

कोल्ड स्पॉनिंग की प्रक्रिया

तेज बुखार हो तो डॉक्टर कहते हैं कि मरीज की कांड स्पॉनिंग की है। क्योंकि इसे नहीं कहते हैं और नर्स आपके कह देते हैं और नर्स आपके कह देती है कि ठंडे पानी की खिड़ियां रखिए। बस कहा रखिए, कैसे रखिए यह बचान का साधन किसी के भी पास नहीं। आप दिन भर यह रहते हैं और बुखार नहीं उतरता। कारण यह कि कोल्ड स्पॉनिंग के कुछ सामान्य सिद्धांत हैं—एक तो यह कि इसे बचने के पानी से न करें। बच्चा ठंडा पानी चमड़ी की खुन की नलियों को उठाकर सिकड़ी ही देता है जिससे शरीर और ठंडे कपड़े के बीच तापमान का आदान-प्रदान करता है। और बुखार उत्तरी तेजी से नहीं उतरता।

पट्टी रखने की प्रक्रिया



नल में आ रहे सामान्य ताप वाले पानी या छड़े में भरे पानी को ले, दूसरी बड़ी बात यह करें कि गीले कपड़े को बढ़ावाया नियोड़कर और गले पर, कांखों में, पेट पर तथा जाघ के संधियों पर (हिप ज्यायट के पास) रखते जाएं और हर बीस-पच्चीस सेकंड में बदलकर नया गीला कपड़ा लगाएं। गर्दन, कांख, जांघ तथा पेट से खून की बहुत बड़ी नलियों एकदम चमड़ी के पास से गुजर रही होती है। इनमें बुखार से तबतो हुआ गर्म खून बह रहा है जिसे ठंडक मिलायी तो बुखार फटाफट कम होगा।

मामूली बुखार, हड्डी तोड़ बुखार, ऐसा तेज बुखार कि जैसा कभी हमें जिंदगी में हुआ ही नहीं, हल्का बुखार, मियादी बुखार आदि कई तरह से आप इसे अपने चिकित्सा से बताते हैं। बुखार को लेकर इतनी तरह की गलतफहमियां हैं और चिकित्सा विज्ञान की सीमाएं हैं कि इस मामूली-सी प्रतीत होती बीमारी के इन पक्षों को जानना जरूरी हो जाता है।

पहली बात तो यह कि कोई भी, किनाना भी कम बुखार हो वह कभी भी मामूली नहीं होता। हर बुखार इस बात की ओर आपके लिए शरीर में कुछ ऐसा गलत हो जाता है जिससे लड़ने के लिए शरीर के अपने हाथियारों को चलाना शुरू कर देता है जिसका कारण यह गर्मी पैदा हो रही होती है। बल्कि हल्का बुखार कई मायनों में जाहिए है कि इस जटिल वीज को समझता हो।

नज़रंदाज नकरें हल्का बुखार



अन्य बीमारियों का भी लक्षण

हल्का बुखार यथा से लेकर साथालोकिंग फीवर तक कुछ भी हो सकता है। हाँ सकता है कि आप किसी पक्ष की जांघ न कराएं और तो माह बाद पाता चले कि हड्डी में टीवी भी या आंतों में केसर था, जो आपने तब सोया या देखा ही नहीं। इसना यह कि हल्का बुखार को कभी भी हक्के में न ले। हमेशा किसी अच्छे डॉक्टर से इसकी सलाह लें व्यांकिंग मामूली बुखारों की डायग्नोसिस के लिए गैरमामूली डॉक्टर ही चाहिए जो इस जटिल वीज को समझता हो।

तापमान का बनाएं चार्ट

होने वाले बुखार को गंभीरता से लें व्योक्ति बुखार यदि गंभीर हो गया तो लेने के देने पड़ सकते हैं। इससे भी पूरे बहेतर सलाह होगी कि बुखार लगते ही तो थर्मोमीटर से नाकार कागज पर रिकॉर्ड बनाते रहें। डॉक्टर को इससे बड़ी मदद मिलेगी। अलग-अलग समय पर तापमान अकिञ्चित करें। बहुत से मरीज कहते हैं कि हमारा हड्डी का बुखार है, या अंदरुनी बुखार है जो रहता होता है पर किसी भी थर्मोमीटर में नहीं आ पाता। ऐसा कोई बुखार नहीं होता जो थर्मोमीटर के पास को नहीं चढ़ता।

शाम को बढ़ सकता है
शरीर का तापमान

जान पहचान के एक व्यक्ति को टायफायड तो टीक हो गया परंतु रोज शाम होते-होते 99.8 डिग्री चढ़ जाता था। आप सास यों देखें जाता वह कहता अरे आपका टायफायड फिर बिगड़ गया है। मैंने सलाह दी कि यह नार्मल वीरेशन है, साथादर थे मान गए तो सामान्यतः शाम को हमारा तापमान 99.9 तक भी हो जाए तो इसे बुखार न मानें। इस एक बार चिकित्सक को तब करने का मीकादें। शेष शरीर पर रखी पूर्णियां इतनी जल्दी न बढ़ें।

व्यांकिंग हाथ-पैर की चमड़ी की पतली रक्त नलियों में खून ठंडा होने में समय लेगा। हाँ, माथे तथा सिर पर बर्फ की थैली (आइस कैप) रखना चाहिए व्यांकिंग खपड़ी की हड्डियों का तापमान इतनी आसानी से करा न होगा।

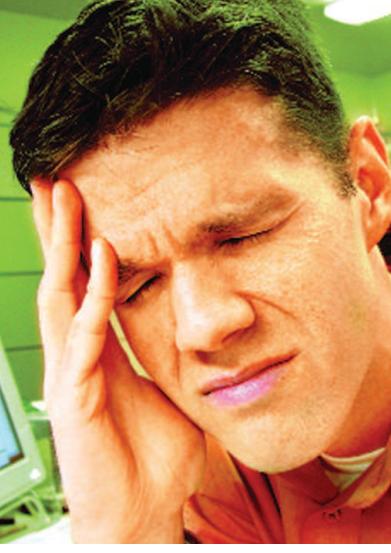
खुद न बनें डॉक्टर

एक और आखिरी बात स्वयं इलाज न लें। बुखार एक ऐसी बीमारी है जिसका सासे ज्यादा सेकंड ट्रीटमेंट होता है। याद रखें कि हड्डे के साथ कंपनी देने वाले बुखार मलेरिया नहीं होता, न ही वही एंटीबायोटिक इस बार भी काम करेगी जो कभी पिछले बुखार में आपको दी गई थी। बुखार हो पर डॉक्टर की बर्ताव दिवांग ही ले और उतने तक ले जितने तक बताया जाए।



कई अन्य कारण

बुखार जैसा लगने के पाचों और भी कारण हो सकते हैं। उनका इलाज भी कुछ अलग ही होगा। आप बुखार कहते हो और लारवाह चिकित्सक बुखार की कोई दवाई आपको दे देता है। तो फॉल यह तय कर लें कि बुखार है भी या नहीं? नाये जब लगे तब यह आपको यह सलाह नहीं दी जा सकती है कि जेव में थर्मोमीटर लेकर सूर्यो और जब-नबू में रखें फिर एंटीफिर्ड जरूर करें। बुखार रिकॉर्ड नहीं होता जो डॉक्टर को यही कि मुझे बुखार सा लगता है पर होता नहीं इस तरह की स्थिति एंटीमिट्रियल थकान, तापान से लेकर अन्य बहुत सी गंभीर बीमारियों में भी हो सकती हैं। और नापें में भी यह रखें कि आदमी के नार्मल टेपरेचर में भी बहुत से नार्मल उतार-चढ़ाव हो सकते हैं।



सिरदर्द को न करें नज़रंदाज

संयुक्त राष्ट्र की एक रिपोर्ट के मुताबिक दुनिया में सभी लोगों को सिर-दर्द की परेशानी होती है, मगर ज्यादातर लोग इस पर ध्यान नहीं देते हैं या किंवा इसका उचित इलाज नहीं करवाते हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के एक रिपोर्ट के मुताबिक सिर-दर्द की परेशानी सभी को होती है, यह बहुत आम है और इसका इलाज भी होता है। रिपोर्ट के अनुसार, इसके बाबजूद पूरी दुनिया में इसकी कम पहचान हो पाती है और इसका इलाज भी बहुत कम होता है। इसके अनुसार अपने तरह के इस पहले अंतर्राष्ट्रीय सर्वे में यह बात सामने आई है कि तोग इस बड़ी परेशानी को नजरअदाज कर देते हैं। रिपोर्ट का कहना है कि दुनिया में आधे से ज्यादा वयस्कों ने हाल ही में एक या ज्यादा बार सिरदर्द की परेशानी महसूस की होगी।

काम होते हैं प्रभावित

विश्व स्वास्थ्य संगठन का कहना है कि सिरदर्द के कारण उदय प्रभावित होने से होने वाला वित्तीय नुकसान बहुत बढ़ा है। किशोरों से लेकर 50 साल की उम्र तक के लोगों में सिरदर्द एक आम समस्या है। इससे काम के घंटे प्रभावित होते हैं और उदय प्रभावित होता है। इससे काम के घंटे घंटे घंटे कर देते हैं। अकेले ब्रिटेन में रोज 2.5 करोड़ लोग हर साल सिरदर्द (माइग्रेन) के कारण स्कूल या दपतर नहीं जा पाते हैं।

अकेलापन एुष्यों के लिए खतरनाक हो सकता है। एक अस्यायन से पता चला है कि जो पुरुष अकेले होते हैं, उन्हें दिल का रोग होने का खतरा ज्यादा होता है। इसलिए शोधकर्ताओं की सलाह है कि समाज में अन्य लोगों से मेल-जोल दिल के लिए अच्छा है।



क्या है अस्थि संक्रमण?

ऑस्टियोमाइलाइटिस हड्डी या अस्थि मज्जा का एक संक्रमण है, जो आमतौर पर पायोजेनिक बैक्टीरिया या माइक्रोबैक्टीरियम के कारण होता है। यह कारणात्मक जीव, इसके मार्ग, अवधि और संक्रमण के शारीरिक स्थान के आधार पर उपवर्गीकृत किया जा सकता है।

निदान

रोगी का इतिहास, शारीरिक परीक्षा और रक्त मिलाने की प्रक्रिया है।

एरिंथ्रोसाइटिस दिमेट्रियन दर या सी-

प्रतिक्रियाशील प्रोटीन अस्मातौर पर

बढ़ा होता है, लेकिन अवशिष्ट गंभीर

मामलों में भी बढ़ा हो सकता है।

थायर के कल्पर से जीवाणु के साथ का

संक्रमण से हड्डी में फैलता है।

मध्यमे के रोगी की अपूर्णी रुक्की की अपूर्णी होती है।

इस मामले में खून लक्षण बहुत साधारण सा हो सकता है, केवल कुछ असुन्दर देखी जा सकती है। कुछ बच्चों में विशेष रूप से

नवजात में रक्त परीक्षण या एक अंत:

शिरो द्वारा दिमेट्रियन के लिए लगता है।

ऑस्टियोमाइलाइटिस में सर्जिकल

डीपिंग के लिए अंत शिरो के केंद्र

स्थानों में एक अंत शिरो के केंद्र

स्थानों म

