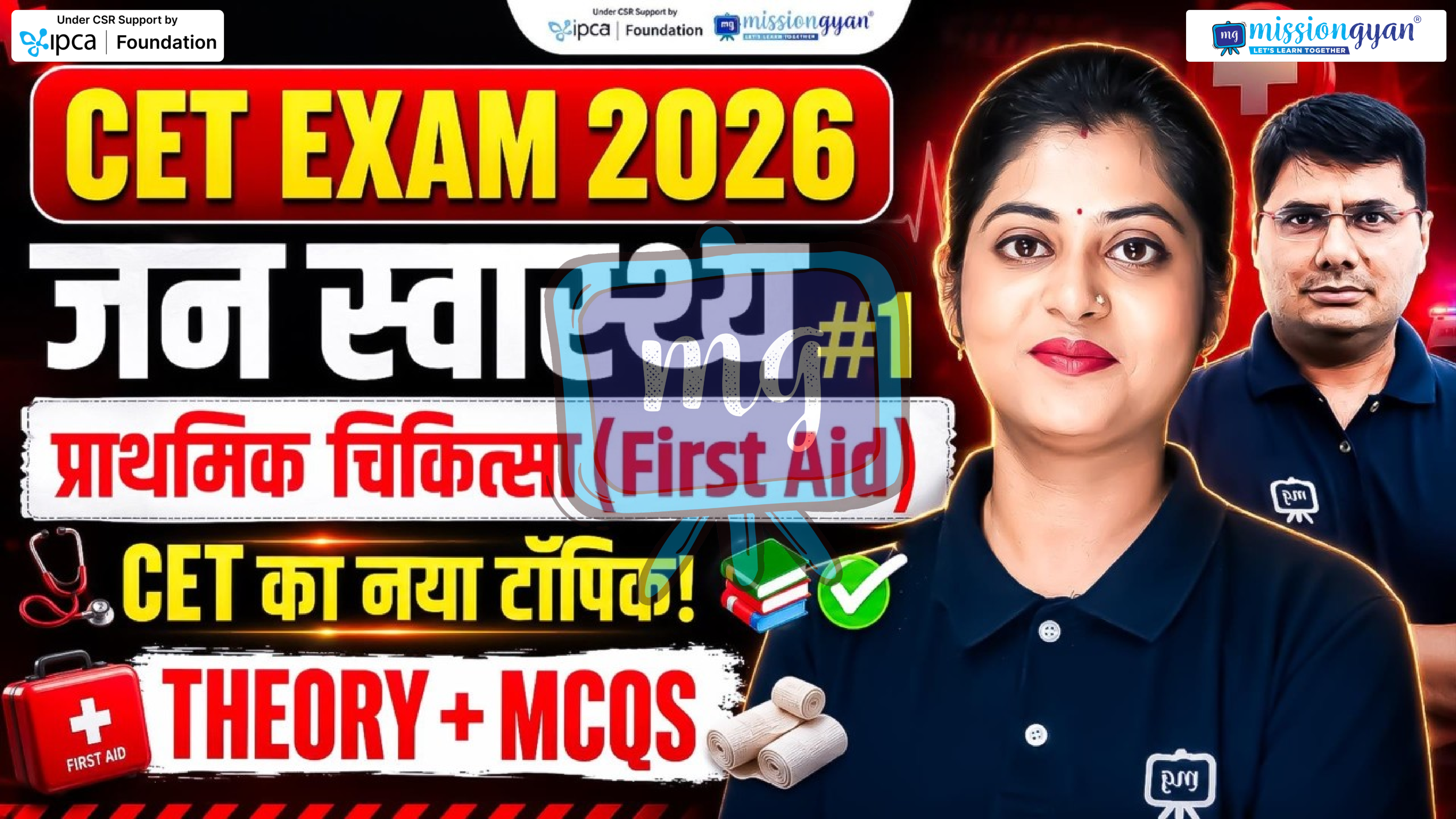
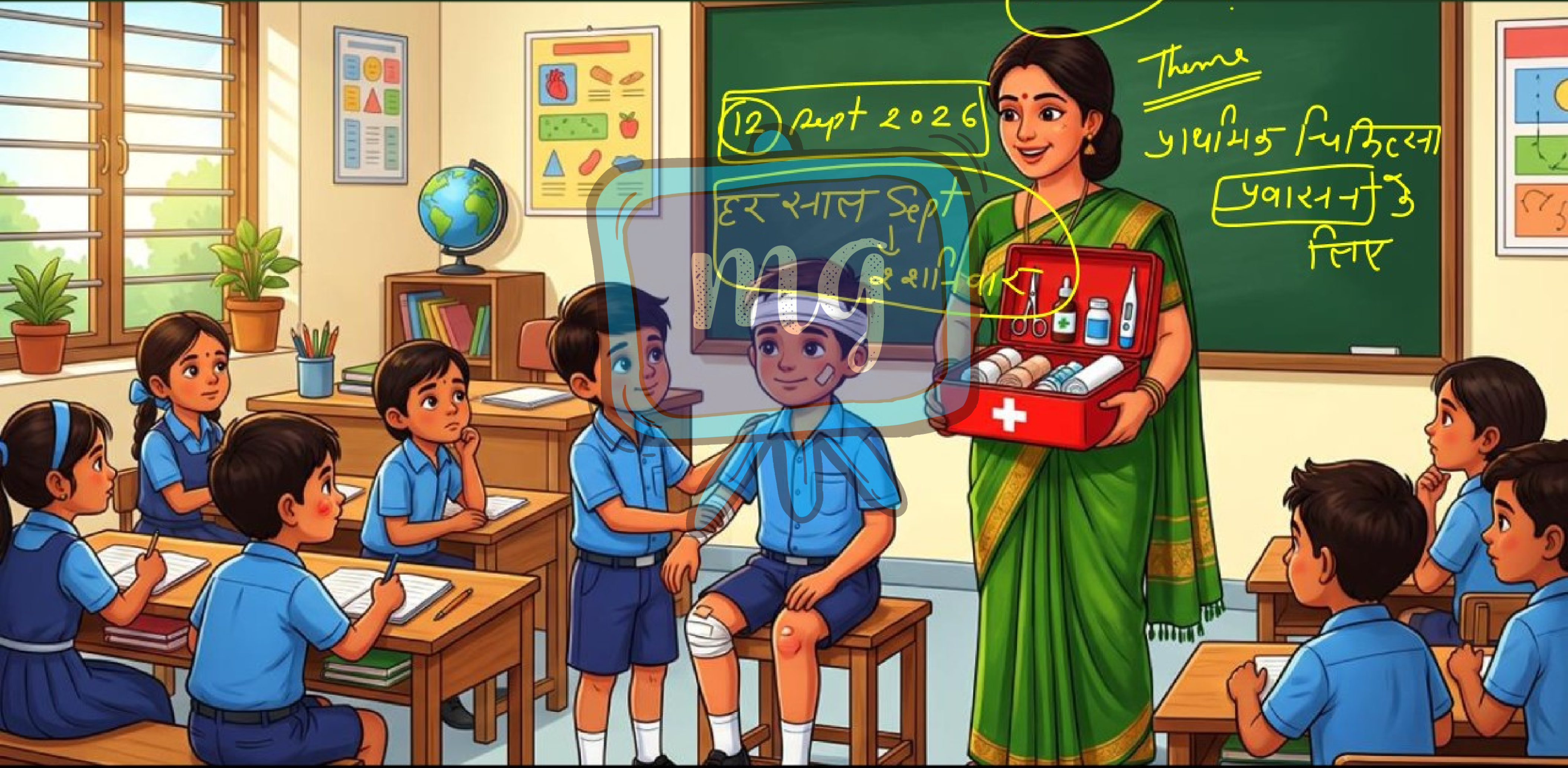


Under CSR Support by
ipca | Foundation
missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER
CET EXAM 2026
जन स्वास्थ्य #1
प्राथमिक चिकित्सा (First Aid)
CET का नया टॉपिक!
THEORY + MCQS
FIRST AID

Under CSR Support by ipca | Foundation

प्राथमिक चिकित्सा

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

हम क्या पढेंगे ?

- प्राथमिक चिकित्सा क्या है?
- 3 Ps उद्देश्य
- PRICE चोट में
- Golden Rules
- BLS/CPR, DRSABCD
- Nosebleed Transfer

Under CSR Support by Ipca Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा क्या है?

- किसी घायल या अचानक बीमार व्यक्ति को चिकित्सकीय सहायता मिलने से पहले सुरक्षित और स्थिर रखने की देखभाल **प्राथमिक चिकित्सा** कहलाती है।
- **उद्देश्य** : पूरा इलाज करना नहीं, बल्कि सही समय पर स्थिति संभालना है।

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

Imp

प्राथमिक चिकित्सा के 3 Ps

- जीवन बचाना
- स्थिति बिगड़ने से रोकना
- रिकवरी को बढ़ावा देना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा के 3 Ps

- जीवन बचाना (Preserve Life) - व्यक्ति को जीवित रखना; सांस, दिल की धड़कन और bleeding पर ध्यान देना।
- स्थिति बिगड़ने से रोकना (Prevent Deterioration) - स्थिति को बिगड़ने से रोकना; चोट में PRICE, कट में bleeding control आदि।
- रिकवरी को बढ़ावा देना (Promote Recovery) - घायल व्यक्ति को आराम, आश्वासन और सुरक्षित स्थिति में रखना।

Under CSR Support by Ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

- 3 Ps को हर emergency में decision-making formula की तरह उपयोग करें।

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

Soft Tissue Injury

(बिना कटे भी चोट गंभीर हो सकती है)

Under CSR Support by Ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

Soft Tissue Injury
(बिना कटे भी चोट गंभीर हो सकती है)

- ऐसी चोटें जिनमें त्वचा पर खुला घाव न हो, लेकिन muscles, joints, tendons या ligaments प्रभावित हों।
- सामान्य लक्षण: दर्द, सूजन, नील/bruise, movement में कठिनाई।

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

- खेल के दौरान गिरना, मुड़ना या अचानक झटका लगना इसका सामान्य कारण है।
- इन चोटों में शुरुआती घंटों में सही care बहुत महत्वपूर्ण होती है।

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा की विधि

#imp

इंडियन गुड समॉरिटन प्रोटेक्शन लॉ

- सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय ने मई, 2015 में भारत के राजपत्र में दि इंडियन गुड समॉरिटन एडं बई स्टैंडर्स प्रोटेक्शन गाइडलाइन प्रकाशित की थी।

(Date 15 May 2025)

- इन दिशा निर्दशों का अनुफलन उदार व्यक्तियों (गुड समॉरिटन) की रक्षा करने के लिए अस्पतालों, पुलिस तथा अन्य प्राधिकारियों द्वारा किया जाना अपेक्षित है।

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

- उच्चतम न्यायलय ने 30 मार्च 2016 को अनुमोदित किया–

1. किसी भी सड़क दुर्घटना में पीड़ितों की मदद करने वाले नागरिक को पुलिस या कानूनी कार्यवाही/प्रक्रियाओं में परेशान नहीं किया जाऐगा।
2. किसी आपात स्थिति से निपटना
3. उस क्षेत्र को सुरक्षित रखना।
4. पीड़ित व्यक्ति की स्थिति का आकलन करे।
5. सहायता की माँग करे।
6. प्राथमिक चिकित्सा करें।

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

Types of एम्बुलेंस

1. बेसिक लाइफ सपोर्ट (BLS)
2. एडवांस्ड लाइफ सपोर्ट (ALS)
3. पेशेंट ट्रांसपोर्ट
4. कार्डियक/ICU या एयर एम्बुलेंस

Under CSR Support by
ipca | Foundation
missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER
108
इमरजेंसी रिस्पांस
एम्बुलेंस
1
दुर्घटना
2
दिल का दौरा
3
स्ट्रोक
4
गंभीर चोट

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

102: राष्ट्रीय एम्बुलेंस सेवा (NAS)

- यह मुख्य रूप से गंभीर चोट जैसी जानलेवा स्थितियों के लिए।

Under CSR Support by
Ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

112: राष्ट्रीय एकीकृत आपातकालीन नम्बर

- किसी भी गंभीर संकट, पुलिस या आग लगने की स्थिति में

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

1033 : राष्ट्रीय राजमार्ग आपातकालीन हेल्पलाइन

- राष्ट्रीय राजमार्गों पर सड़क दुर्घटनाओं और चिकित्सा सहायता

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

धीरा

1. प्राथमिक चिकित्सा – परिभाषा, उद्देश्य
2. कब आवश्यकता होती है?
3. 3P – जीवन बचाना, स्थिति बिगड़ने से रोकना, उचित देखभाल
4. Law
5. हेल्पलाइन – प्रकार – 108, 102, 112, 1033

Under CSR Support by Ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा किट

1. Adhesive bandages / Band-Aid – छोटे कट या खरोंच के लिए
2. Sterile gauze pads – बड़े घाव को ढकने के लिए
3. Roller bandage / crepe bandage – मोच या पट्टी बाँधने के लिए
4. Medical tape – gauze या dressing चिपकाने के लिए

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा किट

5. Antiseptic wipes / antiseptic solution– घाव साफ करने के लिए
6. Cotton / cotton swabs – सफाई में मदद के लिए
7. Disposable gloves – infection से बचाव के लिए
8. Small scissors – पट्टी/टेप काटने के लिए

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा किट

9. Tweezers - काँटा/छोटी चीज निकालने के लिए
10. Thermometer – बुखार चेक करने के लिए
11. Instant cold pack – सूजन / चोट में ठंडा सेक करने के लिए
12. Pain/fever medicine – जैसे paracetamol डॉक्टर/अभिभावक की सलाह से
13. ORS packets – dehydration/दस्त में मदद के लिए

Under CSR Support by Ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा किट

14. Burn cream/gel - हल्की जलन में
15. Eye wash / saline solution – आँख में धूल जाने पर
16. CPR face shield / mask – emergency में सुरक्षित मदद के लिए
17. Emergency phone numbers list– डॉक्टर, ambulance, family contacts

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

प्राथमिक चिकित्सा किट

18. Personal medicines – जैसे allergy, asthma, diabetes

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

PRICE METHOD
चोट की शुरुआती घंटों में

1. Protection सुरक्षा
2. Rest आराम
3. Ice बर्फ
4. Compression दबाव
5. Elevation ऊंचाई

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

PRICE Method

Under CSR Support by Ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

PRICE Method

- P – Protection : घायल हिस्से को आगे के नुकसान से बचाएं।
- R – Rest : खेलना बंद करें और घायल हिस्से पर दबाव न डालें।
- I – Ice : बर्फ को कपड़े में लपेटकर 10-15 मिनट लगाएं; सीधे त्वचा पर नहीं।
- C – Compression : इलास्टिक पट्टी से समान दबाव दें ताकि swelling सीमित रहे।
- E - Elevation: घायल अंग को दिल के स्तर से ऊपर रखें।

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

RICE PRICE POLICE PEACE & LOVE

- RICE basic method है: Rest, Ice, Compression, Elevation I
- PRICE में Protection जोड़ा जाता है, इसलिए school/ playground first aid के लिए यह सरल और प्रभावी है।

Under CSR Support by Ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

- POLICE और PEACE & LOVE recovery के लंबे phase में उपयोग किए जाने वाले आधुनिक approaches हैं।
- PEACE & LOVE में protection, elevation, education, load, optimism, vascularization और exercise जैसे ideas शामिल हैं।

Trick

मैदान में First Aid = PRICE याद रखो !"

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

- **प्राथमिक चिकित्सा के महत्वपूर्ण नियम**
  - ➲ शांत रहें
  - ➲ Safety first: खुद दूसरा victim न बनें
  - ➲ जल्दी help बुलाएं: 112
  - ➲ तुरंत व सही प्राथमिक चिकित्सा दें
  - ➲ सावधानी पूर्वक कार्य करें
  - ➲ जो उपलब्ध है उसका सही उपयोग करें
  - ➲ चोटिल/बीमार व्यक्ति के साथ रहें

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

BLS और CPR

Under CSR Support by Ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

BLS और CPR

BLS का उद्देश्य → बेसिक लाइफ सपोर्ट

- सांस बहाल करना
- रक्त परिसंचरण बनाए रखना
- मस्तिष्क व जरूरी अंगों तक oxygen पहुँचाना

CPR Pattern

- वयस्क : 30 chest compressions + 2 breaths
- Rate: 100-120/minute

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

- BLS उस व्यक्ति को तत्काल सहायता देना है जिसका दिल या सांस रुक गई हो, जब तक चिकित्सक help न आ जाए।

- CPR में chest compressions और rescue breaths शामिल होते हैं ताकि circulation और breathing support हो सके।

Under CSR Support by
Ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

- BLS/CPR के उद्देश्य: सांस बहाल करना, blood circulation बनाए रखना और brain/vital organs तक oxygen पहुंचाना।

Under CSR Support by ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

imp

DRSABCD

D	Danger (खतरा जांचे)
R	Response (प्रतिक्रिया)
S	Send 112 (मदद बुलाएँ: 112 पर कॉल करें)
A	Airway (श्वसन मार्ग)
B	Breathing 10 sec check (10 सेकंड तक साँस की जाँच)
C	CPR
D	Defibrillator AED (डिफिब्रिलेटर AED का उपयोग)

- D - Danger: पहले area safe है या नहीं, जांचें।
- R - Response: घायल व्यक्ति प्रतिक्रिया दे रहा है या नहीं देखें।
- S - Send for help: 112 पर call करें या किसी को call करने भेजें।
- A - Airway: airway खोलें; जरूरत हो तो recovery position में घुमाकर साफ करें।
- B - Breathing: 10 seconds तक देखें, सुनें और महसूस करें।

Under CSR Support by
Ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

- C – CPR : सांस न हो या असमान्य श्वसन हो तो 30 compressions 5 + 2 breaths शुरू करें
- D - Defibrillator: AED उपलब्ध हो तो attach करें और निर्देशों का पालन करें।

नाक से खून बहना: सही First Aid

Under CSR Support by
Ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

नाक से खून बहना: सही First Aid

- नाक की छोटी blood vessels सूखेपन, गर्मी, चोट या जोर से नाक साफ करने से फट सकती हैं।

- व्यक्ति को बैठाएं और थोड़ा आगे झुकाएं, सिर पीछे न झुकाएं।

Under CSR Support by Ipca Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

- हड्डी के ठीक नीचे नाक के मांसल हिस्से को अंगूठे और तर्जनी से दबाएं।
- दबाव बनाए रखें और कम से कम 10 मिनट आराम कराएं।
- 10-15 मिनट में bleeding न रुके या बार-बार हो तो doctor को दिखाएं।
- Interactive Activity: Do/Don't: "सिर पीछे झुकाना सही है या गलत?"

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

Exam/Competition Memory Map

- **First Aid** = चिकित्सक सहायता आने से पहले दी जाने वाली तुरंत देखभाल।
- **3 Ps** = जीवन बचाना, स्थिति को बिगड़ने से रोकना, रिकवरी में मदद करना.
- **PRICE** = सुरक्षा, आराम, बर्फ लगाना, दबाव देना/ पट्टी बाँधना, घायल अंग को ऊँचा रखना.
- Emergency number in India = 112.

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

Exam/Competition Memory Map

- **DRSABCD** = Danger (सबसे पहले खतरे की जाँच करें), Response (व्यक्ति की प्रतिक्रिया जाँचें), Send (मदद बुलाएँ / 112 पर कॉल करें), Airway (श्वसन मार्ग खोलें), Breathing (साँस की जाँच करें), CPR (जरूरत होने पर CPR दें), Defibrillator (AED/ डिफिब्रिलेटर का उपयोग करें).
  - Nosebleed में आगे झुकना है, पीछे नहीं।

Under CSR Support by
ipca | Foundation

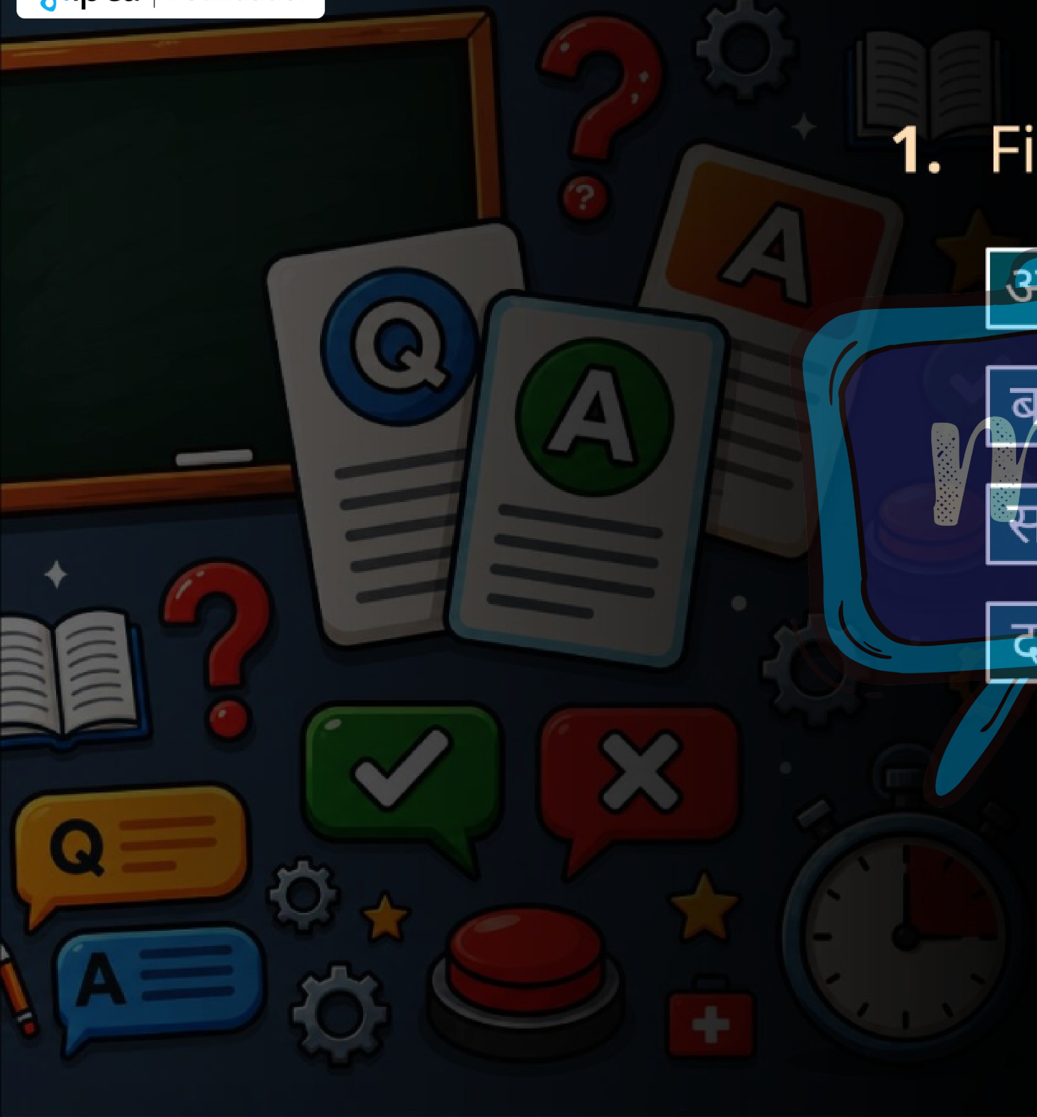
missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

mg

Under CSR Support by
ipca | Foundation
missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER
INTERACTIVE
QUIZ
ROUND
Q
A
A
Q
A

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



1. First Aid का पहला लक्ष्य कौन-सा है?

अ Recovery

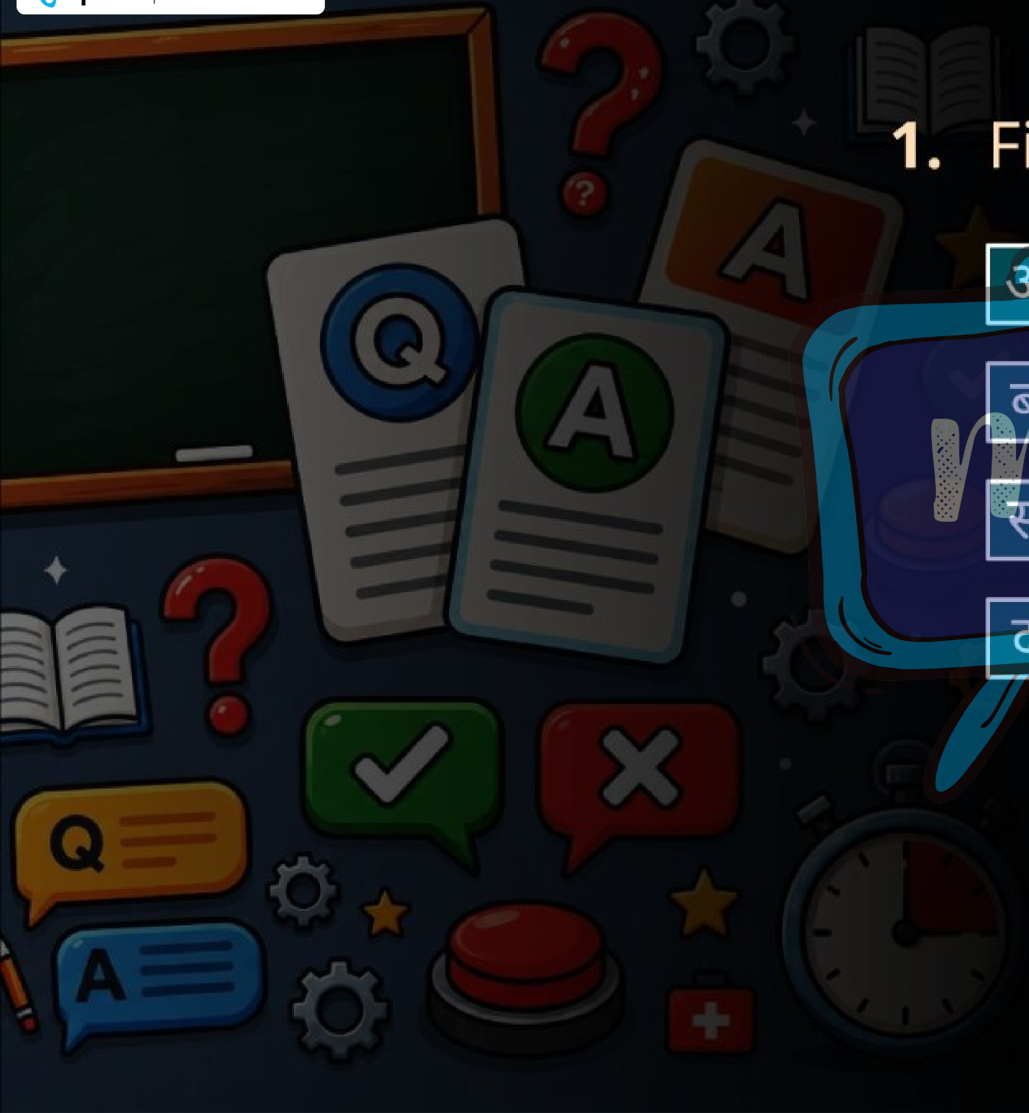
ब Life बचाना

स Ice

द Walking

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER



1. First Aid का पहला लक्ष्य कौन-सा है?

अ Recovery

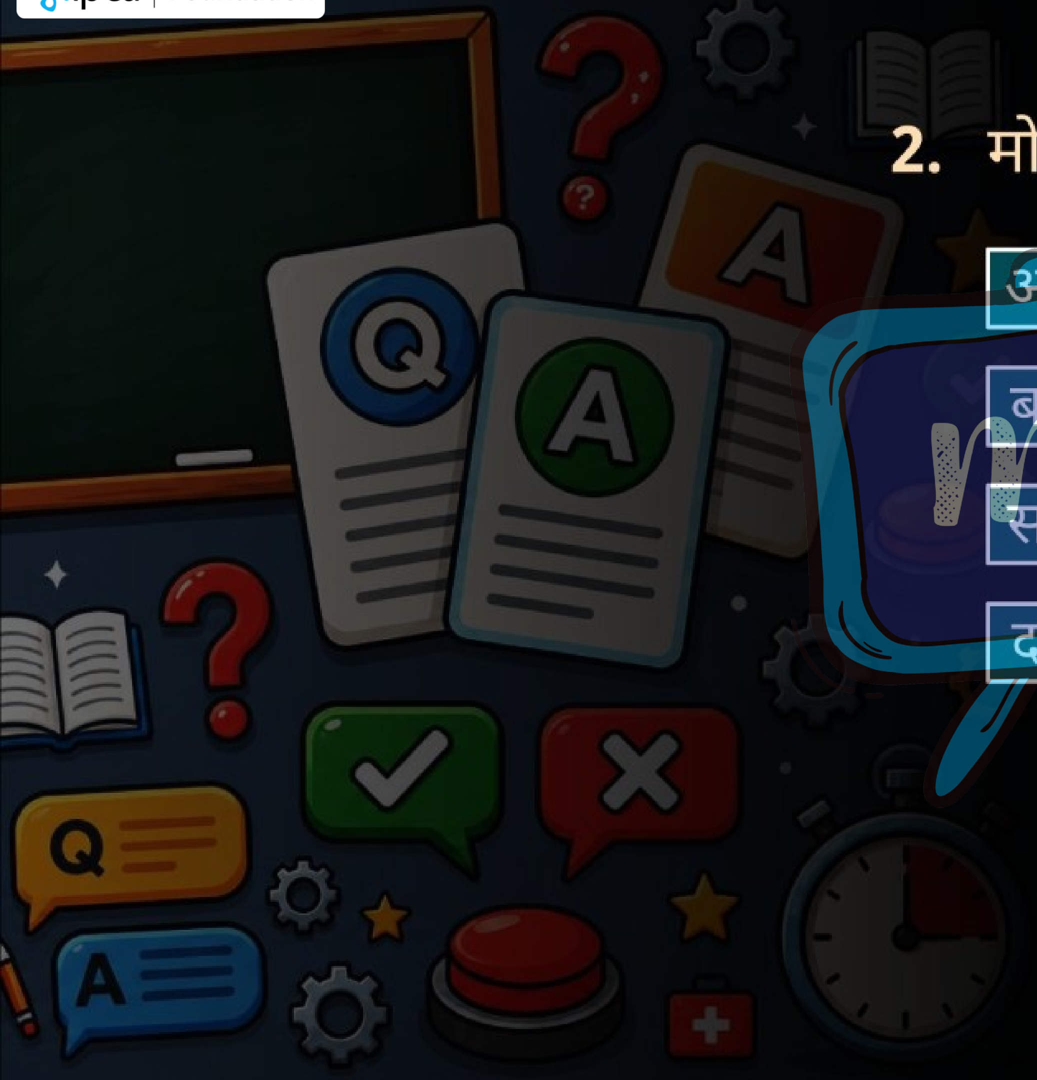
ब Life बचाना

स Ice

द Walking

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER



2. मोच आने पर सरल method कौन-सा है?

अ PASS

ब PRICE

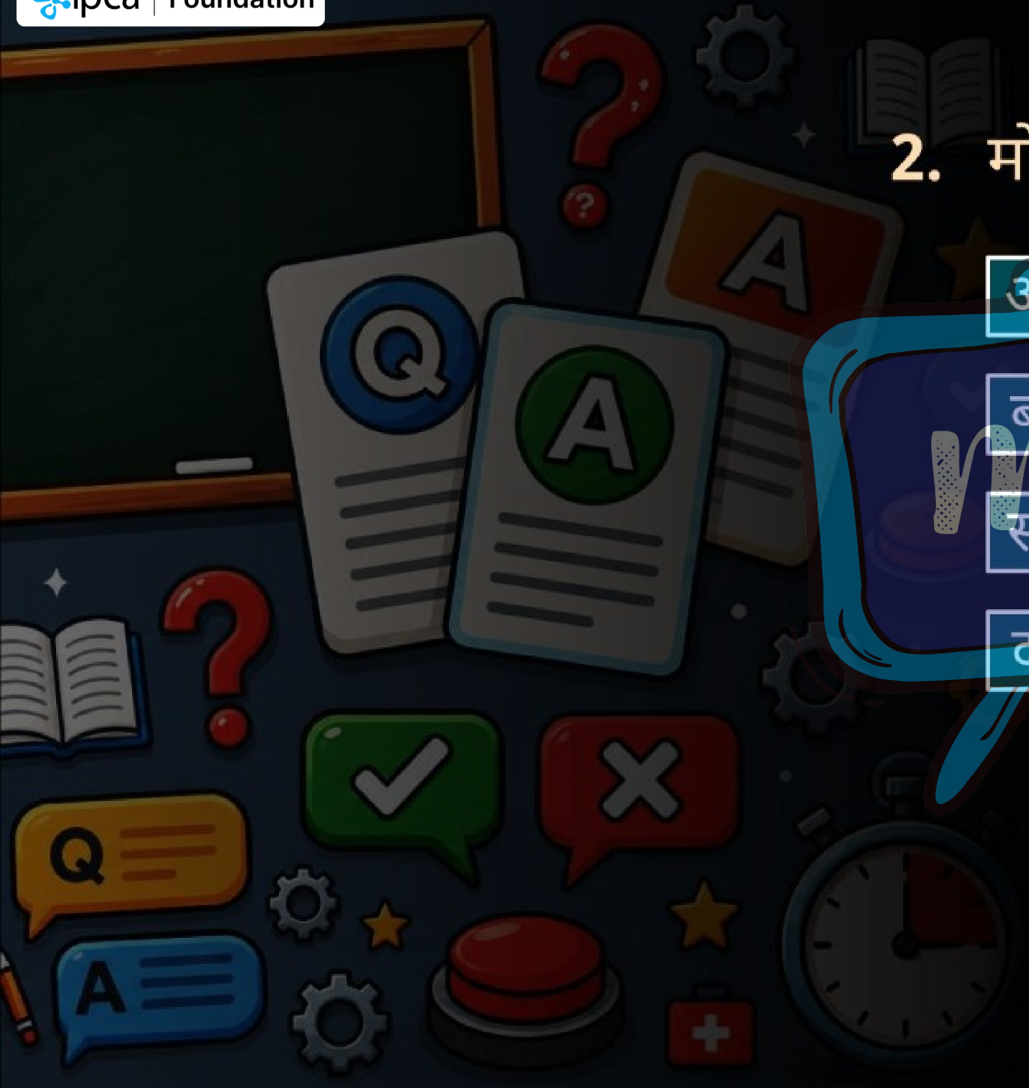
स FAST

द ABCD

दबाव
सुरक्षा
ऊंचाई
बर्फ
आराम

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



2. मोच आने पर सरल method कौन-सा है?

अ PASS

ब PRICE

स FAST

द ABCD

Under CSR Support by ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

3. Emergency number in India?

अ 100

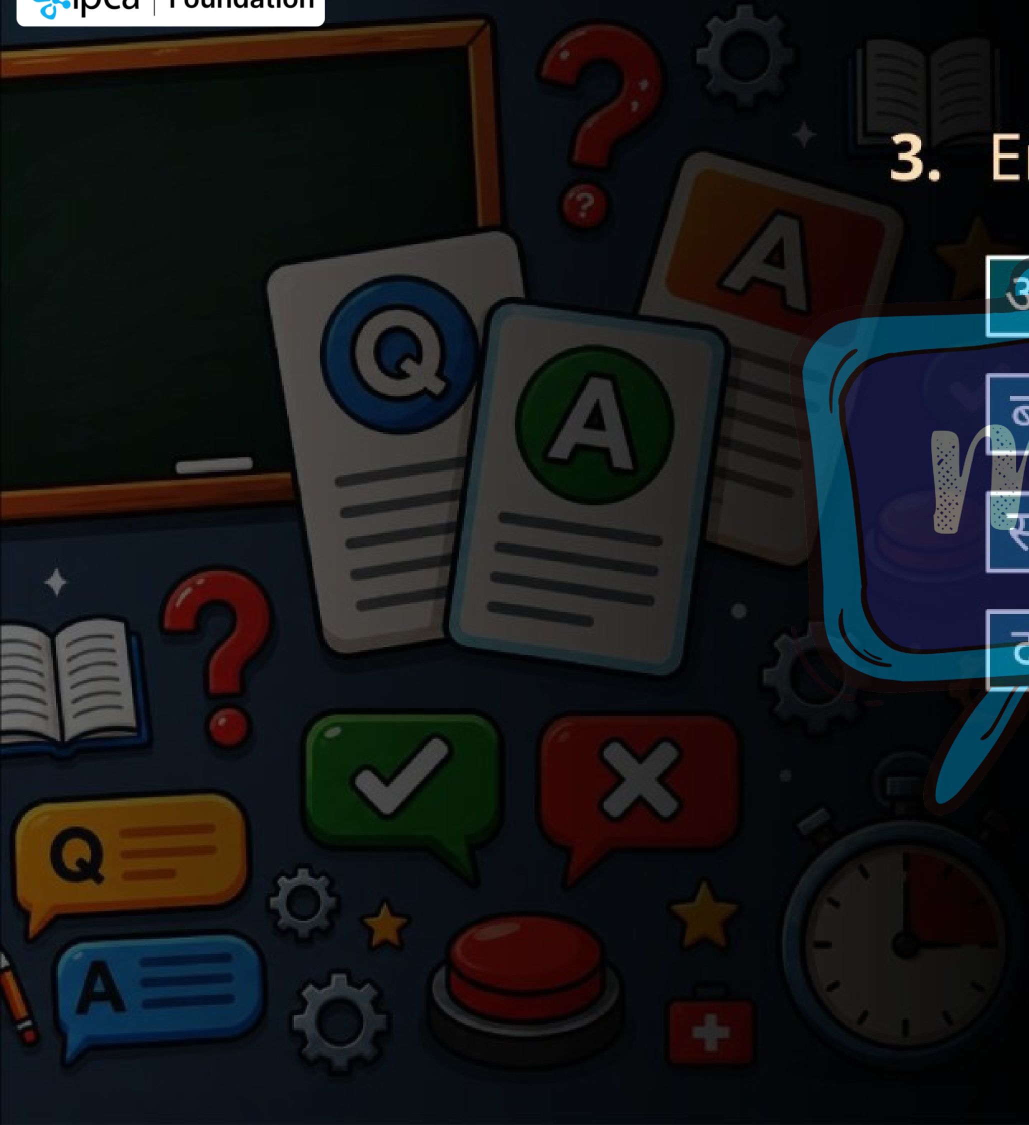
ब 101

स 112

द 108 only

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



3. Emergency number in India?

अ 100

ब 101

स 112

द 108 only

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

4. Nosebleed में क्या करना चाहिए?

अ सिर पीछे

ब आगे झुकना

स दौड़ना

द गरम पट्टी

mg

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

4. Nosebleed में क्या करना चाहिए?

अ सिर पीछे

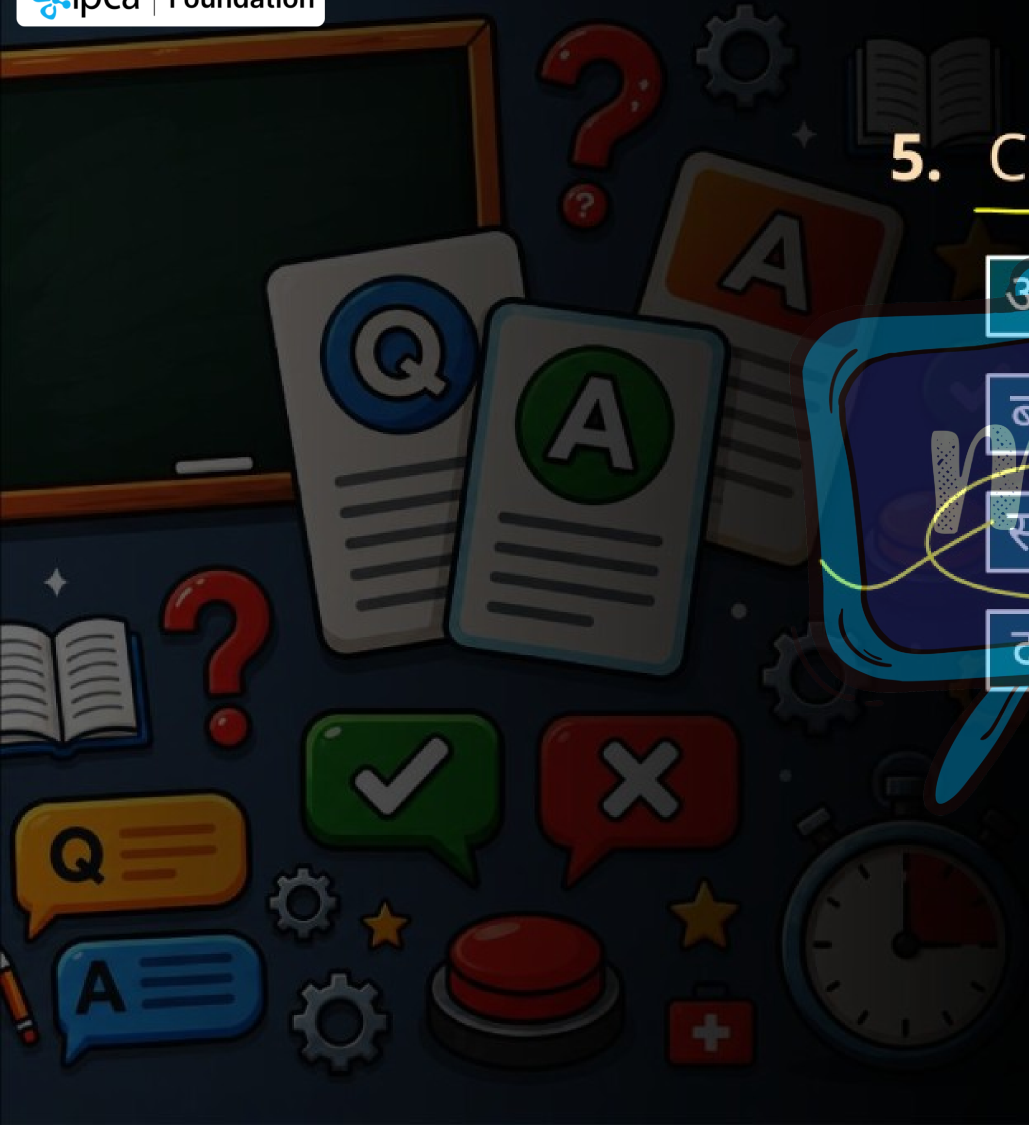
ब आगे झुकना

स दौड़ना

द गरम पट्टी

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



5. CPR में adult pattern क्या है?

अ 5:1

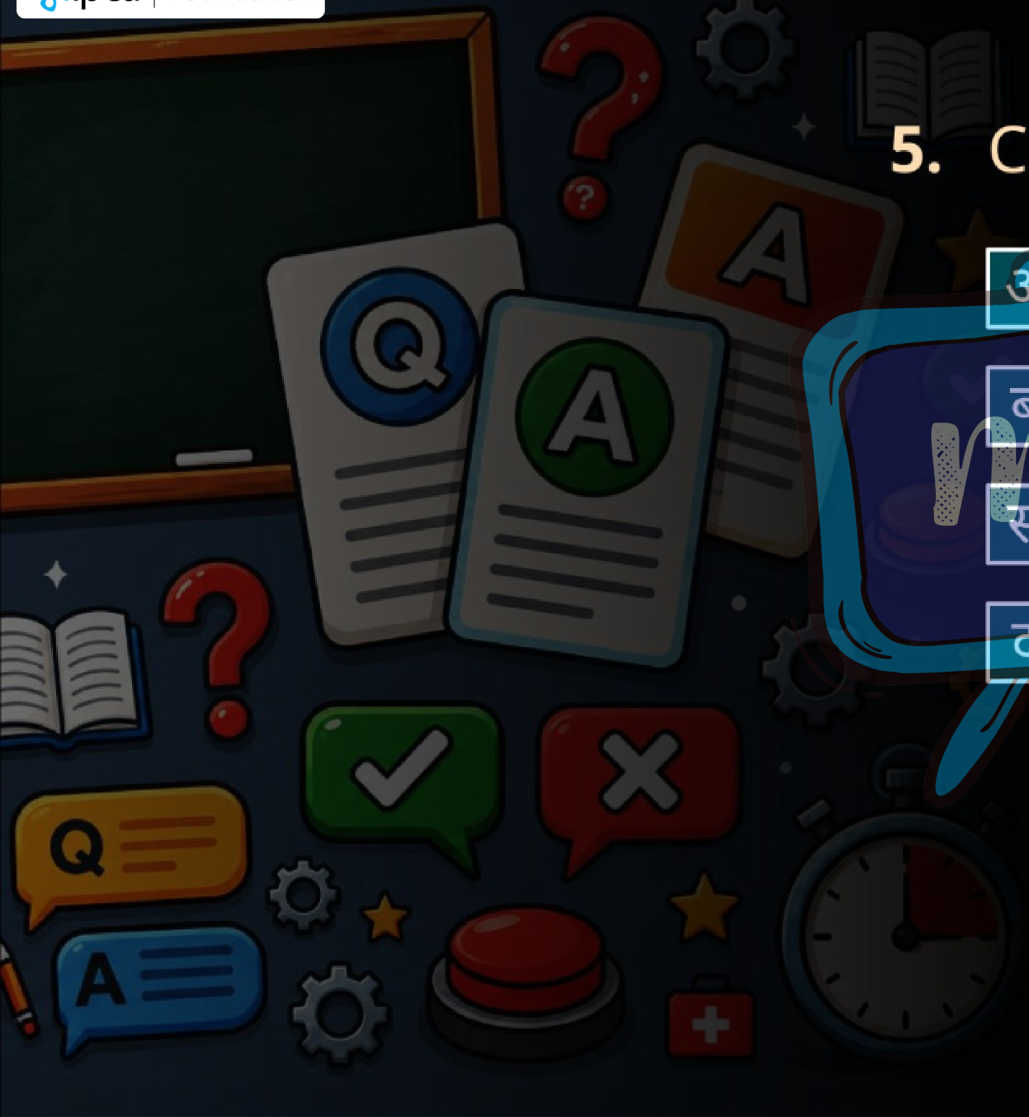
ब 10:2

स 30:2

द 60:4

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



5. CPR में adult pattern क्या है?

अ 5:1

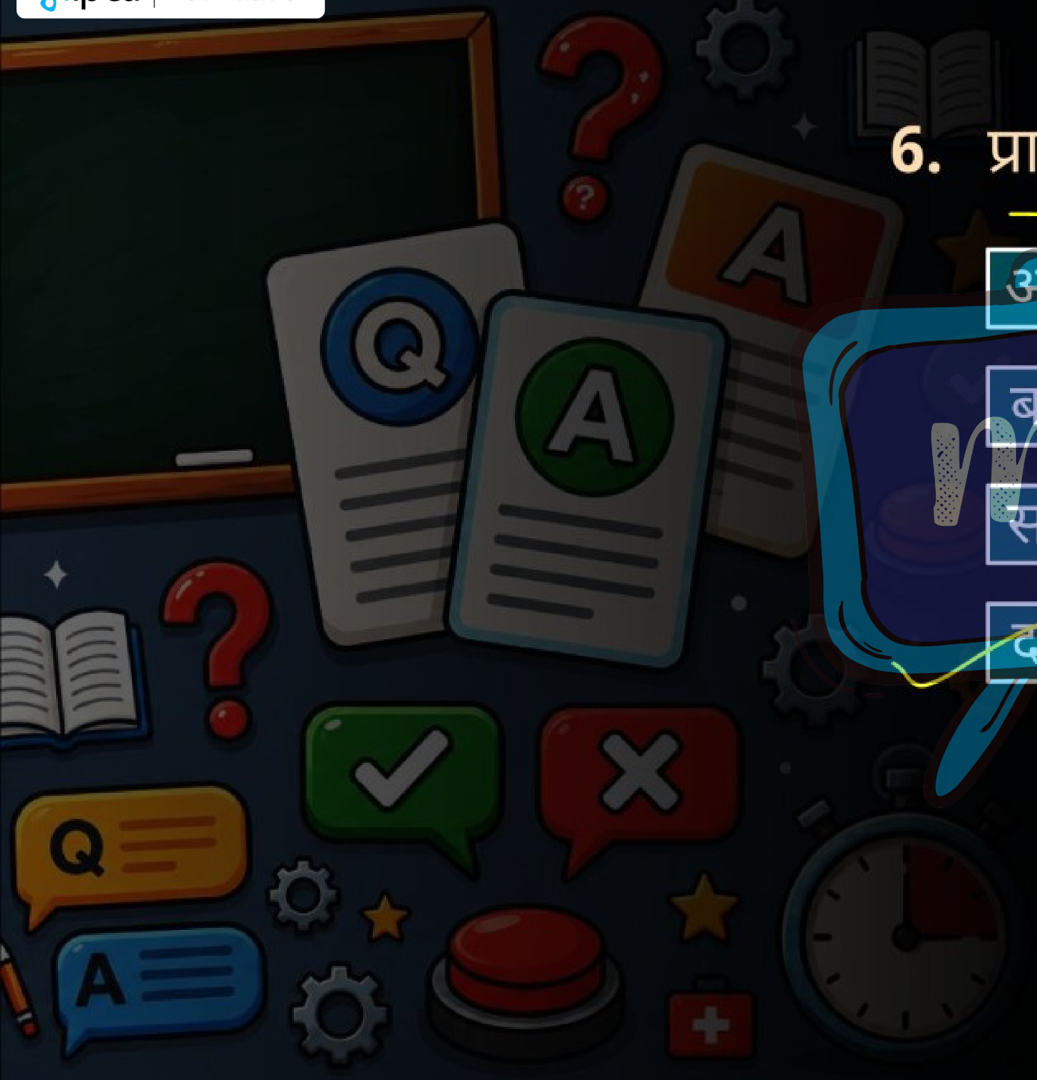
ब 10:2

स 30:2

द 60:4

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



6. प्राथमिक उपचार का अर्थ क्या है?

अ अस्पताल में दिया जाने वाला महंगा इलाज

ब केवल दवा देना

स ऑपरेशन करना

द डॉक्टर आने से पहले घायल/बीमार व्यक्ति को दी जाने वाली तुरंत सहायता

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

6. प्राथमिक उपचार का अर्थ क्या है?

अ अस्पताल में दिया जाने वाला महंगा इलाज

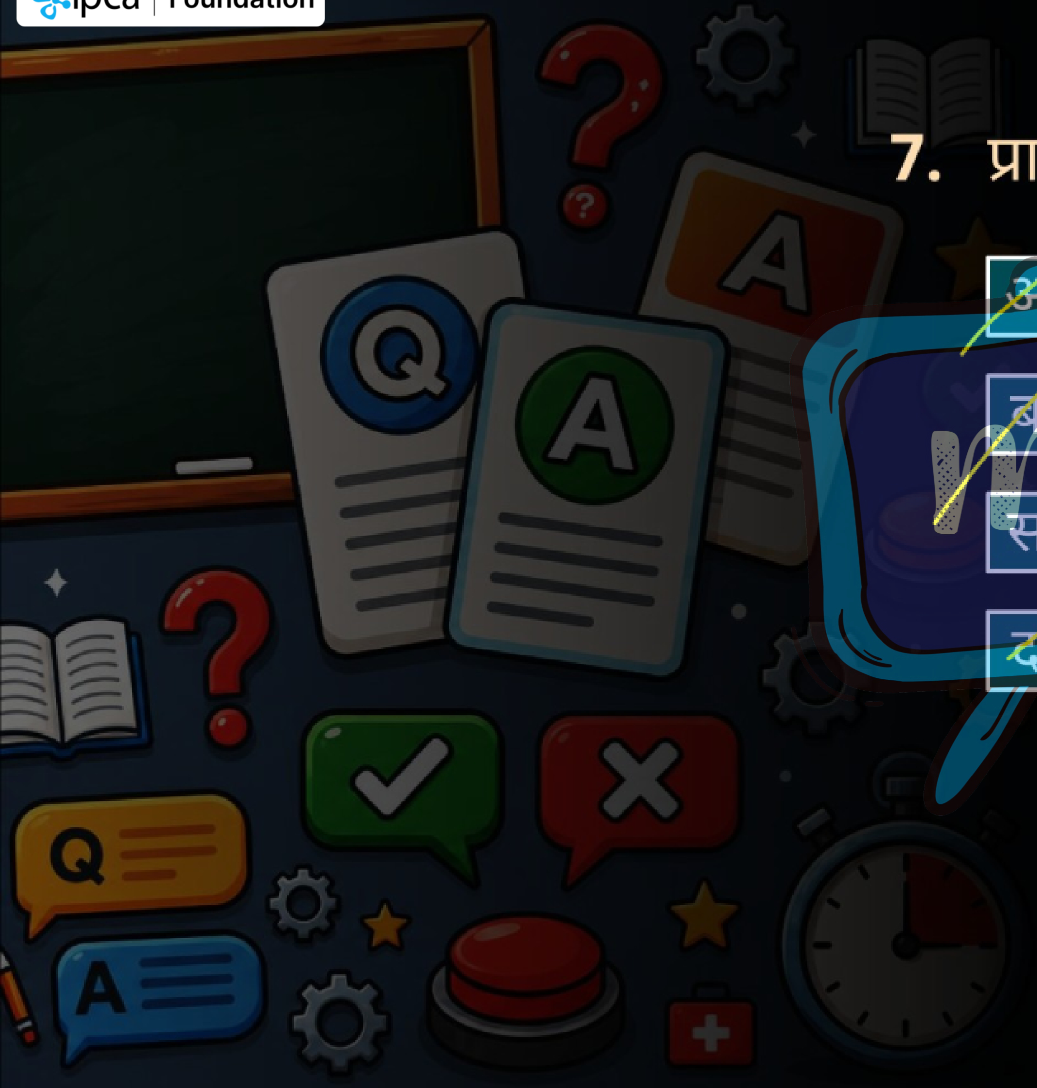
ब केवल दवा देना

स ऑपरेशन करना

द डॉक्टर आने से पहले घायल/बीमार व्यक्ति को दी जाने वाली तुरंत सहायता

Under CSR Support by ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



7. प्राथमिक उपचार का मुख्य उद्देश्य क्या है?

अ बीमारी बढ़ाना

ब रोगी को अकेला छोड़ना

स जीवन बचाना

द बिना जानकारी के दवा देना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

7. प्राथमिक उपचार का मुख्य उद्देश्य क्या है?

- अ बीमारी बढ़ाना
- ब रोगी को अकेला छोड़ना
- स जीवन बचाना
- द बिना जानकारी के दवा देना

8. प्राथमिक उपचार कब दिया जाता है?

अ दुर्घटना या अचानक बीमारी के समय

ब केवल स्कूल में

स केवल अस्पताल में

द केवल घर में

5 to 6

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

8. प्राथमिक उपचार कब दिया जाता है?

- अ दुर्घटना या अचानक बीमारी के समय
- ब केवल स्कूल में
- स केवल अस्पताल में
- द केवल घर में

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

9. प्राथमिक उपचार का एक उद्देश्य क्या है?

अ रोगी की हालत और खराब करना

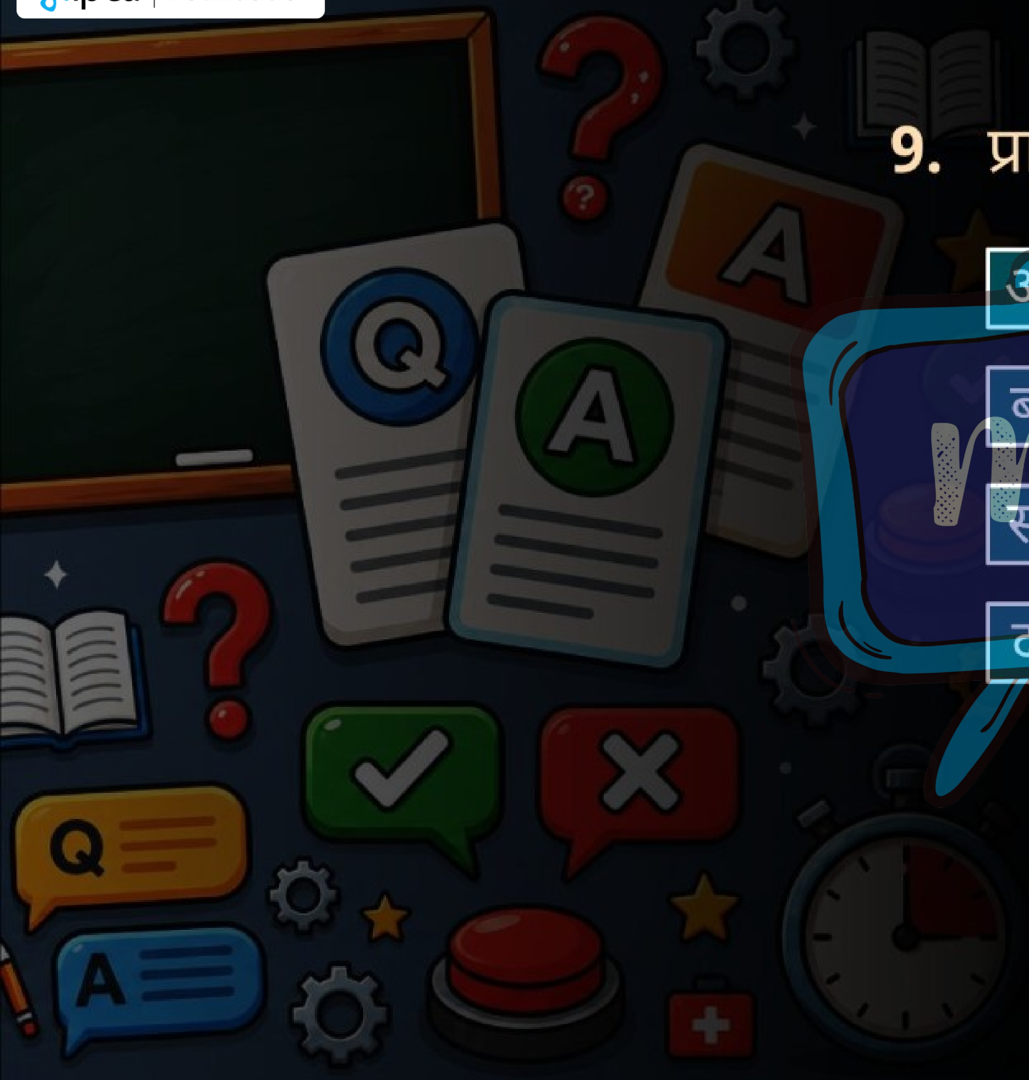
ब दर्द और कष्ट कम करना

स भीड़ जमा करना

द रोगी को डराना

Under CSR Support by ipca Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



9. प्राथमिक उपचार का एक उद्देश्य क्या है?

अ रोगी की हालत और खराब करना

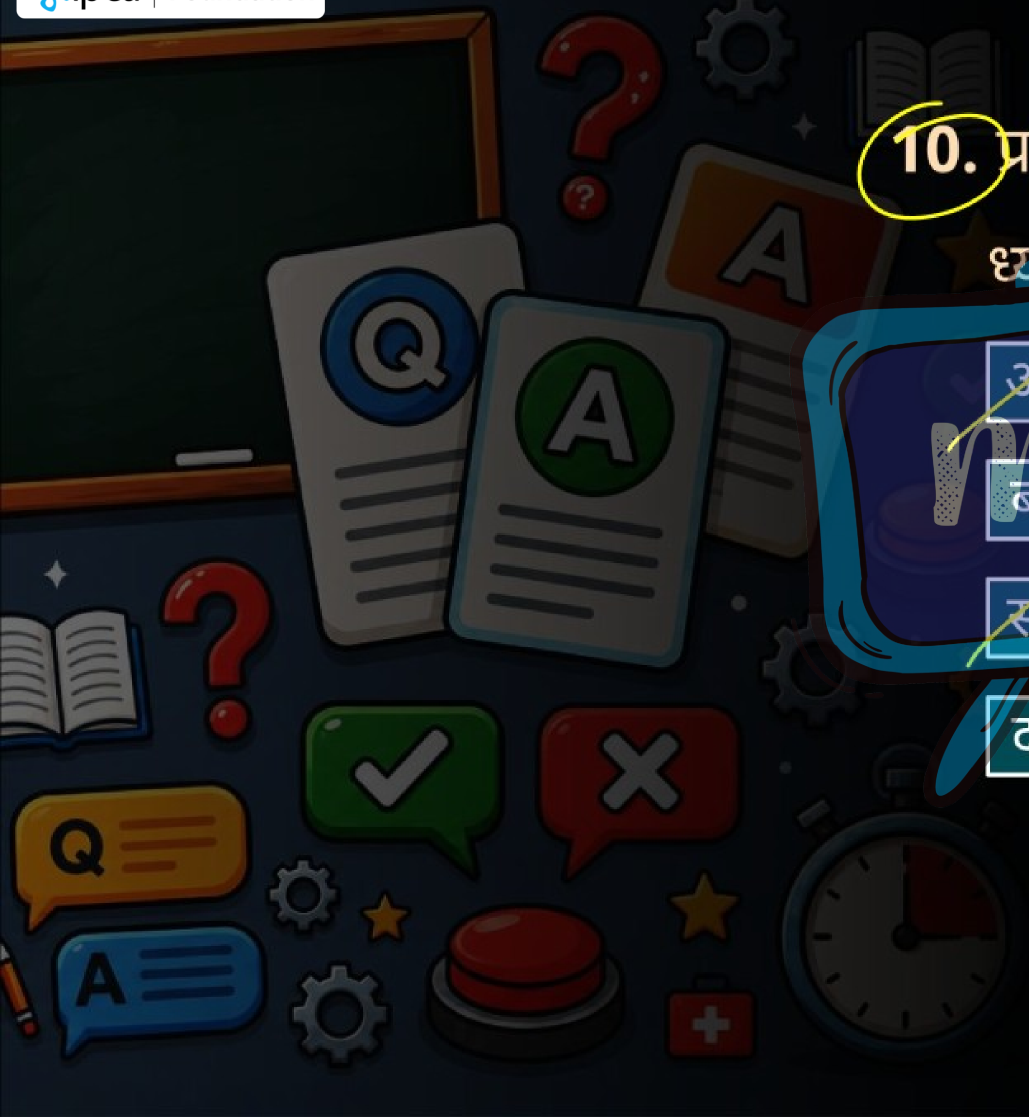
ब दर्द और कष्ट कम करना

स भीड़ जमा करना

द रोगी को डराना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



10. प्राथमिक उपचार में सबसे पहले किस बात का ध्यान रखना चाहिए?

अ भीड़ को बुलाना

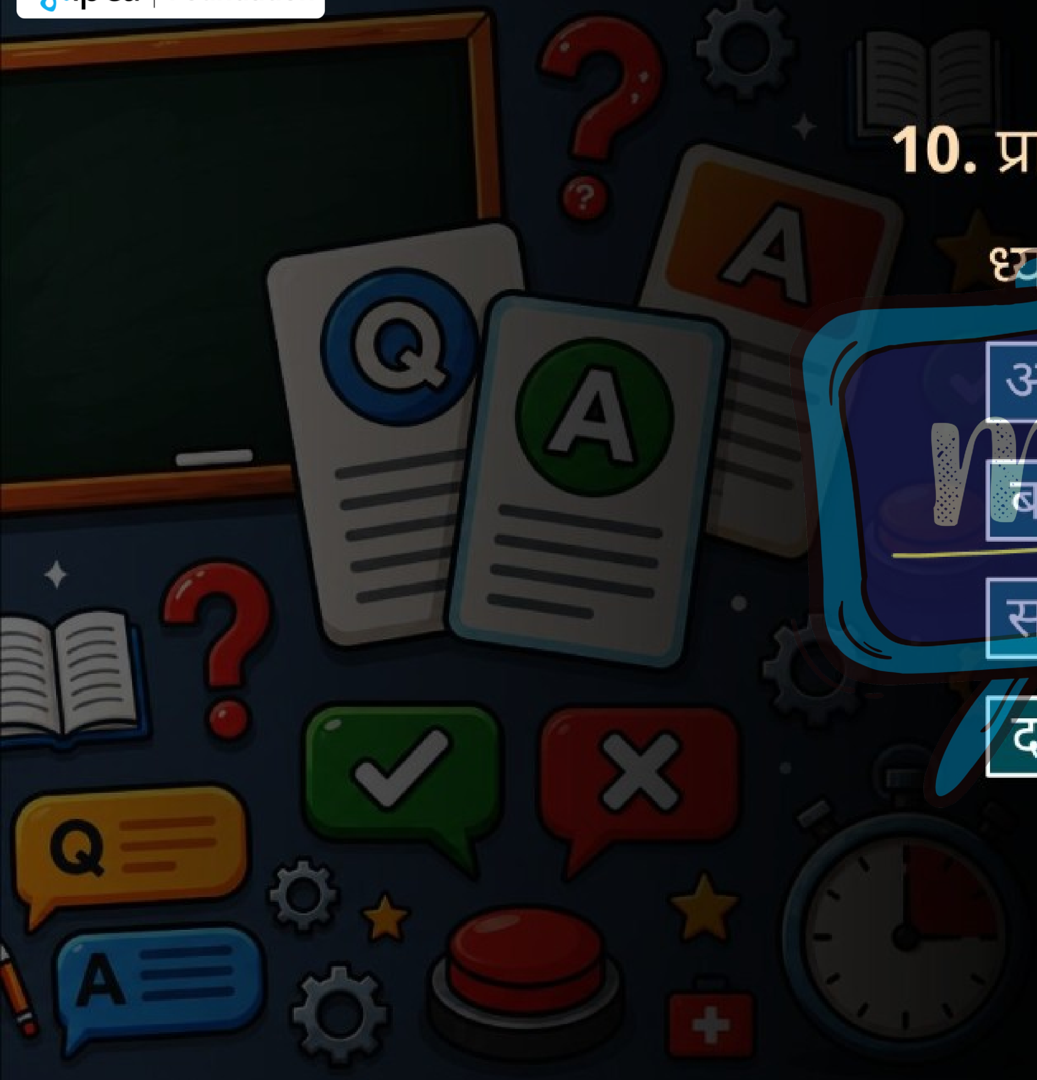
ब अपनी और रोगी की सुरक्षा

स फोटो लेना

द रोगी को तुरंत पानी पिलाना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER



10. प्राथमिक उपचार में सबसे पहले किस बात का ध्यान रखना चाहिए?

अ भीड़ को बुलाना

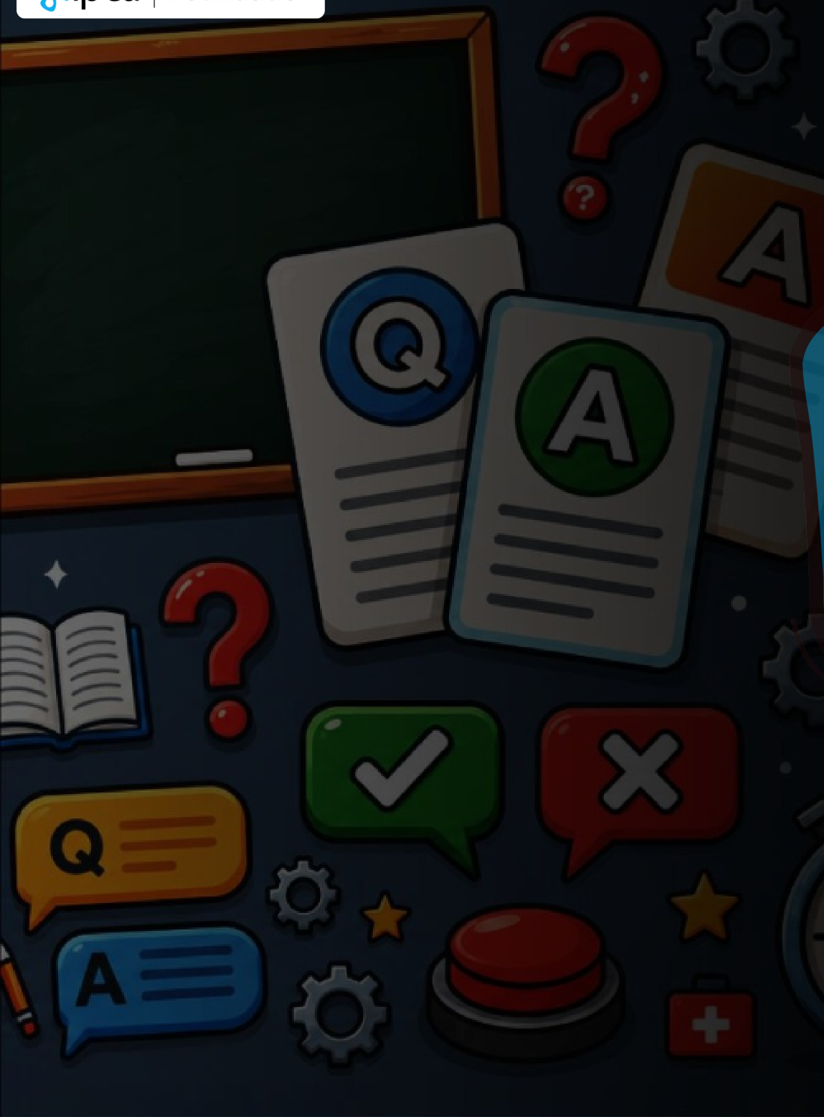
ब अपनी और रोगी की सुरक्षा

स फोटो लेना

द रोगी को तुरंत पानी पिलाना

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



11. प्राथमिक उपचार में "ABC" का संबंध किससे है?

अ किताब से

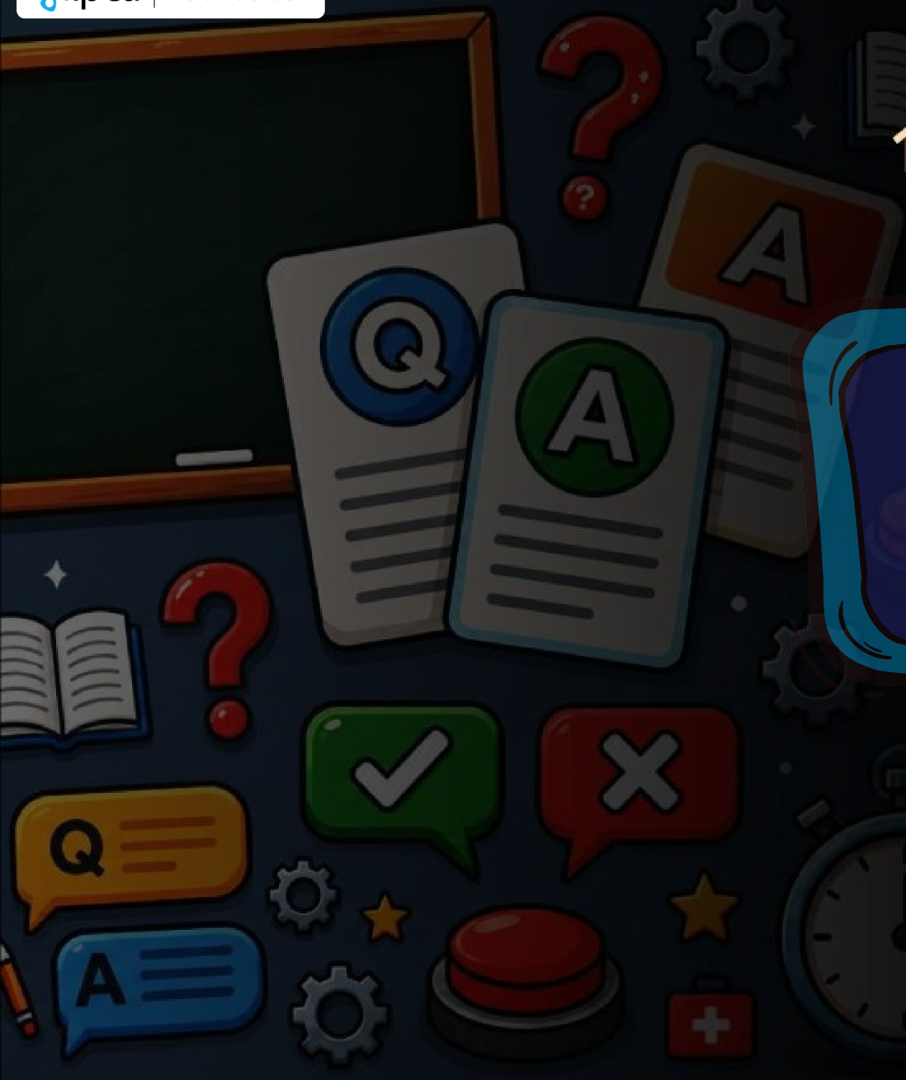
ब एयरवे, ब्रीदिंग, सर्कुलेशन से

स खेल से

द भोजन से

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



11. प्राथमिक उपचार में “ABC” का संबंध किससे है?

- अ किताब से
- ब एयरवे, ब्रीदिंग, सर्कुलेशन से
- स खेल से
- द भोजन से

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

12. First Aid के 3 Ps में पहला P क्या है?

अ Protect money

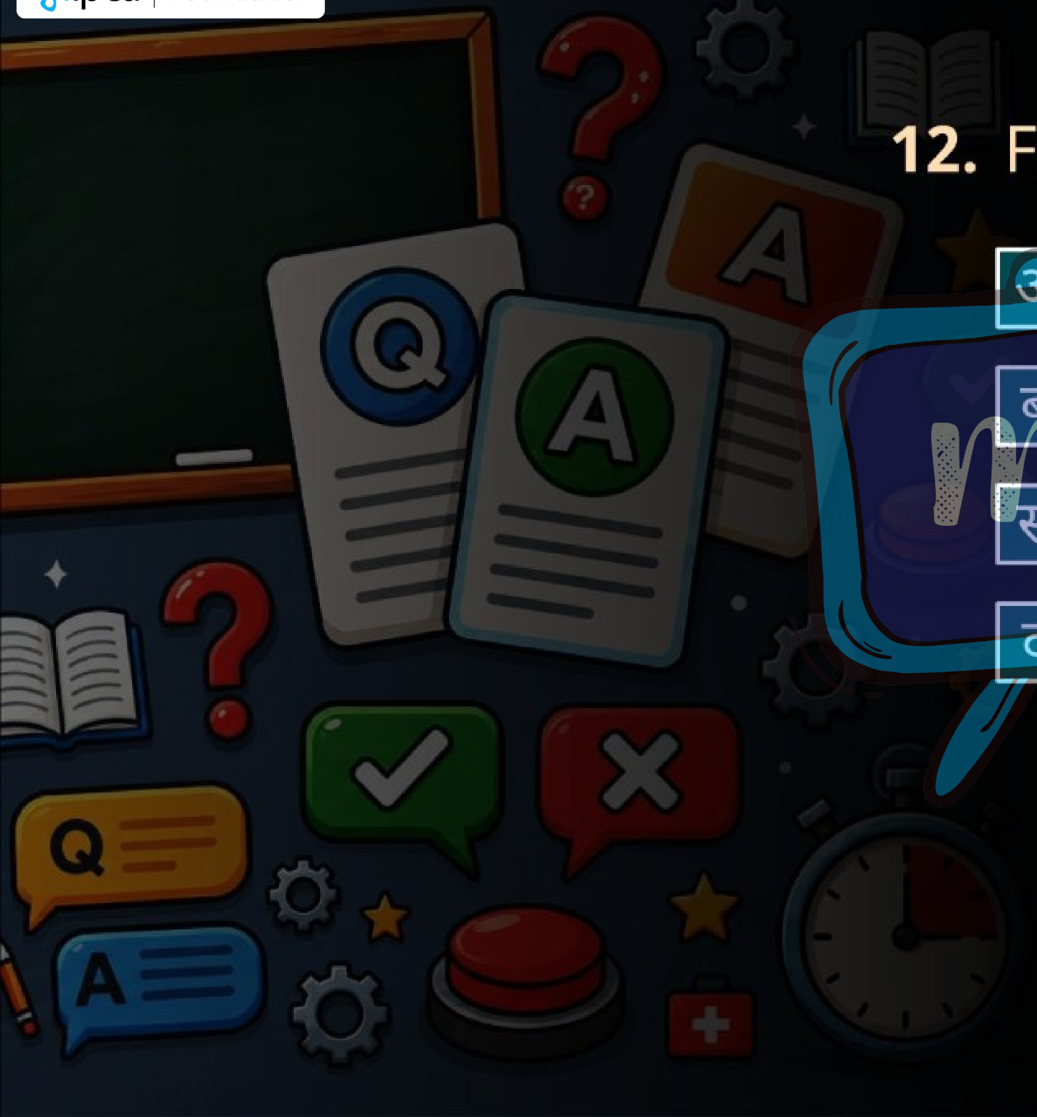
ब Preserve life

स Prepare food

द Push patient

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



12. First Aid के 3 Ps में पहला P क्या है?

अ Protect money

ब Preserve life

स Prepare food

द Push patient

mg

Under CSR Support by Ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

13. First Aid के 3 Ps हैं—

अ Push, Pull, Press

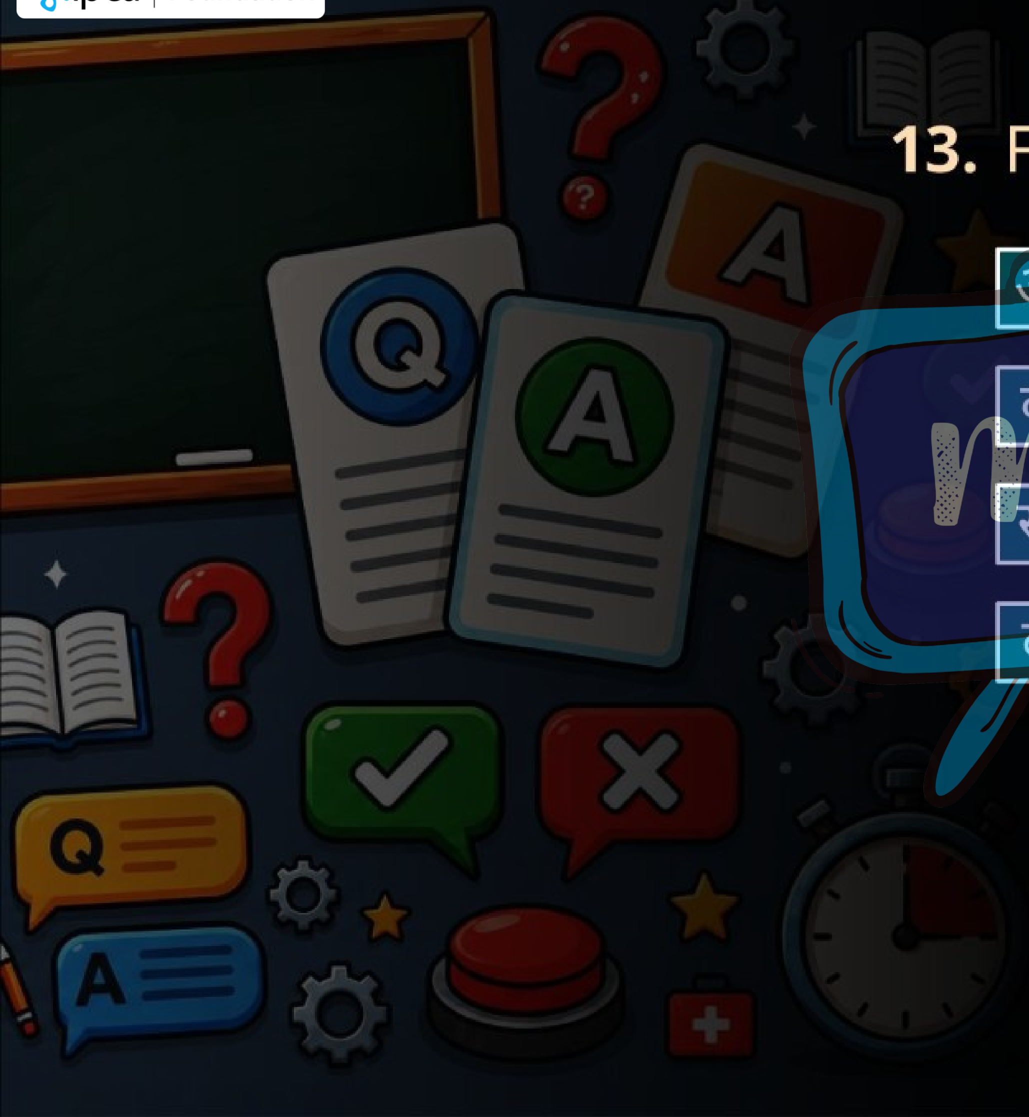
ब Pain, Pressure, Pulse

स Protect, Police, Public

द Preserve life, Prevent worsening, Promote recovery

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



13. First Aid के 3 Ps हैं—

(अ) Push, Pull, Press

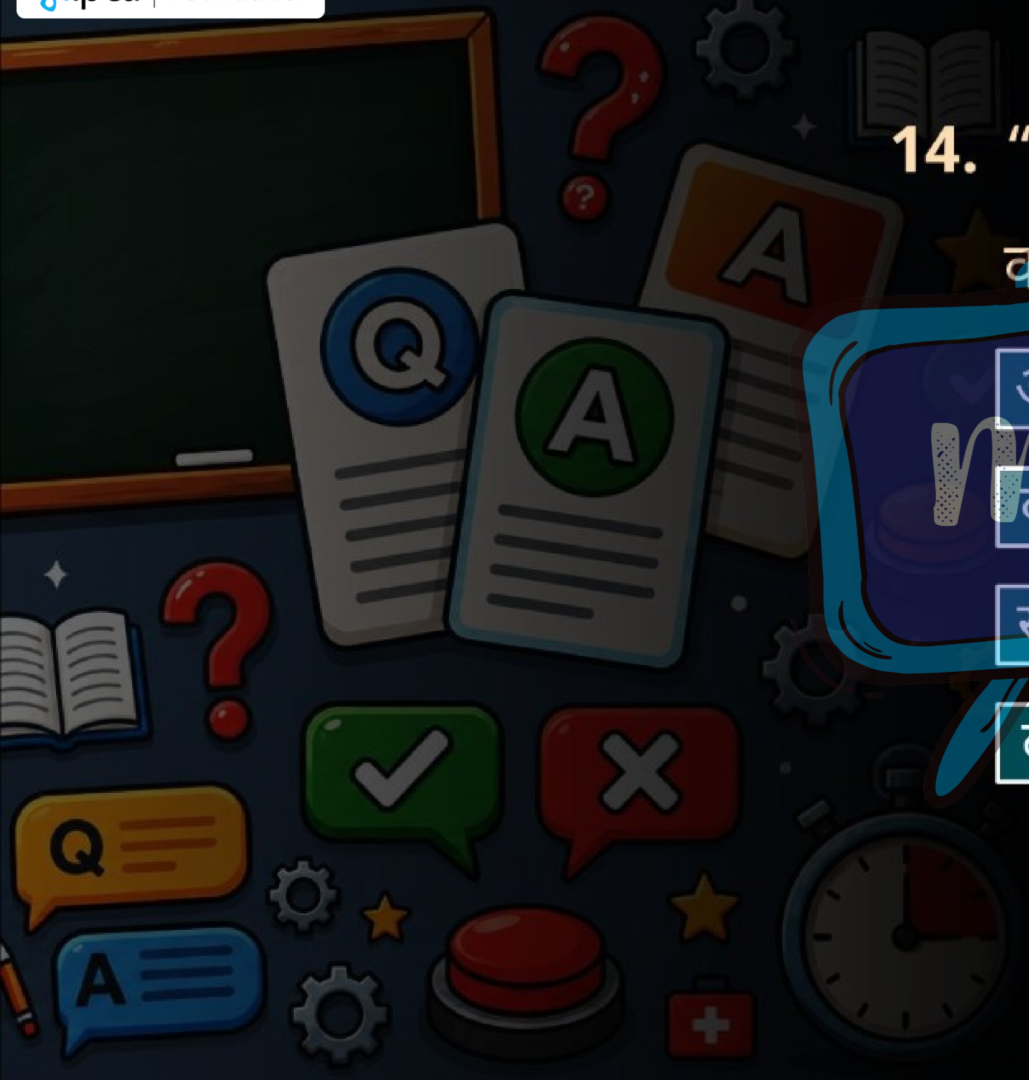
(ब) Pain, Pressure, Pulse

(स) Protect, Police, Public

(द) Preserve life, Prevent worsening, Promote recovery

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

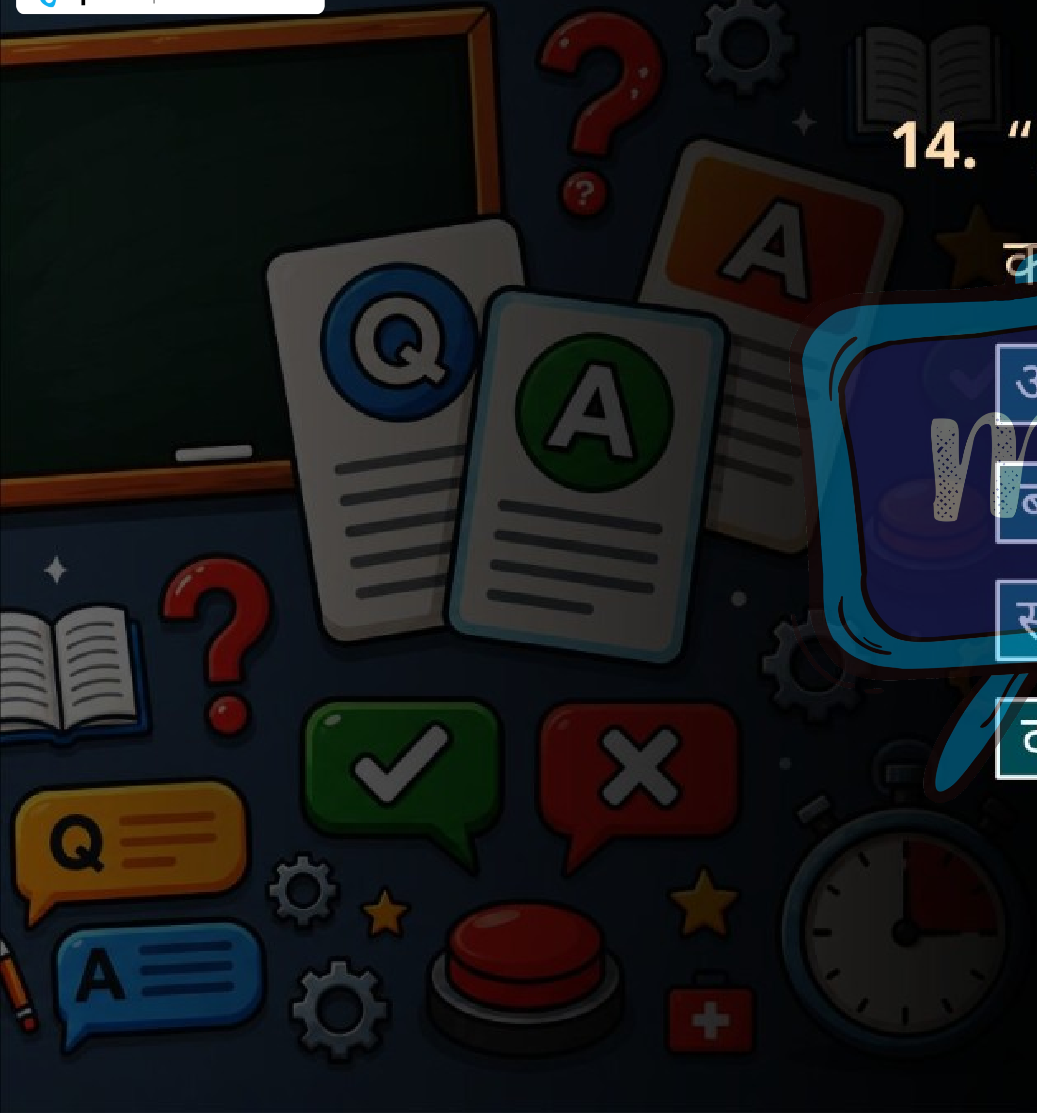


14. “Prevent worsening” का सही अर्थ क्या है?

- अ चोट को बढ़ाना
- ब घायल व्यक्ति को अकेला छोड़ना
- स हालत बिगड़ने से रोकना
- द भीड़ लगाना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



14. “Prevent worsening” का सही अर्थ क्या है?

अ चोट को बढ़ाना

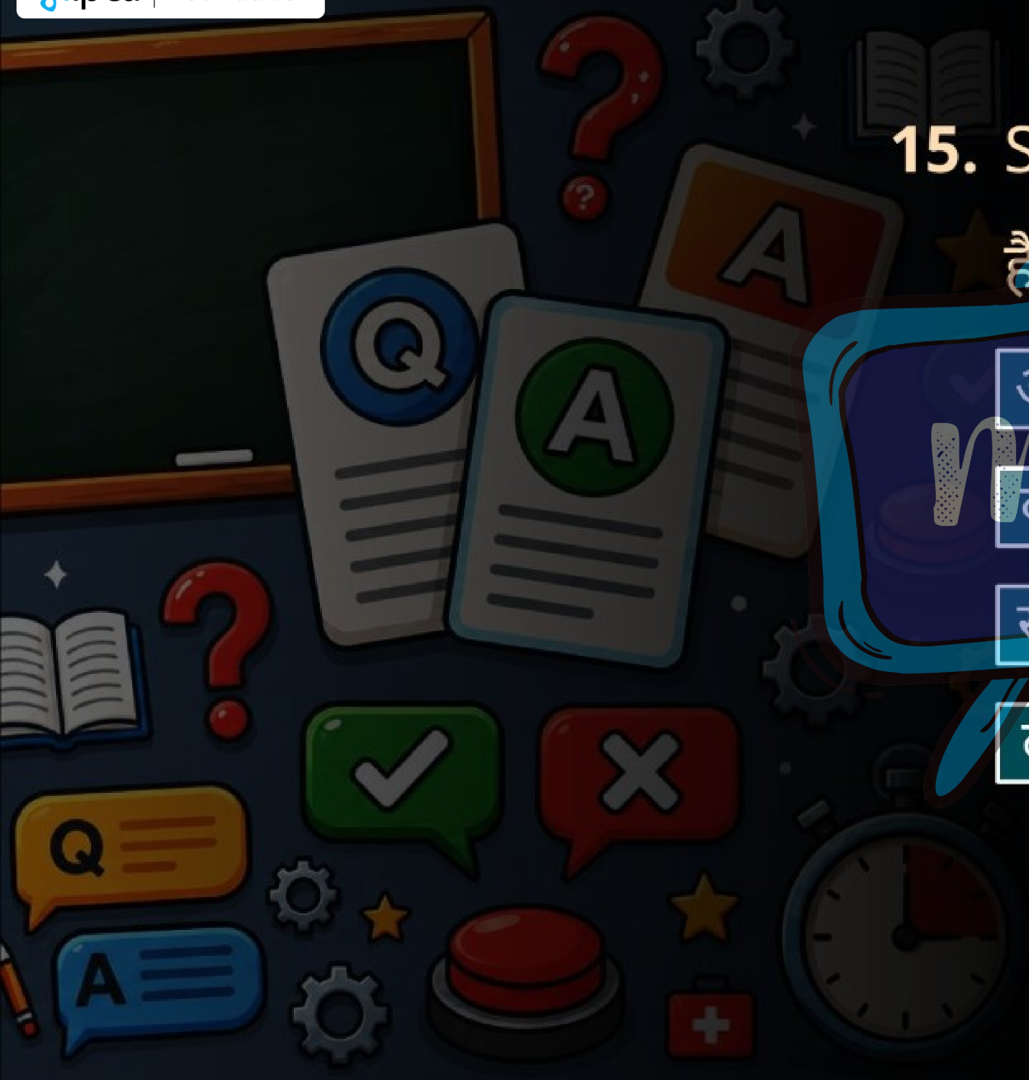
ब घायल व्यक्ति को अकेला छोड़ना

स हालत बिगड़ने से रोकना

द भीड़ लगाना

Under CSR Support by Ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

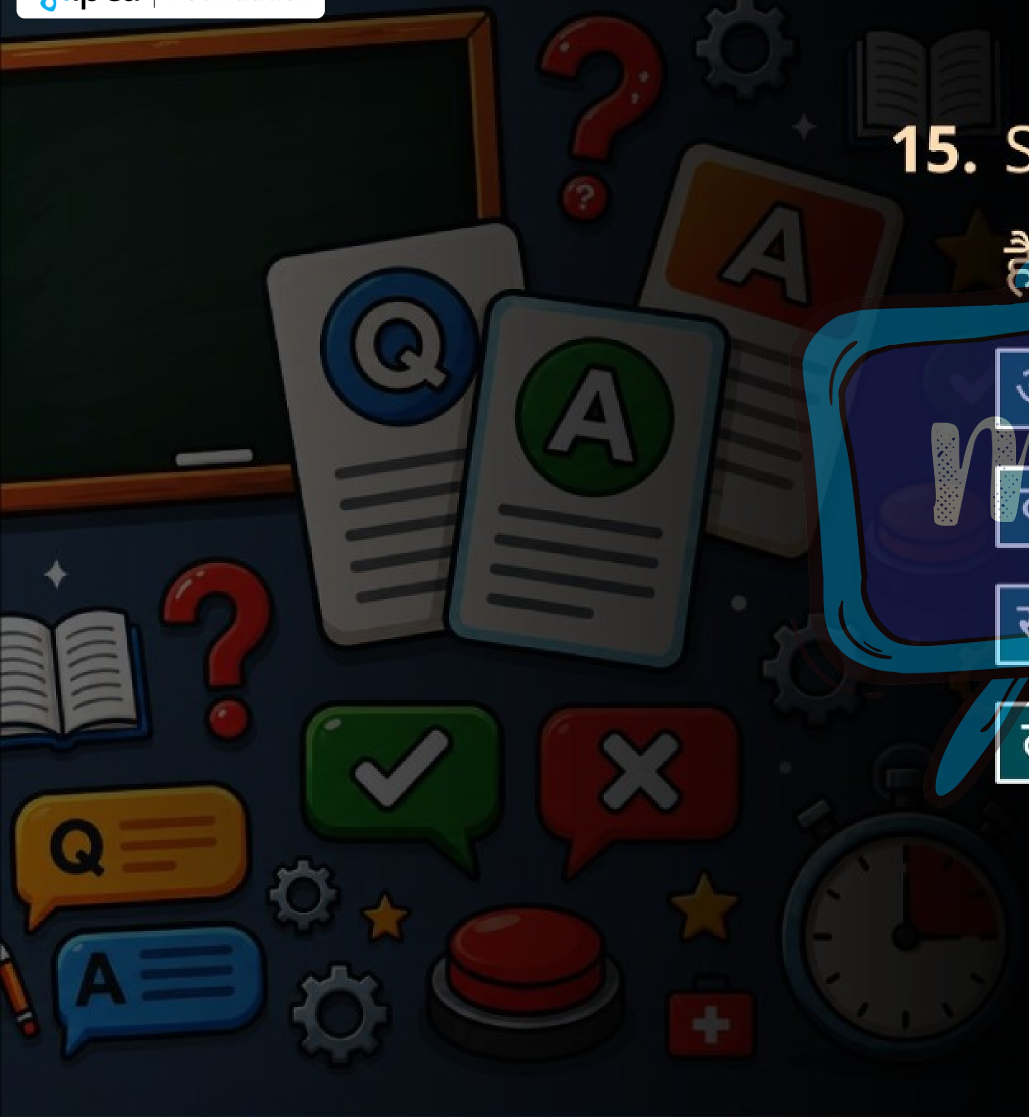


15. Soft tissue injury किससे संबंधित होती है?

- अ केवल हड्डी से
- ब मांसपेशी, त्वचा, ligament और tendon से
- स केवल दाँत से
- द केवल आँख से

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



15. Soft tissue injury किससे संबंधित होती है?

अ केवल हड्डी से

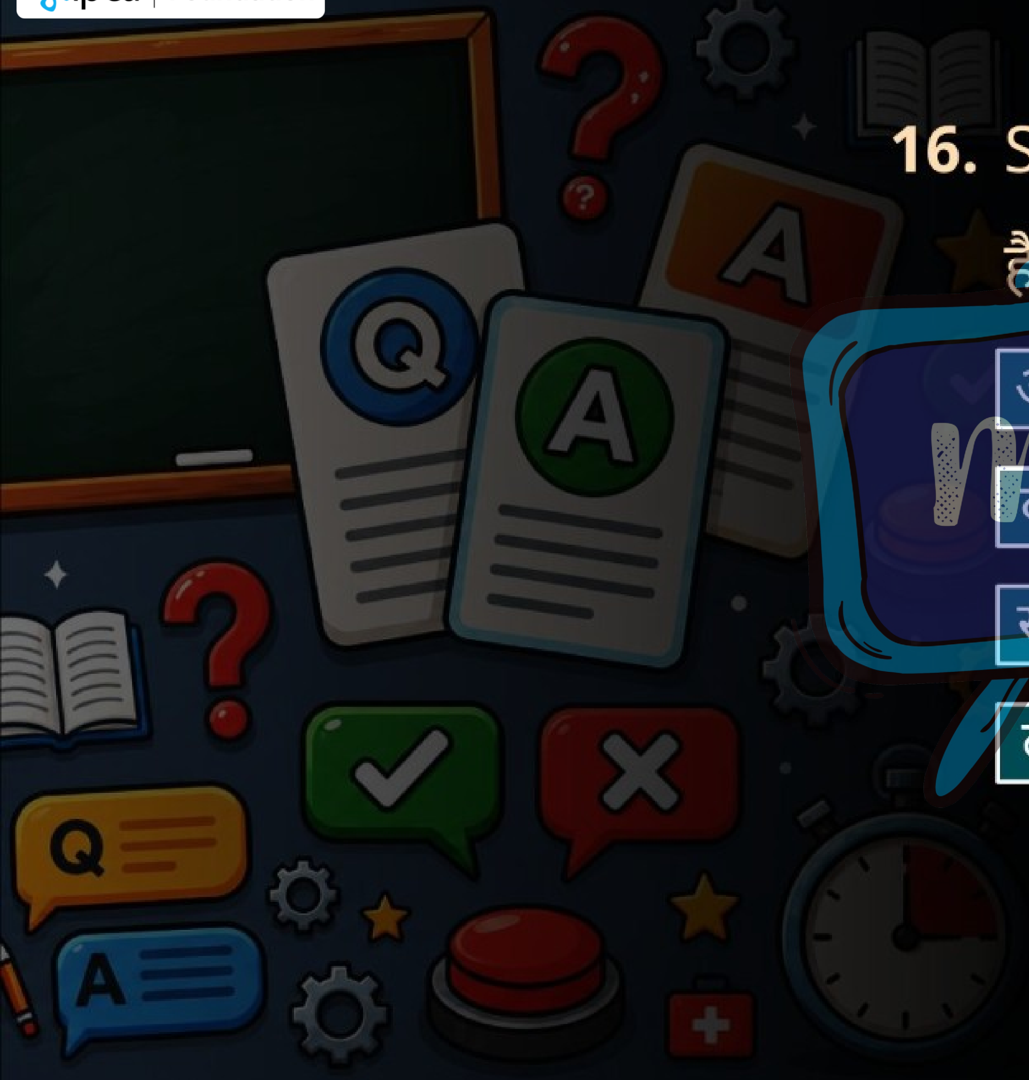
ब मांसपेशी, त्वचा, ligament और tendon से

स केवल दाँत से

द केवल आँख से

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



16. Soft tissue injury का उदाहरण कौन-सा है?

अ Sprain

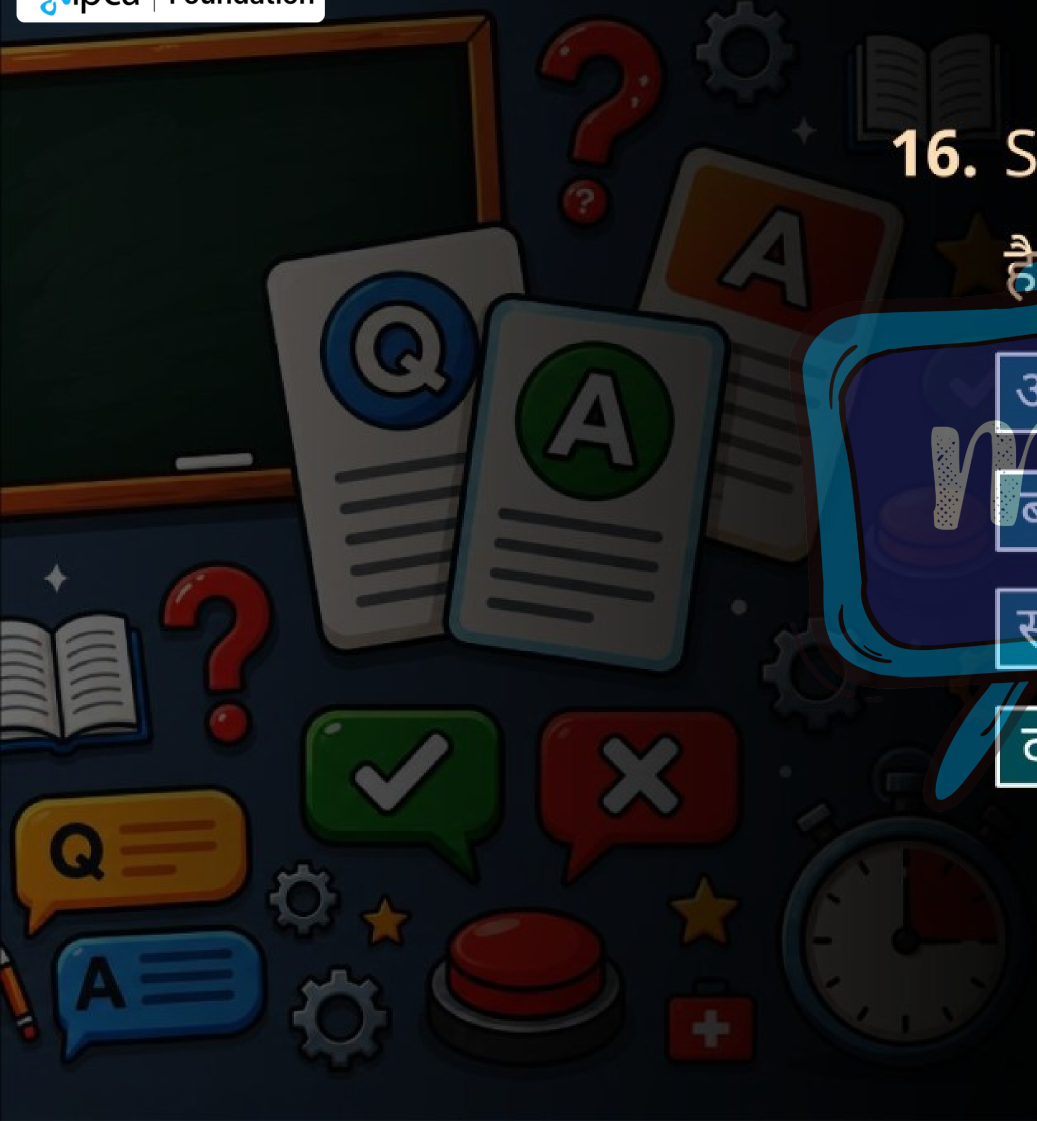
ब Heart attack

स Fever

द Diabetes

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

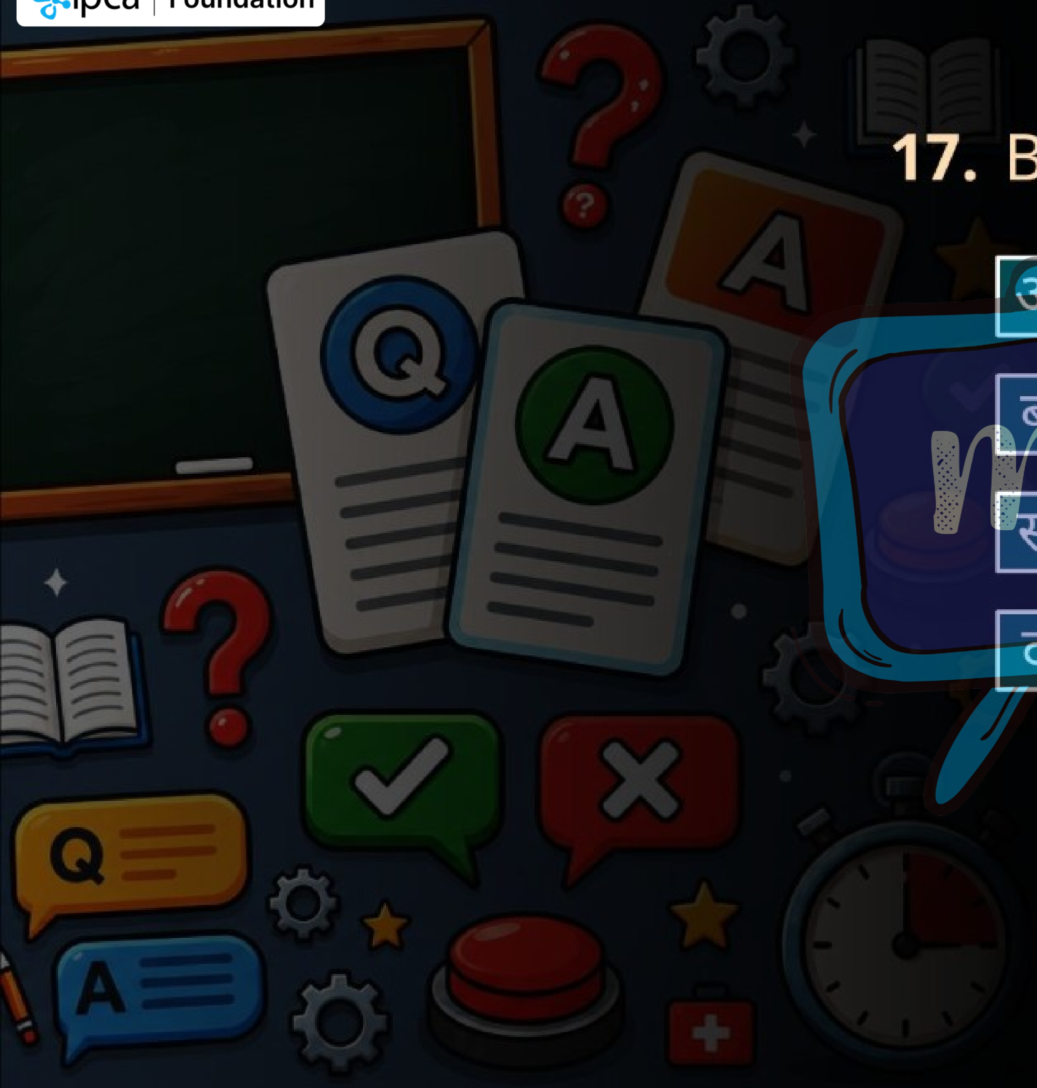


16. Soft tissue injury का उदाहरण कौन-सा है?

- अ Sprain
- ब Heart attack
- स Fever
- द Diabetes

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



17. Bruise का अर्थ क्या है?

अ जलना

ब नीला/काला निशान पड़ना

स साँप काटना

द बेहोशी

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

17. Bruise का अर्थ क्या है?

अ जलना

ब नीला/काला निशान पड़ना

स साँप काटना

द बेहोशी

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

18. Strain किससे संबंधित है?

- अ Muscle या tendon injury
- ब Brain injury
- स Tooth injury
- द Eye infection

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

18. Strain किससे संबंधित है?

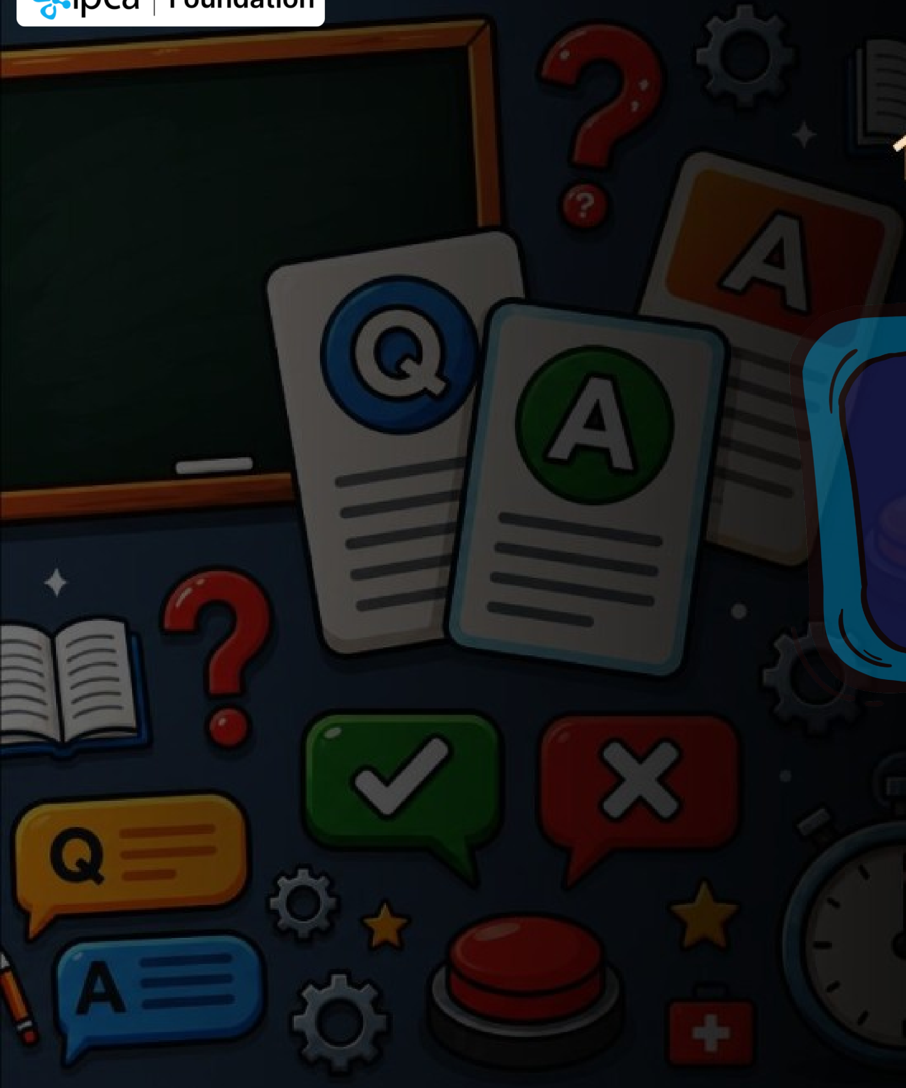
अ Muscle या tendon injury

ब Brain injury

स Tooth injury

द Eye infection

Under CSR Support by ipca | Foundation
missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



19. RICE में R का अर्थ है—

अ Run

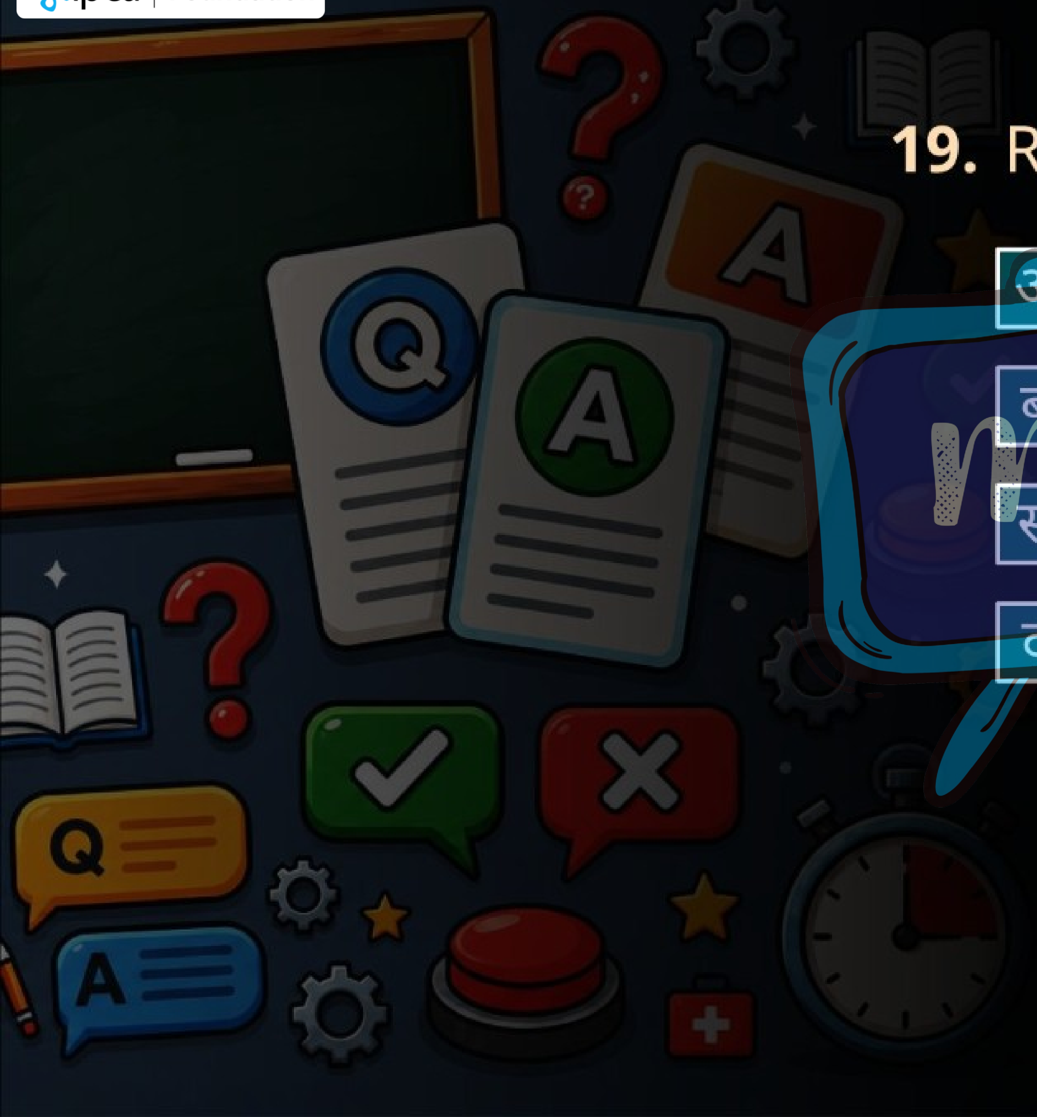
ब Rest

स Rope

द Risk

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



19. RICE में R का अर्थ है—

(अ) Run

(ब) Rest

(स) Rope

(द) Risk

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

20. RICE में E का अर्थ है—

अ Emergency

ब Exercise

स Elevation

द Energy

Under CSR Support by
ipca | Foundation

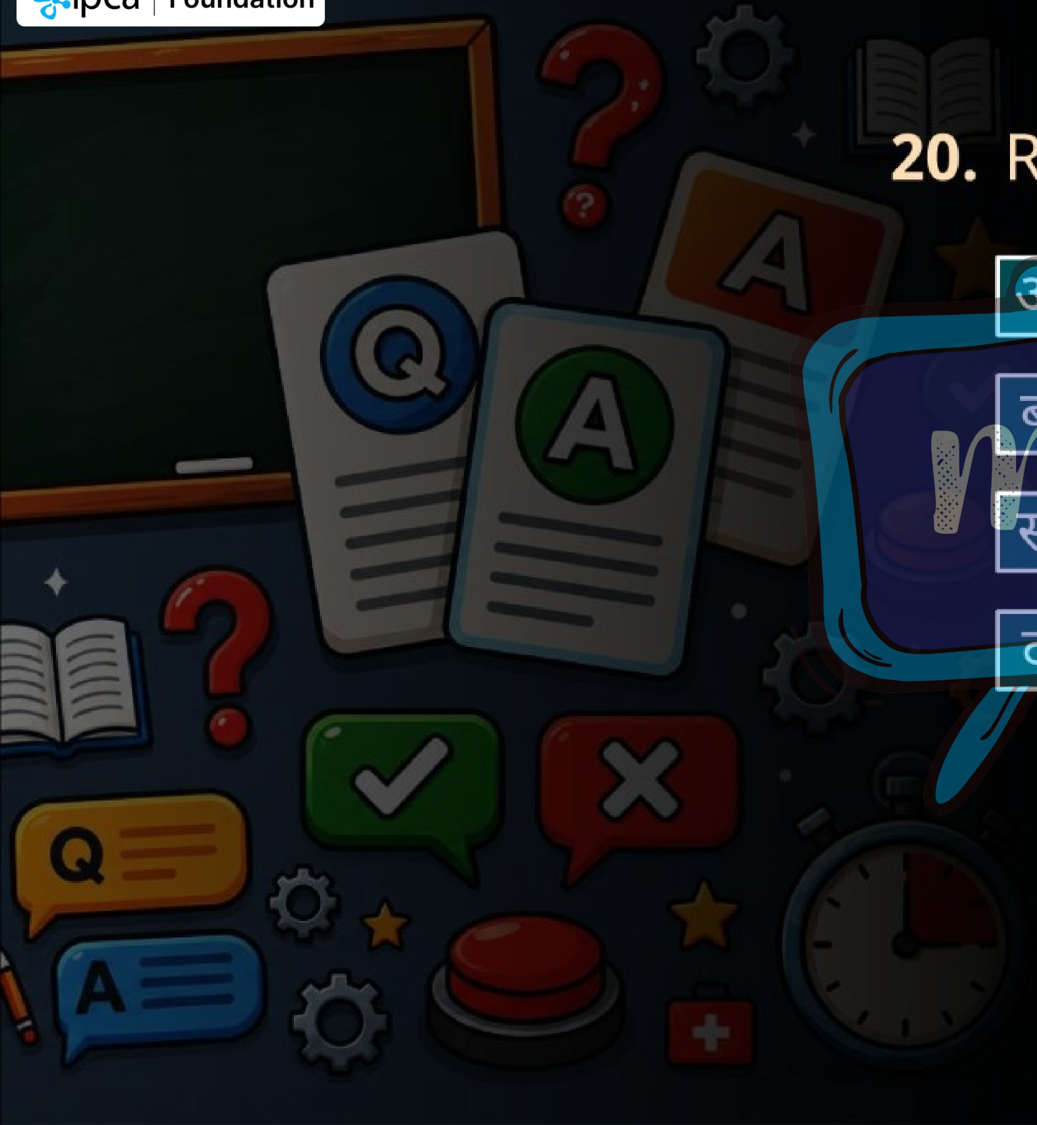
missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

21. मोच आने पर RICE method कब उपयोगी होता है?

- अ तुरंत प्रारंभिक सहायता में
- ब 10 दिन बाद
- स केवल surgery में
- द केवल fever में

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



20. RICE में E का अर्थ है—

अ Emergency

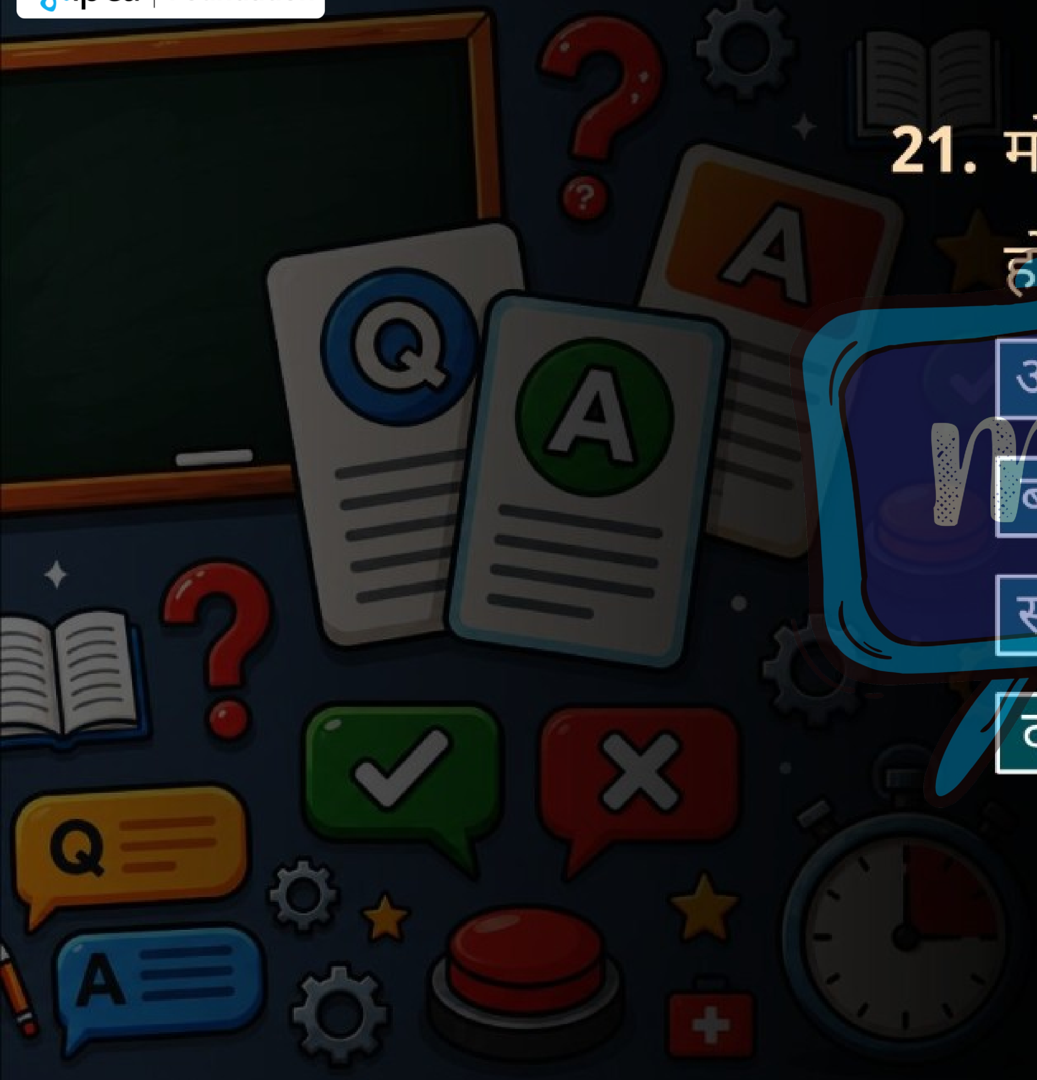
ब Exercise

स Elevation

द Energy

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



21. मोच आने पर RICE method कब उपयोगी होता है?

अ तुरंत प्रारंभिक सहायता में

ब 10 दिन बाद

स केवल surgery में

द केवल fever में

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

22. PRICE में P का अर्थ है—

अ Protection

ब Police

स Patient

द Pressure

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

22. PRICE में P का अर्थ है—

- अ Protection
- ब Police
- स Patient
- द Pressure

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

2025 → ?

23. PRICE का पूरा रूप है—

अ Pain, Rest, Injection, Care, Exercise

ब Police, Rest, Injury, Cold, Energy

स Push, Run, Ice, Cut, Emergency

द Protection, Rest, Ice, Compression, Elevation

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

23. PRICE का पूरा रूप है—

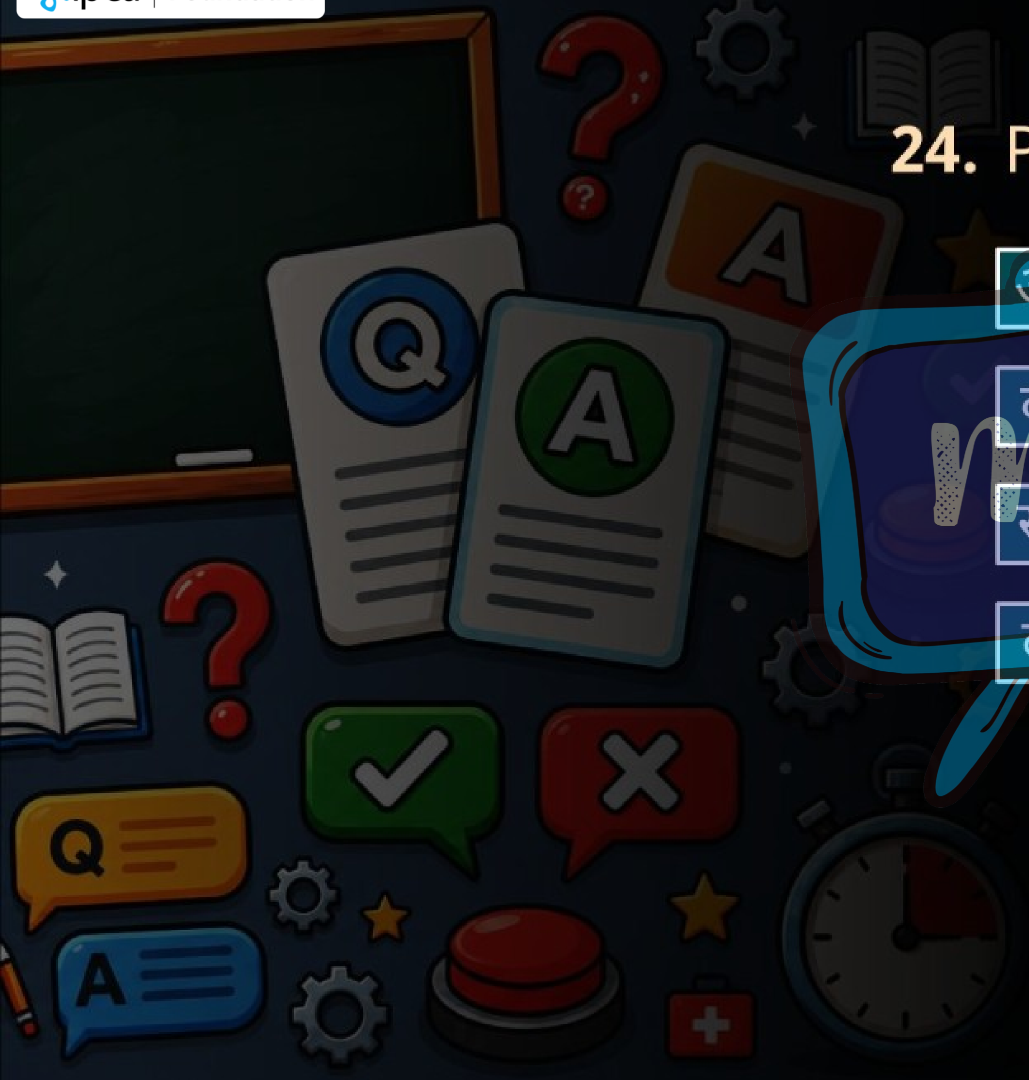
(अ) Pain, Rest, Injection, Care, Exercise

(ब) Police, Rest, Injury, Cold, Energy

(स) Push, Run, Ice, Cut, Emergency

(द) Protection, Rest, Ice, Compression, Elevation

Under CSR Support by Ipca | Foundation



24. PEACE में P का अर्थ है—

- अ Protect
- ब Push
- स Pain
- द Police

Under CSR Support by ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

24. PEACE में P का अर्थ है—

अ Protect

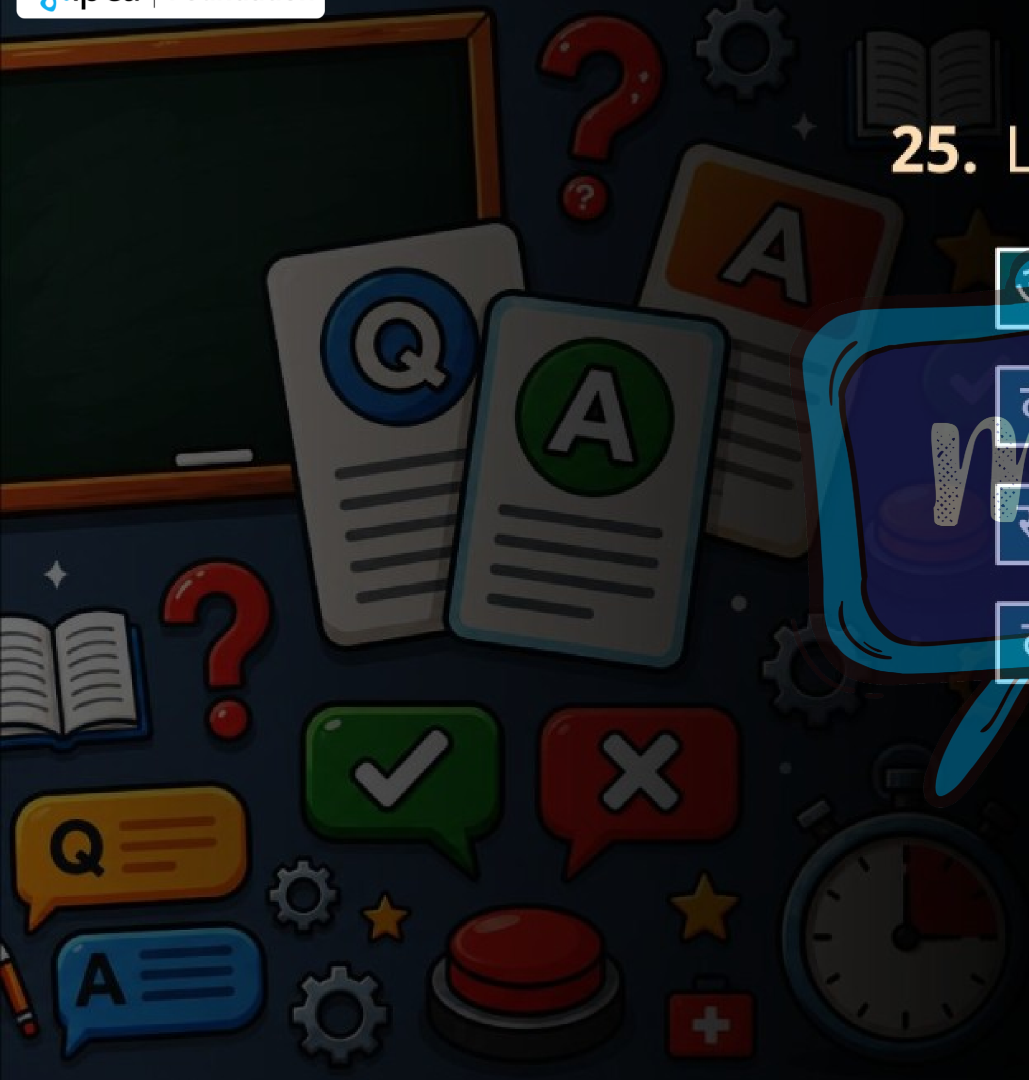
ब Push

स Pain

द Police

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

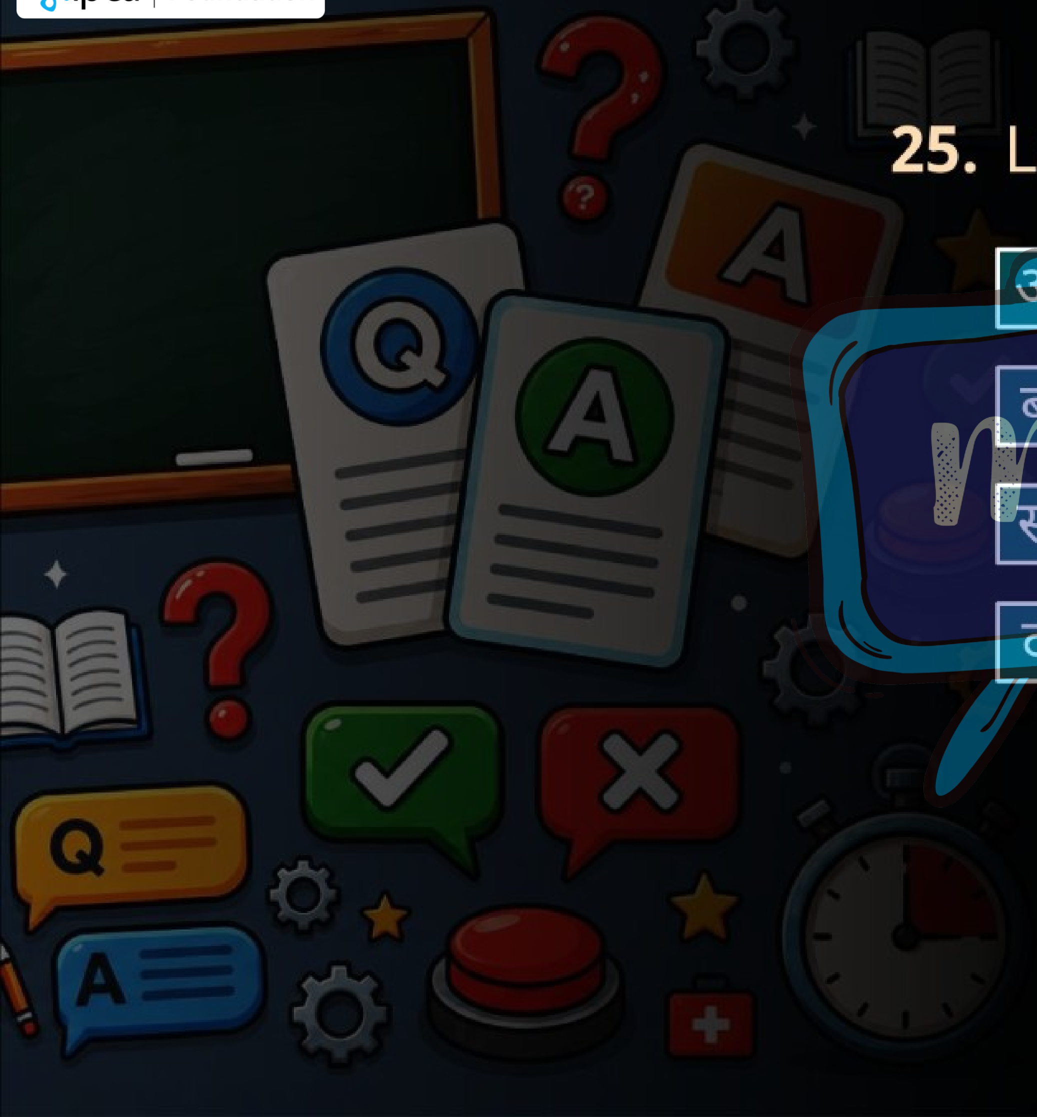


25. LOVE में O का अर्थ है—

- अ Oxygen
- ब Optimism
- स Operation
- द Open wound

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

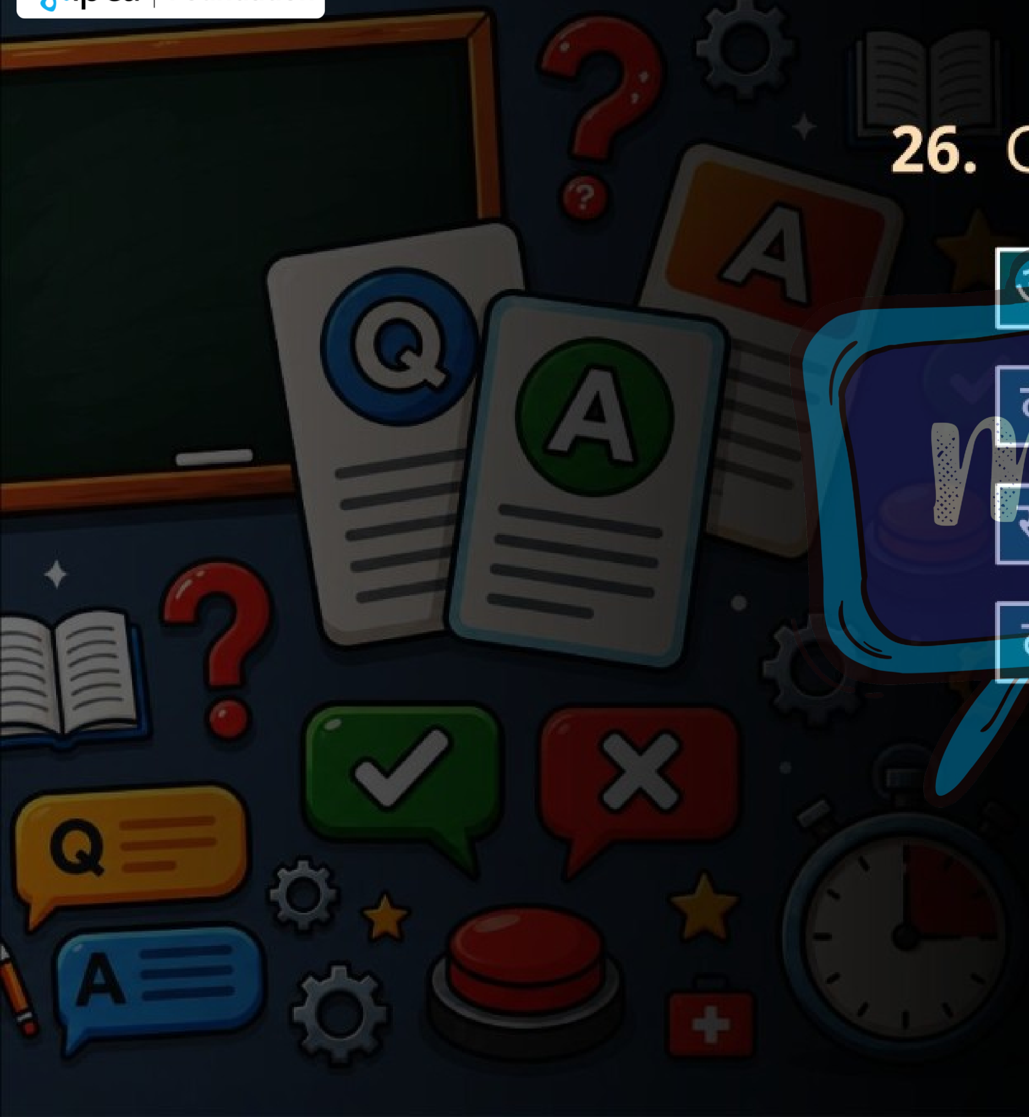


25. LOVE में O का अर्थ है—

- अ Oxygen
- ब Optimism
- स Operation
- द Open wound

Under CSR Support by Ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER



26. Good Samaritan किसे कहते हैं?

अ जो दुर्घटना देखकर भाग जाए

ब जो घायल व्यक्ति की मदद करे

स जो भीड़ लगाए

द जो video बनाए

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

26. Good Samaritan किसे कहते हैं?

अ जो दुर्घटना देखकर भाग जाए

ब जो घायल व्यक्ति की मदद करे

स जो भीड़ लगाए

द जो video बनाए

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

27. Good Samaritan Law का मुख्य उद्देश्य क्या है?

अ मदद करने वालों को डराना

ब मदद करने वालों को कानूनी सुरक्षा देना

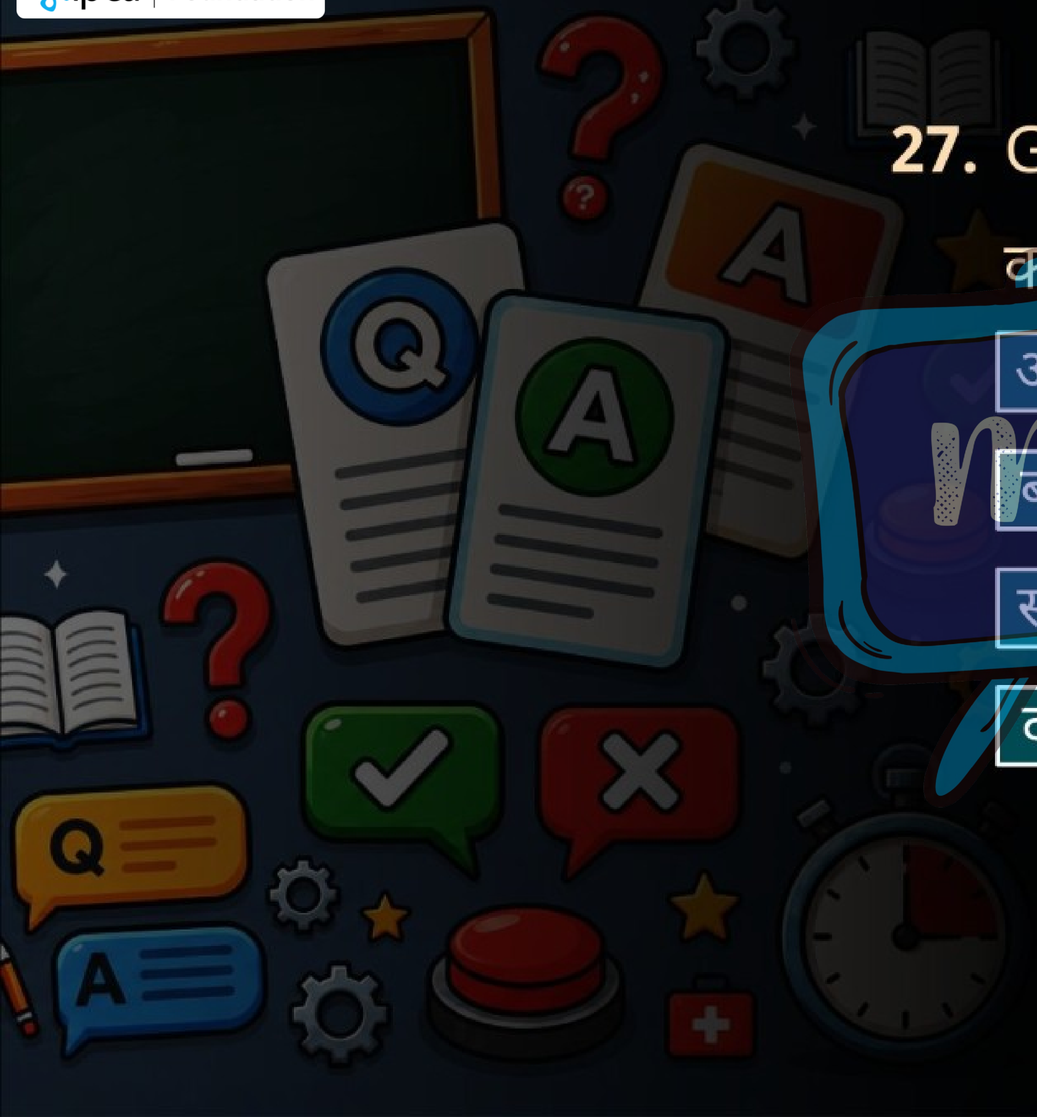
स घायल को अकेला छोड़ना

द अस्पताल बंद करना

mg

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



27. Good Samaritan Law का मुख्य उद्देश्य क्या है?

अ मदद करने वालों को डराना

ब मदद करने वालों को कानूनी सुरक्षा देना

स घायल को अकेला छोड़ना

द अस्पताल बंद करना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

28. Antiseptic का उपयोग किसलिए किया जाता है?

अ घाव साफ करने के लिए

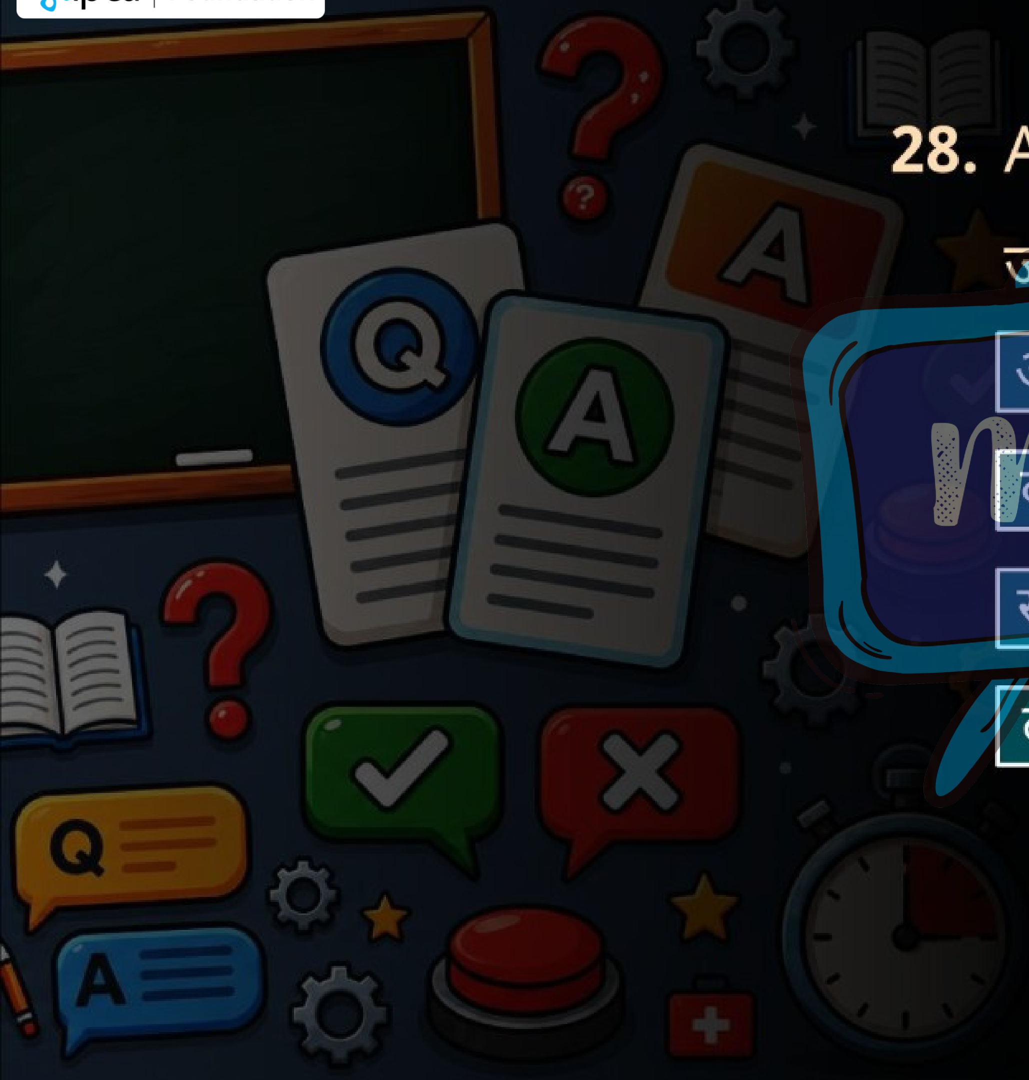
ब खाना बनाने के लिए

स दर्द बढ़ाने के लिए

द कपड़े धोने के लिए

Under CSR Support by
ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



28. Antiseptic का उपयोग किसलिए किया जाता है?

अ घाव साफ करने के लिए

ब खाना बनाने के लिए

स दर्द बढ़ाने के लिए

द कपड़े धोने के लिए

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

29. CPR का पूरा नाम है—

अ Cardio Pulmonary Resuscitation

ब Common Patient Rest

स Care Pain Relief

द Chest Pain Report

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

29. CPR का पूरा नाम है—

- अ Cardio Pulmonary Resuscitation
- ब Common Patient Rest
- स Care Pain Relief
- द Chest Pain Report

Under CSR Support by ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

30. CPR कब दिया जाता है?

- अ जब व्यक्ति normal बात कर रहा हो
- ब जब व्यक्ति चल रहा हो
- स जब व्यक्ति खाना खा रहा हो
- द जब व्यक्ति सांस नहीं ले रहा हो या heart beat रुक गई हो

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

30. CPR कब दिया जाता है?

अ जब व्यक्ति normal बात कर रहा हो

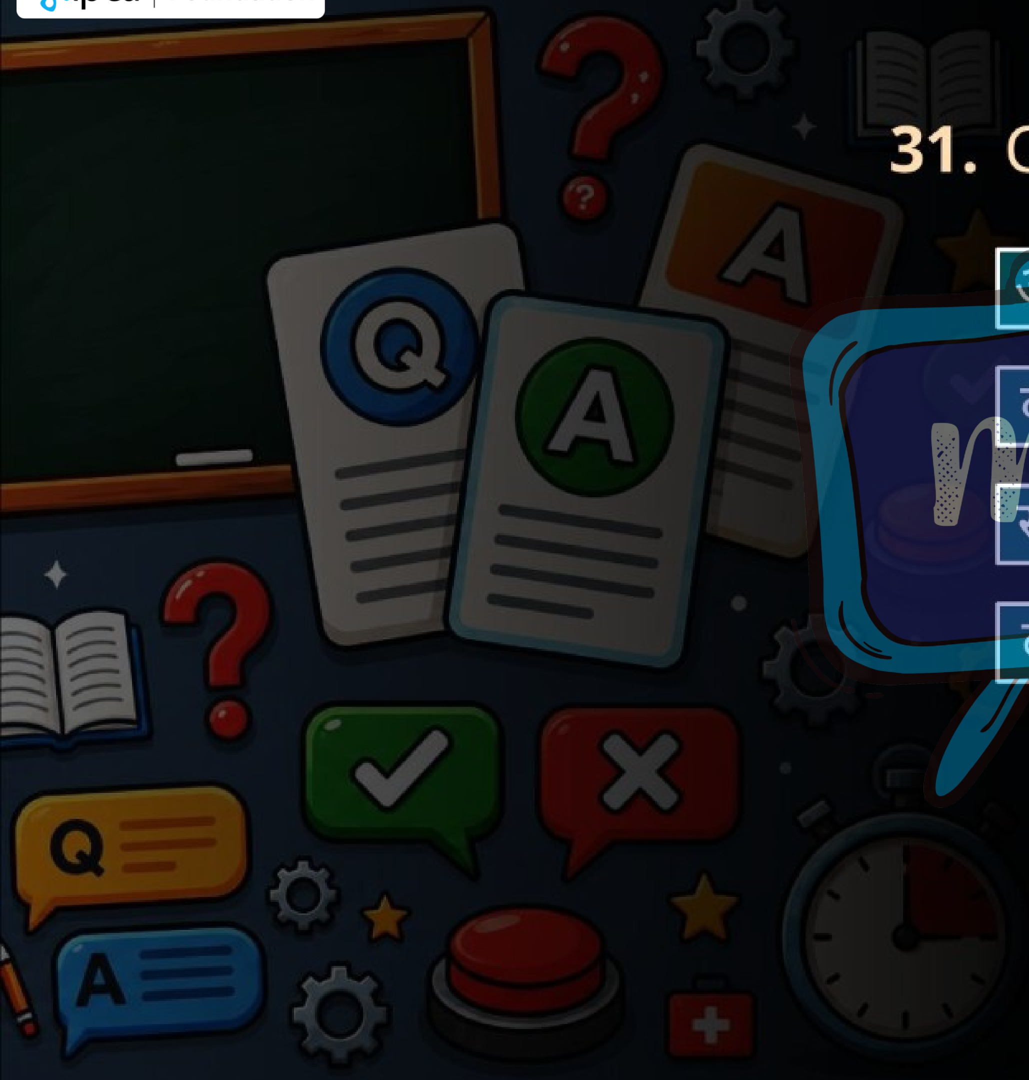
ब जब व्यक्ति चल रहा हो

स जब व्यक्ति खाना खा रहा हो

द जब व्यक्ति सांस नहीं ले रहा हो या heart beat रुक गई हो

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



31. CPR में AED का क्या काम है?

- अ तापमान नापना
- ब पट्टी बांधना
- स पानी देना
- द Heart rhythm check करके shock देने में मदद करना

Under CSR Support by ipca | Foundation

mg missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

31. CPR में AED का क्या काम है?

अ तापमान नापना

ब पट्टी बांधना

स पानी देना

द Heart rhythm check करके shock देने में मदद करना

Under CSR Support by
ipca | Foundation

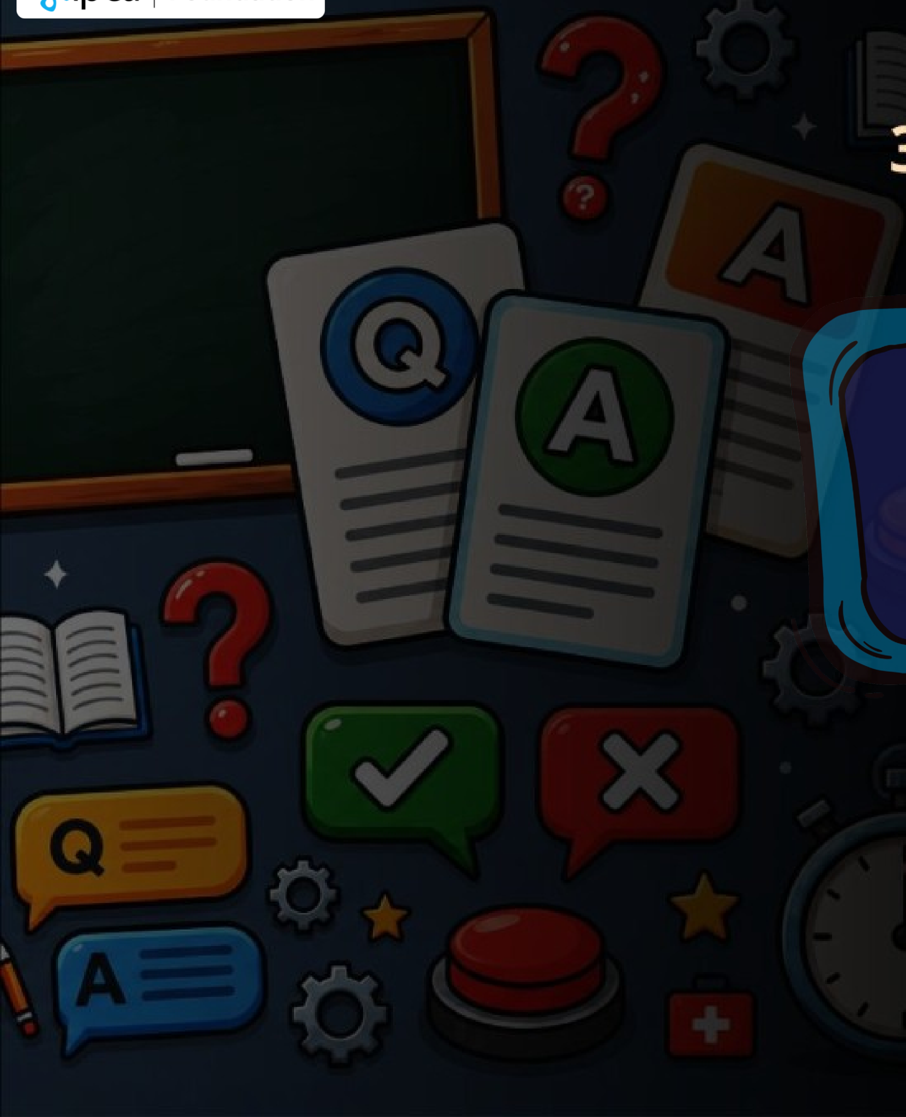
missiongyan
LET'S LEARN TOGETHER

32. BLS का पूरा रूप है—

- अ Basic Life Support
- ब Body Lift System
- स Basic Lung Surgery
- द Blood Level Safety

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER

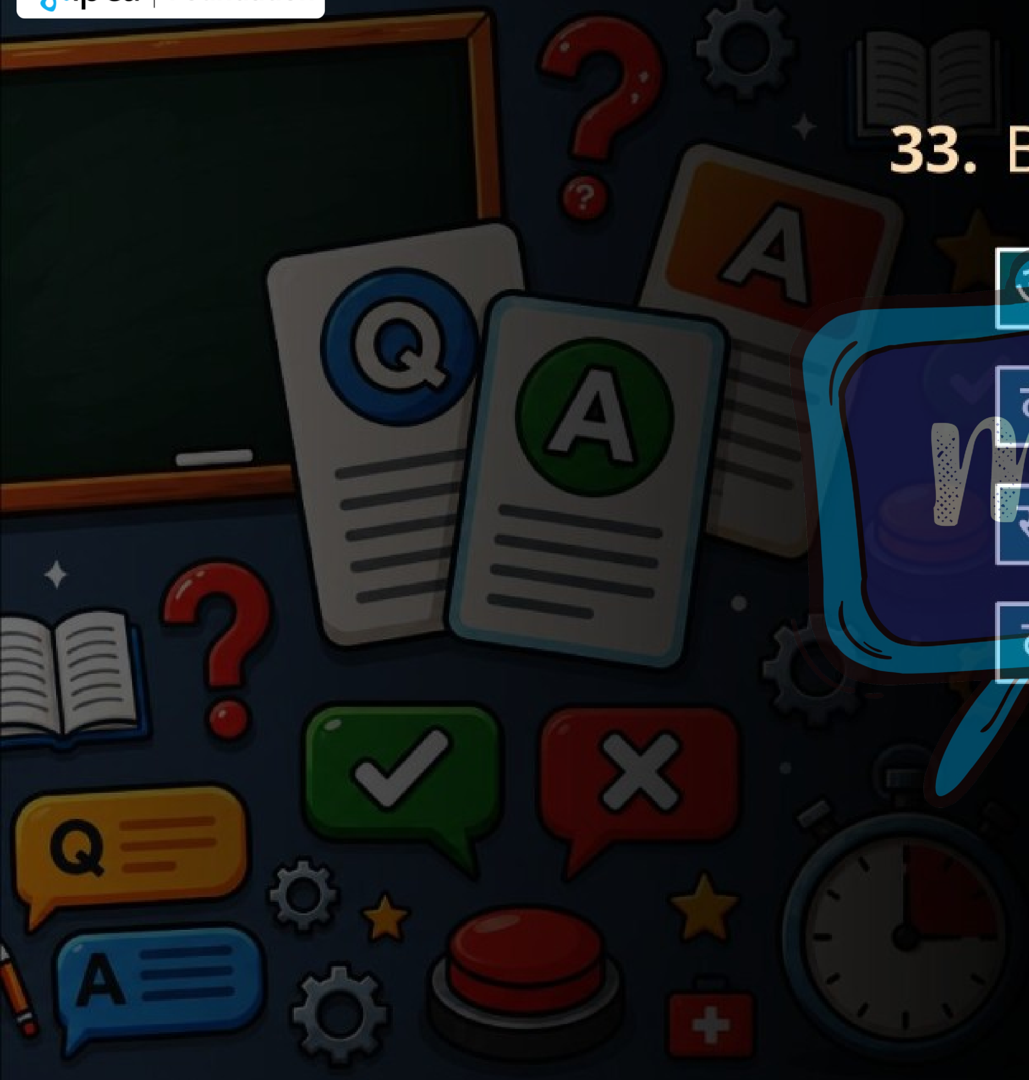


32. BLS का पूरा रूप है—

- अ Basic Life Support
- ब Body Lift System
- स Basic Lung Surgery
- द Blood Level Safety

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



33. BLS में मुख्य रूप से क्या शामिल होता है?

अ CPR और AED का उपयोग

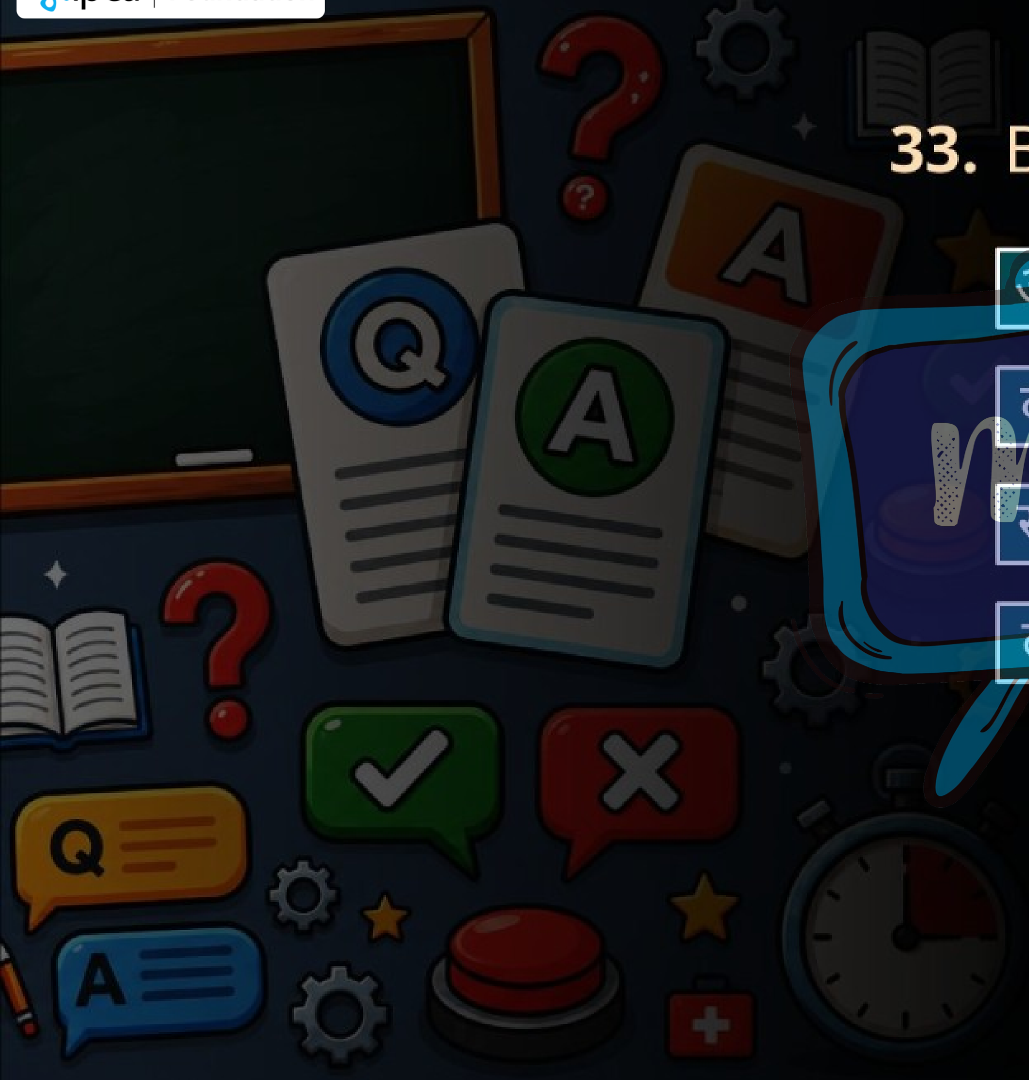
ब केवल खाना देना

स केवल injection देना

द surgery करना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



33. BLS में मुख्य रूप से क्या शामिल होता है?

अ CPR और AED का उपयोग

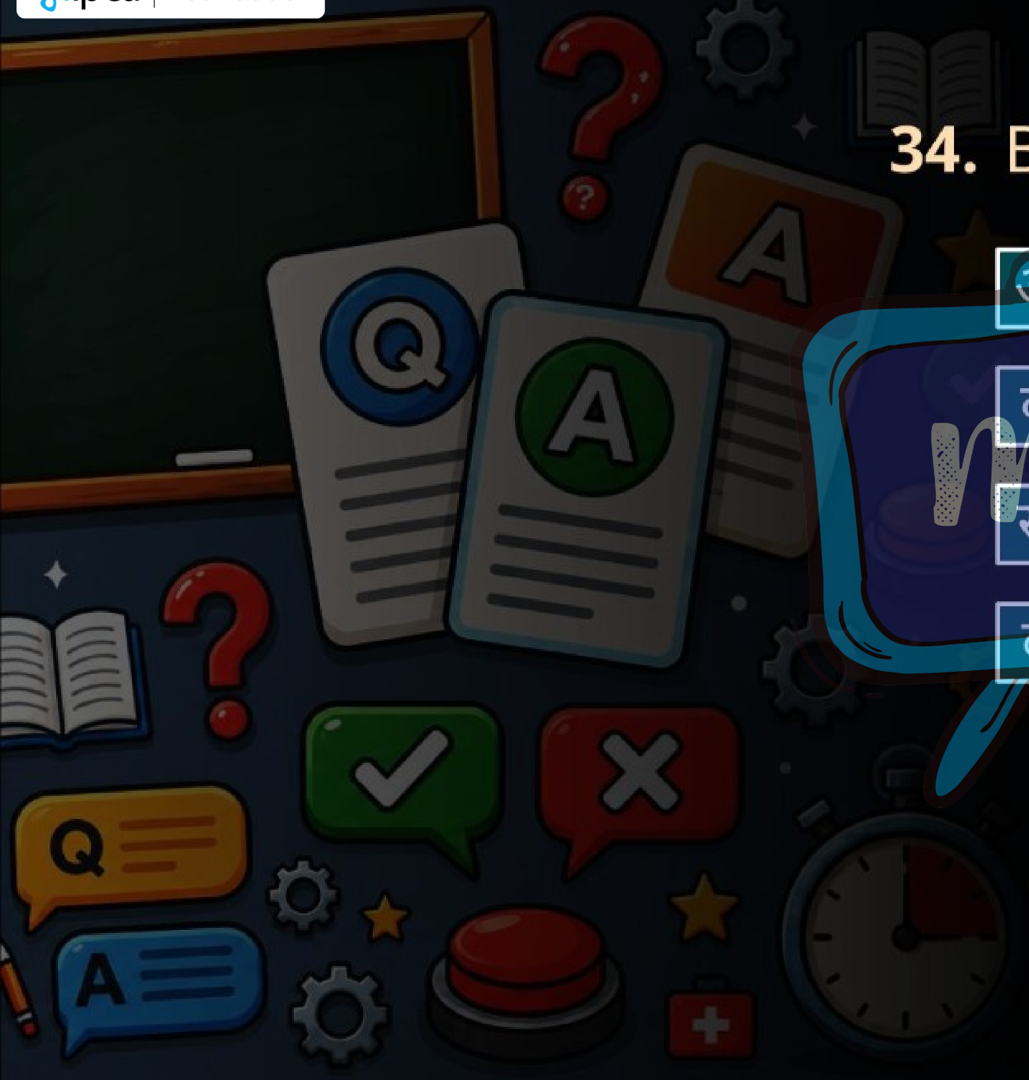
ब केवल खाना देना

स केवल injection देना

द surgery करना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



34. BLS का उद्देश्य क्या है?

- अ life support देना
- ब patient को डराना
- स treatment रोकना
- द ambulance वापस भेजना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

34. BLS का उद्देश्य क्या है?

अ life support देना

ब patient को डराना

स treatment रोकना

द ambulance वापस भेजना

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

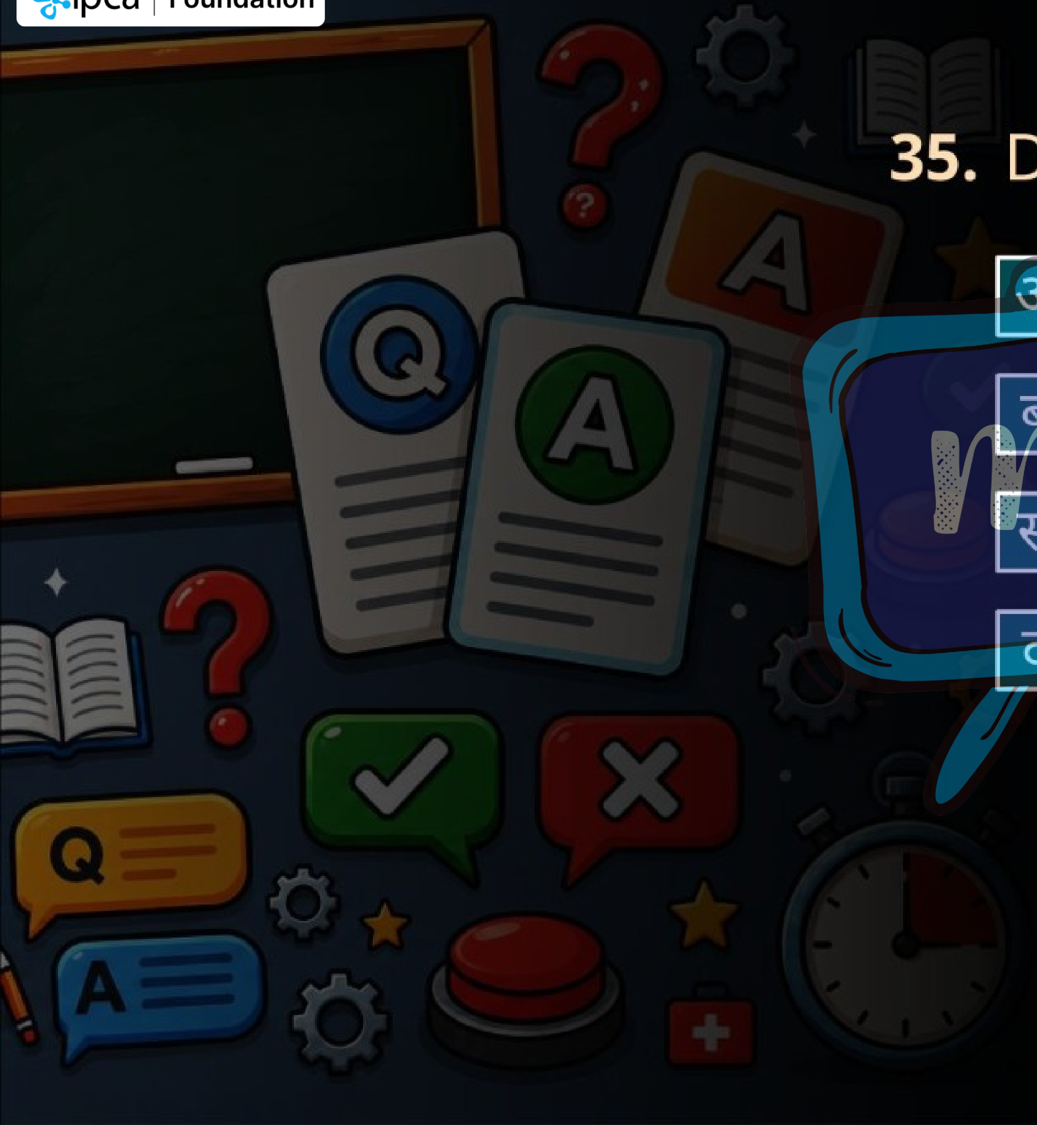
35. DRSABCD में D का अर्थ है—

- अ Danger
- ब Doctor
- स Disease
- द Drink

mg

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



35. DRSABCD में D का अर्थ है—

(अ) Danger

(ब) Doctor

(स) Disease

(द) Drink

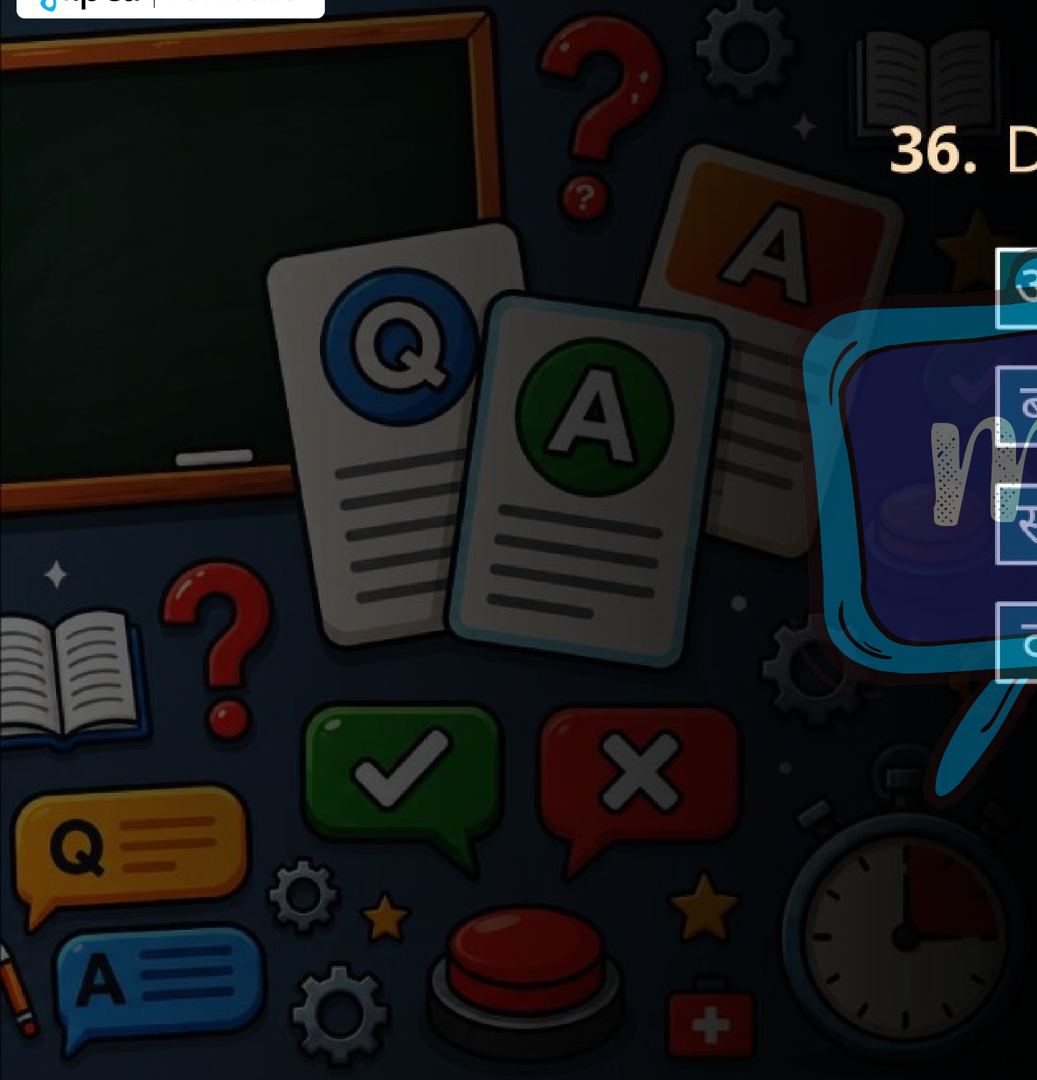
Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

36. DRSABCD में R का अर्थ है—

- (अ) Response
- (ब) Rest
- (स) Run
- (द) Rope

Under CSR Support by ipca Foundation

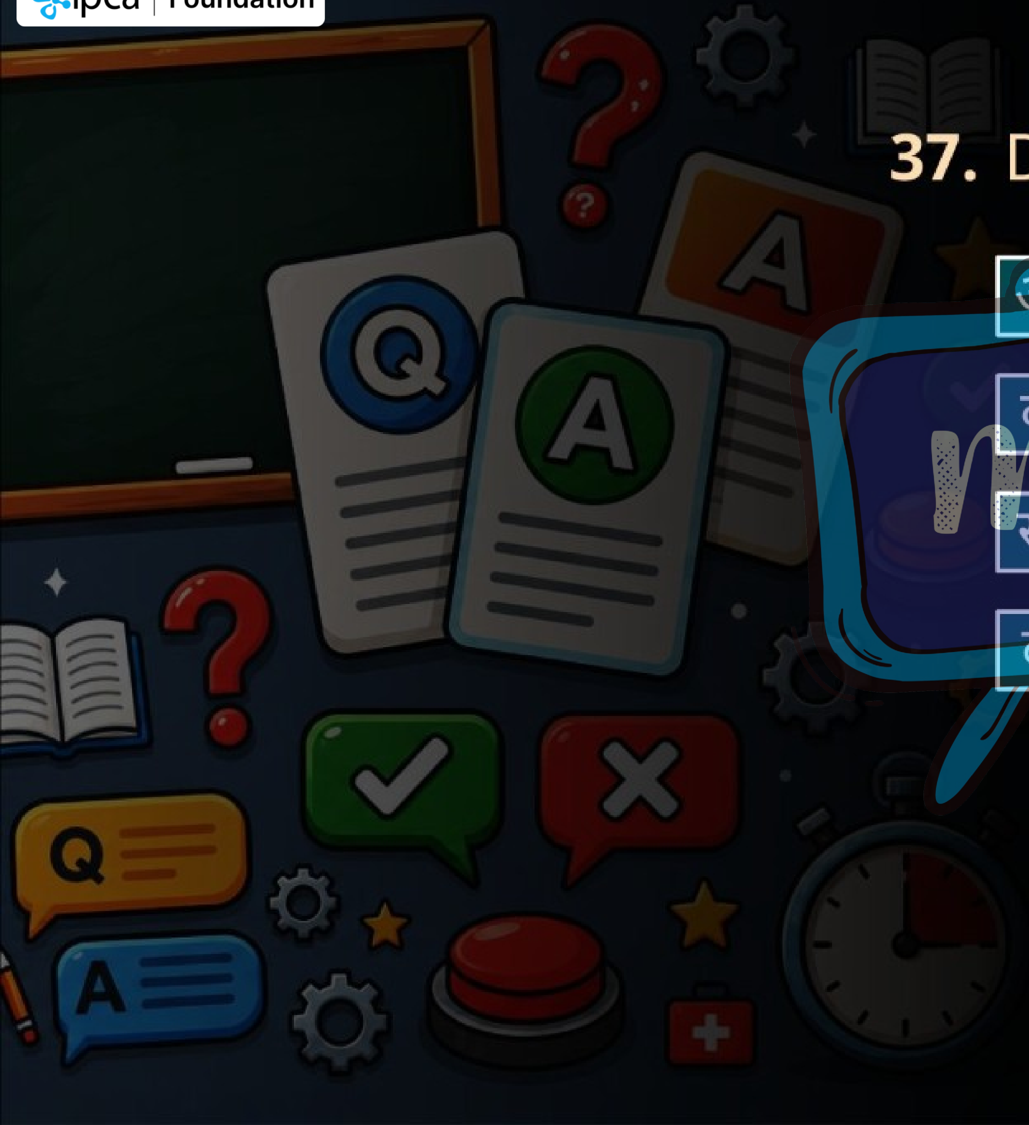


36. DRSABCD में R का अर्थ है—

- अ Response
- ब Rest
- स Run
- द Rope

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan®
LET'S LEARN TOGETHER



37. DRSABCD में S का अर्थ है—

अ Send for help

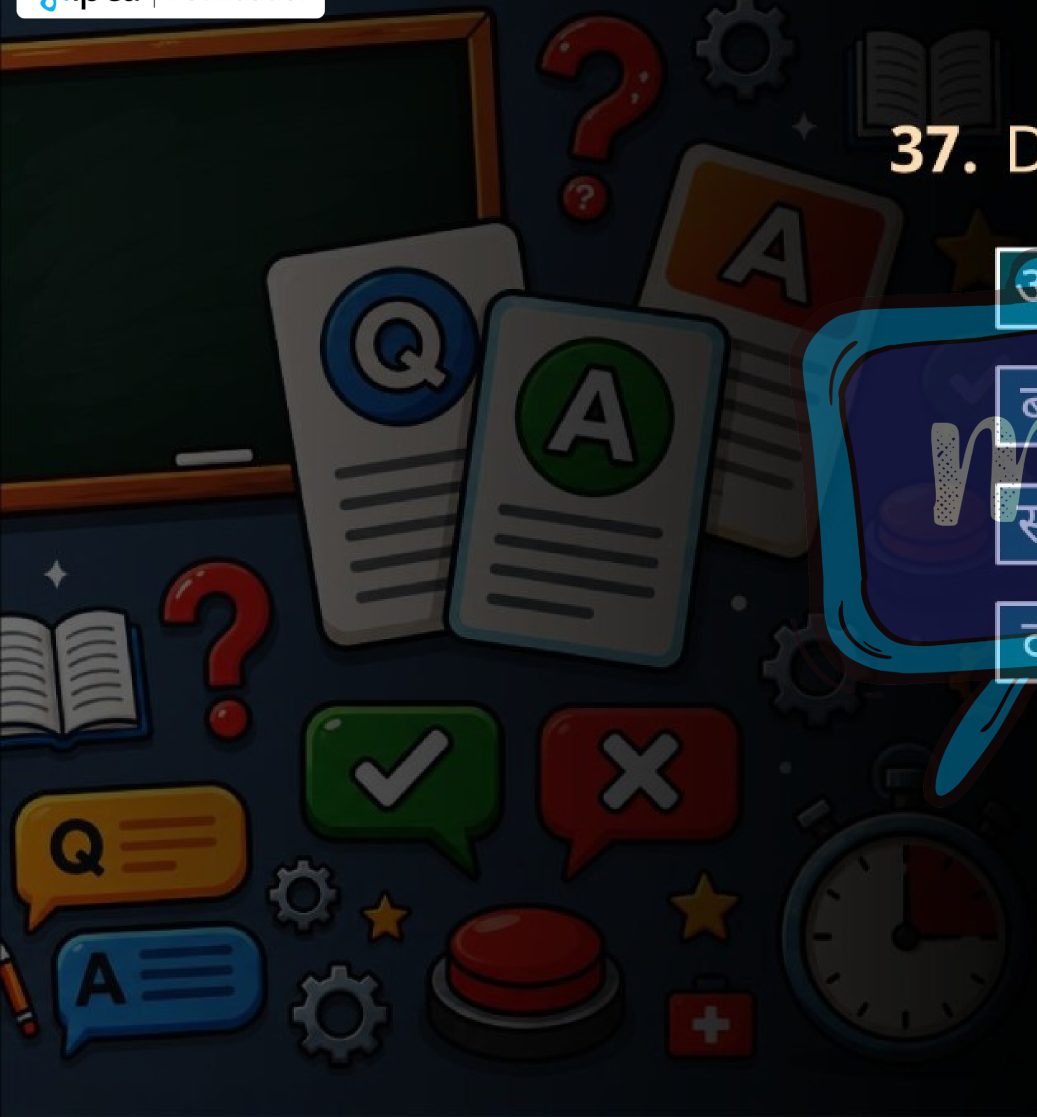
ब Sleep

स Stop talking

द Sit down

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER

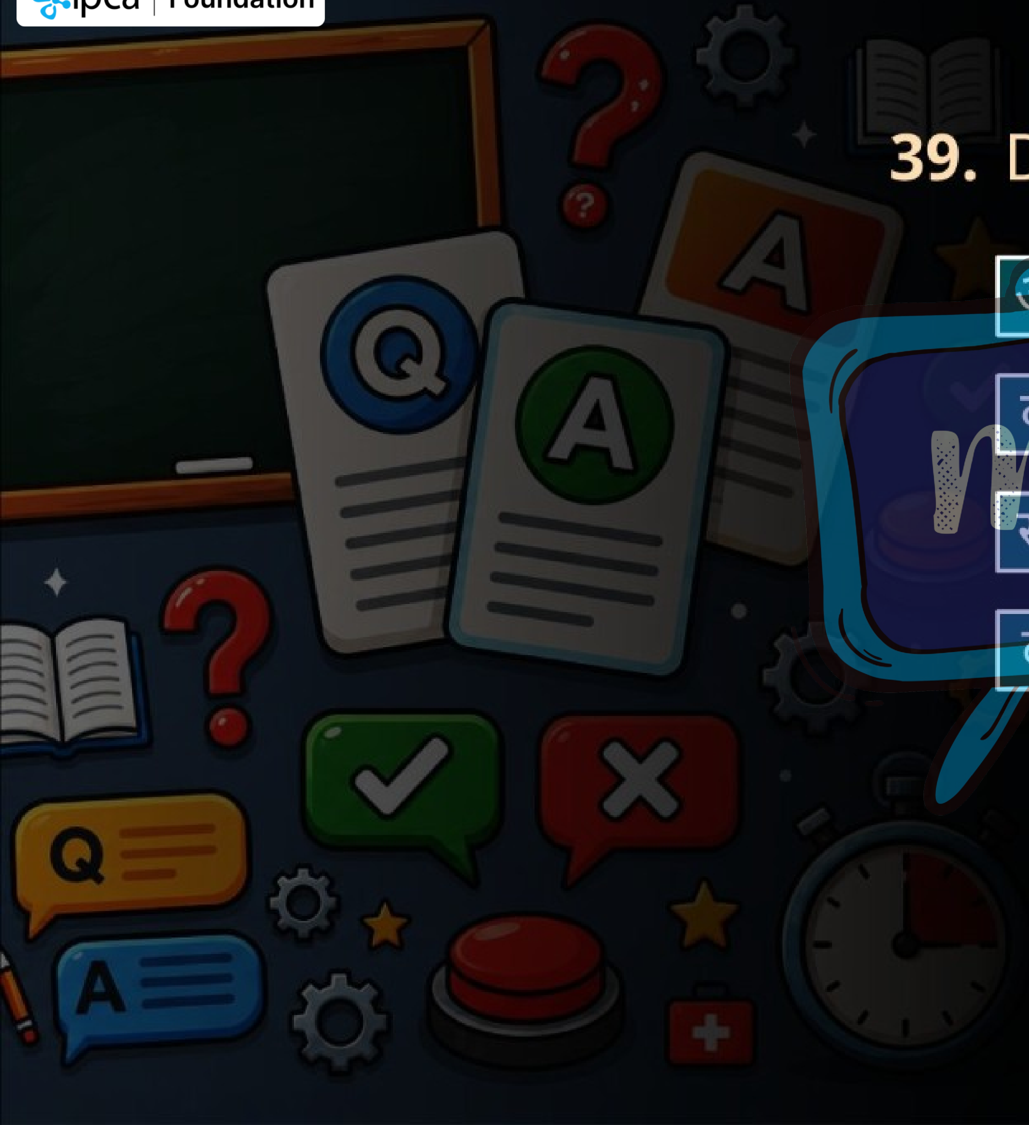


37. DRSABCD में S का अर्थ है—

- अ Send for help
- ब Sleep
- स Stop talking
- द Sit down

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan® LET'S LEARN TOGETHER



39. DRSABCD में C का अर्थ है—

अ CPR

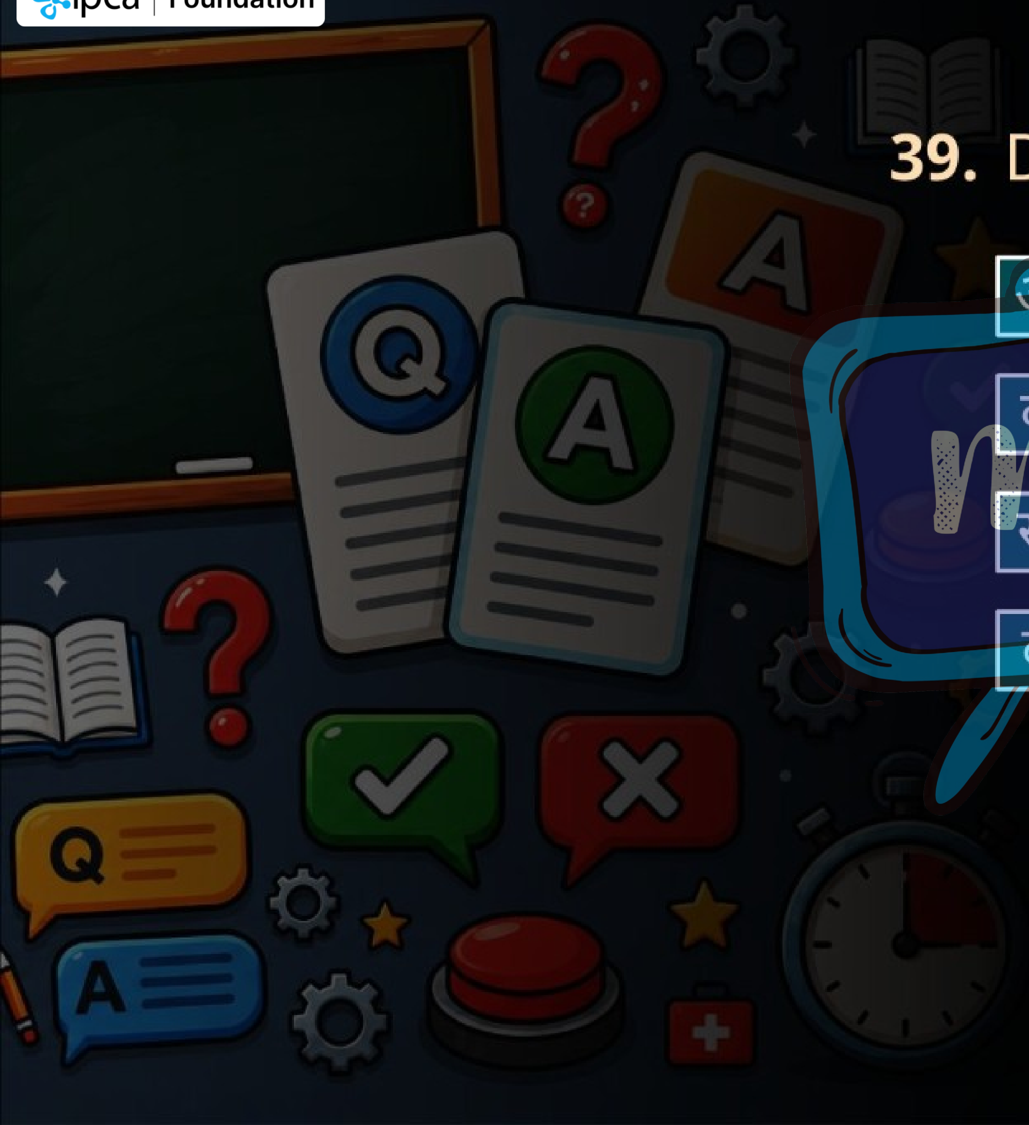
ब Cut

स Cold

द Carry

Under CSR Support by ipca | Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER



39. DRSABCD में C का अर्थ है—

(अ) CPR

(ब) Cut

(स) Cold

(द) Carry

Under CSR Support by Ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

40. DRSABCD का सही क्रम क्या है?

अ Danger, Response, Send, Airway, Breathing, CPR, Defibrillation

ब Breathing, Danger, CPR, Airway, Send, Response, Defibrillation

स CPR, Danger, Send, Response, Airway, Breathing, Defibrillation

द Send, CPR, Danger, Breathing, Response, Airway, Defibrillation

Under CSR Support by Ipca Foundation

missiongyan LET'S LEARN TOGETHER

40. DRSABCD का सही क्रम क्या है?

अ Danger, Response, Send, Airway, Breathing, CPR, Defibrillation

ब Breathing, Danger, CPR, Airway, Send, Response, Defibrillation

स CPR, Danger, Send, Response, Airway, Breathing, Defibrillation

द Send, CPR, Danger, Breathing, Response, Airway, Defibrillation