

TURNOUT AND BASIC DRILL MOVEMENTS

सज्जा और बुनियादी कवायद संचलन

ATTENTION सावधान



FRONT VIEW
सामने का दृश्य



REAR VIEW
पीछे का दृश्य



SIDE VIEW
बागली दृश्य

STAND AT EASE विश्राम



FRONT VIEW
सामने का दृश्य



REAR VIEW
पीछे का दृश्य

MARCHING चलना

STEP OUT POSITION कदम बढ़ाने की पोजीशन



SIDE VIEW
बागली दृश्य



FRONT VIEW
सामने का दृश्य



REAR VIEW
पीछे का दृश्य



FRONT VIEW
सामने का दृश्य



REAR VIEW
पीछे का दृश्य



SIDE VIEW
बागली दृश्य

TURNING मुड़ना

SALUTING WITHOUT ARMS बगैर शस्त्र सिलूट करना



FRONT SALUTE
सामने का सिलूट



RIGHT SALUTE
दाएँ को सिलूट



LEFT SALUTE
बाएँ को सिलूट



SIDE VIEW
बागली दृश्य



FRONT VIEW
सामने का दृश्य



REAR VIEW
पीछे का दृश्य

TURNING ABOUT पीछे मुड़ना

CORRECT WAYS OF WEARING

PAGRI AND BERET पगड़ी तथा बैरेट पहनने का सही ढंग

DRESSED WITH A PAGRI पगड़ी पहने हुए



FRONT VIEW
सामने का दृश्य



REAR VIEW
पीछे का दृश्य



SIDE VIEW
बागली दृश्य



FRONT VIEW
सामने का दृश्य



SIDE VIEW
बागली दृश्य



REAR VIEW
पीछे का दृश्य

DRESSED WITH A BERET बैरेट पहने हुए

PHYSICAL TRAINING

शारीरिक अभ्यास

<p>EXERCISE 1 शरीरिक अभ्यास 1</p>	<p>EXERCISE 2 शरीरिक अभ्यास 2</p>	<p>EXERCISE 3 शरीरिक अभ्यास 3</p>	<p>EXERCISE 4 शरीरिक अभ्यास 4</p>	
<p>EXERCISE 5 शरीरिक अभ्यास 5</p>	<p>EXERCISE 6 शरीरिक अभ्यास 6</p>	<p>EXERCISE 7 शरीरिक अभ्यास 7</p>	<p>EXERCISE 8 शरीरिक अभ्यास 8</p>	
<p>EXERCISE 9 शरीरिक अभ्यास 9</p>	<p>EXERCISE 10 शरीरिक अभ्यास 10</p>	<p>EXERCISE 11 शरीरिक अभ्यास 11</p>	<p>EXERCISE 12 शरीरिक अभ्यास 12</p>	
<p>SURYA NAMASKAR सूर्य नमस्कार</p>				
<p>DAND दण्ड</p>	<p>SALABHASANA उल्लसक</p> <p>HAL ASAN हलसन</p>	<p>BAITHAK बैठक</p>	<p>SHIRSH ASAN शीर्षासन</p>	<p>NECESSITY आवश्यकता</p> <p>Person's has shown that physically fit person is able to withstand longer for longer periods than physically unfit. He is better equipped to absorb physical stress. He is more efficient and change from good mental condition, absence of nervous tension. Regular physical improve your health of well being and your body shape for the better enjoyment of things.</p> <p>शरीरिक अभ्यास की आवश्यकता</p> <p>शरीरिक अभ्यास करने वाले व्यक्ति को शरीरिक रूप से फिट रहने में सक्षम रहने में मदद मिलती है। शरीरिक रूप से फिट व्यक्ति शरीरिक तनाव को बेहतर ढंग से सहन कर सकता है। वह मानसिक तनाव, तनाव की अनुपस्थिति में बेहतर मानसिक स्थिति में रहता है। नियमित शारीरिक अभ्यास आपकी स्वास्थ्य और जीवन की गुणवत्ता को बेहतर ढंग से बनाए रखता है।</p>
<p>BHUJANG ASAN भुजंगासन</p> <p>DHANUR ASAN धनुर्आसन</p>	<p>SKIPPING उपलक्ष्म</p>	<p>BALANCING ON BEAM काठ-रवई या संतुलन</p>	<p>HOPPING कूदना</p>	<p>YOG MUDRA योग मुद्रा</p>

आग से सुरक्षा FIRE FIGHTING

Causes and Prevention be taken against break of Fire

राष्ट्र के प्रतिरक्षा सामर्थ्य

1. राष्ट्रीय संसाधन और राष्ट्र की कुल शक्ति।
2. अर्थिक और वैज्ञानिक प्रगति।
3. उपलब्धता और शक्ति की इच्छा।
4. वैयक्तिक विकास और अनुभव।
5. शिक्षण, अनुभव और तैयारी का संयोजन।

DEFENCE POTENTIAL OF A NATION

1. The national income and all of its source.
2. Economic and technical resources.
3. Availability of suitable manpower.
4. Scientific development and research.
5. Efficiency, discipline & training of its people.

शत्रु के उद्देश्य

1. अर्थिक और वैज्ञानिक प्रगति को नष्ट करना।
2. राष्ट्र की प्रतिरक्षा क्षमता को कम करना।
3. अधिक से अधिक नुकसान का कारण बनना।

ENEMY'S AIMS ARE:

1. To overtake & demoralize the civil population.
2. To break the nation's resistance.
3. To cause maximum possible destruction.

आग का तापमान Temperature of Fire



आग को रोकने के साधन Fire Fighting Apparatus

रेग से भरी हुई बट्टी
Bucket full of Sands



बकरी
Bucket



सीढ़ी
Ladder

आग को रोकने के साधन आग बुझाने वाले साधन-बकरी, सीढ़ी, बट्टी से मिलकर बनी।
अधिक दूर से आग से बचाव करने के लिए इन उपकरणों के उपयोग से अधिकतम करें।
Check up thoroughly your fire fighting apparatus like, Bucket, Ladder, Sand Bag etc. Take care number of your family for use of the fighting apparatus.



आग बुझाने वाला
Fire Extinguisher
कैन्डल



रेग के थैलियाँ
Bags of Sand

आग लगने की वजह से घुबला
अग्नि-संरक्षक सेवा से 101 नम्बर
पर संपर्क करें।
In case of fire, contact Fire
Brigade on No. 101
immediately.



घर की किसी जगह से आग आने पर, उसे किसी भी खुले
खिड़की से बाहर निकाल दें। (संभव नहीं और समय नहीं)
In case escape through windows and other openings not
possible, shoot or help from any opening space available
if it does not get smothered, flames could & burn.

आग लगने की वजह से जल बिना
बन्द कर दें और फिरो का प्रयोग
न करें।
In case of fire, Switch off
the Main & do not use it.

CLOTHING ON FIRE कपड़ों में आग लगना

ऐसा न करें
1. झूट पर दोर कर लेना।
2. खड़े होकर लड़ना।
3. खड़े होकर भागना।
ऐसा न करें
1. न डरें और न ही खड़े हों।

Do's
1. Lay down flat on floor.
2. Roll in it with blanket.
3. Cover the burnt area with
water. Don't remove any
thing sticking to the burn.





















































































Don'ts
1. Do not run or stand.

HOW TO DEAL WITH MAGNESIUM BOMB

रेग की बट्टी को अपनी जगह से हटाकर हटके। बग के पास जाकर,
और जमी की बग पर रेग गिरा दें कि वह सब आग
से अलग होवे। बग नीचे की ओर रख लें। और जगह
कोई गहरे गड्ढा बना लें।
Keep the sand bag in front of your eyes. Go near
the bomb and drop the whole bag on the bomb
covering it from all sides. The bomb shall burn
out inside without causing severe damage.



RANK BADGES POLICE, C.R.P.F., B.S.F., HOME GUARDS, FIRE SERVICES

पुलिस			POLICE			सोम सुधा बल/केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल B.S.F./C.R.P.F.			गृह रक्षक			HOME GUARDS		
														
डी.जी. गेण्टल Director General	डी.जी. गेण्टल Additional Director General	डी.जी. गेण्टल Director General	डी.जी. गेण्टल Director General	डी.जी. गेण्टल Inspector General	डी.जी. गेण्टल O. I. D.	डी.जी. गेण्टल Commandant General	डी.जी. गेण्टल Colonel	डी.जी. गेण्टल Major General	डी.जी. गेण्टल Colonel	डी.जी. गेण्टल Major General	डी.जी. गेण्टल Major General	डी.जी. गेण्टल Major General	डी.जी. गेण्टल Major General	
														
डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Add. Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	डी.डी. गेण्टल Deputy Commissioner	
														
डी.एस. गेण्टल Add. Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	डी.एस. गेण्टल Superintendent	
														
डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Sub-Inspector	डी.एस. गेण्टल Sub-Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Sub-Inspector	डी.एस. गेण्टल Sub-Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	डी.एस. गेण्टल Inspector	
														
डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	डी.एस. गेण्टल Head Constable	
FIRE SERVICES														
														
डी.एस. गेण्टल Chief Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Deputy Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	डी.एस. गेण्टल Fire Officer	

सैल्यूट शस्त्र के साथ व बिना शस्त्र SALUTE WITH & WITHOUT ARM



सबसे पहले शस्त्र को नीचे उतारना।
FRONT SALUTE WITH ARM



सबसे पहले शस्त्र को पीछे उतारना।
FRONT SALUTE WITHOUT ARM



बाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना।
LEFT SALUTE WITH ARM



दाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना।
RIGHT SALUTE WITH ARM SLOW MARCH



बाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना।
LEFT SALUTE WITHOUT ARM SLOW MARCH



सबसे पहले शस्त्र को नीचे उतारना।
FRONT SALUTE WITH ARM SLOW MARCH



बाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना।
LEFT SALUTE WITH ARM SLOW MARCH



शस्त्र को शरीर के साथ रखना और शस्त्र को नीचे उतारना।
FRONT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



दाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
RIGHT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



बाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
LEFT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



शस्त्र को शरीर के साथ रखना और शस्त्र को नीचे उतारना।
FRONT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



दाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
RIGHT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



बाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
LEFT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



शस्त्र को शरीर के साथ रखना और शस्त्र को नीचे उतारना।
FRONT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



दाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
RIGHT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



शस्त्र को शरीर के साथ रखना और शस्त्र को नीचे उतारना।
FRONT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



दाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
RIGHT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



बाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
LEFT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



शस्त्र को शरीर के साथ रखना और शस्त्र को नीचे उतारना।
FRONT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE



दाईं ओर से शस्त्र को पीछे उतारना। शस्त्र को शरीर के साथ रखना।
RIGHT SALUTE WITH ARM HOLDING RIFLE

COPYRIGHT RESERVED WITH THE PUBLISHER

Publisher: EDUCATIONAL TRADERS

3772, ANAND TRADING ROAD, DELHI 110006

स्मृतल
पद चिन्ह

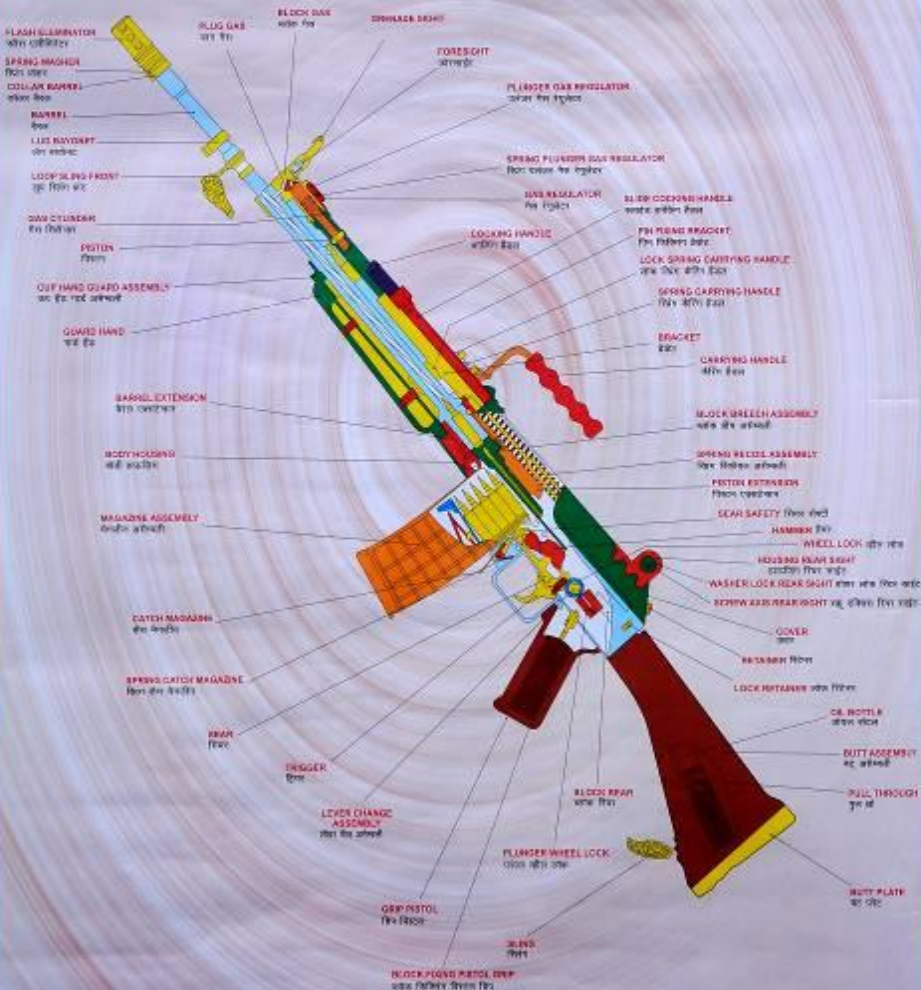
EQUIVALENT
RANK BADGES
INDIAN ARMED FORCES

WITH
GEORGETTE
PATCHES

<p>ARMY थल सेना</p>	<p>NAVY नौ सेना</p>	<p>AIR FORCE वायु सेना</p>
<p>फील्ड मार्शल Field Marshal</p> 	<p>एडमिरल ऑफ़ द फ्लीट Admiral of the Fleet</p> 	<p>मार्शल ऑफ़ द वायु सेना Marshal of the Air Force</p> 
<p>जनरल General</p> 	<p>एडमिरल Admiral</p> 	<p>एअर चीफ़ मार्शल Air Chief Marshal</p> 
<p>ऑफिसर जनरल Lieutenant General</p> 	<p>वायस एडमिरल Vice Admiral</p> 	<p>एअर मार्शल Air Marshal</p> 
<p>मजर जनरल Major General</p> 	<p>रियर एडमिरल Rear Admiral</p> 	<p>एअर वायस मार्शल Air Vice Marshal</p> 
<p>ब्रिगेडियर Brigadier</p> 	<p>कमन्डर Commodore</p> 	<p>एअर कम्मन्डर Air Commodore</p> 
<p>कॉलोनल Colonel</p> 	<p>कैप्टन Captain</p> 	<p>ग्रुप कैप्टन Group Captain</p> 
<p>ऑफिसर कॉलोनल Lieutenant Colonel</p> 	<p>कमान्डर Commander</p> 	<p>विंग कमान्डर Wing Commander</p> 
<p>मजर Major</p> 	<p>ऑफिसर कमान्डर Lieutenant Commander</p> 	<p>स्कवाड्रन लीडर Squadron Leader</p> 
<p>कैप्टन Captain</p> 	<p>ऑफिसर Lieutenant</p> 	<p>फ्लाइट ऑफिसर Flight Lieutenant</p> 
<p>ऑफिसर Lieutenant</p> 	<p>सब-ऑफिसर Sub-Lieutenant</p> 	<p>फ्लायिंग ऑफिसर Flying Officer</p> 
<p>GEORGETTE PATCHES</p> 	<p>NAVY GEORGETTE PATCHES</p> 	<p>AIR FORCE GEORGETTE PATCHES</p> 

RIFLE 5.56mm INSAS

राईफल 5.56 एम. एम. इन्सास

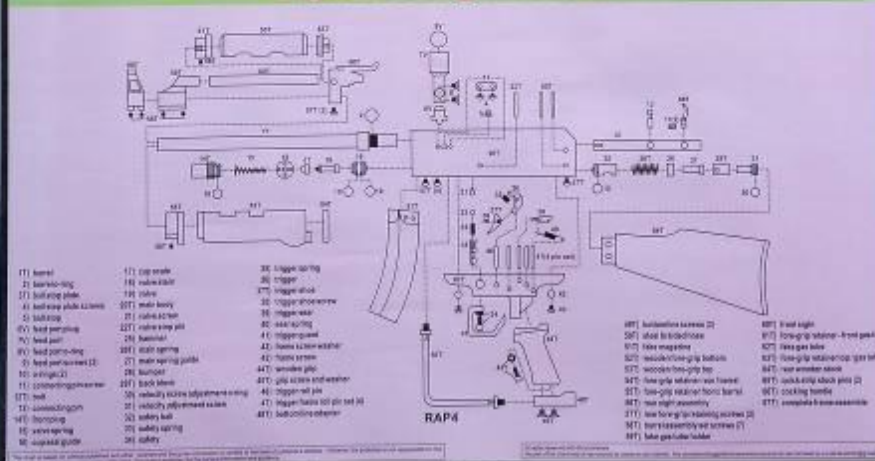


राइफल ए.के.-47 RIFLE AK-47

PUB. SHED BY EDUCATIONAL TRADERS, 57/3, BHOWANI ROAD, DELHI 110088



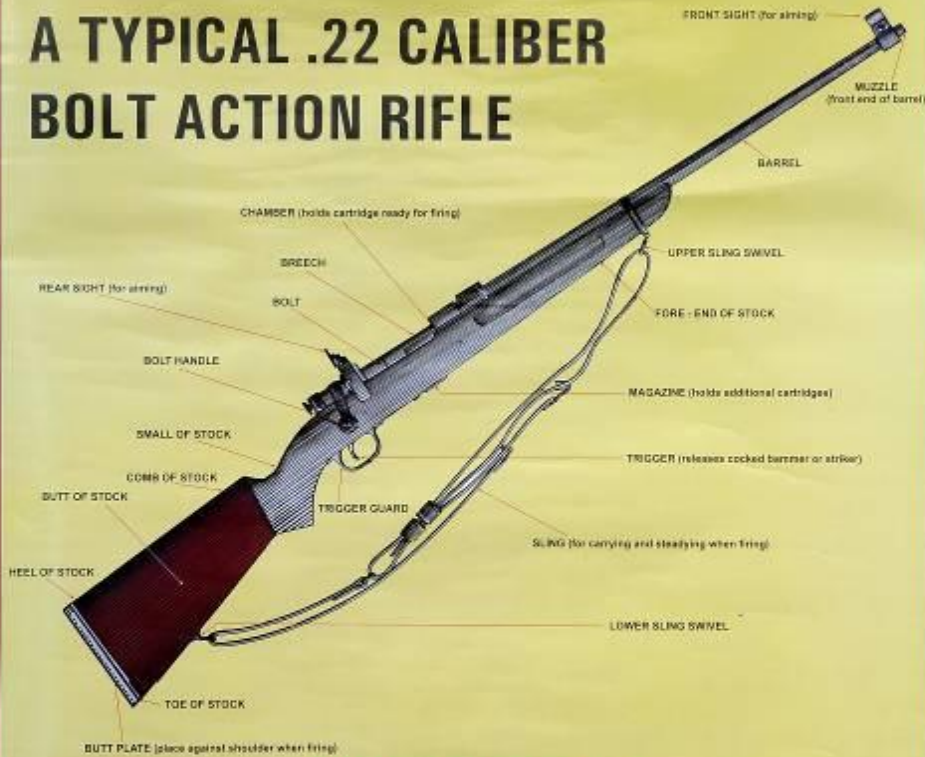
Exploded Diagram AK-47



.22 RIFLE PARTS AND AMMUNITION

© 2001 BSAI, MP 430 (14) 1000, (14) 0000, Approved Army Contractors & General Order Suppliers, B-150, Mayapuri Ind. Area, Phase-I, New Delhi-110004

A TYPICAL .22 CALIBER BOLT ACTION RIFLE



OTHER COMMON TYPES OF ACTION



RIFLING LANDS

THE RIFLING CAUSES THE BULLET TO SPIRAL



Published by : EDUCATIONAL TRADERS, Approved Army Contractors & General Order Suppliers, B-150, Mayapuri Ind. Area, Phase-I, New Delhi-110004

PISTOLS AND REVOLVERS

FOR INDIAN ARMED FORCES, PARA MILITARY FORCES AND POLICE FORCE

Available at: **ARMY EDUCATIONAL STORES, 510 SECTOR 33-B, CHANDIGARH-160020. (Phone 9815217510)**

For more information on the products and services available at the stores, visit our website at www.armyedstore.com

BROWNING Hi-Power 9mm Automatic



- 1 Trigger & Magazine Safety Pin
- 2 Trigger
- 3 Hammer
- 4 Trigger Lever
- 5 Trigger Pin
- 6 Trigger Spring
- 7 Slide Stop
- 8 Rail
- 9 Charging Spring Catch
- 10 Charging Spring Catch Cap
- 11 Front Sight
- 12 Slide
- 13 Barrel
- 14 Extractor
- 15 Charging Spring Catch
- 16 Rear Sight



Type: Semi-automatic, Single-action
 Length: 6.7 in (173 mm)
 Length of Barrel: 5.0 in
 Height (without night sights): 5.7 in
 Height (with sights): 6.0 in; (without magazine): 5.5 in
 Weight: (with sights, 15 rounds): 6.5 kg (with empty magazine): 5.285 kg
 Magazine Capacity: 13 Rounds
 Sight: (with sights): 1.5 in

Caliber: 9 mm (DIN 191)
 Barrel length: 13.0 in (330 mm)
 Number of rounds: 13

SIG SAUER P 226



Model: Type 226
 Caliber: 9mm
 Length overall: 7.7 in
 Length barrel: 4.25 in
 Height overall: 5.8 in
 Weight overall: 3.82 in

Barrel length: 4.9 in
 Sight radius: 6.5 in
 Weight: (empty): 3.4 in
 Trigger Pull Weight: 3.4 in
 Magazine capacity: 17 in

GLOCK-17



Type: Semi-automatic pistol
 Action: Safe Action
 Cartridge: 9x19mm Parabellum
 Effective range: 50 m (30 yds)
 Feed System: Glock Magazine (17 Rounds)
 Barrel length: 7.32 in (187 mm)
 Height: 5.43 in (139 mm)
 Width: 1.78 in (45 mm)
 Barrel length: 4.20 in (107 mm)
 Barrel height: 2.0 in (51 mm)
 Magazine Capacity: (Standard): 17 Rounds
 (Optional): 19, 21, 23
 Weight: (empty) 3.20 kg (7.05 lb)
 Line of Sight: 6.88 in (175 mm)
 Trigger Pull: 2.5 kg (5.5 lbs)
 Trigger Travel: 0.8 in (20.3 mm)

GLOCK-19

Caliber: 9 mm (DIN 191) - 9mm (DIN 191) - 9mm (DIN 191)
 Length: 6.22 in (158 mm) - 6.22 in (158 mm) - 6.22 in (158 mm)
 Length of Barrel: 4.02 in (102 mm) - 4.02 in (102 mm) - 4.02 in (102 mm)
 Height: 5.43 in (139 mm) - 5.43 in (139 mm) - 5.43 in (139 mm)
 Width: 1.78 in (45 mm) - 1.78 in (45 mm) - 1.78 in (45 mm)
 Barrel length: 4.20 in (107 mm) - 4.20 in (107 mm) - 4.20 in (107 mm)
 Barrel height: 2.0 in (51 mm) - 2.0 in (51 mm) - 2.0 in (51 mm)
 Magazine Capacity: (Standard): 17 Rounds
 (Optional): 19, 21, 23
 Weight: (empty) 3.20 kg (7.05 lb) - 3.20 kg (7.05 lb) - 3.20 kg (7.05 lb)
 Line of Sight: 6.88 in (175 mm) - 6.88 in (175 mm) - 6.88 in (175 mm)
 Trigger Pull: 2.5 kg (5.5 lbs) - 2.5 kg (5.5 lbs) - 2.5 kg (5.5 lbs)
 Trigger Travel: 0.8 in (20.3 mm) - 0.8 in (20.3 mm) - 0.8 in (20.3 mm)

Smith & Wesson .38



B.W. .455 Mark VI



Type: Double action Revolver
 Caliber: 455 Wadley
 Weight: 2.4 lbs (1.1 kg) unloaded
 Length: 11.25 in (286 mm)
 Barrel length: 6 in (152 mm)
 Capacity: 5-round (open)
 Fire Mode: SA/DA 455 Mark VI
 Effective range: 50 yds
 Muzzle velocity: 625 ft/s (190 m/s)
 Rate of fire: 20 - 30 rounds per minute



- 1 Front Sight
- 2 Barrel
- 3 Chamber
- 4 Extractor Spring
- 5 Extractor
- 6 Hammer
- 7 Grip Trigger
- 8 Hammer Catch
- 9 Hammer
- 10 Frame
- 11 Main Spring
- 12 Back Bolt
- 13 Rail
- 14 Back Pin
- 15 Main Spring Locking
- 16 Trigger
- 17 Trigger Catch
- 18 Extractor Lever
- 19 Extractor Head
- 20 Trigger Guard



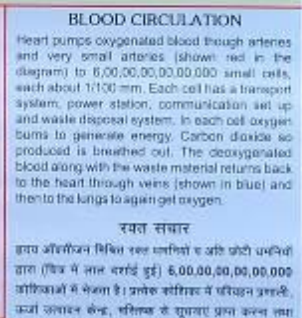
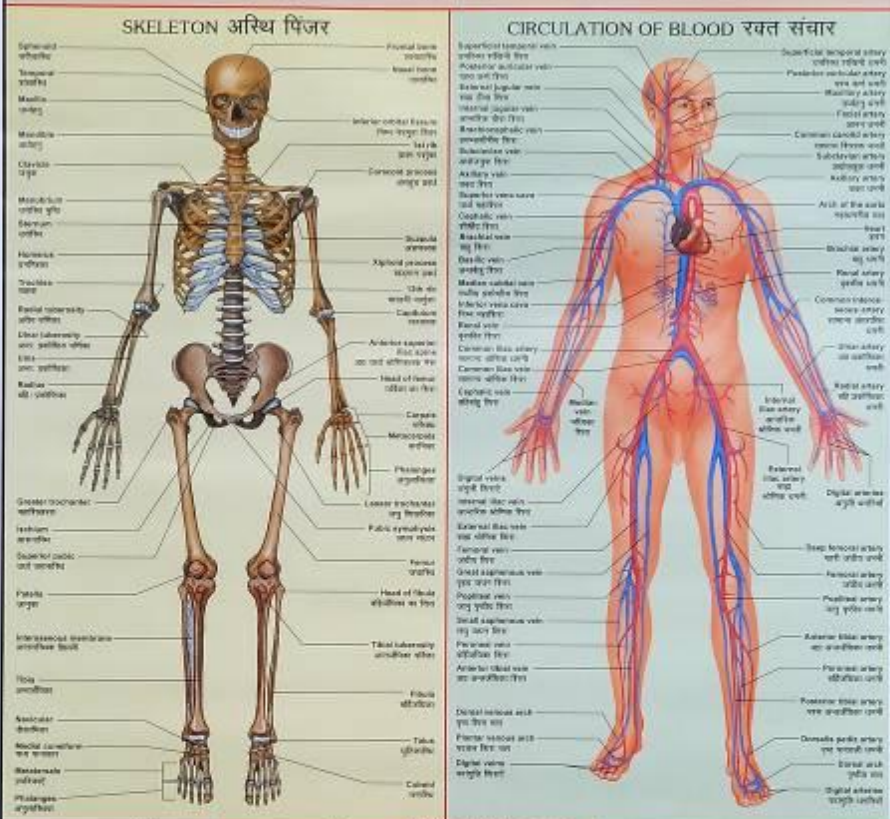
See All Power Browning Automatic Fire Training

B.W. .455 Mark VI (Rev. 16) - see website for Loading and Firing, Field Striping & How the Extractor works

Available at: **ARMY EDUCATIONAL STORES, 510 SECTOR 33-B, CHANDIGARH-160020. (Phone 9815217510)**

SKELETON & CIRCULATORY SYSTEM

अस्थि पिंजर और रक्त संचार



Skeleton is a flexible structure of rigid bones which provides shape and support to the body and offers protection to the internal organs. On an average there are 206 bones of various shapes and sizes in an adult human skeleton.

अस्थि पिंजर एक लचीली कठोर संरचना है जो शरीर को आकार व आराम प्रदान करता है। यह शरीर के अंग अंगों को सुरक्षा का भी कार्य करता है। एक स्वस्थ मानव शरीर में औसत 206 विभिन्न आकार की हड्डियाँ होती हैं।

Heart pumps oxygenated blood through arteries and very small arteries (shown red in the diagram) to 6,00,00,00,00,00,000 small cells, each about 1/100 mm. Each cell has a transport system, power station, communication set up and waste disposal system. In each cell oxygen burns to generate energy. Carbon dioxide so produced is breathed out. The deoxygenated blood along with the waste material returns back to the heart through veins (shown in blue) and then to the lungs to get oxygen.

रक्त संचार

हृदय ऑक्सीजन युक्त रक्त धमनियों के ज़रिए छोटी धमनियों द्वारा (चित्र में लाल रंग में दिखाई देते हैं) 6,00,00,00,00,00,000 कोशिकाओं में भेजता है। प्रत्येक कोशिका में परिवहन प्रणाली, ऊर्जा उत्पादन संयंत्र, संचार सेट और कचरा निष्कासन प्रणाली का व्यवस्था है। प्रत्येक कोशिका में ऑक्सीजन के जलने से कार्बन डायऑक्साइड उत्पन्न होता है और इसे पेशाब होने वाली कोशिका बाह्य वातावरण तक वापस आकर निकल जाता है। ऑक्सीजन रहित रक्त धमनियों (चित्र में नीली धमनियों) के माध्यम से हृदय को वापस आकर और फेफड़ों में पहुँचता है।

POISONS & THEIR ANTIDOTES

विष और उनके विषहर

A poison is a substance capable of injuring & killing a person.

विष वह पदार्थ है जिसकी पर्याप्त मात्रा शरीर में पहुँच कर स्वास्थ्य को हानि अथवा मृत्यु का कारण बन सकती है।

An antidote is an agent which counter acts a poison.

विषहर वह पदार्थ है, जो विष की रक्षा विषहर विष को उन्मूलित कर सकता है। उपाय का विषहर शरीर को और शरीर को विषहर करता है।

An antidote for an acid is an alkali & for an alkali is an acid.

विष मुँह, नाक या त्वचा के द्वारा शरीर में प्रवेश कर सकते हैं।

POISON MAY ENTER BODY THROUGH MOUTH, NOSE OR SKIN.

FOR PROPER TREATMENT TRY TO FIND OUT THE POISON TAKEN

उचित उपचार के लिए जानने का प्रयास करें कि कौन सा विष ली गई है।

Poisons	Signs	Symptoms	Antidotes	Treatment
ACIDS Nitric Hydrochloric, Sulphuric or Oxalic Acid		Taken orally, intense burning sensation in the stomach, chest and upper abdomen and ingestion of yellow or grey stains on the skin. If vomiting takes place, there will be effluence on vomiting. It is controlled with earth.	जल	No vomiting should be induced. Give plenty of water to dilute the acid. If possible, add two table spoons of soda bicarb drink or milk of magnesia or glass of white wash to a pint of water.
ALKALIS Lye, Quick Lime, Ammonia, Caustic Soda, Potash		Same as above. But if vomiting takes place there will not be any effluence on vomiting. Contact with earth.	जल	Vomiting should not be induced. Give plenty of water to dilute the action of alkali. If possible, add two spoons of vinegar, orange, lemon or lime juice to a pint of water.
DISINFECTANTS Carbolic acid, Phenyle, Lysol, Dettol, Iodo, Cresol, etc.		Giddiness, incoherent talk, confusion, hurried action, staggering gait, nausea, vomiting may lead to unconsciousness.	जल	Do not make the casualty wake. Give two spoons of opium salt in a pint of water or in a tea cup half of medicinal panath.
ALCOHOL Wine, Methylated Spirit, etc.		Same as above.	जल	Give tea or coffee or any soothing drink. Give heat to the feet and cold to the head. Induce vomiting by giving two spoons of creosote salt in warm water or by holding the back of throat.
CARBON MONOXIDE Gases from burning petrol paraffin, Kerosene, Phosphorus matches, gas from automobile.		Dizziness and giddiness followed by suffocation, coma and convulsion contraction of pupils.	जल	Immediately remove the casualty from the place. Ensure free passage of air. Apply artificial respiration and oxygen.
ARSENIC Rat poison, arsenic (weed killers), etc.		Lips and face are bluish, contraction of pupils and stupor after coma.	जल	Give some emetic to induce vomiting and give some soothing drinks, soda bicarb, milk, coffee or tea, white of egg or warm glycerol drink. In severe cases give hot bottles and stimulants.
CHLORAL Lunatic venal, sleeping pills, Opium or Morphine (add), etc.		Coma and heart weakness.	जल	Give some emetic to induce vomiting. Keep the casualty awake. Give one spoon of epsom or Glauber's salt with water. Give tea or coffee.
MERCURY Corrosive calomel		Poisoning of blood.	जल	Give some emetic to induce vomiting. Give white of egg in water followed by milk. Barley water or charcoal. Give few crystals of potassium permanganate dissolved in water.
PRUSSIC ACID Cyanides used in photography & electroplating		Giddiness, blurred vision, choking of throat and chest, slow pulse, contracted pupils, blue lips.	जल	If an emergency, induce vomiting. Give artificial respiration. Never give oil. Give water with few crystals of potassium permanganate.
STRYCHNINE & INSECTICIDES Some vermin & weed killers.		As above.	जल	Induce vomiting, unless spasms have begun. Keep very quiet. Do not restrain movement. If breathing stops, apply artificial respiration.
DATURA Preparing crushed seeds are added to food or drink by criminals with intent to rob other than to kill.		Dryness of throat, flushing of the face with hot dry skin, fixed pupils and typical, restlessness, purposeless movement with muttering. Delirium may lead to coma with death from failure of heart.	जल	Induce vomiting. Keep the casualty awake. Give oil or milk. Present hypnosis by flooding with towels. Stimulate by hot coffee or a table spoonful of brandy. Apply warmth and artificial respiration.



ROLLER BANDAGES लपेटवी पट्टियाँ

APPLICATION OF DRESSING
The surrounding skin should be dry. Wash your hands thoroughly. Avoid touching the wound. Do not cough or sneeze over the wound. Dressing should be covered with adequate pads of cotton.

पट्टियों का प्रयोग
घाव के इर्द गिर्द त्वचा को सुखारें। अपने हाथ अच्छी तरह से धो लें। घाव पर छींके जकड़ा सतर्क नहो। घाव के ऊपर अपनी गाल चढ़ कर पैड रखें।

PROTECTIVE COVERING FOR WOUND OR FRACTURE घाव तथा अस्थिमंग के लिए सुरक्षात्मक प्रावरण

FINGER BANDAGE
अंगुलियों की पट्टी



ONE FINGER एक अंगुली
START आरम्भ
COMPLETE सम्पूर्ण

SPICA BANDAGE FOR THUMB
अंगूठे की चक्राकार पट्टी



ALL FINGERS & HAND
सब अंगुलियाँ और हाथ

WRIST BANDAGING
कलाई की पट्टी



SPICA BANDAGE
चक्राकार पट्टी

BANDAGES FOR THE ELBOW
कोहली की पट्टी



START आरम्भ
COMPLETE सम्पूर्ण

FOOT & ANKLE BANDAGING
पींव व टखने की पट्टी



START आरम्भ
COMPLETE सम्पूर्ण

BANDAGE FOR THE HEEL
एडी की पट्टी



START आरम्भ
COMPLETE सम्पूर्ण



SPICA BANDAGE FOR SHOULDER
बगैरे के लिए चक्राकार पट्टी



KNEE BANDAGE
घुटने के लिए पट्टी



HIP SPICA BANDAGE
कुहरे की चक्राकार पट्टी
DOUBLE SPICA FOR GROIN
ऊरगंध के लिए चक्राकार पट्टी

CAPE LINE BANDAGES माथे की पट्टियाँ



START आरम्भ
FIRST TURN प्रथम मोड़



SECOND TURN द्वितीय मोड़
COMPLETE सम्पूर्ण



START आरम्भ
COMPLETE सम्पूर्ण



START आरम्भ
COMPLETE सम्पूर्ण

ARTIFICIAL RESPIRATION

कृत्रिम श्वास क्रिया



RESPIRATORY SYSTEM
श्वासन प्रणाली

SCHAFFER'S METHOD

शेफर विधि



FIRST MOVEMENT
प्रथम चाल



SECOND MOVEMENT
द्वितीय चाल

It is, to breathe in and breath out air. During breathing in the diaphragm contracts, the ribs move upwards & forwards (increasing the capacity of chest). During breathing out the reverse process takes place.

If the breathing has stopped and heart continues to beat, it is possible to restore breathing by artificial respiration.

एक व्यक्ति मरने का प्रयास कर रहा है। श्वास (breathing) बंद हो गई है, लेकिन दिल अभी भी धड़क रहा है और रक्त चला रहा है। ऐसी स्थिति में श्वास को कृत्रिम रूप से शुरू करने के लिए कृत्रिम श्वास (artificial respiration) का उपयोग किया जा सकता है।

SILVESTER'S METHOD

सिलवेस्टर विधि



INITIAL POSITION OF THE CASUALTY
रोगी की प्रारंभिक अवस्था



FIRST MOVEMENT
प्रथम चाल



SECOND MOVEMENT
द्वितीय चाल

OBTAIN A HELPER TO PRESS THE CASUALTY'S LOWER JAW SO THAT THE CHIN IS JUTTING OUT.
एक सहायक की सहायता से रोगी के निचले जबड़े को दबाकर उसे आगे की ओर (प्रोट्रूड) निकाली रहे।

SUFFOCATION

A CONDITION IN WHICH LUNGS DO NOT GET SUFFICIENT AIR.
श्वास रोकना (किसी व्यक्ति को पर्याप्त वायु नहीं मिलने)

SYMPTOMS
1. GASPING FOR BREATH & RESTLESSNESS
2. CYANOSIS OF SKIN AND CLAMMY
3. NICK & PINN TENDRNG
4. PALLOR, Lips, FINGER NAILS TURN PALE
5. PULSE GETS FASTER AND FEELER

कारण
1. घात या चोट से श्वास रोकना
2. श्वास नली पर जोर डालना
3. घात या चोट से श्वास नली पर जोर डालना
4. श्वास नली पर जोर डालना



TREATMENT
1. CLEAR THE AIRWAY
2. LOOSEN NECK, WAIST & CLOTHES
3. ENSURE FULL CIRCULATION OF AIR AND ECONOMIZE THE FACE RESPIRATOR

उपचार
1. श्वास नली को साफ करना
2. गर्दन, कमर और कपड़े को ढीला करना
3. श्वास नली को साफ करना और श्वास नली को सुरक्षित रखना

FOR ADULTS

व्यक्तियों के लिए

FIRST MOVEMENT
(COUNT ONE-TWO)

प्रथम चाल (एक-दो गिनती करें)



SECOND MOVEMENT
(COUNT THREE)

द्वितीय चाल (तीसरी गिनती - तीन)



THIRD MOVEMENT
(COUNT FOUR-FIVE)

तृतीय चाल (चौथी-पांचवीं गिनती करें)



HOLGER NIELSEN METHOD

होलजर - नीलसन विधि

FOR CHILDREN

बच्चों के लिए



FIRST MOVEMENT
प्रथम चाल



SECOND MOVEMENT
द्वितीय चाल

FORCE SHOULD BE FROM FINGERS ONLY.
शक्ति केवल उंगलियों से ही लगाई जाए।



FIRST MOVEMENT
प्रथम चाल



SECOND MOVEMENT
द्वितीय चाल

FOR CHILDREN UNDER FIVE YEARS

5 वर्ष से कम उम्र के बच्चों के लिए