इकाई 5 एलर्जी तथा सदमा

संरचना

5.0 परिचय

5.1 उद्देश्य

5.2 एलर्जी संबंधी विकार

5.2.1 एलर्जी की परिभाषा, कारण, प्रकार और वह लोग जिन्हें एलर्जी का जोखिम होता है

5.2.2 एलर्जी की पहचान करना, पीड़ित का आकलन और सामान्य प्राथमिक चिकित्सा

5.3 एलर्जी के प्रकार

5.3.1 त्वचा की एलर्जी

5.3.2 खाद्य पदार्थों/दवाई की एलर्जी

5.3.3 कीट–दंश/डंक की एलर्जी

5.3.4 अंतःश्वसन द्वारा एलर्जी

5.4 सदमा

5.4.1 सदमे की परिभाषा, कारण, प्रकार और पहचान करना

5.4.2 पीड़ित का आकलन

5.4.3 सदमें में प्राथमिक चिकित्सा

5.5 सारांश

5.6 मुख्य शब्द

5.7 आपकी प्रगति की जाँच करने के लिए उत्तर

5.8 संदर्भ तथा अन्य पाठ्य

5.0 परिचय

इस ब्लॉक की पिछली इकाई में, हमने ऊंचाई के कारण होने वाली अस्वस्थता और उसके प्रबंधन से संबंधित स्थितियों के बारे में चर्चा की। इस इकाई में, हम दो स्थितियों पर चर्चा करेंगे। पहली स्थिति बहुत आम है परंतु उसे समझना बहुत महत्वपूर्ण है अर्थात् एलर्जी और दूसरी स्थिति सबसे जोखिमपूर्ण समस्या अर्थात्द सदमा है।

एलर्जी या कुछ लोग इसे एलर्जी संबंधी प्रतिक्रिया भी कह सकते हैं, प्रतिरक्षा प्रणाली में आरंभ होती है जिसके बारे में आपने पहले ही सिद्धांत पाठ्यक्रम के ब्लॉक 1 की इकाई 2 में पढ़ लिया है। एलर्जी तब होती है जब एलर्जेंस नामक कुछ पदार्थ, किसी व्यक्ति में असामान्य प्रतिक्रिया का कारण बनते हैं जो उनके प्रति संवेदनशील होते हैं। ये एलर्जेंस धूल, पालतू जानवर के बाल, परागकण, सूक्ष्मजीव, कीड़े, खाद्य पदार्थ (मछली, अंडे) और कुछ दवाईयाँ हो सकते हैं। एलर्जेंस आमतौर पर पर्यावरण में मौजूद होते हैं और हानिरहित होते हैं परंतु केवल उन लोगों के लिए समस्या पैदा करते हैं जिन्हें इन पदार्थों से एलर्जी हैं। कुछ पराग के प्रति एलर्जिक हो सकते हैं, कुछ पालतू जानवरों के प्रति इत्यादि। एलर्जी के बारे में जानना बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि हम सभी को हमारे जीवनकाल में किसी न किसी प्रकार की एलर्जी प्रतिक्रिया का अनुभव हो सकता है। यहां, समय पर दी गई उचित प्राथमिक सहायता पीड़ित की स्थिति को और बिगड़ने से रोक सकती है।

दूसरी महत्वपूर्ण स्थिति जिस पर हम चर्चा करेंगे, वह 'सदमा' है जो एक वास्तविक चिकित्सा आपातस्थिति है। सदमा एक गंभीर स्थिति है जो गंभीर चोट या बीमारी के बाद होती है जो

शरीर में रक्त प्रवाह की कमी का कारण बनती है। इसलिए, यह दिल के दौरा या अंग क्षति और मृत्यु का कारण बन सकती है। अतः पीड़ित के जीवन को बचाने के लिए सदमे के लक्षणों को पहचानना और इसकी तत्काल प्राथमिक चिकित्सा अनिवार्य है। इस प्रकार, इस इकाई में हम इन दोनों स्थितियों पर चर्चा करेंगे।

5.1 उद्देश्य

इस इकाई के समाप्त होने के बाद, आप सक्षम होंगेः

- एलर्जी और सदमे को परिभाषित करने में;
- एलर्जी और सदमे के कारणों की गणना करने में;
- एलर्जी और सदमे के प्रकारों की पहचान करने में;
- एलर्जी और सदमे से पीड़ित के आकलन की व्याख्या करने में;
- एलर्जी और सदमे में प्रदान की जाने वाली प्राथमिक चिकित्सा का वर्णन करने में; तथा
- एलर्जी और सदमे के प्रबंधन में क्या करें और क्या न करें की गणना करने में;

5.2 एलर्जी संबंधी विकार

इस खंड में हम एलर्जी, कारण, पहचान करना, आकलन और एलर्जी में सामान्य प्राथमिक चिकित्सा के बारे में चर्चा करेंगे।

5.2.1 एलर्जी की परिभाषा, कारण, प्रकार और वह लोग जिन्हें एलर्जी का जोखिम होता है

परिभाषा

एलर्जेंस से संपर्क में आने के कारण प्रतिरक्षा प्रणाली की अति या बढ़ी हुई या असामान्य प्रतिक्रिया एलर्जी कहलाती है। एलर्जेंस वे पदार्थ हैं जो एलर्जी का कारण बनते हैं। कोई व्यक्ति पराग, धूल, नट्स, अंडे, कुछ कीड़ों के दंश, विष और कुछ दवाओं इत्यादि के प्रति एलर्जिक हो सकता है।

कारण

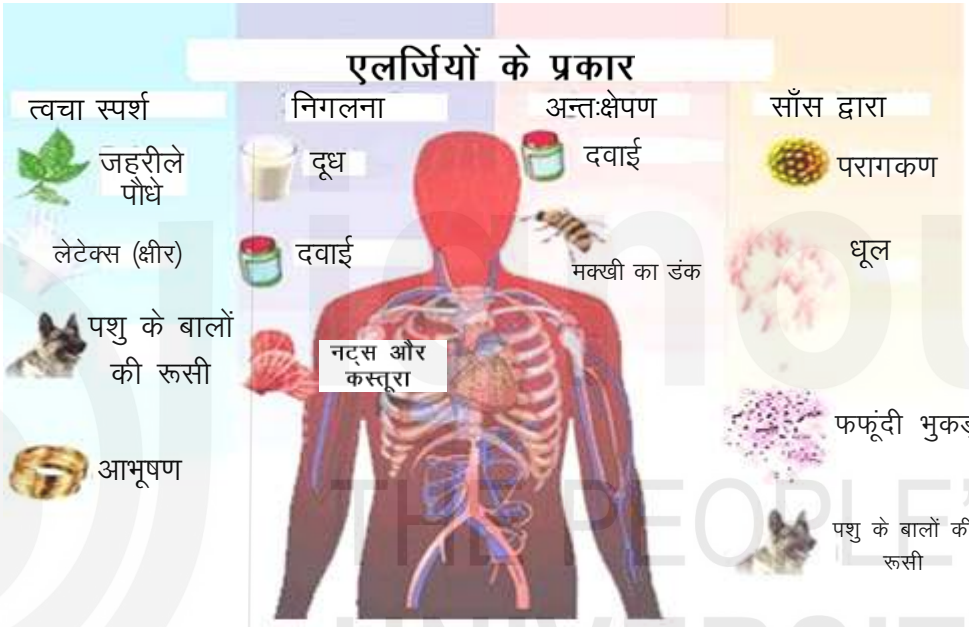
वैसे तो, एलर्जी के लिए कोई पक्का कारण नहीं है। किसी भी व्यक्ति को किसी भी पदार्थ से एलर्जी हो सकती है परंतु आमतौर पर, यह प्रतिरक्षा प्रणाली में अव्यवस्था के कारण होती है। मुख्य कारण निम्नानुसार हैंः

1. धूल
2. परागकण
3. मूंगफली, गाय का दूध, सोया, सीफूड और अंडे जैसे खाद्य पदार्थ
4. पालतू जानवर के बाल (कुत्ते, घोड़े, बिल्लियों, खरगोश)
5. कीट–दंश
6. कुछ दवाएं (पेनसिलिन)

आम एलर्जियों के प्रकार

क) कारण के आधार पर, एलर्जी के सबसे आम प्रकार हैं। (चित्र 5.1):

1. त्वचा की एलर्जी (जो त्वचा के सौंदर्य प्रसाधनों, हेयर डाई, पालतू जानवर, कुछ पौधे या आभूषण के साथ संपर्क से होती है)
2. खाद्य और दवाईयों से एलर्जी (अंडे, नट्स, कस्तूरा, सोया, दूध और एंटीबायोटिक्स जैसी कुछ दवाओं का सेवन)
3. कीट–दंश/डंक से एलर्जी (मधुमक्खी का दंश, मकड़ी, बिच्छू)
4. अंतःश्वसन द्वारा एलर्जी अर्थात् नाक के माध्यम से एलर्जेंस शरीर में प्रवेश करते हैं (पराग को सूँघना, श्वसन में धूल)



चित्र 5.1: एलर्जी के कारण (स्रोत: **http://www-medindia-net/patients/patientinfo/allergy-htm)**

ख) संकेत और लक्षणों के प्रकार के आधार पर, एलर्जी हो सकती है:

1) हल्की/मध्यम एलर्जी प्रतिक्रिया: ये हल्के से मध्यम लक्षणों वाली एलर्जी हैं।

2) गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया: इसे तीव्रगाहिता संबंधी सदमे के रूप में भी जाना जाता है, इस प्रकार की एलर्जी वह है जिसमें लक्षण और अधिक गंभीर होते हैं।

लोग जिन्हें एलर्जी का जोखिम होता है

उन लोगों में एलर्जी का जोखिम बढ़ता है जिन्हें निम्न में से कोई एक है:

i) एलर्जी का पुख्ता पारिवारिक इतिहास

ii) बहुत जवान या बहुत वृद्ध

iii) पुरुषों में महिलाओं की तुलना में एलर्जी होने की अधिक संभावना है

iv) ऑपरेशन द्वारा पैदा होने वाले शिशु

v) लोग जो बहुत अधिक सिगरेट पीते हैं या तंबाकू का सेवन करते हैं

vi) वायु प्रदुषण

5.2.2 एलर्जी की पहचान करना, पीड़ित का आकलन और सामान्य प्राथमिक चिकित्सा

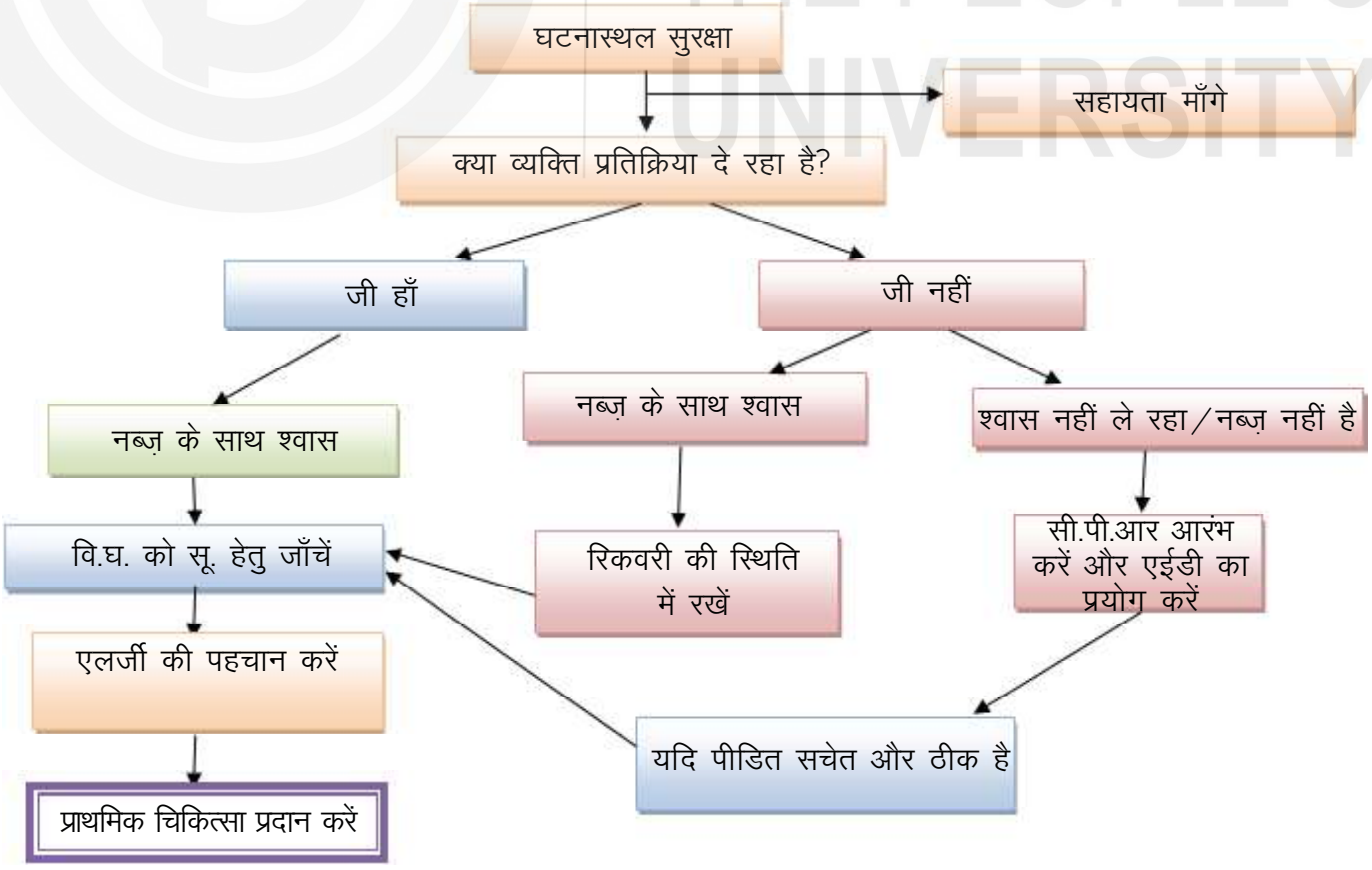
एलर्जी की पहचान करना

एलर्जी विभिन्न संकेतों और लक्षणों से पहचानी जाती है जो तब प्रकत होती हैं जब एलर्जेस शरीर को प्रभावित करते हैं। सामान्य लक्षण हैं:

- खुजली और दाने के साथ त्वचा पर लाल क्षेत्र।
- आंसू और खुजली के साथ लाल आँखें।
- सांस लेने में कठिनाई, बहुत छींकना और नाक बहना या नाक से स्राव।
- हाथों / पैरों की सूजन।
- मतली, उल्टी।
- पेट में दर्द, डायरिया (दस्त), उल्टी।
- तेज नब्ज और तेज श्वास।
- यदि गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया होती है तो ये लक्षण और भी बदतर होने लगते हैं और व्यक्ति बेहोश हो सकता है।

विशिष्ट एलर्जी विशिष्ट लक्षणों का कारण बनती है जिसपर अगले खंड में चर्चा की गई है (खंड 5.3)।

पीड़ित का आकलन



सामान्य आकलन

आपने पहले ही सिद्धांत पाठ्यक्रम के ब्लॉक 2 की इकाई 1 में प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करते समय किए जाने वाले आकलन के बारे में सीखा है। सामान्य आकलन पीछे दि गए फ्लोचार्ट के अनुसार किया जाता है।

विशिष्ट आकलन

सामान्य आकलन के पश्चात्द, निम्न प्रकार से विशिष्ट आकलन निष्पादित करें:

1. वि.घ. को सू. की जांच करें और विकृति, सूजन, दाबवेदना और किसी अन्य संकेत और लक्षणों की तलाश करें।
2. एलर्जी के संकेत और लक्षणों की जांच करें। प्रभावित क्षेत्रों की तलाश करें और विशिष्ट एलर्जी की पहचान करें जैसे की इस इकाई के अगले खंड में चर्चा की गई है।
3. एलर्जी के कारण की पहचान करने के लिए पीड़ित या दर्शकों/प्रेक्षकों आदि से इतिहास पूछें।

सामान्य प्राथमिक चिकित्सा

एक बार पीड़ित का आकलन पूरा होने के बाद, पीड़ित को प्राथमिक चिकित्सा प्रदान की जानी चाहिए। प्रदान की जाने वाली सामान्य प्राथमिक सहायता निम्नानुसार है:

- पीड़ित का आकलन करें और इतिहास एकत्र करें।
- किसी भी प्रकार की एलर्जी प्रतिक्रिया में हमेशा, एलर्जन के स्रोत को हटा दें या पीड़ित को एलर्जन से दूर ले जाएं।
- किसी भी लक्षण का इलाज करें। पीड़ित को एलर्जी के लिए कोई निर्धारित दवा लेने की अनुमति दें।
- यदि प्रतिक्रिया गंभीर है, तो इन चरणों का पालन करें:

1. व्यक्ति को सीधे लेटाएँ और उन्हें खड़े होने या चलने न दें।
2. यदि बेहोश हो तो पीछे दिए फ्लोचार्ट के चरणों का पालन करें।
3. पीड़ित को अस्पताल ले जाएं या चिकित्सा सलाह प्राप्त करें।

अपनी प्रगति की जाँच करें 1

1. रिक्त स्थान भरें

क. एलर्जी बाह्य पदार्थों के संपर्क में आने के कारण प्रतिक्रिया के प्रत्युत्तर में .... प्रणाली की अतिरंजित प्रतिक्रिया है।

ख. एलर्जी पैदा करने वाले पदार्थों को ..... कहा जाता है।

ग. विशिष्ट दवा–प्रयोग के कारण होने वाली एलर्जी का प्रकार, जो व्यक्ति के जीवन को जोखिम में डालते हैं ..... एलर्जी है।

घ. गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया को ..... भी कहा जाता है।

इस प्रकार, इस खंड में हमने एलर्जी के कारणों, प्रकारों, आकलन और इसमें सामान्य प्राथमिक चिकित्सा पर चर्चा की है।

5.3 एलर्जी के प्रकार

खंड 5.2 में विभिन्न प्रकार की एलर्जी को स्पष्ट किया गया है। इस खंड में हम उनके बारे में विस्तार से अध्ययन करेंगे।

5.3.1 त्वचा की एलर्जी

परिभाषा और कारण

त्वचा की एलर्जी, एलर्जेन के त्वचा पर सीधे संपर्क के कारण होती है जिससे एलर्जी प्रतिक्रिया होती है। आमतौर पर त्वचा पर दाने और लालिमा हो जाती है (चित्र 5.2)।

चित्र 5.2: त्वचा की एलर्जी

त्वचा एलर्जी के सबसे आम कारण निम्नानुसार हैं:

- जहरीले पौधे (ओक)
- हेयर डाई, सोने और निक्कल के आभूषण
- इत्र या सौंदर्य प्रसाधन और स्किन केयर उत्पादों में रसायन
- दस्ताने, गुब्बारे, रबर बैंड, कंडोम, बैंडेज इत्यादि जैसे रबड़ या लेटेक्स उत्पाद।
- पशु की रूसी (त्वचा के छोटे कण जो फर या पंख वाले जानवरों से झड़ते हैं)

त्वचा की एलर्जी की पहचान करना

त्वचा की एलर्जी से पीड़ित व्यक्ति में निम्नलिखित लक्षण होंगे (चित्र 5.3):

- लालिमा के साथ त्वचा पर दाने
- जलन
- त्वचा पर खुजली और सूजन
- त्वचा पर फफोले (त्वचा की ऊपरी परत पर मौजूद तरल पदार्थ की छोटी थैली) (चित्र 5.4)

चित्र 5.3: त्वचा की एलर्जी के लक्षण

चित्र 5.4: त्वचा पर फफोला

त्वचा की एलर्जी में प्राथमिक चिकित्सा

- एलर्जन के साथ प्रभावित हिस्से के संपर्क से बचें। एलर्जन को हटा दें या त्वचा को एलर्जन से दूर कर दें। अगर डंक या कीट कारण है, तो इसे हटा दें (जैसा कि इस ब्लॉक की इकाई 3 में चर्चा की गई है)
- साबुन और पानी से धोकर प्रभावित क्षेत्र की देखभाल करें। ग्लिसरीन साबुन जैसे सौम्य साबुन का प्रयोग करें।
- अगर फफोले मौजूद होते हैं तो तौलिए में लिपटे आइसपैक को कम से कम 30 मिनट के लिए लगाएँ।
- प्रभावित क्षेत्र पर कैलामीन लोशन/मॉइस्चराइजर/एंटी–इचिंग क्रीम/निर्धारित क्रीम लगाएँ।
- यदि लक्षणों में सुधार नहीं होता है या स्थिति और बिगड़ती है, तो तुरंत चिकित्सा सुविधा की सहायता लें।

क्या करें और क्या न करें

क्या करें

- त्वचा को गुनगुने पानी से अच्छी तरह धो लें।
- प्रभावित क्षेत्र पर उपशामक लोशन या वैसलीन लगाएँ।
- गर्म स्नान या शावर लें और सौम्य साबुन का उपयोग करें।
- बहुत सारा पानी पीएँ।
- क्षोभक/एलर्जेस के साथ त्वचा के अधिक संपर्क से बचें।
- आवश्यकतानुसार दिन में कई बार आइसपैक लगाएँ।

क्या न करें

- निक्कल चढ़ाए आभूषण का उपयोग न करें, विशेषकर यदि एलर्जी का कोई इतिहास है।
- रबर उत्पाद एलर्जी के मामले में रबर या लेटेक्स उत्पादों (दस्ताने, गुब्बारे, कैथेटर) का उपयोग न करें।
- तंग कपड़े न पहनें।

- त्वचा को न रगड़े परंतु धोते समय या स्नान करने के दौरान धीरे–धीरे इसे थपथपाएँ।
- किसी भी कॉस्मेटिक लोशन को विशेष रूप से त्वचा के दानों पर प्रत्यक्ष न लगाएँ। केवल वैसलीन और अन्य उपशामक लोशनों का उपयोग करें।
- दानों को न ढकें, बल्कि इसे खुला, ठंडा और नम रखें।
- त्वचा पर सीधे आइसपैक को न लगाएँ बल्कि इसे हमेशा तौलिया से ढकें और फिर त्वचा पर लगाएँ।

5.3.2 खाद्य पदार्थों/दवाई की एलर्जी

परिभाषा तथा कारण

खाद्य पदार्थों और दवाई की एलर्जी एक असामान्य प्रतिक्रिया है जो किन्हीं विशिष्ट खाद्य पदार्थों या दवाईयों के सेवन से होती है जो एलर्जेंस के रूप में कार्य करते हैं। खाद्य पदार्थ या दवाई की एलर्जी विकसित होने की संभावना तब अधिक होती है जब भोजन बार–बार लिया जाता है या जब दवा को मुंह से लेने के बजाय त्वचा पर लगाया जाता है या इंजेक्शन द्वारा दिया जाता है। खाद्य पदार्थ या दवाई की एलर्जी के विभिन्न कारणों को चित्र 5.5 में दिया गया है।

चित्र 5.5: खाद्य पदार्थ और दवाई के एलर्जी के कारण

खाद्य पदार्थ/दवाई की एलर्जी की पहचान करना

खाद्य पदार्थ और दवाई की एलर्जी में सामान्य लक्षण इस प्रकार हैं:

- पित्ती (त्वचा पर लालिमा, सूजन, खुजली वाले क्षेत्र) (चित्र 5.6)

चित्र 5.6: पित्ती

- सूखे और खुजली वाले दाने
- आंखों के चारों ओर त्वचा में लालिमा
- मुंह या कर्ण नलिका में खुजलाहट
- मतली, उल्टी, डायरिया (दस्त)
- पेट दर्द या ऐंठन
- बंद नाक (नाक में संचयन) या नाक बहना या खांसना
- निगलने में कठिनाई
- चक्कर आना, कमजोर नब्ज, जोर से श्वास लेना।

खाद्य पदार्थ/दवाई की एलर्जी में प्राथमिक चिकित्सा

- एलर्जन के साथ और संपर्क से बचें।
- व्यक्ति के साथ रहें और उसे विश्राम देकर आराम कराएँ।
- यदि सांस लेने में कठिनाई हो या अस्वस्थ हो तो एम्बुलेंस बुलाएँ।
- एम्बुलेंस आने का इंतजार करने के दौरान स्थिति में किसी भी बदलाव की निगरानी करें।
- यदि पीड़ित बेहोश हो जाता है, स्थिति के अनुसार आकलन और पुनर्जीवित करें जैसा कि पीड़ित के सामान्य आकलन पर फ्लोचार्ट में चर्चा की गई है।

क्या करें और क्या न करें

क्या करें

- ऐसे खाद्य पदार्थों के सेवन से बचने के लिए, खाद्य उत्पादों के घटक हेतु लेबल की सावधानीपूर्वक जांच करें जिनके प्रति आप/ पीड़ित एलर्जिक हैं। यह प्राथमिक चिकित्सा प्रदाता के रूप में आपकी उस खाद्य पदार्थ को ढूँढने में भी सहायता करेगा जो एलर्जी का कारण हो सकते हैं।
- एलर्जेंस के संपर्क में आने से बचें, यदि पहले से ही ज्ञात है।
- दाने और लालिमा के मामले में त्वचा की देखभाल करें जैसा त्वचा की एलर्जी में चर्चा की गई है।

क्या न करें

- एलर्जी संबंधी प्रतिक्रियाओं का कारण बनने वाले खाद्य पदार्थ या दवा को न लें।

- उस दवा को न लें जिसे डॉक्टर द्वारा निर्धारित नहीं किया गया है।
- उन स्थानों से बचें जहां यह संभावना हो सकती है कि विभिन्न प्रकार के भोजन एक–दूसरे के संपर्क में आ सकते हैं, जैसे बफे या बेकरी और एलर्जी का कारण बनते हैं।

5.3.3 कीट–दंश/डंक की एलर्जी

परिभाषा और कारण

कीट–दंश/डंक विशेष रूप से गर्म महीनों के दौरान एलर्जी संबंधी प्रतिक्रियाएं पैदा कर सकते हैं। इस प्रकार की एलर्जी के लिए विभिन्न कारणों को चित्र 5.7 में चित्रित किया गया है।

पीली जैकेट मधुमक्खी कागज ततैया हार्नेट आग वाली चीटियां

चित्र 5.7: आम कीट जो एलर्जी का कारण बनते हैं

कीट–दंश/डंक की एलर्जी की पहचान करना

कीट–दंश/डंक की एलर्जी वाले व्यक्ति को निम्नलिखित लक्षणों से पहचाना जा सकता है।

- डंक के स्थान पर तेज दर्द या जलन।
- स्थानीय क्षेत्र पर लालिमा, सूजन, दाने और खुजली (चित्र 5.8)।
- कीट/कीड़ों से चरम डंक या विष की स्थिति में कई गंभीर एलर्जी संबंधी प्रतिक्रिया हो सकती है।

चित्र 5.8: कीट डंक एलर्जी से प्रभावित क्षेत्र की सूजन और चकत्ते

कीट–दंश/डंक की एलर्जी में प्राथमिक चिकित्सा

- पीड़ित का आकलन करें और उसे दिलासा दें।
- यदि कीट ने त्वचा में अपना डंक छोड़ा है, तो इसे आप चिमटी से हटा भी सकते हैं। आप सीधे किनारे वाली वस्तु से डंक को हटा सकते हैं जैसे कि क्रेडिट कार्ड, और ब्रशिंग गति का उपयोग करें (डंक को खींचने या दबाने से शरीर में अधिक जहर का स्राव हो सकता है)। (जैसा कि इस ब्लॉक की इकाई 3 में पहले से ही चर्चा की गई है)

- संक्रमण को रोकने के लिए साबुन और पानी के साथ प्रभावित क्षेत्र को कोमलता से साफ करें।
- प्रभावित हिस्से को ऊपर उठाएँ और सूजन और दर्द को कम करने के लिए आइसपैक लगाएँ।
- सूजन बढ़ने पर या डंक लगने का स्थान संक्रमित प्रतीत होने पर चिकित्सा सुविधा की सहायता लें।
- गंभीर एलर्जी संबंधी प्रतिक्रिया के मामले में, आवश्यकतानुसार पुनर्जीवित करें और तुरंत चिकित्सा सुविधा ले जाएँ।

क्या करें और क्या न करें

क्या करें

- इस ब्लॉक की इकाई 3 में खंड 3.3.3 (कीड़े के डंक) पर की गई चर्चा के अनुसार सभी क्या करें और क्या न करें का पालन करें।
- त्वचा पर कैलामीन लोशन का प्रयोग करें।
- इस स्थिति को रोकने के लिए समझाएँ कि घनी झाड़ियों में जाने पर पैर ढके, लंबी पैंट, लंबी आस्तीन वाली शर्ट, मोजे, जूते पहनें। कीट प्रतिरोधी क्रीम लगाएँ।
- बाहर खाने या सोने के क्षेत्रों में जाल का प्रयोग करें।
- तेज इत्र या सुगंध लगाने से बचें, क्योंकि ये कीड़े को आकर्षित कर सकते हैं।

क्या न करें

- फफोलों को न फोड़े।
- घास पर नंगे पैर न चलें।

5.3.4 अंतःश्वसन द्वारा एलर्जी

परिभाषा और कारण

यह एलर्जी तब होती है जब एलर्जेंस को शरीर में नाक या मुंह से सूँघा या खींचा जाता है (चित्र 5.9)। इसके कारण हैं:

चित्र 5.9: अंतःश्वसन द्वारा एलर्जी

- मौसम परिवर्तन (अप्रैल और सितंबर) के दौरान घास, पेड़ और खरपतवार से, वायुवाहित बीजाणुओं, पराग को अंतःश्वसन करना।
- धूल के घुन, धूल के कण, पालतू जानवरों के बाल या फँफूदी को अंतःश्वसन करना।

अंतःश्वसन द्वारा एलर्जी की पहचान करना

अंतःश्वसन के कारण एलर्जी वाले व्यक्ति में निम्नलिखित लक्षण होते हैं जैसा चित्र 5.10 में दिया गया है:

चित्र 5.10: अंतःश्वसन द्वारा एलर्जी के लक्षण

अंतःश्वसन द्वारा एलर्जी में प्राथमिक चिकित्सा

- एलर्जी के सक्रिय–कारकों/कारणों से बचें।
- भरी हुई नाक को साफ़ करें।
- पीड़ित को निर्धारित दवाओं, यदि कोई हो, लेने के लिए कहें।
- एलर्जी में दवाओं को निर्धारित करने के लिए डॉक्टर से परामर्श लें।
- लक्षण बिगड़ने पर चिकित्सा सुविधा की सहायता लें।

क्या करें और क्या न करें

क्या करें

- पराग के मौसम के दौरान जितना संभव हो सके बाहरी संपर्क को कम करें और घर के खिड़कियों और दरवाजे और कार को बंद रखें।
- घर को शुष्क और उपयुक्त हवादार रखें।
- आंतरिक एलर्जेस (धूल के घुन) के लिए, गद्दे और तकियों को नियमित रूप से साफ करें।
- किसी भी सूक्ष्म कीटों को मारने के लिए हर 2 सप्ताह गर्म पानी (कम से कम 130 डिग्री फारेनहाइट) में चादर–तकिएँ को धोएं।
- बिस्तर के कीट और धूल से छुटकारा पाने के लिए बिस्तर गद्दे को सूरज की रोशनी दिखाएं।

- कालीन की वैक्यूम सफाई करें।
- बाहर होने के बाद स्नान करें और अपने कपड़े बदल लें।
- कुशन, सॉफ्ट टॉय, पर्दे और फर्नीचर को या तो धो कर (उच्च तापमान पर) या वैक्यूम क्लीनर द्वारा नियमित रूप से साफ करें।

क्या ना करें

- पार्क और खेत जैसे घास वाले क्षेत्रों में न चलें – खासकर सुबह–सुबह, शाम या रात में, जब परागकणों की संख्या सबसे ज्यादा होती है।
- सूखी झाड़–पोंछ न करें।

इस प्रकार, इस खंड में, हमने विभिन्न प्रकार की एलर्जियों, उनकी परिभाषा, कारणों, पहचान करना और उनकी प्राथमिक चिकित्सा के बारे में विस्तार से चर्चा की। अगले खंड में, हम सदमे और इसके प्राथमिक चिकित्सा प्रबंधन पर चर्चा करेंगे। तो,आइए आरंभ करते हैं।

अपनी प्रगति की जाँच करें 2

1. एलर्जी के प्रकारों को सूचीबद्ध करें।

   .....
   .....
   .....
   .....
   .....

2. त्वचा की एलर्जी वाले रोगी के प्रबंधन पर चर्चा करें।

   .....
   .....
   .....
   .....
   .....

3. दवाई की एलर्जी के सामान्य लक्षणों को सूचीबद्ध करें।

   .....
   .....
   .....
   .....
   .....
   .....
   .....

4. कीट–दंश की एलर्जी की प्राथमिक चिकित्सा देखभाल का वर्णन करें।

   .....
   .....
   .....
   .....
   .....
   .....

5.4 सदमा

अब तक हमने एलर्जी संबंधी प्रतिक्रियाओं, उनके प्रकार और प्रबंधन पर चर्चा की है। आइए अब एक और महत्वपूर्ण विषय, सदमा, इसके कारणों, सदमे की पहचान करना और प्रबंधन के बारे में चर्चा करें।

5.4.1 सदमे की परिभाषा, कारण, प्रकार और पहचान करना

परिभाषा

सदमा एक ऐसी स्थिति है जिसे सर्वोच्च प्राथमिकता दी जानी चाहिए। सदमा एक बहुत गंभीर चिकित्सा स्थिति है जो हृदय, मस्तिष्क, गुर्दे जैसे महत्वपूर्ण अंगों में रक्त प्रवाह में कमी के कारण मृत्यु का कारण बन सकती है। सदमा आमतौर पर गंभीर चोट या बीमारी के बाद घटित होता है।

सरल शब्दों में, सदमा तब घटित होता है जब शरीर में रक्त की कमी होती है (किसी भी कारण से) या शरीर में रक्त परिचालित करने हेतु परिसंचरण तंत्र विफल हो जाता है। अतः शरीर के विभिन्न हिस्सों में रक्त और ऑक्सीजन की पूर्ति में कमी आती है जो किसी व्यक्ति के दिल के दौरे से मृत्यु का कारण बन सकती है।

सदमे का कारण

सदमे के सबसे आम कारण निम्नलिखित तालिका 5.1 में सूचीबद्ध हैं :

तालिका 5.1: सदमे के कारण

क्र.सं.	कारण
1.	दुर्घटनाओं, गिरने और आघात के बाद भारी बाह्य रक्तस्राव के कारण रक्त की हानि होती है।
2.	विशेष रूप से जठरांत्र (गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल) रक्तस्राव और सिर की चोट में शरीर के भीतर भारी आंतरिक रक्तस्राव।
3.	गंभीर आघात, चोटें–सिर, रीढ़ की हड्डी, खोपड़ी, घाव, फ्रैक्चर या बड़े जलन।
4.	जब शरीर की कोशिकाओं को पानी/रक्त की क्षति होती हैं।
5.	गंभीर डायरिया, अत्यधिक उल्टी।
6.	अत्यधिक गंभीर एलर्जी संबंधी प्रतिक्रियाएँ।
7.	दिल के दौरा या हृदय गति रूकने या हृदय के उचित प्रकार से न धड़कने जैसी स्थितियाँ।
8.	गंभीर संक्रमण/संक्रमित घाव।
9.	इलेक्ट्रिक शॉक, अत्यधिक गर्मी और ठंड।
10.	कीट–दंश और डंक और अन्य आपातस्थितियाँ।

सदमें के प्रकार

मूल रूप से 5 प्रकार के सदमे हैं जो कि नीचे सूचीबद्ध हैं:

क) हाइपोवॉल्मिक सदमा

इसका तात्पर्य हाइपो से है जिसका अर्थ हानि या कमी और वोलेमिक अर्थ पानी/रक्त है। इसलिए, यह तब होता है जब शरीर रक्तस्राव, गंभीर उल्टी और डायरिया (दस्त) के कारण रक्त या तरल पदार्थ खोता है। जब तरल पदार्थ/रक्त में कमी होती है, तो शरीर में केवल थोड़ी सी मात्रा ही रह जाती है जो शरीर के महत्वपूर्ण अंगों के लिए पर्याप्त नहीं होती है जो व्यक्ति की मृत्यु का कारण बनता है।

ख) कार्डियोजेनिक सदमा

कार्डियोजेनिक सदमा तब होता है जब दिल क्षतिग्रस्त हो जाता है और शरीर के अंगों को पर्याप्त रक्त पंप और पुश नहीं कर सकता है। दिल का दौरा और दिल को चोट इसके सबसे आम कारण हैं।

ग) न्यूरोजेनिक सदमा

न्यूरोजेनिक सदमा तब होता है जब मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी को चोट लगती है जिससे शरीर में रक्त के परिचलन के लिए जिम्मेदार नसों की कार्यप्रणाली को नुकसान पहुंचता है। यह हृदय, मस्तिष्क, गुर्दे और यकृत जैसे महत्वपूर्ण अंगों में रक्त परिसंचरण कम देता है।

घ) तीव्रगहिता संबंधी सदमा

जैसा कि पहले से ही खंड 5.2 में चर्चा की जा चुकी है, तीव्रगहिता संबंधी सदमा एक गंभीर एलर्जी संबंधी प्रतिक्रिया है। व्यक्ति को रक्तचाप में अचानक कमी और सांस लेने में कठिनाई होती है। इसे हमेशा चिकित्सा आपातकाल माना जाना चाहिए जिसे तत्काल उपचार की आवश्यकता होती है।

ङ) सेप्टिक सदमा

सेप्टिक सदमा, सदमे का वह प्रकार है जो लंबे समय के संक्रमण, संक्रमित घाव या लंबे बुखार के बाद होता है। इसके परिणामस्वरूप रक्तचाप में अचानक कमी आती है जो मस्तिष्क, हृदय, गुर्दे और यकृत जैसे महत्वपूर्ण अंगों में रक्त पंप करने की हृदय की क्षमता को प्रभावित करता है।

सदमे की पहचान करना

सदमे के संकेतों की शीघ्र पहचान बहुत महत्वपूर्ण है। सामान्य लक्षण और संकेत निम्नानुसार हैं (चित्र 5.11):

- त्वचा ठंडी और चिपचिपी हो जाती है। होंठ और नाखून कलियों का नीला रंग देखा जा सकता है।
- मस्तिष्क में रक्त प्रवाह में कमी आने की कारण व्यक्ति को बेचैनी, चक्कर आना, भ्रम, सुस्ती, बेहोशी हो सकती है।

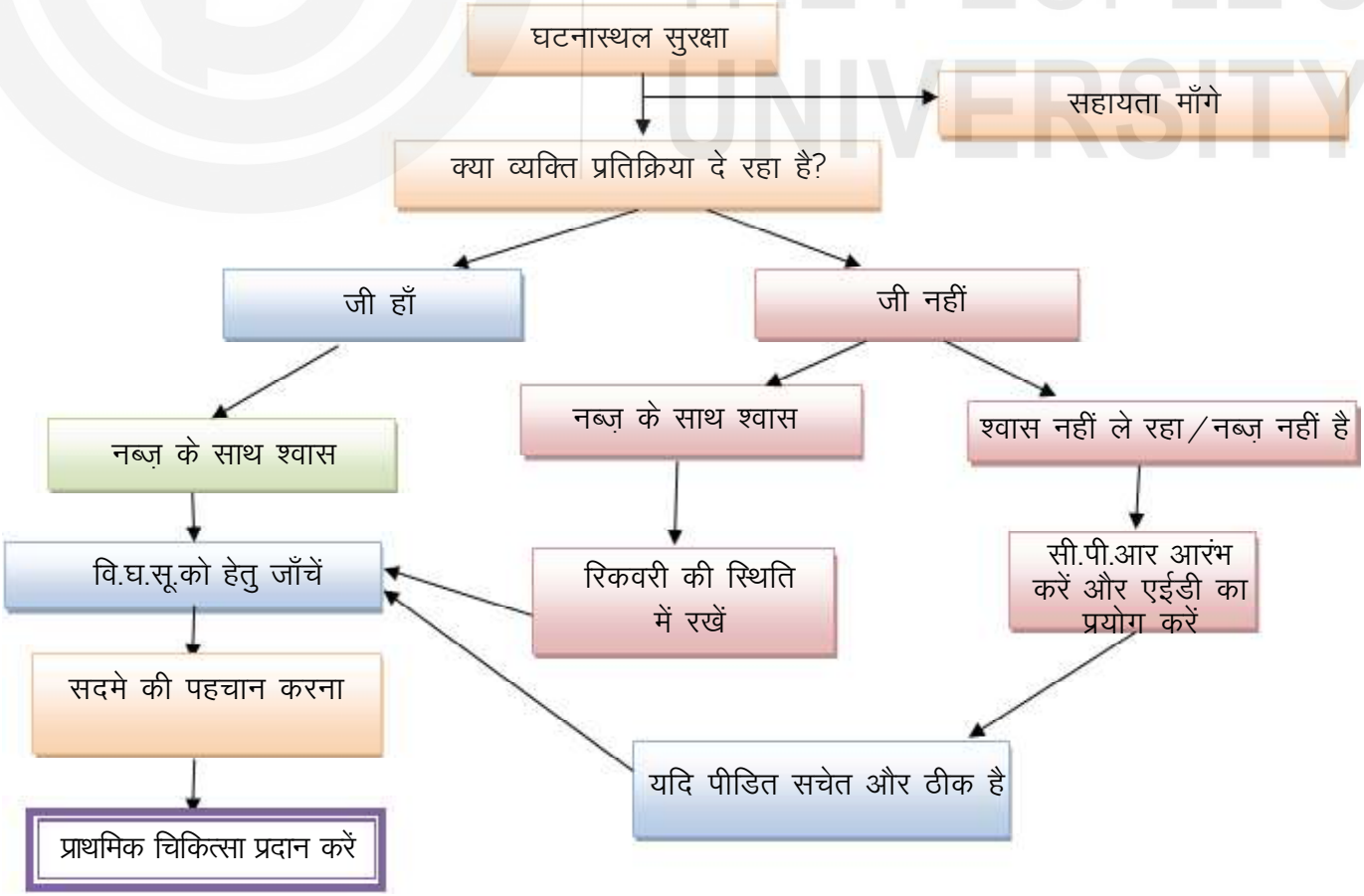
- मतली, उल्टी, गले/होंठ का सूखापन।
- रक्तचाप में कमी, श्वसन में वृद्धि, नब्ज में वृद्धि।
- मूत्र में कमी।

चित्र 5.11: सदमे के सामान्य लक्षण और संकेत

5.4.2 पीड़ित का आकलन

पीड़ित का आकलन निम्नानुसार है :

सामान्य आकलन



आपने पहले ही सिद्धांत पाठ्यक्रम के ब्लॉक 2 की इकाई 1 में प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करते समय किए जाने वाले आकलन के बारे में सीखा है। सामान्य आकलन पीछे दिए फ्लोचार्ट के अनुसार किया जाता है।

विशिष्ट आकलन

सामान्य आकलन के पश्चात्, निम्न प्रकार से विशिष्ट आकलन निष्पादित करें:

1. वि.घ. को सू. की जांच करें और विकृति, सूजन, दाबवेदना और किसी अन्य संकेत और लक्षणों की तलाश करें।
2. सदमे के लक्षण और संकेतों की तलाश करें।
3. यदि पीड़ित सचेत है तो उससे या प्रेक्षकों/दर्शकों से कारण जानने के लिए वृत्तांत पूछें।

5.4.3 सदमे में प्राथमिक चिकित्सा

जब पीड़ित सदमे में होता है तो किए जाने वाले प्राथमिक चिकित्सा चरण निम्नानुसार हैं:

- सदमे के संकेतों और लक्षणों का आकलन करके सदमे की पहचान करें।
- गर्दन, छाती और पेट के आसपास के कपड़ों को ढीला करें।
- पीड़ित के पैर जमीन से कम से कम 20–30 सेमी तक ऊपर उठाएं। आवश्यकतानुसार तात्कालिक व्यवस्था करें (चित्र 5.12)। इसे सदमें का आसन कहते हैं।
- पीड़ित को कंबल के साथ या उपलब्धता के अनुसार ढक कर गर्म रखें (चित्र 5.12)।

चित्र 5.12: पैरों को ऊपर उठाएँ तथा पीड़ित को ढकें

- यदि आवश्यक हो तभी पीड़ित के सिर को एक तरफ मोड़ें जब कोई गर्दन/रीढ़ की हड्डी की संदिग्ध चोट मौजूद न हो।
- पीड़ित को स्वास्थ्य सुविधा में स्थानांतरित करें।

क्या करें और क्या न करें

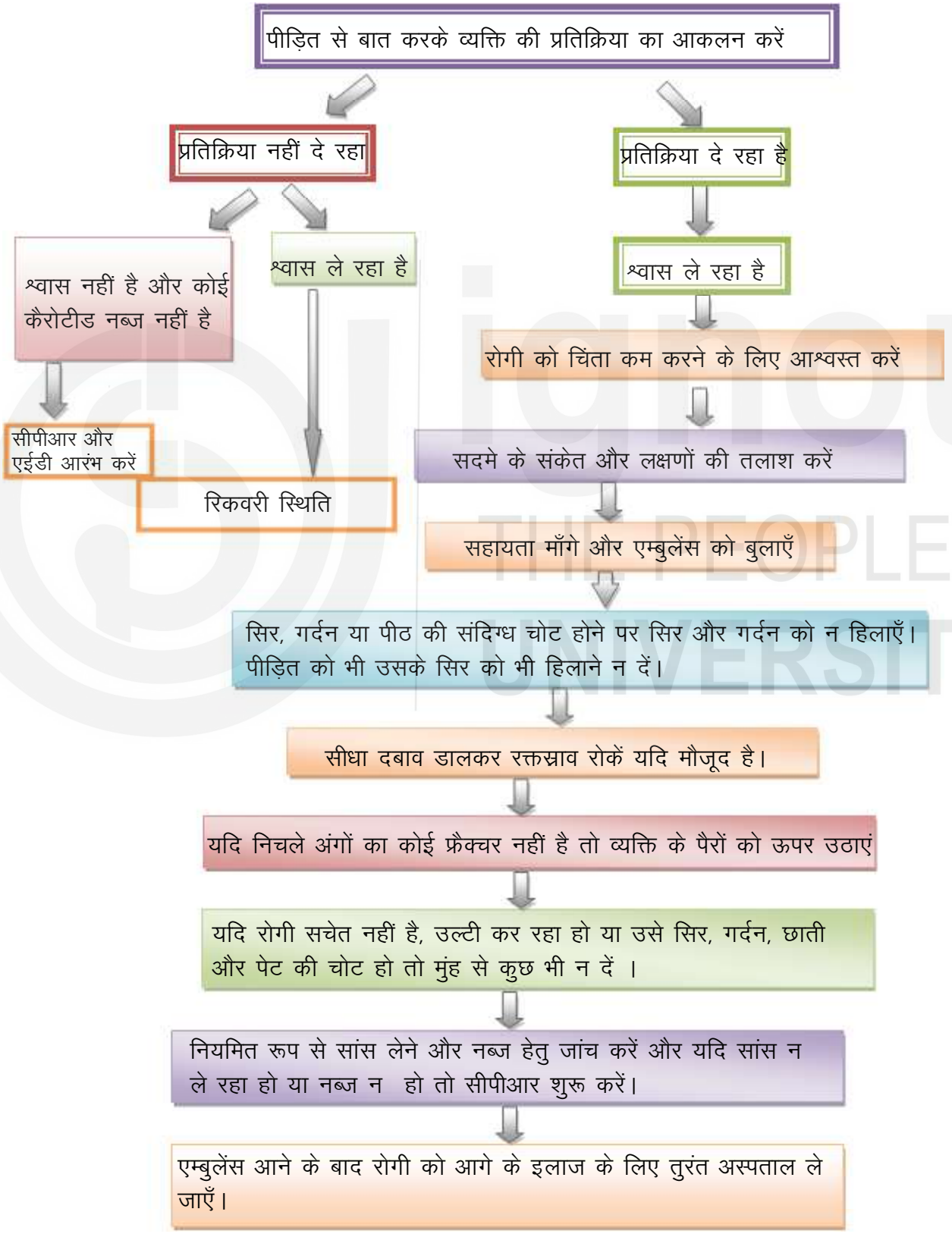
क्या करें

- सदमे की पहचान करें।
- पीड़ित को गर्म रखें।
- आवश्यकतानुसार पुनर्जीवित करने का प्रयास करें।
- पीड़ित को तुरंत स्वास्थ्य सुविधा में स्थानांतरित करें।
- सचेत और बोलने पर चीनी के साथ गर्म चाय/कॉफी दें।
- महत्वपूर्ण संकेतों की जांच करते रहें।

क्या न करें

- पैरों को ऊपर न उठाएँ, यदि निचले अंग में फ्रैक्चर का संदेह है।
- गर्दन/रीढ़ की हड्डी की संदिग्ध चोटों में अनावश्यक हरकत (विशेषकर सिर, या पीठ की) न करें।
- यदि पीड़ित बेहोश है तो मुंह द्वारा कुछ भी न दें।

सदमे के प्रबंधन पर फ्लोचार्ट हेतु चित्र 5.11 का संदर्भ लें



चित्र 5.11: सदमे के प्राथमिक चिकित्सा प्रबंधन

अपनी प्रगति की जाँच करें 3

1) रिक्त स्थान भरें :–

क) न्यूरोजेनिक सदमा तब होता है जब ..... और ..... को चोट लगती है।

ख) सदमें के रोगी के प्रबंधन में पहला और सबसे महत्वपूर्ण बिंदू है कि उसके संकेतों और लक्षणों का ..... करें

घ) बिना श्वास और नब्ज वाले पीड़ित की प्राथमिक चिकित्सा ..... है।

5.5 सारांश

इस प्रकार, इस इकाई में, हमने दो बहुत ही महत्वपूर्ण विषयों, एलर्जी और सदमे पर चर्चा की है, जो यदि समय पर पहचाने और उपचार नहीं किए जाते हैं तो गंभीर जटिलताओं का कारण बन सकते हैं। हमने एलर्जी के प्राथमिक चिकित्सा प्रबंधन के साथ उसके प्रकार, लक्षणों पर चर्चा की है। इसी इकाई में, हमने सदमे, विभिन्न प्रकार के सदमों, उनके लक्षणों और उनके प्रकारों के अनुसार समग्र प्रबंधन पर भी चर्चा की है।

इसी के साथ हम अपने इस सिद्धांत पाठ्यक्रम की समाप्ति पर आते हैं। आशा है कि, आपने प्राथमिक चिकित्सा और प्राथमिक चिकित्सा की आवश्यकता वाली विभिन्न आपातकालीन परिस्थितियों में संगत विषयों के बारे में आवश्यक ज्ञान प्राप्त किया है। अब आपसे यह उम्मीद है कि आप इस ज्ञान का उपयोग उन विभिन्न स्थितियों में प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करने में करेंगे जिनका सामना आप दैनिक जीवन में कर सकते हैं।

5.6 मुख्य शब्द

जोखिमपूर्ण	:	स्थिति जो अधिक समय होने पर खतरनाक हो सकती है।
असामान्य	:	सामान्य नहीं / साधारण नहीं
संवेदनशील	:	नाजुक
बिगड़ना/खराब होना	:	खराब हो जाना, गिरना या निचले स्तर पर आ जाना
अव्यवस्था	:	समस्या बनाना/किसी के स्वास्थ्य को प्रभावित करना
गंभीर/चरम	:	बहुत/अत्यधिक/ तीव्र
खुजली	:	खुजलाहट
दाने	:	लालिमा का क्षेत्र
छींकना	:	नाक से हवा का अचानक निष्कासन
स्राव	:	तरल का प्रवाह
सूजन	:	शरीर के एक हिस्से का असामान्य विस्तार
पेट	:	उदरीय (आंत)
डायरिया (दस्त)	:	दिन में कई बार ढीले मल होना

लेटेक्स	:	पौधों में पाया गया एक दूधिया तरल पदार्थ और जो रबड़ का स्रोत है
गुनगुना	:	हल्का–सा गर्म
उपशामक	:	कोमल शांत प्रभाव होना
ऐंठन	:	मांसपेशियों का दर्दनाक संकुचन
नाक में संचयन	:	बंद नाक जिसके कारण सांस लेने में कठिनाई होती है/भरी हुई नाक
निगलना	:	गले से गुजरना
लेबल	:	उत्पाद के बारे में जानकारी देने वाला इसके साथ लगा कागज का टुकड़ा
घटक	:	भाग या किसी का घटक भाग
बुफे	:	कई व्यंजनों से युक्त भोजन
बढ़ना	:	अग्रिम या प्रगति
आकर्षित करना	:	दूसरों में आपके बारे में रूचि जगाना
नंगे पैर	:	बिना जूतों के
खरपतवार	:	जंगली पौधे वहाँ बढ़ना जहां यह नहीं होना चाहिए
उप्युक्त हवादार	:	वायुदार
क्षतिग्रस्त	:	टूटा हुआ
लंबे समय के संक्रमण	:	लंबे समय तक संक्रमण मौजूद रहना

5.7 आपकी प्रगति की जाँच करने के लिए उत्तर

अपनी प्रगति की जाँच करें 1

1. क. प्रतिरक्षा ख. एलर्जेस ग. दवाई घ. तीव्रगाहिता सदमा

अपनी प्रगति की जाँच करें 2

1. चार प्रकार के एलर्जी नीचे वर्णित हैं।

i. त्वचा की एलर्जी

ii. खाद्य पदार्थ और दवाई की एलर्जी

iii. कीट–दंश की एलर्जी

iv. अंतःश्वसन प्रणाली द्वारा एलर्जी

2. खंड 5.3.1 का संदर्भ लें

3. खंड 5.3.2 का संदर्भ लें

4. खंड 5.3.3 का संदर्भ लें

अपनी प्रगति की जाँच करें 3

1. क. मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी

   ख. पहचान / आकलन

   ग. ह्र.पू. (ह्रत्फुफ्फुसीय पुनर्जीवन) / सी.पी.आर

5.8 संदर्भ तथा अन्य पाठ्य

1. Sampson, H.A. Anaphylaxis and emergency treatment. Pediatrics. 2003; 111:1601–1608.
2. Adkinson NF, et al. Middleton's Allergy: Principles and Practice. 8th ed. Philadelphia, Pa.: Saunders Elsevier; 2014.
3. Lieberman P, et al. The diagnosis and management of anaphylaxis practice parameter: 2010 update. Journal of Allergy and Clinical Immunology. 2010;126:477.
4. Blackham J R. The Indian manual of first aid.6TH edition. 2009. St. John Ambulance Assn., Indian Branch.
5. Allergic reactions. U.S. National Library of Medicine. Retrieved March 1, 2017, from http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000006.htm.
6. What to do in a medical emergency: Shock. American College of Emergency Physicians. http://www.emergencycareforyou.org/EmergencyManual/WhatToDoInMedicalEmergency/Default.aspx?id=270. Accessed Feb. 17, 2017.
7. https://lifehacker.com/how-to-find-out-which-foods-are-making-you-sick-1557628052
8. https://www.firstaidtrainingbangkok.com/resources/treatments/illnesses/first-aid-for-allergies-anaphylaxis.html
9. http://www.first-rescue.co.uk/training/sports-emergency-first-aid-4-hours