



NALANDA VIDYALAYA

නාලන්දා විද්‍යාලය - කොළඹ 10 DA තුන්වන වාරය - ඒකක පරීක්ෂණ ව්‍යාපෘතිය

8 ශ්‍රේණිය

සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

කාලය - පැය 01

ඒකකය - 18 - එදිනෙදා මුහුණ දෙන අනතුරු සඳහා ප්‍රථමාධාර දැන ගනිමු.

I කොටස

1 සිට 10 දක්වා ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු තෝරා යටින් ඉරක් අඳින්න.

- 01) පහත ප්‍රකාශ වලින් අසත්‍ය ප්‍රකාශය වන්නේ,
 - 1) ඕනෑම පුද්ගලයෙකුට නොසිතූ අවස්ථාවක ඕනෑම ස්ථානයකදී හදිසි අනතුරු හෝ ආපදාවලට මුහුණ දීමට සිදුවිය හැකිය.
 - 2) එවැනි අවස්ථාවක ජීවිත අවදානම අඩුකිරීමට සරල උපකාර ලබාදිය යුතුවේ.
 - 3) වෛද්‍යාධාර ලබාදෙන තුරු ප්‍රථමාධාර ලබාදිය හැකිවේ.
 - 4) අප දෙන ප්‍රථමාධාරය මගින් රෝගියාගේ තත්වය බරපතල වේ.

- 02) පුද්ගලයෙකු දියේ ගිලී සිටි විට බේරා ගත් පසු පළමුවෙන්ම පරීක්ෂා කළ යුත්තේ,
 - 1) රුධිර සංසරණය
 - 2) ශ්වසන මාර්ගය
 - 3) ශ්වසනය
 - 4) ආබාධ

- 03) පුද්ගලයෙකු අනතුරට පත් වී කොඳු ඇට පෙළට හානි වී ඇතැයි සැක අවස්ථාවක වෛද්‍යවරයෙකු වෙත ගෙන යා යුත්තේ ,
 - 1) කොඳු ඇට පෙළ රෙදිවලින් ඔතාගෙනය.
 - 2) පුටුවක වාඩි කරවාගෙනය.
 - 3) ලෑල්ලක් උඩ තබාගෙනය.
 - 4) ලී පතුරු තබා ඒ උඩ තබාගෙනය.

- 04) සිරුරේ යමක් ඇති ඇති විට කළ යුත්තේ,
 - 1) ඇති ඇති ද්‍රව්‍ය ඉවත් නොකර රෝහල කරා රැගෙන යාමයි.
 - 2) ඇති ඇති ද්‍රව්‍ය ඉවත් කර තුවාලය රෙදි කඩකින් වසා රැගෙන යාමයි.
 - 3) ඇති ඇති ද්‍රව්‍ය ඉවත් කර එය රැගෙන රෝහල වෙත යාමයි.
 - 4) ඉහත සියල්ල වැරදිය.

- 05) ක්ලෝන්කය ඇතිවූ අවස්ථාවක නොකළ යුත්තේ,
 - 1) තද ඇඳුම් බුරුල් කිරීම.
 - 2) වාතාශ්‍රය හොඳින් ලැබීමට සැලැස්වීම.
 - 3) උණුසුම් පානයක් බීමට දීම.
 - 4) දිගා කරවන්නේ නම් පාද ඉහළට ඔසවා තැබීම.

Agaram.LK - Keep your dreams alive!

Agaram.LK - Keep your dreams alive!

- 06) පිළිස්සීමකදී කළ යුතු ප්‍රථමාධාරයක් වන්නේ,
 - 1) ඇඳුමකට ගිනි ඇවිලුණි නම් වහා ජලය ඇති ස්ථානයකට දුවගෙන යා යුතුය.
 - 2) පිළිස්සුනු ඇඳුම් ඉක්මණින් ඉවත් කර යුතුය.
 - 3) මූලිකම කළ යුත්තේ තද ඇඳුම්, මුදු ආදිය ඉවත් කිරීමය.
 - 4) පිළිස්සුණු කොටස් මිනිත්තු 10ට වඩා ගලා යන ජලයට ඇල්ලිය යුතුය.

• පහත ප්‍රකාශ කිරීමේ (✓) ලකුණ ද වැරදි නම් (x) ලකුණ වරහන තුළ යොදන්න.

- 07) සිහිසුන් අවස්ථාවක රෝගියෙකුට කවන පොවන ද්‍රව්‍ය ශ්වසන මාර්ගයට යා හැකි නිසා කිසිවක් නොදිය යුතුය. ()
 - 08) “ලොග් රෝලින්” ක්‍රමය යොදාගන්නේ ක්ලාන්ත වූ රෝගියෙකු සඳහාය. ()
 - 09) රෝගියෙකුගේ නාඩි වැටීම සිදු නොවේ නම් පපු පීඩනය ලබාදී හෘදය ක්‍රියාත්මක කරවිය යුතුය.()
 - 10) නාසයේ යමක් සිරවූ විට උපකරණයක් නාසය තුළට දමා එය ඉවතට ගත හැකිය. ()
- (2 x 10 = 20)

II කොටස

• ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

- 01) ප්‍රථමාධාරයක් යනු කුමක්ද? (ල. 5)
- 02) ප්‍රථමාධාර ලබා දීමේ අරමුණු 3 ක් ලියන්න. (ල. 3)
- 03) ප්‍රථමාධාර ලබා දීමේ ABCDE ක්‍රමවේදයේ එක් එක් පියවරකදී කෙරෙන කාර්යය කෙටියෙන් වෙන් වෙන්ම ලියන්න. (ල. 20)
- 04) ප්‍රථමාධාර ලබා දෙන්නෙකු සතු විය යුතු ගුණාංග 10ක් ලියන්න. (ල. 10)
- 05) කැපී ඉවත්වූ ගරීර කොටසක් සහිත රෝගියෙකු සිටින විට සිදු කළ යුත්තේ කුමක් ද? (ල. 5)
- 06) සර්පයෙකු දෂ්ට කිරීමක් සිදුවූ විට නොකළ යුත්තේ කුමක්ද? (ල. 5)
- 07) පුද්ගලයෙකුගේ රුධිර සංසරණය නැවතිය හැකි අවස්ථා 5ක් ලියන්න. (ල. 10)
- 08) ක්ලාන්තයක් ඇති වූ පුද්ගලයෙකුට දිය යුතු ප්‍රථමාධාර මොනවා ද? (ල. 10)
- 09) දෙබර හෝ බඹර දෂ්ට කිරීමකදී දිය යුතු ප්‍රථමාධාර විස්තර කරන්න. (ල. 10)
- 10) විදුලි සැර වැදීමකදී කළ යුතු දේවල් 2ක් ලියන්න. (ල. 2)

ලකුණු හා සැකසුම – G.S ප්‍රේමවන්ද