8 -ශ්‍රේණිය

18 - පාඩම

එදිනෙදා මුහුණ දෙන අනතුරු සහ ප්‍රථමාධාර දැන ගනිමු.

❖ **ප්‍රථමාධාරයක් යනු,**

- යම් හදිසි අනතුරක් හෝ ආපදාවක් ඇති වු විටනිශ්චිත වෛද්‍යාධාර ලබා දෙන තෙක් ,ලබා දෙන මුලික ආධාරය හෝ සහාය ප්‍රථමාධාරයක් ලෙස හැදින්වේ.

❖ **ප්‍රථමාධාර ලබා දීමෙන් අපේක්ෂිත අරමුණු,**

- සුවය ලබා ගැනීමට උපකාර වීම.
- රෝගියාගේ ජීවිතය බේරා ගැනීමට හැකි වීම.
- රෝගී තත්වය බරපතල නොවීමට උදව් වීම.

❖ **ප්‍රථමාධාර ලබා දීමේ මුලික සිද්ධාන්ත 5ක් වේ,**

- A – Ariway (ශ්වසන මාර්ගය)
- B - Breathing (ශ්වසනය)
- C – Circulation (රුධිර සංසරණය)
- D – Defomity (ආබාධ)
- E – Exposure , Environment (නිරිවරණය,පරිසර තත්වය)

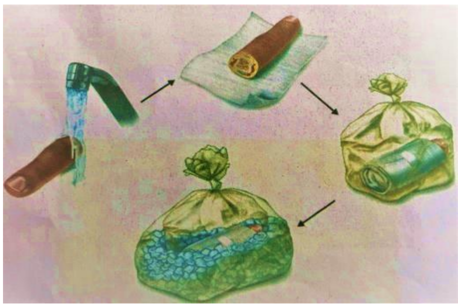
❖ **ප්‍රථමාධාර ලබා දෙන්නෙකු සතුවිය යුතු ගුණාංග,**

- ඉවසීම.
- ස්ථානෝචිත ප්‍රඥාව.
- අවස්ථානුකූල නායකත්වය.
- පරික්ෂාකාරී බව.
- බිය නැති බව.
- රෝගියා පිළිකුල් නොකිරීමේ හැකියාව.
- අනවශ්‍ය ලැජ්ජාවලින් තොර වීම.
- සියල්ලන්ට එක සේ සැලකීමේ හැකියාව.
- කාරුණික බව.
- අනුකම්පා සහගත බව.

❖ **ප්‍රථමාධාර ලබාදීමේදි විශේෂ අවධානයට ලක් විය යුතු කරුණු**

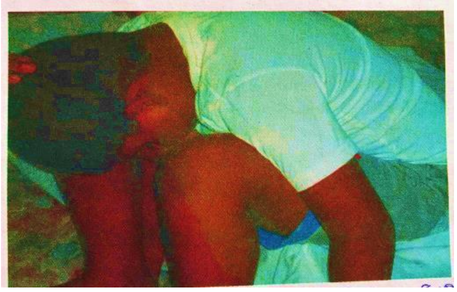
- සිහිසුන්ව සිටින විට රෝගියාට කිසිවක් පෙවීම සහ කෑම දීම නුසුදුසුය.

- සිරුරේ යමක් ඇනී පවතී නම් එය ඉවත් නොකොට රෝහලකරා රැගෙන යා යුතුය.
- වෛද්‍යවරයෙකු පරීක්ෂා කරන තෙක් ආහාරපාන ලබා නොදීම වැදගත්ය.
- ශරීර කොටස් කැපී ඉවත්ව ඇත්නම් එම කොටස් පිරිසිදු පොලිතින් ආවරණයක දමා එය අයිස්වල බහා වෛද්‍යවරයෙකු වෙත රැගෙන යා යුතුය.
- කැපී ඉවත් වූ ඇඟිල්ලක් රෝහලට ගෙන යාමට සැකසීම.



❖ **ප්‍රථමාධාර ලබා දීමට සිදු වන සුලබ අවස්ථා,**

- ක්ලාන්තය ඇතිවූ අවස්ථාවකදී.



- සතුන් සපා කෑම හෝ සර්ප දෂ්ට කිරීමකදී.
- දෙබර හෝ බඹර දෂ්ට කිරීමකදී.
- විදුලි සැර වැදීමකදී.

- පිළිස්සීමකදී.

- තුවාලවීමකදී.
- උගුරේ යමක් සිර වූ විට.
- නාසයේ යමක් සිර වූ විට.
- දියේ ගිලීම.