ਅਭਿਆਸ

1. ਕਿਸੇ ਪੁਤਲੇ ਉੱਪਰ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ।

ਖਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਭਰੋ :-

ੳ. .... ਅਤੇ ਡੂਘੇ ਕੱਟ ਦੋ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਅ. ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਕੱਟ ਲੱਗਣ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ਼ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ੀ ਟੈਟਨਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ .... ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ੲ. ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਮੂੰਹ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ .... ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸ. ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ .... , ... ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਹ. .... ਨੂੰ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਵੇਲ਼ੇ ਸਰਜੀਕਲ ਦਸਤਾਨੇ ਪਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਪਰਖ਼ ਦੇ ਲਈ ਕੰਮ ਸੂਚੀ

ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਕੰਮ ਸੂਚੀ ਨਾਲ਼ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਰਖ ਦੀਆਂ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰ ਲਈਅ ਹਨ :–

ਭਾਗ - ੳ

ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ :-

1. ਕੱਟਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ – ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ।
2. ਝੁਲਸਣ ਦੇ ਵੱਖ – ਵੱਖ ਦਰਜੇ।
3. ਕੁੱਤੇ ਦਾ ਵੱਢਣਾ ਅਤੇ ਸੱਪ ਦਾ ਡੰਗਣਾ

ਭਾਗ - ਅ

ਆਪਣੀ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰੋ :-

1. ਝੁਲਸਣ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

2. ਬਿਨਾਂ ਸਹੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਕੁੱਤੇ ਦਾ ਵੱਢਣਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਭਾਗ - ੲ

ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ

ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਇਹਨਾਂ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ :-

ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ	ਹਾਂ	ਨਹੀ
ਕਲਪਿਤ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਟਾਂ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।		
ਸੱਪ ਦੇ ਡੰਗ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਦੇ ਪੜਾਅ ਵਾਰ ਢੰਗ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ		

ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ

ਟੇਪੀ	ਇੱਕ ਪੱਟੀ, ਜੋ ਇਕ ਪਾਸੇ ਲੱਗੀ ਗੂੰਦ ਨਾਲ਼ ਚਿਪਕਦੀ ਹੈ।
ਛਾਲੇ	ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਭਰੀ ਅਤੇ ਉੱਪਰ ਉੱਠੀ ਚਮੜੀ
ਸਰੀਰ 'ਚ ਪਰਦਾ (Diaphragm)	ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਪੇਟ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ ਤਤੂੰਆਂ ਦਾ ਪਰਦਾ।
ਚਮੜੀ ਅੰਦਰ ਵਾਲ ਦਾ ਭਾਗ (Hair follicles)	ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਚਮੜੀ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਭਾਗ, ਇਹ ਭਾਗ ਵਾਲ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਪੈਦਲ	ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਰਸਤਾ ਲੰਘਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ, ਭਾਵੇਂ :- ਉਹ ਦੌੜਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।
ਡਰ (Phobia)	ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਡਰ ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਕਾਰਨ ਨਾ ਹੋਵੇ।
ਦਾਗ (Scalds)	ਗਰਮ ਤਰਲ ਜਾਂ ਭਾਫ਼ ਨਾਲ਼ ਸੜਨਾ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਦਾ.ਗ
ਸਦਮਾ (Trauma)	ਗਰਮ ਤਰਲ ਜਾਂ ਭਾਫ਼ ਨਾਲ਼ ਸੜਨਾ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਦਾ.ਗ
ਜ਼ਹਿਰ (Venom)	ਕਈ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ਾ ਹਥਿਆਰ
ਚਿਪਚਿਪਾ(Viscous)	ਚਿਪਕਣ ਵਾਲ਼ਾ ਪਦਾਰਥ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਰੁਕਿਆ ਰਹੇ

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

ਐੱਨ. ਐੱਸ. ਕਿਉ. ਐੱਫ. ਪੜਾਅ 2 - ਜਮਾਤ ਦਸਵੀਂ 205

ਐੱਚਐੱਸਐੱਸ 205 ਐਨੱ ਕਿਉ 2014 -

ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ : ਬਣਤਰ (ਢਾਂਚਾ), ਕੰਮ ਅਤੇ ਖੁਰਾਕ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਾਰਜ ਪੁਸਤਕ

ਪੀਐੱਸਐੱਸ ਸੈਂਟਰਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ਼ ਵੋਕੇਸ਼ਨਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ, ਸ਼ਾਇਮਲਾ, ਹਿਲਜ਼, ਭੋਪਾਲ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਨਾਮ : ....

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਰੋਲ ਨੰਬਰ : ....

ਬੈਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਦੀ ਮਿਤੀ : ....

© ਪੀ. ਐੱਸ.ਐੱਸ. ਕੇਂਦਰੀ ਕਿੱਤਾ ਮੁਖੀ ਸੰਸਥਾ 2014 ਇਹ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਕਾਪੀ ਰਾਈਟ ਅਧੀਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਕਾਪੀ ਰਾਈਟ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਅਧਿਕਾਰਤ ਮੰਤਵਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੂਰਨ ਲਿਖਤੀ ਆਗਿਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਕਲ, ਰੂਪਾਂਤਰਣ, ਇਲੈਕਟ੍ਰੌਨਿਕ ਸੰਗ੍ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰਣ ਉੱਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਬੰਦੀ ਹੈ।