



## Lifeline

### CPR શું છે ?

CPR એટલે હૃદય અને ફેફસાની બેમથીમંથી પુથું નજીવતકથવા મટેનો એક સંકલ્પ ધરિત તરુષ છે. યુધીયાભીયાસની એક શરુઆત જે મણસનુ હૃદય ધરુકથ કથુતબંધરુથ જાય તીચાએ તેમા જીવનને પાછુ લાવવાની છે. આ હૃદયને લગત બંધમલશિ કથવાનુ અને મેટેથી કૃતી થરિ થીતશી વાસની કથુ થયાનુ સંચોજન છે.

### હૃદય બંધપડવું ?

હૃદય બંધપડવું.

### હૃદય બંધપડવાને કારણે શું થાય છે ?

હા, તેછત, મેટા ભગના લોકે જેમ્નુ હૃદય ધરુકથ પડવાનુ બંધથમાથી તે મૃતી યુ પામે છે, તેમથી ઘણાનુ લોહીનુ પથરિ થયા ધીમ્થી થુમ્ હોય અને શી વાસ લેવામં ઠલીકુ પડતે હોય તે તેને જલ્દીથી મદ કથીને ખચવી શકાય છે.

### હૃદય બંધપડવાને કારણે શું થાય છે ?

તેત્થતજ શરુ કથી દેવુ જોઇ. જો લોહીનુ પથરિ થયા, શી વાસ અને તેને પુથું નજનમ આપવા તેથેડા સમ્યમં ચલુ ન કથીયે તે તેમ્થી જાય છે.

### હૃદય બંધપડવાને કારણે શું થાય છે ?

- તે એક બેભન દચ્છીની નોંધકરે છે.
- તેગળામં ધરુકથ જાણવા પથુ થયતી ન કરે છે, પણ તેસંભાત નથી.
- તેકાનને હૃદયની પાસે લઈ જઈને સાંભાવા પથુ થયતી ન કરે છે પણ તેને ધરુકથ સંભાત નથી.
- તેશી વાસોશી વાસની કથુ થયા મટે જુ છે પણ તેમ્ળાતે નથી.

### CPR શું છે ?

ના, આવા કસિ સામં ફકુ તમેટેથી મેટે કૃતી થરિ થીતશી વાસોશી વાસ અપાય છે.

### હૃદય બંધપડવાને કારણે શું થાય છે ?

ના, જીચાએ હૃદય બંધપડે છે તીચાએ શી વાસ બંધપડી જાય છે.

### CPR શું છે ?

હા, પણ એક ભેલો વચક તી જ કથુ જોઇ. આખા દેશમં નાગરકોને જીવનનુ ઠકુ ધણ કથવા મટે પથુ આકિ ધણ આપવામં આવે છે.

### હૃદય બંધપડવાને કારણે શું થાય છે ?

આખા શથીથં લોહીનુ પથરિ થયા અને છાતેના હાડકા ઉપર થી વારંવાર આટ હૃદયના ઉપર કામ કરે છે. દરેક સેકડે દરેક આટ છાતેના હાડકાની નીચે ઠકેલવાથી એ સંભવતિ છે કે હૃદયથી લોહી બહાર જાય અને તેથી આખા શથીથં તેનુ પથરિ થયા થય. બંધપથુ ઠકાથનો હૃદયનો હુમ્લો લોહીના પથરિ થયા, શી વાસ અને પુથું નજનમ મ્નો મ્હતી વપુથુ ણ ભગ છે.

### CPR શું છે ?

પુથત પથુ આણમં ૧" થી ૨" છાતેના હાડકા ઉપર દબાણ હોવુ જોઇ.

પહેલો મદગાઈ દર્દીના મથ ઉપર ઝુકે છે. દર્દીના ગળાની નીચે ડાબે હાથથીને કે જેથી તેની દાઢી ઉપર આવે અને હવા આવવાનો ધ્વજ તે મ્ને. જમ્ણા હાથથી દર્દીના નસ કોથને ચમ્ટી ભ્ણી. પહેલો મદગાઈ પછી જોઈ પોતનુ મેટુ દર્દીના મેટામં ઝુકે છે અને કૃત્તી થમ્ શ્ વાસોશ્ વાસ ચલુ થય છે. પહેલો મદગાઈ જોઈ દર્દીના મેટામં હવા કુકે છે

- પહેલો મદગાઈ દર્દીના મથ ઉપર ઝુકે છે.
- દર્દીના ગળાની નીચે ડાબે હાથથીને કે જેથી તેની દાઢી ઉપર આવે અને હવા આવવાનો ધ્વજ તે મ્ને.
- જમ્ણા હાથથી દર્દીના નસ કોથને ચમ્ટી ભ્ણી.
- પહેલો મદગાઈ પછી જોઈ પોતનુ મેટુ દર્દીના મેટામં ઝુકે છે અને કૃત્તી થમ્ શ્ વાસોશ્ વાસ ચલુ થય છે. પહેલો મદગાઈ જોઈ દર્દીના મેટામં હવા કુકે છે
- પછી પહેલો મદગાઈ સૌથી નીચ્લી હદ સુધી છાતેના હાડકાને ( xiphoid ની પ્ ઝ્ક થ્ણિ) ગોત છે, જે ૧.૧/૨" જેટલુ મપમં છે, તે છાતેના હાડકા ઉપર ક હાથથી પગની ડીને ઠેસાડે છે અને બેજો હાથતેના ઉપર થ્ણીને નીચેની દશિામં વાંધવાઈ ઢ્હેલે છે. ઢ્હેલવાનુ ૧૫ ફટકા સુધી ચલુ થ્હે છે અને ત્તિયાઈ પછી પહેલો મદગાઈ નસ કોથ ઉપર ફ્થીથી ચેમ્ટી ભ્ છે અને ક વાઈ જોઈ દર્દીના મેટામં કુકે છે
- હદયના હુમ્લાનો મલશિ ફ્થીથી વધે ૧૫ ફટકા ચલુ ક્ષે છે અને મેટેથી મેટે શ્ વાસોશ્ વાસ ફ્થીથી ચલુ ક્થય છે
- આ સુધ્ધિયાભ્ વાસ અનશિ રતિસમ્થ મટે ચલુ થ્ણાય છે. જ્તિયા સુધી પહેલો મદગાઈ હદયના ઢ્કાથ શૂઠ્ ધ્ણાનુ અને સ્ વેચ્ છાથી શૂઠ્ ક્થવામં આવેલ શ્ વાસોશ્ વાસની નોંધક્ષે છે

નક કી હા, ક હદયના હુમ્લાના મલશિ ઉપર ઢ્ધિયાન કેન દ્ થતિક્થ્ણે અને બેજો મેટેથી મેટે કૃત્તી થમ્ શ્ વાસોશ્ વાસ ઉપર ઢ્ધિયાન આપ્ણે. હદયના હુમ્લાનો મલશિ નીચે આપેલુ જોઈ છાતેના હાડકાને દેઝ્ક સેકંડે મ્ણવો જોઈ. કૃત્તી થમ્ થેતશ્ વાસોશ્ વાસ આપનાઈ વ્ચક ત્દેઝ્ક પાંર ઢ્ક કા પછી હદયના હુમ્લાને મલશિ આપનાઈે ક્થ્ણો જોઈ.

હા, સાઢથ્ણ થેતહદયના હુમ્લાને મલશિ ક્થ્ણાઈ પહેલા યકવો જોઈ. પછી તેણે જે મેટેથી મેટે શ્ વાસોશ્ વાસ ક્થ્ણે હોય તેની સાથેકામ્ બ્લવુ જોઈ.

છામં છી અડધી કલાક. ત્તિયાં સુધીમં ગ્ણે તેમા હદયના ઢ્કાથ પાછા ચલુ થ્ણા જોઈ જો પહેલીવાઢ્ણી મ્દ સફ્ણ થ્થ્ હોય તે.

હા, ક્તિયાઝેક થા હદયના ઢ્કાથ ઢાણીવાઈ તલબ્દ ઢ્ધવાળો ઢ્કાથે ફ્થીથી સ્ વસ્ થ્થ્ શકે છે.

ના, હદયની પ્ ઝ્ક થ્ણિ શ્ વાસોશ્ વાસના ચલુ થ્ણા પહેલા શૂઠ્ થય છે.

સથેથ્ણ ડ્દ ઢ્મિન વ્ચક ત્કેટલાક ક્લાકેના મથ્ ગદથ્ શન પછી આ ક્લાકેશલ્ચત શીખે છે.

તમ્થ બ્ધય સ્ થનકિ red CROSS સાથેવાત્થીતક્ષે.