதன் மூலம் நல்ல பலனைத் தரும்.

தேவையான பொருட்கள்

1. கொதிக்கும் நீருள்ள கெட்டில் (Kettles)
2. துணியிலிருந்த நீர் மற்றும் ஈரப்பசையை நீக்கும் கருவி (Wringer)
3. ஒரு பேஷனில் பஞ்சு அல்லது பிளேன்கள் தேவையான அளவில்
4. தட்டுகள் (2)

அகன்ற தட்டு (A tray)

1. பஞ்சு உருண்டைகள் ஒரு கிண்ணத்தில்
2. இடுக்கிகள்
3. ஆலிவ் எண்ணெய் அல்லது வாஸலின் (Vaseline)
4. காகிதப்பை
5. கிட்னி டிரே (Kidney Tray)
6. நீர் புகாத உறைமூடிய பஞ்சு பட்டைகள்
7. வெப்ப சுடு நீர்ப்பை உறையுடன்

பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகள்

ஒரு பங்கு டர்பென்டைன் மற்றும் மூன்று பங்கு ஆலிவ் எண்ணெயுடன் நன்கு கலந்து பெரியவர்களுக்கு பயன்படுத்தலாம். குழந்தைகளுக்கு சிகிச்சைக்கான கலவையானது டர்பென்டைன் ஒரு பங்கு மற்றும் ஆலிவ் எண்ணெய் ஆறு பங்குடன் பயன்படுத்த வேண்டும்.

டர்பென்டைன் ஸ்டூப் (Stupe) பயன்படுத்துதல்

டர்பென்டைன் மற்றும் ஆலிவ் எண்ணெயை சரியான விகிதத்தில் எடுத்துக் கொண்டு நன்கு

Tamil - Practical 3.indd 297 15/06/18 10:28 AM

கலக்கிய பின்பு, பாத்திரத்தில் உள்ள வெந்நீருடன் கலக்கவும். இந்தக்கலவையை தேவையான அளவு எடுத்து பாதிக்கப்பட்ட பகுதியில் பூசவும். பின்பு வெப்ப அழுத்தங்களை (Hot compressor) தரவும். பத்து முதல் பதினைந்து நிமிடங்களுக்குப் பின்பு பிளாடஸ் (Flatus) குழாயை செலுத்தி பிளாடஸ்ஸை வெளியேற்றவும்.

கை முழுகுதல் மற்றும் கால் முழுகுதல் (Arm soak and foot soak)

முழுகுதல் என்பது பாதிக்கப்பட்ட பகுதியை முற்றிலுமாக (எ.கா. கை மற்றும் கால்) மூழ்க வைத்தல் அல்லது சல்லடைத்துணியில் மருந்துக் கரைசலை நன்கு பூசி அப்படியே கட்டி வைத்தல் என்று கூறலாம். இம்முறை சுத்தம் அல்லது கிருமி நீக்கும் முறையாகவும் பயன்படுத்தலாம். இம்முறை கிருமிநீக்கம் திறந்த காயமடைந்த நோயாளிகளுக்கு உகந்தது. கீழ்க்காணும் காரணங்களுக்கு இம்முறையை செயல்படுத்தலாம்.

1. கொழுப்பு அமிலத்தை நீர்த்துப் போகச் செய்யவும், கீழ்க்கட்டை விரைவு படுத்தவும் வெப்பத்தைத் தருதல்.
2. மருந்துகளை பயன்படுத்துதல்
3. காயத்தைச் சுற்றியுள்ள பாழடைந்த திசுக்களை சுத்தம் செய்தல்
4. வீக்கம், இரத்த ஓட்டம் மற்றும் தசைப்பிடிப்புக்களை நிவர்த்தி செய்தல்

105 - 110°F வெப்பநிலையில் உள்ள வெதுவெதுப்பான நீரில் வெப்ப சிகிச்சை பெற்ற பகுதிகளை மூழ்க வைக்க வேண்டும். இச்சிகிச்சை 20 நிமிடங்களுக்கு தொடர வேண்டும். சரியான வெப்ப நிலையை இச்சிகிச்சை முழுமைக்கும் தொடரும் வகையில் இடையிடையே வெப்பநிலையை சோதித்து கரைசலை சேர்க்க வேண்டும் அல்லது புதுக்கரைசலை தயாரிக்க வேண்டும். இச்சிகிச்சையின் போது நோயாளியை மிகவும் வசதியான நிலையில் கை கால்களுக்கு தலையணை வைக்க வேண்டும். சிகிச்சை முடிந்த பின்பு உடல் பகுதியை நன்கு உலர வைக்க வேண்டும்.

அகச்சிவப்புக் கதிர்கள் (Infrared Rays / Lamps)

அகச்சிவப்பு விளக்குதல் மூலமாக வெளிப்படுத்தப்படும் அகச்சிவப்பு கதிர்கள் சிகிச்சைக்குப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

புற ஊதாக் கதிர்கள் (Ultraviolet Rays / Lampsis)

புற ஊதாக் கதிர்கள் கண்ணுக்கு தெரியாத வெப்பக் கதிர்களை பாதிக்கப்பட்ட பகுதிக்கு செலுத்துகிறது. புறஊதாக்கதிர்களை உமிழும் இவ்விளக்குகள், சிகிச்சைக்கு பாதுகாப்பான வெப்பத்தினை திசுக்களுக்கு அளித்து உதவுகிறது.

மருத்துவ பயன்கள்

1. படுக்கைப்புண்களை குணமாக்குகிறது.
2. இணைப்பு திசுக்களை மென்மையாக்குகிறது.
3. பாதிக்கப்பட்ட பகுதியின் வலி, தசைகளின் பிடிப்பு மற்றும் சுளுக்கைக் குறைக்கிறது.

சாதாரண விளக்குகளிலிருந்து வெளிப்படும் ஒளிக்கதிர்களை விட புறஊதா மற்றும் அகச்சிவப்புக் கதிர்கள் மிகவும் கடுமையாகவும் அதிக வெப்பத்தையும் தரக் கூடியன. இக்கதிர் வீச்சுக்களின் பாதிப்புக்கள் பின்வருவன :

1. தோலின் நிறம் மாறுதல்
2. வைட்டமின் உருவாகுதல்
3. பாக்டீரியாக்களை அழிக்கும் முறை

இச்சிகிச்சை பொதுவாக 20 முதல் 30 நிமிடங்களுக்குத் தொடர வேண்டும்.

முன்னெச்சரிக்கை: (Precautions)

சிகிச்சையின் போதும் மற்றும் சிகிச்சைக்குப் பின்பும் தோலை நன்கு கண்காணிக்க வேண்டும். நோயாளி மற்றும் சிகிச்சை அளிப்பவர் இருவரும் பாதுகாப்பு கண்ணாடிகள் போன்றவற்றை தவறாமல் பயன்படுத்த வேண்டும். இதன் மூலம் கதிர்களால் ஏற்படும் பாதிப்பை தவிர்க்கலாம்.

Tamil - Practical 3.indd 298 15/06/18 10:28 AM

சிட்ஸ் குளியல் (Sitz Bath): (Hip Bath)

நோயாளியை தொட்டியில் அமர வைத்து ஓடும் நீரினால் அல்லது சுடுநீரினால் வெப்ப சிகிச்சை தரும் முறை ஆகும். நோயாளியை பொதுவாக தொடையின் நடுப்பகுதியிலிருந்து இலியாக்கிரஸ்ட் (Iliac crest) உறை நீரில் அமிழ்ந்திருக்க வேண்டும். நீரின் வெப்பநிலை 110-115°F ஆகவும் 15 முதல் 30 நிமிடங்கள் வரை சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும்.

நோக்கங்கள்: (Purpose)

1. இடுப்பு உறுப்புகளில் (pelvic organs)சேர்ந்த இரத்தக்கட்டு பிரச்சனைகளிலிருந்து நிவாரணம் பெற. (உ.ம்.) வலி நிறைந்த மாதவிடாய் (Dysmenoriohoea)
2. சிஸ்டோஸ்கோபி சிகிச்சையினால் ஏற்படும் வலியைக் குறைக்க (Cystoscopy)
3. நோய் தொற்றையும் வீக்கத்தையும் குறைக்க
4. மலக்குடல் கட்டியிலிருந்து மூலநோய் கழிவுகள் வழிவதை குணப்படுத்த உதவுகிறது.

பயன்படுத்தப்படும் கரைசல்கள்: (Solutions used)

1. பொட்டாசியம் பெர்மாங்கனேட் கரைசல் 1:5000
2. போரிக் அமிலம் 1 கிலோகிராம் 1 பாய்ன்ட் வரை
3. யூசால்(Eusol) கரைசல்.

தேவைப்படாதவர்கள்

1. கருவுற்று இருப்பவர்கள்
2. மாதவிடாய் பிரச்சனை
3. சிறுநீரக தொற்று உடையவர்கள்
4. பிறப்பு உறுப்புகளில் எரிச்சல் / தொற்று கொண்டவர்கள்

செயல்முறை: (Procedure)

1. நோயாளியை தண்ணீர் தொட்டி (TUB) –க்குள் இறங்குவதற்கு முன்பு நீரின் வெப்பநிலையை சோதிக்கவும்.
2. சிட்ஸ் (Citz) பாத்துக்குள் அல்லது தொட்டிக்குள் இறங்குவதற்கும் சரியான நிலையில் இருப்பதற்கும் உதவ வேண்டும்.
3. நோயாளியின் தோள்பட்டையை போர்வை கொண்டு மூடுவதன் மூலம் குளிர்ந்த சூழலிலிருந்து காப்பாற்றலாம்.
4. நோயாளியை நன்கு கண்காணித்து மாற்றங்களை கவனிக்க வேண்டும். சோர்வு மற்றும் மயக்க நிலை பற்றி கவனிக்கவும். மயக்க நிலை, தோலின் நிறம் மாறுதல், அதிகமான நாடித்துடிப்பு அல்லது குமட்டல் போன்ற நிலைமைகள் தோன்றினால், உடனடியாக சிகிச்சையை நிறுத்தவும்.
5. தொட்டியில் உள்ள நீரின் வெப்ப நிலையை அவ்வப்போது சோதித்து ஒரே சீரான வெப்பநிலையில் வைக்கவும். தேவைப்பட்டால் வெப்ப நீரை சேர்க்கலாம்.
6. நோயாளியை தனியாக தொட்டியில் விட்டு செல்லக் கூடாது.
7. சிகிச்சை முடிந்த பின்பு, நோயாளியை தொட்டியிலிருந்து வெளியேற்றவும், உடலை உலர வைக்கவும் உதவ வேண்டும்.
8. நோயாளி மயக்கம் வருவதாக கூறினாலோ அல்லது சோர்வாக காணப்பட்டாலோ தொட்டியிலிருந்து வெளியே கொண்டு வந்து விடவும்.
9. சிட்ஸ் குளியல் முறையில் நோயாளி தூக்க நிலையில் இருக்கலாம். எனவே, அவ்வேளைகளில் நோயாளி கீழே விழாத வகையில் தாங்கி கொள்ள கவனம் செலுத்த வேண்டும்.
10. செய்முறையையும் பதிவு செய்யவும்.

செயல்முறை 4

மருத்துவ மற்றும் அறுவை சிகிச்சை நுண்ணுயிரற்ற நிலை

4.1 நுண்ணுயிர் நீக்கும் நுட்பங்கள்

தொற்று நீக்கு முறை (asepsis) என்பது நோய் உண்டாக்கும் நச்சு நுண்உயிரிகள் (germ) இல்லாதிருத்தல் எனும் நிலை ஆகும்.

நுண்ணுயிரற்ற முறை என்பது நோய் கிருமிகளை குறைத்தல் அல்லது முற்றிலுமாக (பாக்டீரியா, வைரஸ், காளான் மற்றும் பாரசைட்) அகற்றுதலாகும் குறிப்பாக மருத்துவம் மற்றும் அறுவை சிகிச்சை துறையில் நுண்ணுயிர்களால் ஏற்படும் விளைவை தடுப்பதாகும்.

நுண்ணுயிரறச் செய்தலின் கொள்கைகள்

நுண்ணுயிரறச் செய்தல் முழுமையாக அடைதலுக்கு மூன்று சாதனங்கள் மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகும். அவை நேரம், காயம் (அதிர்ச்சி), குப்பைகள் ஆகியவை ஆகும்.

நேரம்

மருத்துவ அல்லது அறுவைச் சிகிச்சைகளுக்கு எடுத்துக் கொள்ளும் நேரம் முக்கிய காரணி ஆகும். நீண்ட நேரம் எடுத்தால் மாசுபடுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகரிக்கின்றன.

அதிர்ச்சி/காயம்

கடினமாக கையாளுதல், அதிகமான இறந்த இடங்கள், வெளிப்பொருட்கள் தொற்று ஏற்படுத்துவதில் பங்கு பெறுகின்றன.

குப்பைகள் (Trash) – பாக்டீரியா மற்றும் வெளிப்பொருட்களால் மாசுப்படுகின்றன.

மருத்துவமனையில் நுண்ணுயிரற்ற நிலையை பராமரிப்பதற்கான முக்கிய கூறுகள்

- கை கழுவுதல்.
- கையுறை அங்கிகள், முகமூடி முறைப்படி பயன்படுத்துதல்.
- கருவிகள் சுத்திகரிக்கப்படுதல்.
- பாதுகாப்பான முறையில் படுக்கை துணிகளை கையாளுவதால் கிருமியற்ற நிலை நோய் பரவுதலை தடுத்தல்.

நுண்ணுயிரற்ற நிலையின் வகைகள்

நுண்ணுயிரற்ற நிலை இரண்டு வகைப்படும். செவிலியர் பயன்படுத்துவன கீழ்வருமாறு:

1. மருத்துவத் துறையில் தொற்றுகளற்ற நிலை.
2. அறுவைச் சிகிச்சை துறையில் தொற்றுகளற்ற நிலை.

மருத்துவ துறையில் நுண்ணுயிரற்ற நிலை

இது சுத்தம் செய்யும் முறையின் மூலம் மருத்துவமனையில் நோய் கிருமிகளின் வளர்ச்சியை அழிப்பதும், பரவுவதை தடுப்பதும் ஆகும்.

(உம்) தினமும் படுக்கை துணியை மாற்றுதல், கை கழுவுதல்

மருத்துவ முறைப்படி தொற்று நீக்குமுறை (medico a sepsis) என்பதின் குறிக்கோள், ஒரு நோயாளியிடமிருந்து மற்றொரு நோயாளிக்குப் பரவும் நோய்த் தொற்றையும் மேலும் ஒருவரிடமிருந்து மற்றொருவருக்கு பரவும்

Tamil - Practical 4.indd 300 14-06-2018 19:57:34

www.tnschoolbooks.in

நோய்கள் உள்ளிட்ட அனைத்தையும் எல்லா வழிகளிலும் தடுப்பதாகும்.

அறுவை சிகிச்சை சார்ந்த நுண்ணுயிரற்ற தன்மை

கிருமி நீக்கம் செய்யப்பட்ட உபகரணங்களை கையாளுதல் மலம் நோய்கிருமிகளை அழிப்பதே கிருமி நீக்கும் முறையாகும். (உம்) அறுவை சிகிச்சை அரங்கிலும், காயங்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கும் போதும், பிரசவத்தின் போதும், சிறுநீர் குழாய் செலுத்துதல் மற்றும் ஊசி மருந்துகள் போடுவது போன்ற செயல்களின் போதும் நுண்மமின்மை செய்யப்பட்ட முறைகளை பயன்படுத்த வேண்டும்.

செய்முறை செய்யும் போது தேவைப்பட்டால் நோயாளிக்கு விளக்கி, ஒத்துழைப்பை பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும். நுண்ணுயிரற்றக் கருவிகளின் இடத்தை தொடுவதாலும், அசைவதாலும் தொற்றுகள் தொற்றிலிருந்து காப்பாற்ற முடிகிறது.

மருத்துவ துறையில் நுண்ணுயிரற்ற நிலை

பொதுவாக மருத்துவ நுண்ணுயிரற்ற நிலை என்பது தூய்மையான நுட்பமிக்க செயலாகும். இதனுடைய இலக்கு நோய் உண்டாக்கும் நுண்ணுயிரிகளை குறைப்பதாகும். ஒருநபரிடமிருந்து மற்றவருக்கு நோய் பரவுவதை தடுக்கிறது. இவ்வகை நுட்பம் தகுந்த முறையில் நோய் பரப்பும் நுண்ணுயிரியைத் தடுக்கிறது.

கை கழுவும் நுட்பம் மற்றும் தேய்த்து கழுவும் முறை

4.2 கை கழுவுதல்

வரையறை

நுண்ணுயிர் பரவுதலை தடுக்கும் பொருட்டு கண்டறியப்பட்ட நுட்பம் கை கழுவுதல் ஆகும்.

கைகள் இரண்டையும் ஒன்று சேர்த்து பலமாக தேய்த்து, நன்றாக கைகளின் அனைத்து பகுதிகளிலும் நுரை வருகின்ற அளவு சோப்பை பயன்படுத்தி குழாய்த் தண்ணீர் மூலம் கைகளை தூய்மை படுத்த வேண்டும்.

நோக்கங்கள்	சுத்தம் மற்றும் சுகாதாரம் பார்க்க கைகள் அழகாக தோன்றுதல் நுண்ணுயிர்க் கிருமிகளையும், அழுக்கையும் அகற்ற குறுக்கு நோய் தொற்று தடுப்பதற்காக
பின்பற்ற வேண்டிய அவசியம்	ஒவ்வொரு வேலையும் முடித்த பின்னர் சுத்தமான இடங்களுக்கு செல்லும் போதும், சுத்தமான பொருட்களை கையாளும் போதும் அறுவை சிகிச்சையின் போதும் மற்றும் பிரசவம் பார்க்கும் போதும் உணவு அளிக்கும் போதும் மற்றும் சாப்பிடும் முன் எப்பொழுது அவசியம் என்று கருதுகிறீர்களோ அப்பொழுதும்.

கார்னர், பவரோ போன்றோர் செவிலியர்கள் பின்வரும் சூழ்நிலைகளில் கைகழுவ பரிந்துரைக்கின்றனர்.

1. நோய் தொற்றுள்ள நோயாளியை கையாளும் போதும் உ.ம் – பச்சிளம்குழந்தை, இரத்தபுற்றுநோய், எய்ட்ஸ்நோயாளிகள்
2. நோய்தொற்று உள்ள வரை கவனித்த பிறகு
3. கரிம பொருள்களை கையாளும் போது
4. துளையிட்டு செய்யக்கூடிய பரிசோதனைக்கு முன்பும், ஊசிகள் போடுவதற்கு முன்பும், சிறுநீர்குழாய் வழியாக எடுப்பதற்கு முன்பும், சளி உறிஞ்சி எடுப்பதற்கு முன்பும் பின்பும் கை கழுவுதல் வேண்டும்.
5. கட்டு கட்டும் முன்பும், பின்பும் மற்றும் திறந்த நிலையிலுள்ள காயங்களை தொடுவதற்கு முன்னும் பின்னும்,

Tamil - Practical 4.indd 301 14-06-2018 19:57:34

6. தொற்றுள்ள பொருட்களை கையாண்ட பின்னும்
7. அதிக தொற்றுள்ள நோயாளியை கையாளும் போதும்
8. நுண்ணுயிர் நீக்கப்பட்ட, நீக்கப்படாத கையுறைகளை அவிழ்க்கும் போதும்

கைகழுவும் நுட்பம்

முதல்படி: உள்ளங்கையையும், விரல்கள்களையும் கழுவ வேண்டும்.
இரண்டாம்படி: கையின் பின்புறம் கழுவ வேண்டும்,
மூன்றாம்படி: கைவிரல்களையும், முட்டிகளையும், விரல்களின் இடையிலும் கழுவ வேண்டும்.
நான்காம்படி: கை பெருவிரலை கழுவ வேண்டும்.
ஐந்தாம்படி: கை நுனிபாகங்களை கழுவ வேண்டும்.
ஆறாம்படி: கை விரல்களை ஒன்றோடு ஒன்று கோர்த்து கழுவ வேண்டும்.
ஏழாம்படி: மணிகட்டு பகுதியை கழுவ வேண்டும்.

கை கழுவுவதற்கான வழி முறைகள்

1. அழுக்குகள் சேராமல் இருக்க நகங்களை வெட்ட வேண்டும்.
2. கையில் அணிந்துள்ள நகைகளை அகற்றி சுத்தமாக கை கழுவ வேண்டும்.
3. கை கடிகாரத்தை அகற்றி மற்றும் நீண்ட கை உடைய ஆடைகளை மடித்து விட்டு சுத்தமாக கை கழுவ வேண்டும்.
4. கைபகுதிகளில் ஏதேனும் காயமோ, சிராய்ப்புகளோ இருப்பின் அவற்றை கூர்ந்து கவனிக்க வேண்டும்.

மருத்துவ கை கழுவும் முறை

தேவையானவை

1. கைகழுவும்
2. தொட்டி, வெதுவெதுப்பான குழாய்நீர்
3. நுண்ணுயிரற்ற சோப்பு மற்றும் சாதாரண சோப்பு
4. சுத்தமான துண்டு

செய்முறை

1. கை கடிகாரத்தை கழற்றி விட்டு நீண்ட கைகளை கொண்ட ஆடைகளை மணிக்கட்டிற்கு மேல் மடித்து விட வேண்டும்.
2. மோதிரம் அணிவதை தவிர்க்கவும்
3. நகங்கள் குட்டையாகவும், சுரசுரப்பில்லாமலும் இருக்கிறதா என உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவும்.
4. கைகழுவும் தொட்டிக்கு நேராக நின்று, கைகளை நேராக வைத்து கழுவும் தொட்டியில் படாதவாறு கை கழுவ வேண்டும்.
5. குழாயை திறந்து முழங்கையை நனைய செய்ய வேண்டும்.
6. தண்ணீர் சீருடையில் தெறிப்பதை தவிர்க்க வேண்டும்.
7. வெதுவெதுப்பாக தண்ணீர் நிலவ ஒரே சீராக தண்ணீரை விட வேண்டும்.
8. கையின் கீழ்பாகம் முழுவதுமாக நனையும் படியும், கைகழுவும் போது கையை முழங்கைக்கு கீழிருக்கும் படி வைக்க வேண்டும்.
9. ஒரு மில்லி அல்லது மூன்று மில்லி தொற்று நீக்கும் சோப்பை பயன்படுத்தி நுரை வரும் வரை தேய்க்க வேண்டும்.
10. குறைந்தது பத்து அல்லது 15நொடிகள் முழுமையான உராய்வு முறையில் கழுவ வேண்டும்.
11. கைவிரல்களை ஒன்று கோர்த்தும், உள்ளங்கையையும், கையின் பின்புறத்திலும் வட்ட சுழற்சியில் ஐந்து முறைகள் ஒவ்வொரு பாகத்தையும் கழுவ வேண்டும்.
12. நகங்களின் அழுக்குகள் போக, சுத்தமான நக பிரஷ் வைத்து சுத்தப்படுத்துதல் வேண்டும்.
13. மணிக்கட்டு பகுதியை நன்றாக கழுவ கையை கீழ் நோக்கியும் முழங்கை மேல் நோக்கியும் இருக்கட்டும்.

Tamil - Practical 4.indd 302 14-06-2018 19:57:34

14. துண்டை பயன்படுத்தி விரல், மணிக்கட்டு மற்றும் உள்ளங்கை ஆகியவற்றை நன்றாக துடைக்க வேண்டும்.
15. துடைக்க பயன்படுத்திய துண்டை அழுக்கு கூடையில் போடவும்
16. குழாயை அடைத்து விடவும்.

அறுவைச்சிகிச்சை – கைகழுவும்முறை / துடைத்தல்

ஸ்போர்ஸ் (Spores) மற்றும் பாதோஜென்ஸ் (Pathogens) போன்ற நுண்ணுயிரிகளை அழிப்பதற்காக அமைக்கப்பட்ட இம்முறையினால், நுண்ணுயிர் அகற்றப்பட்டு பாதுகாப்பு அதிகரிக்கும்.

பொருட்கள் (Articles)	சோப்பு/ஆண்டி செப்டிக் டிடர்ஜெண்ட் ஓடும் வெதுவெதுப்பான நீரினால் சோப்பைப் பயன்படுத்தி கை கழுவுதல் ஆண்டிசெப்டிக் லோசனில் மூழ்கிய நெயில் பிரஷ் (Nail Brush) முகமூடி மற்றும் தொப்பி (குல்லா) (Mask and Cap)

கொள்கைகள்: (Principles)

1. சுத்திகரிக்கப்பட்ட பொருள் மற்றொரு சுத்திகரிக்கப்பட்ட பொருளால் தொடப்படும் போது தான் சுத்தமாக இருக்கும்.
2. சுத்தமான இடத்தில் தான் சுத்திகரிக்கப்பட்ட பொருள் சுத்தமாக இருக்கும்.
3. இடுப்புக்குக் கீழே வைக்கப்படும் எந்த பொருளும் அசுத்தப்படும்.
4. சுத்திகரிக்கப்பட்ட பொருள் அதிக நேரம் காற்றில் படும் படி வைத்திருந்தால் அசுத்தம் ஆகும்.
5. ஈரமான அசுத்தமான பரப்பில் தொடர்பு கொள்ளும் எந்த ஒரு சுத்திகரிக்கப்பட்ட பொருளும் அசுத்தமாகும்.

நிலைகள்: (Steps to Procedure)

1. நகங்களை சரியாக வெட்டி ஒழுங்கு செய்யவும்
2. கைகளில் சிராய்ப்பு அல்லது வெட்டுக்கள் உள்ளனவா என சோதிக்கவும்
3. மருத்துவ முறையில் கை சுத்தமாக கழுவிய பின்பு, தலைக்கு தொப்பி மற்றும் முகத்துக்கு முக உறையை அணியவும்.
4. நீரைத் திறந்து விடவும்
5. ஓடும் வெதுவெதுப்பான நீரில் கைகள் மற்றும் முழங்கைகள் நன்கு சோப்பு போட்டு கழுவவும். முழங்கைகளுக்கு மேல் ஐந்து செமீ வரை சோப்பு தேய்க்கவும்.
6. கைகளை முழங்கை உயரத்துக்கு மேலே வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். சுற்று அல்லது வட்ட வடிவ போக்கில் உள்ளங்கைகள், கையின் பின்புறம், மணிக்கட்டுகள், முன்கைகள் மற்றும் விரல் இடுக்குகள் என அனைத்து பகுதிகளையும் 20-25 வினாடிகளில் கழுவ வேண்டும்.
7. கைகள் மற்றும் முன்னங்கைகள் போன்றவற்றை ஓடும் நீரில் நன்கு கழுவ வேண்டும்.
8. இருகைகளிலும் விரலுக்கு அடியில் சுத்தம் செய்யவும்.
9. நுண்ணுயிரி நீக்கி கொண்டு விரல் நகங்களை 15 முறை பூசவும்.
10. விரல்களுக்கு செங்குத்தாக வைத்துக் கொண்டு விரலுக்கு 10 முறை தேய்க்கவும்.
11. மணிக்கட்டிலிருந்து 5 செமீ மேலே வைத்து தேய்க்கவும்.
12. மேற்கண்ட முறையில் 5 முதல் 10 நிமிடங்கள் வரை தேய்க்க வேண்டும்.
13. பயன்படுத்திய பிரஷ் மற்றும் பொருட்களை தூர எறிந்து விடவும்.
14. மேற்கூறிய செயல்முறைகளின் போது குடிநீர் குழாய் அல்லது கைகழுவும் ஸிங்க் எதையும் தொடக்கூடாது.
15. ஒருகையில் விரல்களிலிருந்து முழங்கையை நோக்கி, சுத்திகரிக்கப்பட்ட துணி மூலம் துடைக்கவும், பின்னர் உலர விடவும்.
16. மற்ற கைக்கு வேறு புதிய துண்டைக் கொண்டு துடைக்கவும். ஒரே ஒரு துண்டு மட்டும் உள்ள நேரத்தில் ஒரு கைக்கு ஒருபுறம் என்று பயன்படுத்தவும்.

Tamil - Practical 4.indd 303 14-06-2018 19:57:34

17. துடைக்கப் பயன்படுத்திய துண்டை குப்பையில் போடவும்
18. இந்தப் பணி செய்யும் நேரத்தில் ஒரு உதவியாளரை உதவிக்கு வைத்துக் கொள்ளலாம்.

சுத்தம் செய்த பின்பான கவனிப்பு: (After Care)

- தண்ணீர் குழாயை மூடவும்
- துடைக்கப் பயன்படுத்திய துண்டு மற்றும் துணிகளை சலைவைக்குப் போடவும்.
- நகங்களுக்கு பயன்படுத்திய பிரஷ்ஷை கழுவி பின்னர் (Nail brush) கிருமி நீக்கி கரைசலில் இடவும்.
- சோப்பை சோப்பு டப்பாவிலும், ஆண்டி செப்டிக்கரைசலை அலமாரியில் (Cup-board) வைக்கவும்.

மேலங்கி, கையுறை மற்றும் முகமூடி

4.3 மேலங்கி

சுத்தமான அல்லது ஒருமுறை மட்டும் பயன்படுத்தக் கூடிய அல்லது பிளாஸ்டிக் மேலங்கிகள் பயன்படுத்தபடுகின்றன.

அறிகுறிகள்: (Indication)

1. நோயாளி மிகவும் தீவிரமான தீக்காயங்கள், காயங்களால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கும் போது அதற்கான சிகிச்சை உடைகளை மாற்றும் போது மேலங்கியை அணிந்து கொள்வர்.
2. அறுவைச் சிகிச்சை மற்றும் குழந்தை பேறு காலங்களில் மேலங்கியை அணிவிப்பர்.
3. நோயாளியின் மூலம் தொற்று ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகளைத் தவிர்ப்பதற்கு அணிந்து கொள்வர்.
4. நுண்ணுயிர் அகற்றும் செயல்களின் போதும் (FNAC போன்ற முறைகள்) லும்பர் பங்ச்சர் (Lumber-puncture) மற்றும் எலும்பு மஜ்ஜை பயாப்சி (Biopsy) போன்ற முறைகளிலும் மேலங்கிகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

நோக்கம்

- நோக்கம் நோயாளியை கையாளும் போது ஆடை அழுக்குபடுவதை தவிர்த்தல்.
- தொற்று பொருட்களின் மூலம் தன்னுடைய நலம் பாதிக்கப்படாமலிருத்தல்.

செயல் முறைகள் (அணியும்முறை)

1. அங்கியை எடுத்து உள் புற மடிப்பு மட்டுமே உடம்பில் படும் படி அணிய வேண்டும். அங்கியின் வெளிபுறம் எந்த பகுதியையும் தொடாமல் பார்த்து கொள்ள வேண்டும்.
2. கைகளை தோள் பட்டைக்கு நேராக்கி, கைகளின் முன் பகுதிகளை துளைகளுக்குள்ளே நுழைக்க வேண்டும். துணை செவிலியிடம் அங்கியை தோளுக்கு மேல் இழுத்து விடச் சொல்ல வேண்டும்.
3. துணை செவிலி வேகமாக கழுத்து பகுதியை கட்ட வேண்டும். நன்றாக இழுத்து கயிறு அல்லது பெல்ட்டைகட்ட வேண்டும்.
4. அங்கி ஈரமாகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
5. அங்கியை அவிழ்க்கும் போது அங்கியின் வெளிப்பகுதி வெளிப்பகுதியை தொடாமல் பார்த்து கொள்ள வேண்டும். அங்கியில் அழுக்கு பகுதியை உள் பக்கமாக சுருட்டி வைத்து அதற்குரிய அழுக்கு கூடையில் போட வேண்டும்.

4.4 கையுறை அணிதல்

கையுறை அணிதல் என்பது இரண்டு ஜோடி நுண்ணுயிறரச் செய்யப்பட்ட கையுறைகளை கையில் போட்டுக்கொள்வதாகும். இவை ஒருவரின் கைகளை நோய் உண்டாக்கும் நுண் உயிரிகள் தாக்காத வண்ணம் தவிர்க்கின்றன. கைகளை தூய்மையாக வைத்திருக்க உதவுகின்றன.

Tamil - Practical 4.indd 304 14-06-2018 19:57:34

நோக்கம்: (Purpose)

1. நோயாளியை கவனிக்கும் போது செவிலியர் உடைகளில் தொற்றுக்கான வாய்ப்புக்களை தடுத்தல்
2. தொற்று நோய்களை உருவாக்கும் பொருட்களுடனான தொடர்புகளை தடுத்தல்.

அறிகுறிகள்: (Indication)

1. திறந்த காயங்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கும் போது
2. நுண்ணுயிர்களை நீக்கும் கண்டறிதல் செயல்முறைகளுக்கு.
3. இரத்தம், சிறுநீர் மற்றும் கழிவுகளை கையாளும் போது.
4. செவிலியர் மற்றும் சுகாதாரப் பணியாளர்கள் விரல் அல்லது கைகளில் ஏற்படும் வெட்டுக் காயங்களைக் கவனிக்கும் போது.
5. அறுவைச் சிகிச்சை மற்றும் குழந்தைப் பேறு காலங்களில்.

செயல்முறை – நிலைகள்

1. உயர் நீராவி அழுத்தத்தில் சுத்திகரிக்கப்பட்ட கையுறைகளை கிருமி நீக்கப்பட்ட துண்டின் மேல் வைக்கவும்.
2. கையுறையின் பையிலிருக்கும் கையுறை பவுடரை கைகளில் போட்டுக் கொள்ளவும்.
3. வலது கையுறை மற்றும் இடது கையுறையை இனம் காணுதல் வேண்டும்.
4. வலது கையால் இடது கையுறையை எடுத்து மடிப்புக்குள் கையை நுழைக்கவும்.
5. கவனமாக இடது கையை கையுறையின் மடிப்பு வரை உள்ளே நுழைக்கவும்.
6. கையுறை அணிந்த இடது கையினால், வலது கையுறையின் மடிப்பு வரை கையை நுழைக்கவும்.
7. கவனமாக வலது கையை கையுறையின் உள்ளே மடிப்பு வரை நுழைக்க வேண்டும். மடிப்பை அங்கியின் கை மடிப்பு வரை கொண்டு வந்து சொருக வேண்டும்.
8. இப்போது இடது கையுறையின் மடிப்பை, வலது கையினால் அங்கியின் கை மடிப்பு வரை கொண்டு வந்து சொருக வேண்டும்.
9. தற்போது இரு கையுறைகளையும் சரி செய்யவும்.

4.5 முக மூடி அணிதல்: (Weaning Masks)

உடலிலுள்ள திரவங்கள் தெரிப்பதால் அந்த காற்றின் மூலமும் ஈரத்துளிகள் மூலமும் நுண்ணுயிர்கள் பரவுவதை முகமூடி அணிவதன் மூலம் தடுக்கலாம்.

நோக்கங்கள்: (Purpose)

1. காற்றின் நுண்துகள் மூலம் பரவும் நோய்களை தடுக்க நோயாளிகளைக் கவனிக்கும் மருத்துவ பணியாளர்கள் இவற்றை பயன்படுத்த வேண்டும். (எ.கா) மணல் வாரி, புட்டம்மை மற்றும் திடீரென ஏற்படும் நுரையீரல் தொற்றுகள்.
2. நுண்ணிய ஈரத்துணிகளின் மூலம் பரவும் நுண்ணுயிரிகள் உருவாகும் நோயாளியின் அறைக்குள் செல்லும் நபர்கள் முகமூடி அணிவதனால்.

முகமூடி அணியும் முறை

1. முகமூடியின் மேல் பகுதியின் விளிம்பை அடையாளம் காணவும் (பொது வகை மெல்லிய உலோகக் கம்பி மேல் விளிம்பில் இருக்கும்)
2. முகமூடியின் மேலே உள்ள இரண்டு நாடாக்களை எடுத்து, காதுகளுக்கு மேலாக கொண்டு சென்று தலையின் பின் பக்கம் முடிச்சு போடவும்.

Tamil - Practical 4.indd 305 14-06-2018 19:57:34

3. கீழே உள்ள இரண்டு நாடாக்களையும் முகவாய்க்கு கீழே கொண்டு சென்று கழுத்தின் பின்பக்கத்தில் இறுக்கமாகக் கட்டவும்.

4. முகமூடி வாய் மற்றும் மூக்கு பகுதியை நன்கு மூடியிருக்கிறதா எனக் கவனிக்க வேண்டும்.

5. கண் கண்ணாடி அணிந்திருந்தால், முகமூடியின் மேல் விளிம்பு கண் கண்ணாடிகளுக்கு கீழே இருக்கும் படி பார்த்துக் கொள்ளவும்.

6. தேவையில்லாத பேச்சுக்கள் மற்றும் முடிந்தால் தும்முதல் அல்லது இருமுதல் போன்றவற்றை தவிர்க்க வேண்டும்.

7. முகமூடியை நீக்கும் போது முதலில் கீழே உள்ள நாடாக்களை அவிழ்க்க வேண்டும்.

8. ஒருமுறை பயன்படுத்தப்படும் முகமூடிகளை குப்பைத் தொட்டியில் போடவும்.

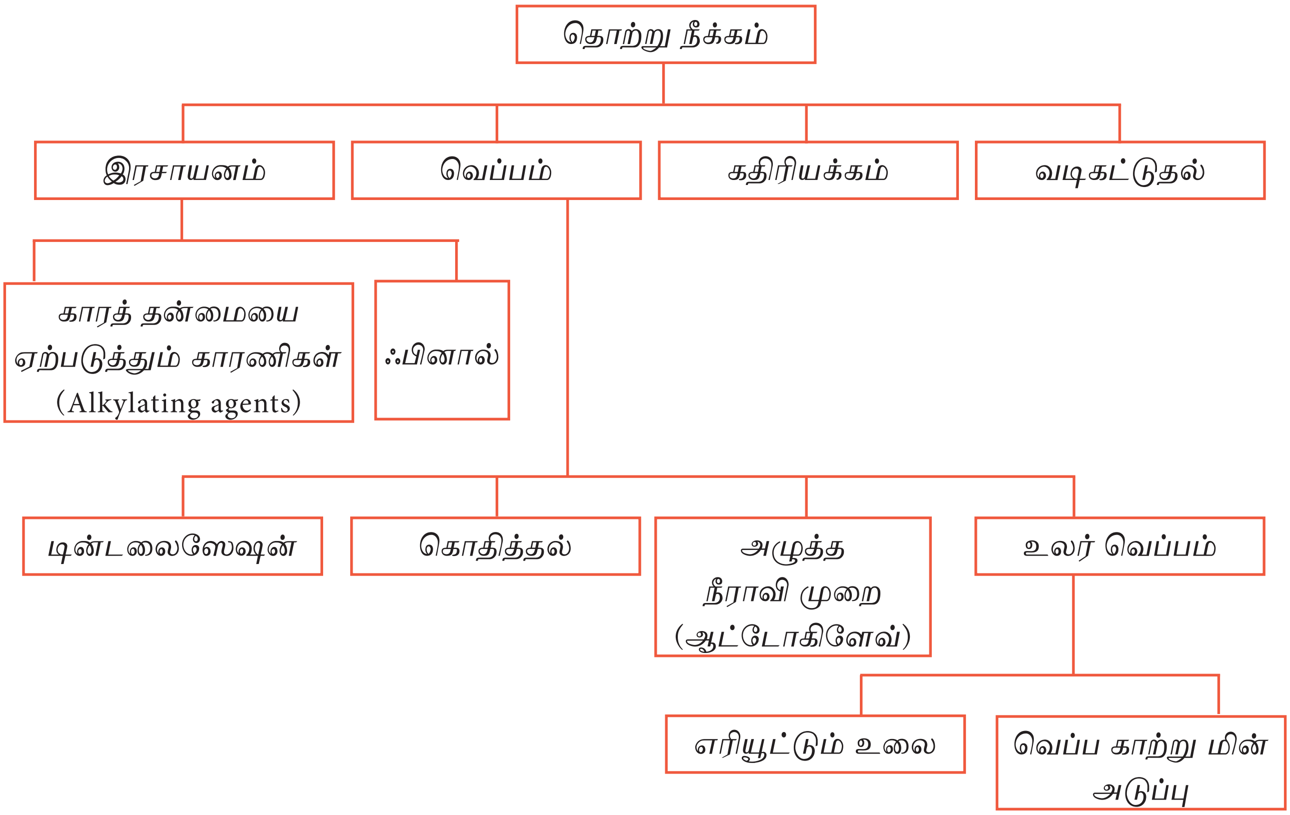
9. எதிர்பாராத விதமாக, முகமூடியின் தொற்றுள்ள பகுதியில் கைகள் பட்டு விட்டால் கைகளை நன்கு கழுவவும்.

கைகழுவும் முறைகள்

Tamil - Practical 4.indd 306 14-06-2018 19:57:35

செயல்முறை **5**

கிருமி நீக்கம் செய்தல் (அ) தொற்று நீக்கம்



5.1 வரையறை

கிருமி நீக்கம் செய்தல் என்பது தொற்று உருவாக்கும் பாக்டீரியாக்கள், வைரஸ்கள், பூஞ்சைகள் மற்றும் ஒட்டுண்ணிகளை குறைத்தல் (அ) அழித்தல் ஆகும்.

5.2 தொற்று நீக்கும் முறைகள்

1. **வெப்பம்:** வெப்பத்தை தாங்கி கொள்ளும் பொருட்கள் மற்றும் சிறிய பொருட்களை தொற்று நீக்கம் செய்ய இது நம்பத்தக்கதும், வேகமானதுமான முறையாகும்.
2. **வேதியியல் முறை:** வெப்பத்தால் நுண்ணுயிரறச் செய்ய முடியாத பொருட்களையும் பெரிய இடங்களையும் ஊடுருவி நுண்ணுயிரிகளை அழிக்கக் கூடியதாகும்.
3. **வடிகட்டுதல்:** திரவங்களை வடிகட்டுதல் மூலம் தொற்று நீக்கம் செய்யப்படுகிறது. இதற்கு சவ்வுப்படல இயந்திரம் தேவைப்படுகிறது.
4. **கதிர்கள் மூலம் நுண்ணுயிரறச் செய்தல்:** இதில் மின்சார கதிர்கள் திரவதினுள்ளே செலுத்தி தொற்று நீக்கம் செய்தலாகும். ஆனால் இதற்கு அதிகமான செலவாகும்.

Tamil - Practical 5.indd 307 14-06-2018 20:11:59

www.tnschoolbooks.in

5.2.1. வெப்பம்

1. **டிண்டலைசேஷன்** (Tyndalisation): மூன்று நாட்களுக்கு தொடர்ந்து 100 டிகிரி சென்டி கிரேடில் வெப்பம் செலுத்துவதன் மூலம் வளர்க்கப்பட்ட மீடியாவை பயன்படுத்தி முளைத்து வரும் ஸ்போர்களை முற்றிலுமாக அகற்ற முடியும்.
2. **கொதிக்கவைத்தல்** (Bioling): இம்முறை எனாமல், உலோகம், கண்ணாடி, ரப்பர், பாத்திரங்களுக்கு பயன்படுத்தப்படுகிறது. பெரிய கருவிகளை கொதிக்க வைக்க பாத்திர ஸ்டெரலைசரும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. கருவிகள் ஸ்டெர்லைசர் குரிய பாத்திரங்களுக்கு பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

நினைவில் கொள்ள வேண்டிய குறிப்புகள்

- பொருட்கள் தூய்மையாக உள்ளதாகவும் முழுவதும் நீரில் மூழ்கி உள்ளதாகவும் இருக்க வேண்டும்.
- நீர் கொதிக்கும் நிலைக்கு வந்த பின் நேரத்தைக் கணக்கிடவும். கொதித்த பின் மீண்டும் பொருட்களை சேர்த்தால் அதன்நேரத்தைக் கணக்கிடவும்.
- அதிகமாக ஐந்து நிமிடங்களுக்கு கொதிக்க வைக்கவும். கொதிக்க வைத்தலில் ஸ்போர்கள் அழிக்கப்படுவதில்லை.
- பொருட்களை நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்ட இடுக்கி கொண்டு எடுத்து. நுண்ணுயிறச் செய்யப்பட்ட இடத்திற்கு மாற்றவும்.

3. **உயர் அழுத்த நீராவி** (Auto Claving): இது ஒரு நம்பகத் தகுந்த முறை, எல்லா சாமான்களுக்கும் இதனை பயன்படுத்தலாம்.

நினைவில் இருக்க வேண்டிய குறிப்புகள்

- எல்லாப் பொருட்களும், கட்டப்படுவதற்கு முன்னர் தூய்மையாகவும் உலர்ந்தும் இருத்தல் வேண்டும்.
- பாத்திரங்களிலுள்ள துளைகள் நீராவி கலத்தினுள் வைப்பதற்கு முன் திறக்கப்பட வேண்டும். வெளியே எடுத்தவுடன் பாத்திரத்தின் துளைகளை மூடிவிட வேண்டும்.
- பொருட்களை கட்டும் போது மிக பெரிதாகவோ மிக இறுக்கமாகவோ கட்டக்கூடாது. ஏனெனில் இறுக்கமாக இருந்தால் நீராவி உள்ளே ஊடுருவி செல்ல இயலாது.
- இரப்பர் கையுறைகளை நீண்ட நேரம் அதிக வெப்பத்திற்கும் அதிக நேரம் வெப்பப்படுத்தவும், நுண்ணுயிரறச் செய்யவும் கூடாது. இவற்றை தனியாக 15 பவுண்ட் அழுத்தத்தில் 15 நிமிடம் உயர் அழுத்த நீராவியில் வைக்கவும்.
- பாட்டில்களில் உள்ள திரவங்களை உயர் அழுத்த நீராவிக்கு உட்படுத்தும் பொழுது மூடிகளை தளர்த்தவும்.

பொதுவான அறிவுரைகள்

- உயர் அழுத்த நீராவிக்கு உட்படுத்தப்படும் பொருட்கள் நீண்ட நேரம் உயர்ந்த வெப்பத்தை தாங்கக் கூடியதாக இருக்க வேண்டும்.
- வெளியுறையும், பாத்திரமும் நீராவி ஊடுருவி செல்லக்கூடிய தன்மை கொண்டதாக இருக்க வேண்டும்.
- உள் உறையில் பொருட்களை நெருக்கமாகவும், முழுவதும் நிரப்பாமலும்

Tamil - Practical 5.indd 308 14-06-2018 20:11:59

இருக்க வேண்டும். கட்டுகளும், பாத்திரங்களும் தளர்த்தியாக கட்டப்பட வேண்டும்.

- ஸ்போர்களையும், நுண்கிருமிகளையும் அழிப்பதற்காக வெப்பமும், நீராவி அழுத்தமும் உயர்வாக இருத்தல் வேண்டும்.
- உயர் அழுத்த நீராவியில் எவ்வளவு நேரம் பொருட்கள் திறந்து வைக்கப்படுகிறதோ அந்த அளவிற்கு பாக்டீரியாக்கள் அழிக்கப்படுகிறது. உட்படுத்தப்படும் நேரம் அதிகரிக்கும் பொழுது அழுத்தம் குறைகிறது.
- நீராவி கலத்தின் உட்புறத்தில் காற்று முழுவதுமாக நீக்கப்பட்டு முழுவதும் நீராவியினால் நிரப்பப்பட்டுள்ளதை நீராவி கலத்தை பயன்படுவதற்கு முன் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.
- நீராவி கலத்தில் பொருட்கள் சிறிது நேரம் உலரும் வரை அப்படியே வைத்திருக்க வேண்டும்.

4. **உலர் வெப்பம்** (Dry Heat): ஊசி குழல்கள் போன்ற கண்ணாடி பொருட்கள் 160 டிகிரி சென்டிகிரேட்டில் ஒரு மணி நேரம் வெப்பகாற்று கலனில் வைப்பதன் மூலம் நுண்ணுயிரறச் அற செய்யப்படுகிறது. ஸ்போர்கள் மற்றும் கிருமிகளும் கொல்லப்படுகிறது. இரப்பர் பொருட்கள் இந்த வெப்பத்தின் அளவை தாங்குவதில்லை. வெப்பம் கட்டுகள், துவாலைகள் மற்றும் மேலங்கிக்குள் வெப்பம் ஊடுருவி சென்றால் இந்த முறை மிகவும் சிறந்தது.

பயன்படுத்தப்படும் இரண்டு முறைகள்

1. **எரியூட்டும் உலை (Incineration):** கட்டுத்துணிகள், ஆய்வுக் கூடத்தில் செயற்கையாக, வளர்க்கப்பட்ட நுண்கிருமிகள், மனித திசுக்கள் மற்றும் உபயோகிக்கப்பட்ட எண்ணெய் போன்றவைகளை இம்முறையின் மூலமாக முறையாக அகற்றப்படுகிறது. மருத்துவமனையில் உள்ள எரியூட்டும் உலை சுற்றுப்புற சூழலை மாசுபடுத்துவதால் இம்முறை விரும்பத் தகுந்தது அல்ல.
2. **வெப்பகாற்று மின்அடுப்பு** (Hot Air Oven): ஈரத்தை தாங்க முடியாத பொருட்களுக்கு இம்முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது. இம்முறை கண்ணாடி பொருட்கள், எண்ணெய் மற்றும் பொடிகளுக்கு அதிகமாக பயன்படுகிறது.

தொற்று நீக்கம் செய்யப்படும் முறைகள்

நுண்கிருமிகளை அழிப்பதற்கு கீழ்கண்ட சூழலில் இரசாயன பொருட்கள் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

1. **சுற்றுப் புறச் சூழல்:** மனித கழிவுகள், தரை, மரசாமான்கள், துணிகள் போன்றவையே இவ்வகை தொற்று நீக்குதல்.
2. **கருவிகளும், பொருட்களும்:** நோயாளியுடன் தொடர்பு கொண்ட பொருட்கள், வெப்பத்தை தாங்க முடியாத பொருட்களையும் அதில் உள்ள நுண்ணுயிர்களை நீக்க இம்முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது.
3. **தோல் மற்றும் காயங்கள்:** நோய்க்கிருமிகளை அகற்ற
4. **உணவு மற்றும் மருந்து:** கெட்டுப்போகாமல் பாதுகாக்கிறது.
5. **நீர்:** நோய்க்கிருமிகளை அகற்ற

5.2.2. இராசாயன நுண்ணுயிரறச் செய்தல் (Chemical Sterilization)

கண்ணுக்கு பயன்படுத்தப்படும் கருவிகளும், மென்மையான கருவிகளும் இம்முறையில் நுண்ணுயிரறச் செய்யப்படுகிறது.

நினைவில் இருக்க வேண்டிய குறிப்புகள்

- பொருட்கள் தூய்மையாகவும், சீழ், இரத்தம் மற்றும் எண்ணெய் ஆகியவை அகற்றப்படவும் வேண்டும்.
- பொருட்கள் முற்றிலுமாக கிருமிநாசினியில் மூழ்கி இருக்க வேண்டும்.
- இந்த கிருமி நாசினி சரியான அடர்த்தியிலும், பொருட்கள் கிருமிநாசினியில் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு மூழ்கியும் இருத்தல் வேண்டும்.
- நுண்ணுயிரறச் செய்த பின், பொருட்கள் சுத்திகரிக்கப்பட்ட நீரில் கழுவப்பட்டு பின் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும்.

இராசாயன பொருட்களின் வகைகள் (Types of Chemicals)

அ) ***காரத்தன்மையை ஏற்படுத்தும் காரணிகள்*** (Alkylating agents)

இவை பாக்டீரியாக்கள், ஸ்போர்கள் மற்றும் வைரஸ்களை கொல்லும். பொதுவாக நாம் செய்ய கூடிய வெப்ப சிகிச்சைக்கு பதிலாக இந்த இரசாயனம் பயன்படுத்தப்படுகிறது. அவையாவன,

1. **பார்மால்டிஹைடு** (Formaldehyde): கருவிகளையும் இயந்திரங்களையும் நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பயன்படுகிறது.
2. **க்ளுடரால்டிஹைடு** (Glruteraldehyde): கருவிகளை தொற்றுநீக்கம் செய்யப்பயன்படுகிறது.
3. **எத்திலின் ஆக்ஸைடு** (Ethylene Oxide): இரப்பர் மற்றும் பிளாஸ்டிக் பொருட்களை தொற்று நீக்கம் செய்யப்பயன்படுகிறது.
4. **ப்ரபியோலேக்டோன்** (Propiolactone): வாயு பொருட்களை தொற்று நீக்கம் செய்யப் பயன்படுகிறது.

ஆ) ***பீனால்*** (Phenols)

இது அமிலமும், செமிசின்தெடிக்கும் கலந்த சோப்பு கரைசலாகும். அழுக்கடைந்த பகுதிகளை தொற்று நீக்கம் செய்யப்படுகிறது.

நன்மைகள்: (Advantages)

வெப்பத்தின் மூலம் தொற்று நீக்கம் செய்யப்படும் போது சேதம் ஏற்படும் பொருட்களை தொற்றுநீக்கம் செய்யப் பயன்படுகிறது.

தீமைகள்: (Disadvantages)

1. ஸ்போர்கள் அழிக்கப்படுவதில்லை.
2. சில தொற்று நீக்கிகள் தோலுக்கும், பொருட்களுக்கும் தீங்கு விளைவிக்கின்றன.

நினைவில் இருக்க வேண்டிய முக்கிய குறிப்புகள்

- தெறிவு செய்யும் தொற்று நீக்கியானது கிருமிகளை அழிப்பதற்கு வலுவுள்ளதாக இருக்க வேண்டும்.
- பொருட்கள் முழுவதுமாக மூழ்கி இருக்க வேண்டும்.
- போதுமான அளவு நேரத்திற்கு வைக்கப்பட வேண்டும்.
- அவை மேல் தோலுக்கோ, பொருட்களுக்கோ சேதத்தை விளைவிக்காததாக இருக்க வேண்டும்.
- பொருளானது கனிமப்பொருட்கள் ஏதுமின்றி இருப்பதற்கு நன்றாக சுத்தப்படுத்தப்பட வேண்டும். ஏனெனில் கனிமப் பொருட்கள், தொற்று நீக்கி பாக்டீரியாக்களின் மீது செயல் புரிவதை தடுக்கும்.

புகை அல்லது வாயு மூலம் நுண்ணுயிரறச் செய்தல் (Fumigation Or Gas Sterilization)

வாயு மூலம் நுண்ணுயிரறச் செய்ய பார்மலின் மாத்திரைகளும் எத்திலின் ஆக்ஸைடு திரவங்களும் பயன்படுகின்றன. முழு இடம் பார்மால்டி ஹைட் வாயுவுக்கு, திறந்து வைக்கப்படும் பொழுது வளரும் நிலையில் உள்ள பாக்டீரியா, வைரஸ் மற்றும் பெரும்பாலான ஸ்போர்கள் கொல்லப்படுகிறது. வாயுவின் அடர்த்தி மற்றும் ஈரப்பதத்தை பொறுத்து அதன் விளைவுகள் அமைகிறது.

தீமைகள்

Tamil - Practical 5.indd 310 14-06-2018 20:12:00

பார்மால்டினைஹடு வாயுவின் கெட்ட நாற்றம், கண்கள் மற்றும் சளி ஜவ்வுகளுக்கு எரிச்சலைத் தருகிறது.

5.2.3. கதிர்வீச்சு (Radiation)

புற ஊதா கதிர் மூலம் நுண்ணுயிரறச் செய்தல் (Ultraviolet light sterilization)

வேலை செய்யும் தளம் மற்றும் காற்று உள்ள அறைகள் புற ஊதாக்கதிர்கள் மூலம் நுண்ணுயிரறச் செய்தல் நற்பலனை அளிக்கும்.

தீமைகள்

1. நிழலில் உள்ள பாக்டீரியாக்கள் அழிக்கப்படுவதில்லை.
2. ஒளியானது நேர்கோட்டில் செல்வதால் இது ஊடுருவாது.
3. நீண்ட நேரம் புற ஊதாக் கதிர்களுக்கு உட்படுத்துவதால் கண்ணின் வெண்மைப்பகுதி (Conjunctiva) பாதிக்கப்படுவதுடன் தோலையும், திசுக்களையும் பாதிக்கிறது..
4. இது மிகவும் விலை உயர்ந்தது

5.3 நுண்ணுயிர் நீக்கம் செய்தலின் பொருட்களை தயாரித்தல் (Preparing articles for sterilization)

1. தேவைப்படும் நிலைக்கேற்ப பொருட்களை மேலிருந்து வரிசைக் கிரமமாக அமைத்தல்.
2. பொருட்கள் நீராவி உட்புகும் வகையில் தளர்த்தியாக கட்டப்பட வேண்டும்.
3. Drums-ன் மூடியின் துளைகள் திறந்து இருக்குமாறு வைக்க வேண்டும்.
4. கட்டுக்களை இரண்டு உறைகள் கொண்டு சுற்றப்பட வேண்டும்.
5. கருவியில் இரத்தம் அல்லது சீழ் போன்றவை இல்லாமல் நுண்ணுயிரறச் செய்ய ஏற்ற நிலையில் இருக்க வேண்டும்.
6. இரப்பர் குழாயினை குளிர்ந்த நீரால் கழுவப்பட்டு சூடான மற்றும் சோப்புக் கரைசலால் கழுவப்பட வேண்டும். அதன் உட்புறம் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும்.
7. கத்திகள், ஊசிகள் போன்ற கூர்மையான கருவிகளைத் தனியாக கையாளுவதன் மூலம் காயங்களையும் துளையிடுதலையும் தவிர்க்கலாம்.

Tamil - Practical 5.indd 311 14-06-2018 20:12:00

செயல்முறை **6**

பொது சுகாதார செயல்முறைகள்

தலைப்பு: மருத்துவமனை மற்றும் அதன் சூழ்நிலை

செய்முறை பயிற்சி :

1. இடங்களை பார்வையிடுதல்
2. கணக்கெடுத்தல்
3. வார்டை தூய்மைபடுத்துதல்
4. வார்டின் சுகாதார நிலை
5. குளோரினிடுதல்

செயல்முறை 7

சிறுநீர் பரிசோதனை (Urine Analysis)

7.1 சர்க்கரை கண்டறியும் சோதனை

பெனடிக்ட் சோதனை (Benedicts test)

பெனடிக்ட் சோதனையின் மூலம் சர்க்கரையின் அளவை குறைக்க பயன்படுகிறது. இவ்வகைச் சர்க்கரை என்பது கட்டற்ற அல்டிஹைடு (free Aldehyde or ketone) கீட்டோன் பகுதியைக் கொண்டதான கார்போஹைட்ரேட் எனலாம். இதில் எல்லா வித மோனோசேக்கரைடுகளான (Monosaccharide's) (உ.ம்)குளுக்கோஸ், பிரக்டோஸ், கேலக்டோஸ் (Glucose, fructose, galactose) போன்ற மூலக்கூறுகளும் கொண்ட மற்றும் பல டைசாக்கரைடுகளும் (disaccharides) லேக்டோஸ்களும் (lactose)மற்றும் மால்டோஸ்களும் (maltose) அடங்கியுள்ளது.

பெனடிக்ட் சோதனையானது பெரும்பாலும் சிறுநீரில் உள்ள சர்க்கரையின் அளவை கணக்கிடப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. சிறுநீரில் குளுக்கோஸ் இருத்தல் என்பது நீரிழிவு நோய்க்கான (Diabetes mellitus) அறிகுறி ஆகும்.

உபகரணம் (Apparatus):

பெனடிக்ட் கரைசல் (புதியதாக, மூன்று மாதங்களுக்கு குறைவான காலத்தில் தயாரிக்கப்பட்ட) டராப்பர், (Dropper) சோதனைக்குழாய், (Test-tube)சோதனைக்குழாய் தாங்கி. (Test-tube holder)

பெனடிக்ட் கரைசலின் தரத்தை சோதித்தல் (Quality Cheeking of the Benedict's solution):

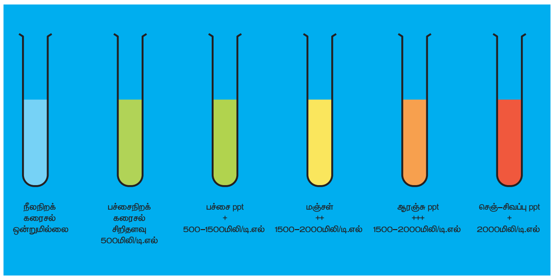
இக்கரைசல் நிறம் நீலம் ஆகும். இதன் தரத்தைச் சோதிப்பதற்கு 5மிலி கரைசலை சோதனைக்குழாயில் இட்டு சூடுபடுத்த வேண்டும். கரைசலின் நிறம் மாறவில்லை எனில் கரைசல் தூய்மையானது என முடிவு செய்யலாம்.

செயல்முறை

- சோதனைக்குழாயில் 5மிலி கரைசலை எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- சோதனைக்குழாயை இடுக்கியில் பிடித்துக் கொண்டு, ஸ்பிரிட் விளக்கால் நிரம்பி வழியாமல் கொதிக்கும் வரை சூடுபடுத்தவும்.
- 8 முதல் 10 துளிகள் சிறு நீரை, கொதிக்கும் பெனடிக்ட் கரைசலில் சேர்க்கவும்.
- அதன் பிறகு இந்தக்கரைசலை சூடுபடுத்தி பின்னர் குளிரவைக்கவும்.
- குளிரும்போது, இக்கலைவையின் நிறம் மாறும்
- நிறமாற்றத்தை கவனிக்கவும். பின்னர் அடியில் தங்கும் பகுதியை எடுத்து ஆராய வேண்டும்.

முடிவு பற்றி ஆராய்தல் (Result Interpretation)

கரைசலின் நிறத்தைப் பொறுத்து சர்க்கரையின் அளவை நிர்ணயிக்கலாம்.



Ppt – கரைசலில் உள்ள வண்டல் (Precipitate)

Tamil - Practical 7.indd 313 14-06-2018 20:01:43

வண்ணம், நிறம்	தோராயமாக குளுகோஸ் mg/dl	(குறியீடு) அளவு
நீலம்	--	--
பச்சை	<500 mg/dl	குறைந்த அளவு காணப்படுகிறது.
பச்சை வீழ்படிவு	1500-500 mg/dl	+
மஞ்சள் வீழ்படிவு	1500-1000 mg/dl	+ +
ஆரஞ்சு வீழ்படிவு	2000–1500 mg/dl	+ + +
சிவப்பிலிருந்து செங்கல் நிறத்துக்கு வீழ்படிவு	>2000 mg/dl	+ + + +

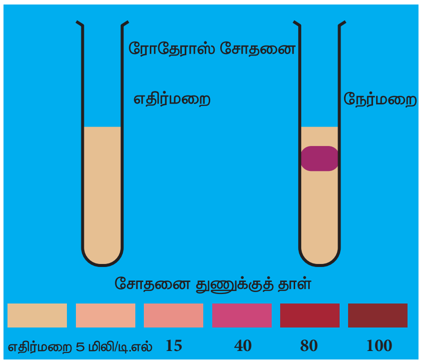
7.2 அல்புமின் கண்டறியும் சோதனை (TEST – FOR ALBUMIN):

- சோதனைக்குழாயில் நான்கில் மூன்று பங்கு அளவு வடிகட்டிய சிறுநீரை எடுத்துக் கொள்ளவும். (சிறுநீரில் உள்ள சீழை(pus) களை வடிகட்டுதலால் நீக்கலாம்)
- அமிலத்தன்மையை சோதிக்கவும். காரத்தன்மையாக இருப்பின் ஒரு துளி அசிடிக் அமிலத்தைக் கலந்து சிறுநீரை அமிலமாக்கவும்.
- சோதனைக் குழாயில் மேலே உள்ள மூன்றாம் பகுதியை ஸ்பிரிட் விளக்கின் மூலம் சூடுபடுத்தி கொதிக்க வைக்கவும்.
- பாஸ்பேட் அல்லது அல்புமின் காரணமாக மேல் பகுதியில் வெண்மையான மேகம் போல் தோன்றும்.
- அசிடிக் அமிலத்தை சொட்டு சொட்டாக வெண்மையான கலங்களில் சேர்க்கவும்.
- கலந்த பின்பும் வெண்மை நிறம் மாறவில்லையெனின் அல்புமின் இருப்பது உறுதியாகிறது.
- வெண்மைநிறம் மாறி தெளிவானால் பாஸ்பேட் இருப்பது உறுதியாகிறது.
- சாதாரணமாக சிறுநீரில் அல்புமின் கலந்திருக்காது.
- சிறுநீரில் அதிக அமிலத்தன்மை அல்லது காரத்தன்மை இருப்பின் தவறான முடிவுகளைத் தரும்.

7.3 அசிட்டோனுக்கான சோதனை (TEST FOR ACETONE)

- 5மிலி சிறுநீரை சோதனைக்குழாயில் எடுத்துக் கொண்டு அதிகப்படியாக அம்மோனியம் சல்பேட்டைச் சேர்க்கவும்.
- சோடியம் நைட்ரோபுரூசைடு (Sodium Nitroprusside) படிகங்களை சிறிதளவு சேர்த்து நன்கு கலக்கவும்.
- சோதனைக்குழாயின் பக்கவாட்டில் மிகவும் மெதுவாக அம்மோனியா கரைசலை சேர்க்கவும்.
- சிறுநீருக்கும் அம்மோனியா கரைசலுக்கும் இடையே உடனடியாக ஊதா வண்ண வளையம் (Purple permanganate colour) உருவாகுமானால் அசடோன் இருப்பதை உறுதிசெய்கிறது.

ரோக்ராஸ் டெஸ்ட்



சிறப்பு குறிப்புகள்

- ரீஏஜெண்ட் பாட்டிலை (Reagent Bottle) குளிர்ந்த, உலர்ந்த இடத்தில் 86°F (30°C) –க்கு குறைவான வெப்ப நிலையில் வைக்கவும்.

Tamil - Practical 7.indd 314 14-06-2018 20:01:44

- ரீஜெண்ட் மாத்திரைகள் மற்றும் பட்டைகளை குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கக் கூடாது.
- பெட்டியை காற்றுப்புகாமல் மூடி வைக்கவும்.
- நிறம் மாறிய அல்லது காலாவதியான மாத்திரைகள் அல்லது பட்டைகளைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.

7.4 பித்த உப்புக்கான சோதனை / ஹேய்ஸ்சோதனை (TEST FOR BILE SAITS / HEY'S TEST)

- சோதனைக்குழாயில் பாதி அளவுக்கு சிறுநீரை எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- சல்பர் பொடியை மேற்பரப்பில் தூவவும்.
- சல்பர் பொடி அடியில் மூழ்கினால், பைல் உப்பு (Bile Salt) இருப்பது உறுதியாகிறது.
- பித்த உப்புகள் சிறுநீரின் பரப்பு விசையைக் குறைப்பதால் அவை சல்பர் துகள்களை மூழ்க வைத்து அடியில் தங்க வைக்கின்றன.

7.5 பித்த நிறமிகளுக்கான சோதனை: (TEST FOR BILE PIGMENTS)

- சோதனைக்குழாயில் நான்கில் மூன்று பங்கு சிறுநீரை எடுத்துக் கொள்ளவும்.
- குழாயின் பக்கவாட்டில் அயோடின் கரைசலை விடுவதால் சிறுநீரின் மேற்பரப்பில் ஒரு படலத்தை உருவாக்குகிறது.
- சிறுநீருக்கும், அயோடின் கரைசலுக்கும் இடையே பச்சை வண்ண வளையம் உருவானால் பைல் நிறமிகள் (Bile pigments) இருப்பது உறுதியாகிறது.
- சிறுநீரை வெளியே ஊற்றி விட்டு சோதனைக் குழாயை கழுவவும்.

Tamil - Practical 7.indd 315 14-06-2018 20:01:44

செயல்முறை 8

கழிவுநீக்கத் தேவைகள்

படுக்கை கழிகலன் கொடுத்தலும், எடுத்தலும் (Offering and removing bed pan)

படுக்கை நோயாளிகளுக்கு கழிகலம் (bed pan) ஒரு நாளைக்கு ஒன்று அல்லது மூன்று முறை கொடுக்கப்படலாம். படுக்கை கழிகலம் கொடுக்கும்பொழுது அறையை மூடுவது மற்றும் படுக்கையை சுற்றி திரையிடுவது முக்கியமாகும். நோயாளிக்கு படுக்கை கழிகலம் தேவைப்படும்பொழுது எந்தவித காலதாமதம் இன்றி கொடுக்கப்படவேண்டும்.

படுக்கை கழிகலன் அளிக்கும் முறை

1) படுக்கையை சுற்றி திரையிடு
2) படுக்கை கழிகலனை மூடிய நிலையில் படுக்கையின் அருகே உள்ள பலகையில் (chair) வை, கழிகலம் சுத்தமாகவும், உலர்ந்ததாகவும் இருக்க வேண்டும். குளிர்காலங்களில் சுடுநீர்கொண்டு கழிகலனை சுத்தம் செய். பலவீனமான,மெலிந்த நோயாளிகளுக்கு படுக்கை கழிகலனில் திண்டு அமைத்து உட்கார வை.
3) தேவைப்படுமானால் ரப்பர் விரிப்பை படுக்கையின் மீது விரித்து வை.
4) கழிகலனை படுக்கையின் அருகே வை
5) உனது இடது கையை முதுகுக்கு கீழே கொடுத்து நோயாளி பிட்டத்தை உயர்த்தி படுக்கை கழிகலனில் அமர உதவி செய். நோயாளியை வசதியான நிலையில் அமரவைத்து அவரை சுற்றி திரையிட்டு விலகி நில். நோயாளி பலவீனமாக அல்லது கடுமையான நோயுற்றவராக இருந்தால் அவர் அருகிலேயே நில்.
6) சுத்தம் செய்ய தேவையான உபகரணங்கள் அடங்கிய தட்டை படுக்கையின் அருகே கொண்டு வா.

தட்டில் உள்ள பொருட்கள்

வ.எண்	பொருட்கள்
1.	கூஜாவில் நிரம்பிய சுடுநீர்
2.	சோப்பு
3.	துண்டுகள்
4.	கிண்ணம் சல்லாத்துணி (அ) பஞ்சு வைக்க
5.	நீண்ட தமனி இடுக்கி
6.	கழிவுத்தட்டு மற்றும் காகித பை

படுக்கை கழிகலன் எடுத்தலும் அகற்றுதலும்

1) முடியுமானால் நோயாளியையே சுத்தம் செய்ய சொல். சுத்தம் செய்ய, நீரை பிறப்பு உறுப்புகளின் மேல் ஊற்ற உதவி செய். கழிகலனை விலக்கி கைகளை கழுவ சோப்பும் நீரும் கொடு
2) நோயாளி உதவியற்ற நிலையில் இருந்தால் ஈரப்பதமான சல்லாத்துணி அல்லது பஞ்சுக் கொண்டு தமனி இடுக்கியின் மூலம் முன் புறமிருந்து பின்புறமாக துடைக்க உதவி செய்ய வேண்டும். இதனால் நோய் தொற்றை தவிர்க்க வேண்டும். படுக்கை கழிகலனை அகற்றும் போது நோயாளியை ஒரு புறமாக திரும்பச் செய் (மற்றொரு நபர் உதவிக்கு தேவைப்படுவார்)
3) நோயாளியை வசதியான நிலையில் வை
4) கழிகலனை மூடிகொண்டு மூடு,கழிவறைக்கு எடுத்துச் செல்.

Tamil - Practical 8.indd 316 15/06/18 10:34 AM

5) அதில் அடங்கியுள்ளவற்றை கவனி.
6) கழிகலனை சுத்தம் செய். குளிர்ந்த நீர் கொண்டு கழுவு. பின்பு பிரஸ் கொண்டு தேய்த்து சோப்பு கரைசலில் அமிழ்த்திவை அல்லது தொற்று நீக்கும் திரவத்தில் ஒரு மணி நேரத்திற்கு அமிழ்த்தி வை அல்லது வசதி இருந்தால் நுண்ணுயிரறச் செய்.
7) பயன்படுத்திய உபகரணங்களை படுக்கையின் அருகில் இருந்து விலக்கு. அவற்றை சுத்தம் செய்து அதற்குரிய இடத்தில் வை.
8) உனது கைகளை நன்றாக கழுவு. படுக்கையை சுற்றியுள்ள திரையை விலக்கு. அறையை நேர்த்தியாக வை. நேரம் மற்றும் உற்று நோக்கியதை குறித்து வை.

சிறுநீர் கழிக்கும் கலன் வழங்குதல்

வரையறை: சிறுநீர் கழித்தல் கொள்கலன் படுக்கையில் ஓய்வு அல்லது அசைவில்லாதிருக்கும் நிலையில் தேவைப்படுகிறது.

இது நோயாளிகளை சிறுநீர் பையை காலியாக்கும் சாதாரண நிலைக்கு அனுமதிப்பதில்லை.

அ) சரியான உட்காரும் நிலை ஆ) தவறான உட்காரும் நிலை

கழிப்பறை வசதிகளை சென்றடைய முடியாத நபர் அவரது படுக்கை அறையில் நின்றுக் கொண்டு, பிளாஸ்டிக் அல்லது உலோக உட்கிரகிப்பையில் சிறுநீர் கழிக்கலாம். அவர் நினைவிழந்த நிலையிலோ அல்லது படுக்கை அறையில் நிற்க முடியாவிட்டாலோ அங்குள்ள உதவியாளர்கள் சிறுநீர் கழிக்க உதவ வேண்டும்.

நோக்கம்

1) சிறுநீர் கழிக்க ஒரு கொள்கலன் வழங்க
2) சிறுநீர் வெளியீட்டை அளவிட
3) சிறுநீர் நிறம் மற்றும் நிலைத்தன்மையைக் கவனிப்பதற்காக.

அறிகுறி

1) அறுவை சிகிச்சை, முறிவு மற்றும் காயம் காரணமாக பலவீனமாக இயங்கும் நோயாளிகளுக்கு
2) முதியவர்களின் சிறுநீர் முடக்கத்தைத் தவிர்க்க சிறுநீர் கழிக்கும் கொள்கலம்அடிக்கடி தேவைப்படும்.
3) கழிவறைக்கு நடந்து செல்ல முடிந்த நபருக்கு சிறுநீர் கழிக்கும் கலம் தேவைப்படுவதில்லை.

Tamil - Practical 8.indd 317 15/06/18 10:34 AM

செயல்முறை 9

மாதிரிகள் சேகரித்தல்

மாதிரிகள் சேகரித்தல்

மாதிரியென்பது ஒரு பொருளின் மிகச்சிறிய அளவு, அப்பொருளின் முழுத் தன்மையையும் அறிவிப்பதாகும் என்று வரையறுக்கப்படுகிறது.

மாதிரிகள் சேகரித்தல் என்பது ஒரு பொருளின் சிறிய அளவுகளை நோய் கண்டறிதலுக்காகவும், சிகிச்சைக்காகவும், மீண்டு வருவதற்காகவும் சேகரித்தலாகும்.

நோயாளியை தயார் செய்தல்

- நோயாளிக்கு செய்முறையை விளக்கிக் கூறு. இதனால் நோயாளியின் நம்பிக்கையையும், ஒத்துழைப்பையும் பெறலாம்.
- நோயாளிக்கு செவிலி கொடுக்கும் விளக்கங்கள் தெளிவானதாகவும், நேரடியானதாகவும், முழுமையானதாகவும் இருக்க வேண்டும்.
- சில பரிசோதனைகளுக்கு அதிகப்படியான விளக்கங்கள், நோயாளியின் ஒத்துழைப்பைப் பெறவும், சரியான மாதிரியை சேகரிக்கவும் அவசியமாகிறது. முக்கியமாக நோயாளி தனது பழக்கவழக்கத்தை மாதிரிகள் சேகரிக்கும் முன்பாக மாற்றியமைத்து தானே மாதிரியை சேகரித்தல்.
- நோயாளி சரியாகவும், தெளிவாகவும் விளக்கங்களை புரிந்துகொண்டுள்ளனரா என்பதை உறுதிப்படுத்து
- செய்முறையை சரியாக விளங்கிச் சொல்லுதல், ஒப்புதல் பெறுதலை எளிதாக்குகிறது.
- அதற்குரிய கலனைக் கொடுத்து பயன்படுத்தும் முறையை விளக்கு
- சிறுநீர் சேகரிப்பு முன்னர் நோயாளியை இனப்பெருக்க உறுப்புகளை சோப்பையும், நீரையும் பயன்படுத்தி நன்றாக கழுவிய பின் சேகரிக்குமாறு கூறு.
- கலனின் வெளிப்புறத்தை அழுக்கடையாமல் பாதுகாக்குமாறு கூறு.
- கையுறைகள் அணிதல் போன்ற தடுப்பு நடவடிக்கைகளை எடு.

பொருட்களை தயார் செய்தல்

- எல்லா மாதிரிகளும் சுத்தமான உலர்ந்த கலனில் சேகரிக்கப்பட வேண்டும்
- அகலவாயுள்ள கலன்களை பயன்படுத்த வேண்டும்
- 'கல்ச்சர்' (வளர் ஊடகம்) (Culture) பரிசோதனைக்கு சிறுநீர் சேகரிக்கும்பொழுது நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்டகலனைப் பயன்படுத்து
- கோழை மற்றும் மலம் பரிசோதனைக்கு மெழுகால் உறையிடப்பட்ட ஒருமுறை பயன்படுத்தும் அட்டைப் பெட்டிகள் பயன்படுகின்றன.
- 24 மணி நேர சிறுநீர் சேகரிப்புக்கு பெரிய கலன்கள் பயன்படுகின்றன.
- நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்ட சோதனைக் குழாய்கள் திரவமாதிரி சேகரிப்புக்கு பயன்படுகின்றன.

- சுத்தமான கண்ணாடித் தகடுகள் 'பூச்சு'(smear) களைச் சேகரிக்க பயன்படுகின்றன.
- கலனில் நச்செதிர் கரைசல் இல்லாதவாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் அவை மாதிரியின் நுண்ணுயிர் வளர்ச்சியை பாதிப்பதால் முடிவுகளில் மாற்றம் ஏற்படும்

சிறுநீர் மாதிரி சேகரித்தல்

ஒருநேர சிறுநீர் சேகரிப்பு முறை

ஒரு நேர சிறுநீர் சேகரிப்பு முறை என்றால் ஒரு நேரத்தில் கழிக்கப்படும் சிறுநீரின் அளவாகும். பொதுவாக அதிகாலை மாதிரிகள் சேகரிக்கப்படுகின்றன. பொதுவாக 100–120 மி.லி சிறுநீர் பொதுவான பரிசோதனைகளுக்கு போதுமானது.

இனப்பெருக்க உறுப்புகளை சுத்தம் செய்தபின் நோயாளி சுத்தமான சிறுநீர் கலனிலோ அல்லது கழிவுத் தட்டிலோ அல்லது நேரடியாக சிறுநீர் சேகரிக்கும் கலத்திலோ சேகரிக்குமாறு கூற வேண்டும். சேகரிக்கும் போது கலத்தின் வெளிப்புறத்தில் படாதவாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

இடையில் எடுக்கப்படும் சிறுநீர் சேகரிக்கும் முறை

இனப்பெருக்க உறுப்புகளை சோப்புநீரால் கழுவிய பின் நீரால் கழுவு. பெண் நோயாளிகளுக்கு லேபியாவைப் (labia major) பிரித்து சுத்தம் செய்து சிறுநீர் மாதிரி சேகரிக்கப்படும் வரை அப்படியே வைத்திரு. ஆண்களுக்கு ஆண்குறியின் முன்தோல் பின் இழுக்கப்பட்டு இனப்பெருக்க உறுப்புகள் சுத்தம் செய்யப்பட்ட பின் சிறுநீர் மாதிரி சேகரிக்கப்பட வேண்டும்.

கழிப்பறையிலோ, கழிவு நீக்கத் தொட்டியிலோ சிறுநீர் கழித்துக்கொண்டிருக்கும்போது சிறிது நேரம் நிறுத்தி நுண்ணுயிரறச் செய்யப்பட்ட கலனில் தொடர்ந்து சிறுநீர் கழிக்கச்செய்ய வேண்டும். போதுமான அளவு சேகரிக்கப்பட்டபின் சிறுநீர் கழிப்பதை நிறுத்தி கலனை அப்புறப்படுத்தி தொடர்ந்து சிறுநீர் கழிக்க வேண்டும்.

24 மணி நேர சிறுநீர் சேகரிக்கும் முறை

24 மணி நேர சிறுநீர் கழித்தல் என்பது 24 மணி நேரத்தில் கழிக்கும் எல்லா சிறுநீரையும் சேகரித்தலாகும். காலை 6 மணிக்கு சிறுநீர் சேகரித்தலைத் தொடங்கி கழிக்கப்படும் சிறுநீரை ஊற்றிவிடு. அதன்பின் கழிக்கப்படும் மொத்த அளவிடப்பட்டு அடையாளச்சீட்டு ஒட்டப்பட்ட கலனில் சேகரிக்கப்பட வேண்டும். மறுநாள் காலை வரை தொடர வேண்டும். காலை 6 மணிக்கு நோயாளியை சிறுநீர் கழிக்கச் செய்து முன்பு சேகரித்த கலனோடு சேர்க்க வேண்டும்.

சுயநினைவற்றவர்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் சிறுநீர் சேகரித்தல்

ஆண் குழந்தை அல்லது சுயநினைவற்ற ஆண் நோயாளிகளின் ஆண் உறுப்புடன் ஒரு சோதனைக் குழாயோ, ஊசிக் குழாயோ, நிரோத்தோ ரப்பர் குழாயுடன் இணைக்கப்பட்டதாக இருக்கும். ஒட்டும் பிளாஸ்திரியின் மூலம் இணைக்கப்பட வேண்டும். பெண்களுக்கு வாயகன்ற கலனை அல்லது புனலை ரப்பர் குழாயுடன் இணைக்க வேண்டும். அகன்ற பாகத்தை வால்வுடன் 'T' பைண்டர் மூலம் இணைக்க வேண்டும். ரப்பர் குழாயை கலனோடு இணைக்கும்பொழுது சிறுநீர் சேகரமாகிறது.

கோழை மாதிரி சேகரித்தல்

நீர் உறிஞ்சாத கோழைக் கலன்களோ அல்லது அகன்ற வாயுள்ள கலன்களோ கோழை சேகரிக்கப் பயன்படுகிறது. நோயாளியிடம் கலனைக் கொடுத்து நன்றாக இருமி நுரையீரலிலிருந்து மாதிரி எடுக்க வேண்டும் என்றும், மூக்கு அல்லது தொண்டைப் பகுதியிலுள்ள கோழையை சேகரிக்க வேண்டாம் என்றும் அறிவுறுத்த வேண்டும். மாதிரி பல் துலக்குவதற்கும், உணவு உட்கொள்ளுவதற்கும் முன்பு சேகரிக்கப்பட வேண்டும். வாய் நீரினால் கொப்பளிக்கப்படலாம். ஆனால் நச்செதிர் வாய் பராமரிப்பு கரைசல்களை மாதிரி சேகரிக்கும் முன் பயன்படுத்தக் கூடாது.

Tamil - Practical 9.indd 319 15/06/18 10:36 AM

மலம் மாதிரி சேகரித்தல்

நீர் உறிஞ்சாத ஒருமுறைப் பயன்படுத்தும் கோழைக் கலன்களோ அல்லது வாயகன்ற கலன்களோ சரியான அறிவுரைகளுடன் வழங்கப்பட வேண்டும். நோயாளி படுக்கை மலத் தொட்டியில் மலம் கழிப்பார். ஒரு சிறிய அளவு மலத்தை சிறிய குச்சியாலோ அல்லது ஸ்பாட்டுலாவாலோ எடுத்து கலனில் போட வேண்டும். ஸ்பாட்டுலா அல்லது குச்சியைக் குப்பைத் தொட்டியில் போட வேண்டும்.

வழக்கமான பரிசோதனைகளுக்காக மலம் மாதிரி சேகரித்தல்

வரையறை

ஆய்வக பரிசோதனைகளுக்காக சிறிதளவு மலம் மாதிரியை கலத்தில் சேகரித்தல்

நோக்கம்

மலத்தின் சாதாரண மற்றும் அசாதாரண தன்மையை அறிய

தேவையானப் பொருட்கள்

1. சுத்தமான மாதிரி சேகரிக்கும் கலன் ஒன்று
2. காய்ந்த ஸ்பட்டுலா (Spatula) (தட்டைக் கரண்டி) கலத்தினுள் மாதிரியை இட
3. உலர்ந்த படுக்கை மலத்தொட்டி (படுக்கையில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு சுத்தம் செய்வதற்குப் கழுவுவதற்கும், மற்றொரு படுக்கை மலத்தொட்டி
4. ஆய்வக உத்தரவுச் சீட்டு
5. சுத்தமான கையுறைகள்
6. காகிதம் (பயன்படுத்திய ஸ்பட்டுலாவை சுற்ற)
7. தண்ணீர் (படுக்கையிலுள்ள நோயாளிகளுக்கு)
8. துண்டு துணிகள் / டவல்

செய்முறை

வ.எண்	செவிலிய செயல்	காரணம்
1	மருத்துவரின் உத்தரவையும், செவிலிய திட்டத்தையும் கவனி	தேவையான செய்திகளையும், அறிவுரைகளையும் பெறு
2	நோயாளியை உறுதி செய்	சரியான நோயாளிக்கு சரியான செய்முறையை செய்ய பயன்படும்
3	செய்முறையை விளக்கிக் கூறு. அவள்/அவர் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதைக் கூறு	சரியான முறையில் மாதிரியைச் சேகரிக்க உதவும்
4	அடையாளச் சீட்டு ஒட்டப்பட்ட கலனையும் அடையாளச் சீட்டையும் நோயாளியிடம் கொடுத்து கழிவுத் தொட்டியில் மலம் கழிக்கும்படியாகவும், அதனுள் சிறுநீர் கழித்து மாசுப்படுத்தக்கூடாது எனவும் கூறு	
5	கையுறைகளை அணிந்து கொள்	
6	படுக்கையிலுள்ள நோயாளியை படுக்கை மலத்தொட்டியில் கழிப்பதற்கு உதவி செய்	
7	அறிவுரைகளுடன் அவரை தனியாக விடு	
8	முடிந்தவுடன் படுக்கை மலத்தொட்டியை அப்புறப்படுத்து. இரண்டாவது மலத்தொட்டியை சுத்தம் செய்வதற்காக வை	
9	கெட்டியான மலம் என்றால் 2 செ.மீ. அளவுக்கும், திரவ வடிவ பேதியென்றால் 20 மிலி முதல் 30 மி.லி வரை சேகரி	

Tamil - Practical 9.indd 320 15/06/18 10:36 AM

வ.எண்	செவிலிய செயல்	காரணம்
10	மலம் சேகரித்த பின் சரியான படிவங்களுடன் ஆய்வகத்துக்கு அனுப்பு	
11	பொருட்களை சுத்தம் செய்து அதற்குரிய இடங்களில் வை. (திரும்ப பயன்படுத்தும் பொருட்கள் மட்டும்)	
12	உபயோகித்த ஸ்பாட்டுலாவை காகிதத்தில் சுற்றி அப்புறப்படுத்து	குறுக்கு நோய்த் தொற்றைத் தடுக்க
13	கைகளைக் கழுவி உலர வை	குறுக்கு நோய்த் தொற்றைத் தடுக்க
14	தகவல்களை நோயாளியின் குறிப்பேட்டில் குறித்து வை	

சிறப்பு குறிப்புகள்

1. மாதிரிகள் ஒட்டுண்ணி பரிசோதனைக்காக சேகரிக்கப்படும் பொழுது உடனடியாக அனுப்பப்பட வேண்டும். அதனால் நுண்ணோக்கியால் புதியனவாகவும், வெதுவெதுப்பான நிலையும், சாத்தியமான நிலையில் பரிசோதிக்கப்படுகின்றன.
2. இரத்த ஒழுக்கு உள்ள மூலங்களோ அல்லது சிறுநீரில் இரத்தம் (haematuria) காணப்பட்டாலோ உடனடியாக தெரிவிக்க வேண்டும்.
3. பெண்களுக்கு மாதவிடாய் காலமானால் பரிசோதனையை 3 நாட்களுக்கு தள்ளிப் போட வேண்டும்.
4. போலிக் அமில மாத்திரைகள், இரத்தம் உறைதலை தடுக்கும் மாத்திரைகள், பேரியம், பிஸ்மத், தாது எண்ணெய், வைட்டமின் சி மற்றும் ஆன்டிபையாட்டிக்குகள் பரிசோதனையின் முடிவை பாதிக்கும்.
5. நடமாட முடியாத நோயாளிகளுக்கு 2 படுக்கை மலத்தொட்டிகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும். ஒன்று மாதிரியை சேகரிக்கவும் மற்றொன்று சுத்தம் செய்யவும்

Tamil - Practical 9.indd 321 15/06/18 10:36 AM

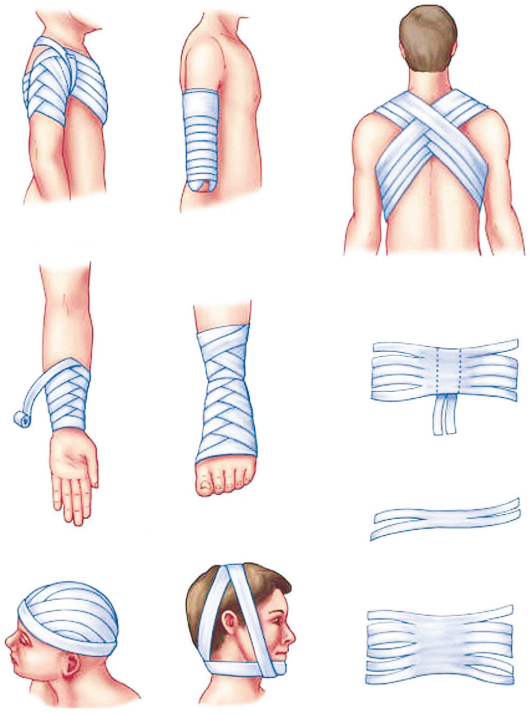
www.tnschoolbooks.in

செயல்முறை 10

கட்டு கட்டுதல்

10.1 முன்னுரை

காயத்தின் மீது வைக்கப்பட்டுள்ள பற்றுத்துணி அல்லது சிம்புகள் போன்றவற்றை பொருத்தி ஆதாரமளிக்கவும், உடல் பாகங்களின் அசைவுகளை கட்டுப்படுத்தவும் பயன்படுத்தபடும் துண்டுத் துணி கட்டு (அல்லது) Bandage எனப்படும்.



கட்டுத் துணியின் பயன்கள்

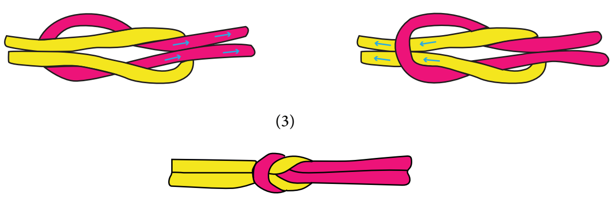
- காயத்தின் மேல் வைத்துள்ள பற்றுத்துணியின் மீது நேரடியாக அழுத்தி இரத்த ஒழுக்கை நிறுத்தவும்.
- பற்றுத்துணி அல்லது எலும்பு முறிவுக்கு வைக்கும் சிம்புகள் போன்றவற்றை பொருத்தி வைக்கவும்.
- பாதிக்கப்பட்ட எலும்பு அல்லது மூட்டுக்கு ஆதாரமளிக்கவும்.
- அசைவுகளை தடுக்கவும்
- வீக்கத்தை குறைத்தல் அல்லது தடுத்தல்
- விபத்துக்குள்ளான வரைத்தூக்கவும், தாங்கவும் பயன்படுகிறது.

10.2 கட்டுத்துணியின் வகைகள்

1. முக்கோண வடிவத் துணி
2. சுருள் கட்டுத்துணி

ரீப் முடிச்சு

கட்டுத்துணியின் முனைகளை ஒன்றாக இணைந்து கட்டுவதற்கு ரீப் முடிச்சு (Reef knot) என்று பெயர். ஏனென்றால் இந்த முடிச்சு தட்டையாக இருப்பதால் நழுவாது. ரீப் முடிச்சுகட்ட ஒரு வழி உண்டு. இடதுக்கு மேல் வலது. வலதுக்கு மேல் இடது என்பது ஆகும்.

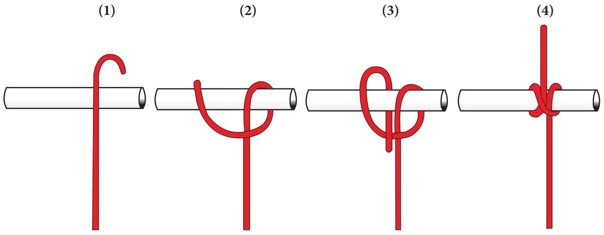


Tamil - Practical 10.indd 322 14-06-2018 20:13:43

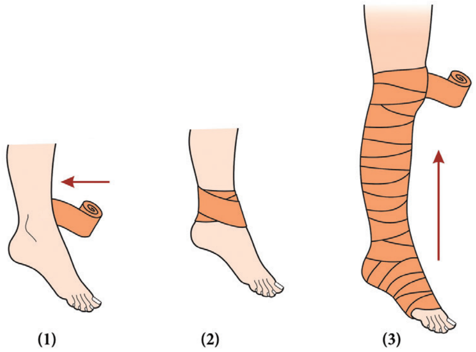
www.tnschoolbooks.in

கிளவ்ஹிச் (Clove hitch)

குறுகலான கட்டுத்துணியில் செய்யப்பட்ட கிளவ் ஹிச் முடிச்சு மணிக்கட்டை சுற்றி போடப்பட வேண்டும். கட்டுத்துணியின் முனைகள் கழுத்தை சுற்றி கட்டப்பட வேண்டும்.

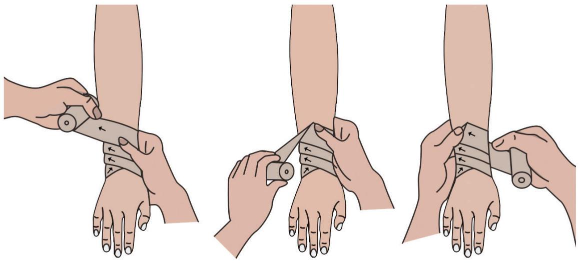


1. சாதாரண சுருள்கட்டு (Simple spiral bandage)



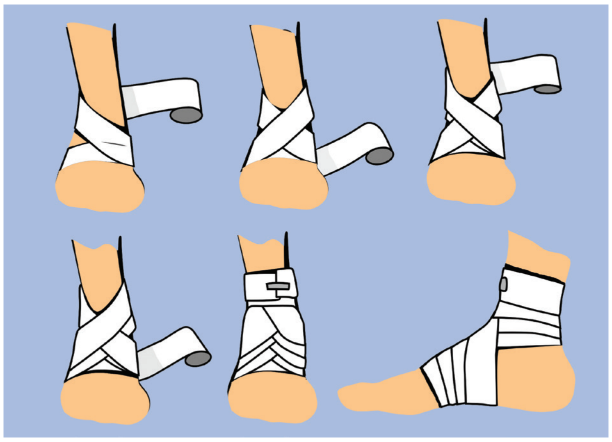
இது விரல்கள் மற்றும் சம பருமனுள்ள பகுதிகளுக்கு பயன்படுத்தப்படுகிறது. இது வட்ட வடிவில் சுற்றக் கூடியது.

2. எதிர் மாற்று சுருள் கட்டு



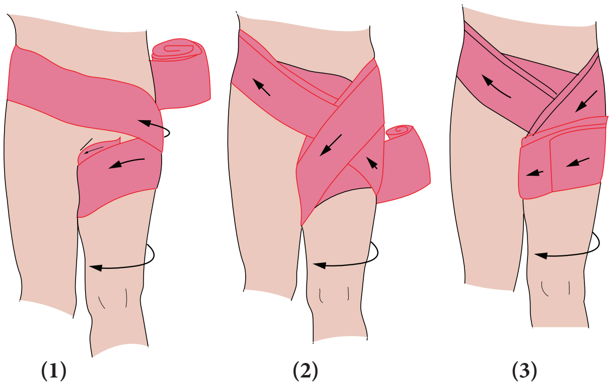
முன்கைகள், கால்கள் போன்ற மாறுபடும் பருமன் உள்ள உடல் உறுப்புகளுக்கு போடப்படும்

3. எட்டு வடிவக்கட்டு (Figure of eight)



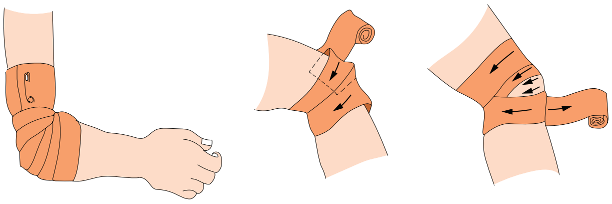
எதிர் மாற்று சுருள் கட்டுக்கு மாற்றாக இதனை பயன்படுத்தலாம். இதை கை மற்றும் பாதங்களுக்கு போடலாம்.

4. ஸ்பைக்காகட்டு (Spica)



ஸ்பைகாகட்டு தோள், இடுப்பு, தொடை மற்றும் பெருவிரல் போன்ற இடங்களில் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இது மாற்றப்பட்ட எட்டு வடிவக்கட்டு.

5. விரிந்து செல்லும் ஸ்பைக்கா (Divergent - Spica)

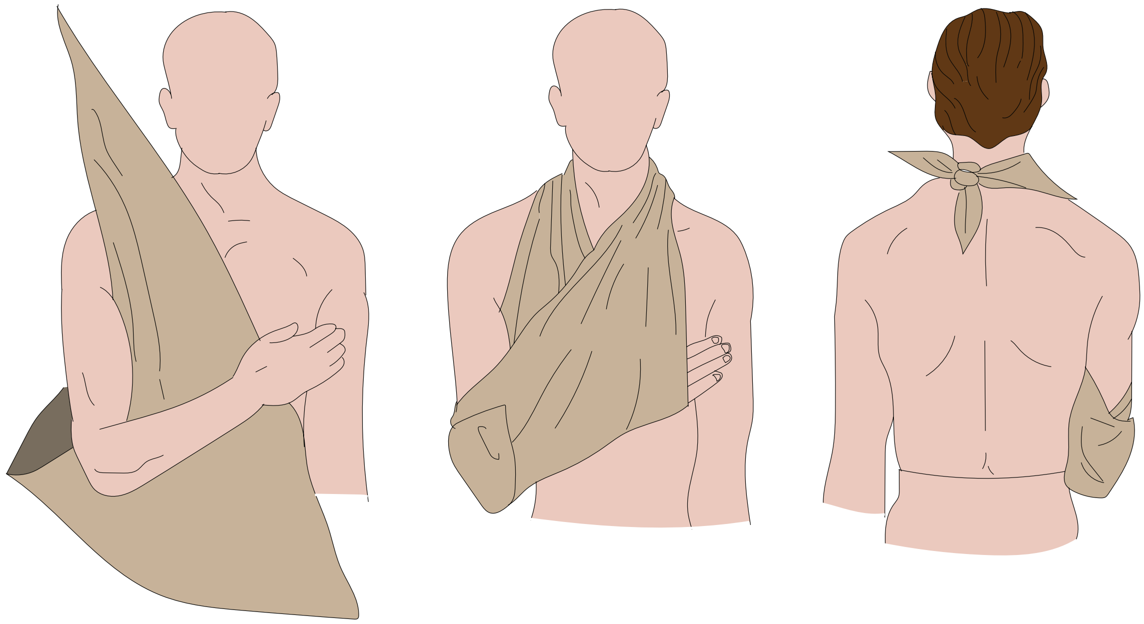


நீட்டி மடக்கக்கூடிய அங்கங்களுக்கு பயன்படுத்தப்படும் கட்டு. முழங்கை, முழங்கால் மற்றும் பாதத்திற்கு பயன்படும்.

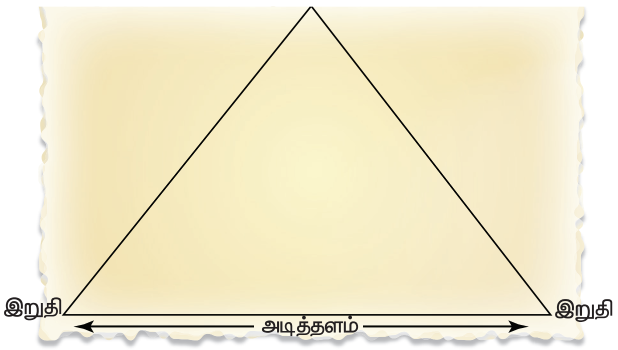
Tamil - Practical 10.indd 323 14-06-2018 20:13:43

6. முக்கோண வடிவகட்டு (Triangular bandage)

முக்கோண வடிவக் கட்டு காரை எலும்பு முறிவு சிகிச்சைக்கு பயன்படுகிறது. நன்கு உயர்த்தப்பட்ட நிலையில் தாங்கிப் பிடித்து எலும்பு முறிவின் வலியிலிருந்து விடுபட பயனுள்ளது.



முக்கோணத்துணி: 100 செ.மீ. பக்கமுள்ள சதுரமான துணியை மூலைக்கு வெட்டினால் இரண்டு முக்கோண வடிவத்துணிகள் கிடைக்கும். அதற்கு மூன்று பக்கங்கள் உண்டு. நீளமான பக்கத்திற்கு அடிப்பாக மென்றும் மற்றவைகளுக்கு பக்கமென்றும் பெயர். மூன்று நுனிகள் உண்டு. அடிப்பாகத்திற்கு செங்குத்தாக உள்ள நுனிக்கு உச்சி முனை என்று பெயர். மற்றவைகளுக்கு பக்க முனைகள் என்று பெயர்.



10.3 சிறப்புகட்டுகள்

தலையில் கட்டு போடுதல் (Capeline bandage)

கட்டுக்கட்டுதலில் பயன்படுத்தப்படும் வடிவங்கள்

1. வட்ட வடிவ சுற்று (circular turn)

   தலை, உடல் பகுதிக்கு பயன்படு.

2. சாதாரண சுற்று (Simple spiral)

   சம பருமன் உள்ள உறுப்புகளுக்கு பயன்படும். எ.கா. விரல், மணிக்கட்டு

3. எதிர்மாற்று சுற்று (Reverse spiral)

   மாறுபடும் பருமன் உள்ள அங்கத்திற்கு கட்டு போட பயன்படும். எ.கா. மேற்கை, கால்

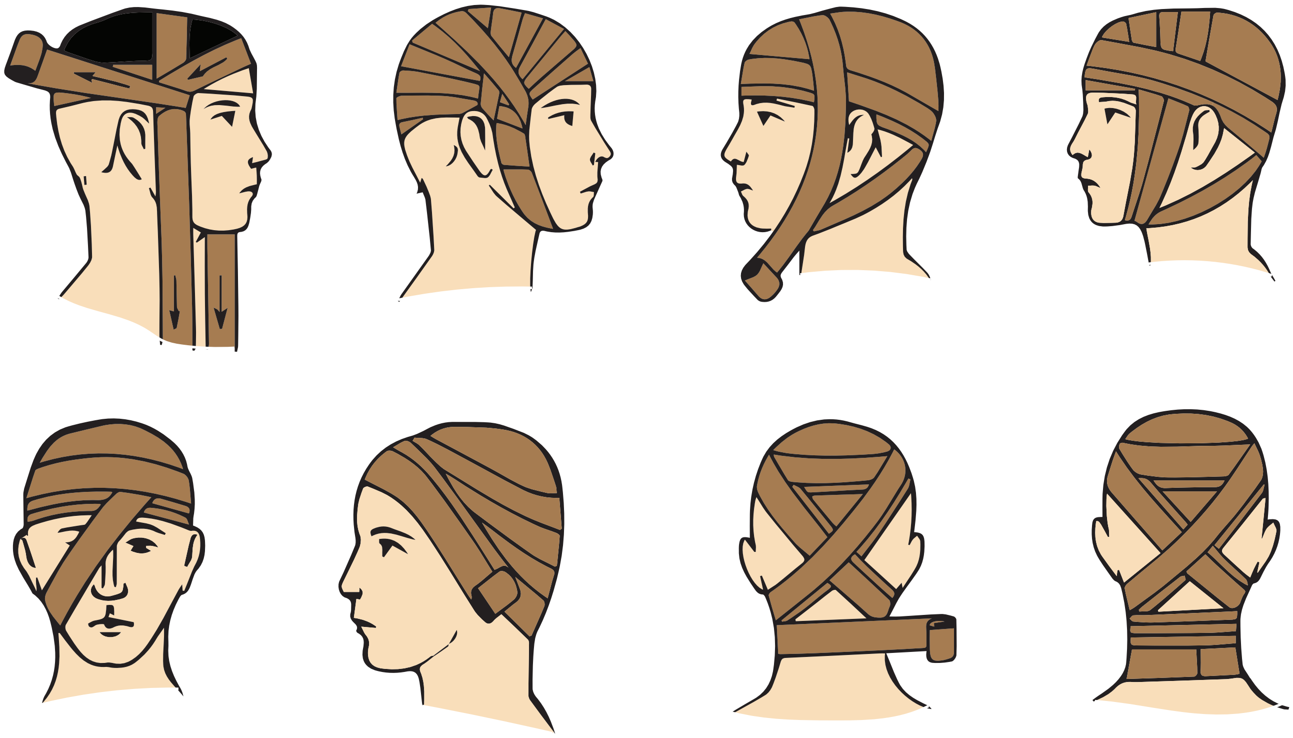
4. 8-வடிவக்கட்டு (figure of eight)

   எதிர் மாற்று சுருளுக்கு மாற்றாக இதனை பயன்படுத்தலாம். எ.கா. கை, பாதம்.

5. ஸ்பைகா (Spica)

   தோள்பட்டை, இடுப்பு, மற்றும் கட்டை விரல்களுக்கு பயன்படுத்தப்படுகிறது.

6. விரிந்து செல்லும் ஸ்பைகா (Divergent Spica)



நீட்டி மடக்கக்கூடிய அங்கங்களுக்கு பயன்படுகிறது. எ.கா. முழங்கை, முழங்கால், பாதம்.

7. ரிக்கரண்ட் (Recurrent)

விரல் நுனி மற்றும் வெட்டப்பட்ட உறுப்பின் முனை ஆகியவைகளை மூட

8. சிறப்பு கட்டுகள் (Special Bandages)

9. தலைக்கட்டு, கண், காது மற்றும் மார்பகத்திற்கு போடும் கட்டு.

10.4 சுருள் கட்டுத்துணியை பயன்படுத்துவதற்கான விதிகள்

1. நோயாளியின் எதிரே நில்

2. வலது அங்கத்திற்கு கட்டு கட்டும் போது இடது கையிலும் இடது அங்கத்திற்கு கட்டு

கட்டும் போது வலது கையிலும் கட்டுத் துணியை பிடி.

3. கட்டை துவங்கும் முன்வெளியிலிருந்து கட்டுத்துணியை பிடித்து துவக்கத்தில் ஒன்றன் மேல் ஒன்று இரண்டு முறை சுற்றி பின் கட்டு கட்டத்துவங்கு.
4. உறுப்புகளுக்கு கட்டுபோடும் போது கீழிருந்து மேல் நோக்கியும், உட்புறம் இருந்து வெளிபுறம் நோக்கியும் கட்டுகட்ட வேண்டும்.
5. கட்டு மிகவும் இறுக்கமாகவோ, மிகவும் தளர்த்தியாகவோ இருத்தல் கூடாது.
6. கட்டின் இரண்டாம் சுற்று முதல் சுற்றின் மூன்றில் இரண்டு பாகத்தை மூடியதாக இருக்கும் படிகட்டு கட்டின் முடிவை இரண்டாக கிழித்து வால்வுண்டாக்கி கட்டு கட்டும் பழக்கம் விரும்படதக்கது.

10.5 கட்டுக் கட்டுதல்

கட்டுதலுக்கான ஆயத்தநிலை – ஆரம்ப மதிப்பீடு

1. நோயாளியின் நிலை மற்றும் அசைவுகள் பற்றி மருத்துவரால் பித்யோகமாக எதுவும் மருத்துவ ஆணையில் உள்ளதா என்பதை கவனி.
2. நோயாளிக்கு கட்டு கட்டுவதற்கான தேவையை மதிப்பிடு.
3. முக்கிய அறிகுறிகளை கவனி.
4. நோயாளியின் மனநிலையை மதிப்பிடு.
5. வலி நீக்கும் மருந்தின் தேவையை மதிப்பிடு.
6. நோயாளி மற்றும் அவரது குடும்பத்தினருக்கு நம்பிக்கையூட்டு
7. நோயாளியின் வெப்பநிலை, தோலின் நிறம் ஆகியவைகளை கவனித்தல் மூலம் இரத்த ஓட்டத்தை கண்டறிதல்.
8. கட்டுப்போட்ட பகுதியின் உணர்ச்சி நிலைமை அறிதல்
9. கட்டுப்போடும் போது ரீப் முடிச்சு (reef knot) எப்போதும் பயன்படுத்த வேண்டும். ரீப்முடிச்சு போகும் போது கட்டின் முடிவை இரண்டு கைகளாலும் பிடித்துக் கொண்டு வலது கையை இடது கைக்கு மேல் கொண்டு வந்து ஒருவளைவும், திரும்ப வலதுகையை இடது கைக்கு மேல் கொண்டு வந்து இரண்டாவது வளைவும் உண்டாக்கி, இரண்டாவது வளைவை முதல் வளைவுக்கு கீழ் கொண்டு வரவும்.
10. பழைய காலத்தில் பயன்படுத்தும் முடிச்சினை பயன்படுத்த வேண்டாம் ஏனெனில் அது சுலபமாக கழன்று விடும்.
11. முடிச்சு போடப்படும் போது அது தோலை சேதப்படுத்தாமலும், அசௌகரியத்தை ஏற்படுதாமலும் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
12. முக்கோண கட்டுத்துணியை சொருக வேண்டும்.
13. முக்கோண கட்டுத்துணியின் பயன்படுத்தாத பகுதியை குறுகலாக மடிக்க வேண்டும்
14. உபயோகப்படுத்தாத கட்டுத்துணியை சிறியதாக மடித்து வைப்பதால் 16x9 செ.மீ. பாக்கெட் போல் ஆகி விடும். இது எடுத்து செல்வதற்கு ஏற்றதாக இருக்கும்.
15. சுருங்கிய கட்டுத்துணிகள் அசௌகரியத்தை ஏற்படுத்தும்
16. நோயாளி வலி என்று கூறினால் அதைக்கண்டு கொள்ளாமல் விடாதே. அதை உடனடியாக கண்டு பிடித்து வலிக்கான காரணத்தை உடனடியாக நீக்க வேண்டும்.
17. கட்டுத்துணி முழுவதையும் பயன்படுத்துவதற்காக அதிகமாக கட்டுகளை சுற்றாதே

Tamil - Practical 10.indd 326 14-06-2018 20:13:45

18. கட்டு முடிவுறும் போது சாதாரண சுற்று போட்டு முடிவில் சேப்டிபின் (Safety pin) அல்லது ஒட்டு பிளாஸ்திரி கொண்டு ஒட்டு.

10.5 நோயாளியை தாயார் செய்தல்

1. நீ செய்ய விரும்பியதை விளக்கி, நோயாளி உனக்கு எவ்வாறு ஒத்துழைக்க வேண்டுமென்று விளக்கி சொல்.
2. நோயாளியின் படுக்கை மேஜை அருகே வசதியாக பொருட்களை வை.
3. நோயாளியை கட்டலின் ஓரத்திற்கு கொண்டு வா.
4. சன்னல்களை மூடி, மின்விசிறியை அணை
5. நோயளிக்கு மறைவை ஏற்படுத்து
6. நோயாளி வசதியாகவும், சரியான நிலையிலும் இருக்க அவருக்கு உதவு.
7. கைகளை கழுவு.

கட்டுகட்டுதலுக்கான தேவையான பொருட்கள்

1. சரியான அளவிலான, போதுமான கட்டுத்துணிகள்
2. கையுறை (தேவைஇருப்பின்)
3. சேப்டிபின் (Safety pin)
4. கத்தரிக்கோல்
5. ஒட்டும் பிளாஸ்திரி
6. ரப்பர்விரிப்பு (தேவைஇருப்பின்)

10.6 செய்முறை

கட்டுகட்டும் போது உடல் அங்கத்திற்கு ஏற்றாற்போல வடிவங்களை பயன்படுத்தி கீழிருந்து மேலாக கட்டு.

கட்டுத்துணியை பிரித்து, அதை சிறிது இழுத்துப் பிடிக்கவும்

கட்டின் இரண்டாம் சுற்று முதல் சுற்றின் மூன்றில் இரண்டு பகுதி மூடியதாக இருக்கட்டும்.

தோலின் எந்தப் பகுதியும் மூடாமல் இருப்பதை உறுதி செய்ய மேலும் கட்டுத்துணிகளை பயன்படுத்து. இறுதியாக கட்டுத்துணியை சொருகு.

கையுறை அணிந்திருந்தால் அதனை கழற்றி விட்டு கையை கழுவு

கட்டு கட்டிய பின் எட்டு மணி நேரத்தில் இரண்டு முறையாவது காயத்திற்கு அருகிலுள்ள இரத்த ஓட்டத்தை கவனி.

கட்டுகட்டிய இடத்தில் 5P கண்காணிக்க வேண்டும்.

5 P

- வலி (pain)
- வெளுப்பு (pallor)
- நாடித்துடிப்புஇல்லாமை (pulselessness)
- தோல்வெதுவெதுப்பு (palpate skin for warmth)
- முடக்குவாதம் (paralysis)

கட்டுத்துணிகள் வெவ்வேறு அகலம், நீளம் மற்றும் வெவ்வேறு துணிவகைகளில் காணப்படுகின்றது. சரியான கட்டு கட்டுதலுக்கு வெவ்வேறு அகலமுள்ள கட்டுத்துணிகளை பயன்படுத்து

எ.டு

விரல்கள் – 1 அங்குலம்

தலை, கை – 2 - 2.5 அங்குலம்

கால் – 3 - 3.5 அங்குலம்

மார்பு – 4 – 6 அங்குலம்

Tamil - Practical 10.indd 327 14-06-2018 20:13:45

செவிலியம் (பொது) – மேல்நிலை முதலாம் ஆண்டு

பாடநூல் ஆசிரியர்கள் பட்டியல்

மேலாய்வாளர்கள்

இரா. சங்கர் சண்முகம்
ஒருங்கிணைப்பாளர்
செவிலியல் கல்வி மற்றும் மருத்துவம் சார்ந்த அறிவியல்,
முதுநிலை செவிலியல் போதகர்
தமிழ்நாடு அரசு பன் நோக்கு உயர் சிகிச்சை மருத்துவமனை
ஓமந்தூரார் அரசினர் தோட்டம், சென்னை.

ஏ. ஷீபா ஜெபக்கனி
உதவி பேராசிரியர்
எஸ்.ஆர்.எம். செவிலியல் கல்லூரி,
பொத்தேரி, காட்டாங்குளத்தூர், காஞ்சிபுரம்.

பி. கனகவல்லி
பேராசிரியர்
மாதா செவிலியல் கல்லூரி, குன்றத்தூர், சென்னை.

அ. விமலா
முதல்வர்
விஜயா செவிலியர் பயிற்சி பள்ளி, வடபழனி, சென்னை.

ஜ. விஜயலட்சுமி
துணை முதல்வர்
விஜயா செவிலியர் பயிற்சி பள்ளி, வடபழனி, சென்னை.

புல வல்லுநர்கள்

டாக்டர். C. கன்னியம்மாள்
Dean/முதல்வர்
எஸ்.ஆர். எம் செவிலியர் கல்லூரி பொத்தேரி,
காட்டாங்குளத்தூர், காஞ்சிபுரம்.

பாடநூல் வல்லுநர்கள் குழு

நா. வனிதா
கல்வி அதிகாரி/முதுநிலை செவிலியல் போதகர்
தமிழ்நாடு அரசு பன் நோக்கு உயர் சிகிச்சை மருத்துவமனை,
ஓமந்தூரார் அரசினர் தோட்டம், சென்னை.

G. தனலட்சுமி
பேராசிரியர்
பில்ரோத் செவிலியர் கல்லூரி, அமைந்தகரை, சென்னை.

M. கனிமொழி
பேராசிரியர்
மாதா செவிலியர் கல்லூரி, குன்றத்தூர், சென்னை.

ஜீலியட்
தொழிற் கல்வி ஆசிரியை
பண்டாரஞ்செட்டிவிளை மேரிஆன் பெண்கள்
மேல்நிலைப்பள்ளி, தூத்துக்குடி.

த. ஜெயபிரியா
முதுகலை ஆசிரியர் (நுண்ணுயிரியல்)
அரசு மகளிர் மேல்நிலைப் பள்ளி, நந்திவரம், காஞ்சிபுரம்.

ராம சுந்தரி
முதுகலை ஆசிரியர்
லேடி வெலிங்டன் மேல்நிலைப் பள்ளி, சென்னை.

விக்னேஷ்வரி
ஸ்ரீ காந்திமதி அம்பாள் பெண்கள் மேல்நிலைப் பள்ளி,
பாளையம் கோட்டை.

ஒருங்கிணைப்பாளர்

ஏ. ஜெகதீஸ்வரி
முதுநிலை விரிவுரையாளர்
மாவட்ட ஆசிரியர் கல்வி பயிற்சி நிறுவனம்,
திரூர், திருவள்ளூர்.

கலை மற்றும் வடிவமைப்புக் குழு

தலைமை ஒருங்கிணைப்பாளர்
வடிவமைப்பு – ஆக்கம்
சீனிவாசன் நடராஜன்

Illustration
முத்துக்குமார்
கோகுல கிருஷ்ணன்

வடிவமைப்பு
எல். உதய பாபு
ரவி எண்டர்பிரைசஸ், குரோம்பேட்டை

QC
கோபு இராசுவேல்
ராஜேஷ் தங்கப்பன்
ஜெரால்டு வில்சன்
ப. அருண் காமராஜ்

ஒருங்கிணைப்பு
ரமேஷ் முனுசாமி

ICT ஒருங்கிணைப்பாளர்

ரா. ஷண்முகப்பிரியா
பட்டதாரி ஆசிரியை (கணிதம்)
அரசு மேல்நிலைப்பள்ளி, படியூர், காங்கயம் ஒன்றியம்,
திருப்பூர்.

இந்நூல் 80 ஜி.எஸ்.எம் எலிகண்ட் மேப்லித்தோ தாளில் அச்சிடப்பட்டுள்ளது

ஆப்செட் முறையில் அச்சிட்டோர்:

www.tnschoolbooks.in

குறிப்பு

Nursing General Acknowledgement.indd 295 19-02-2019 16:10:29

www.tnschoolbooks.in

குறிப்பு

www.tnschoolbooks.in

குறிப்பு

www.tnschoolbooks.in

குறிப்பு