



ශ්‍රී ලංකා පොලීසියේ විශාලතම
කණිෂ්ඨ පරීක්ෂණය - 2025

0045

කාලය පැය 1

මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රය බහුවර්ණ (MCQ) ප්‍රශ්න 40කින් සහ පිටු 08 කින් සමන්විත වේ.

විභාග අපේක්ෂකයින් සඳහා උපදෙස්:

1. සියළුම ප්‍රශ්න සඳහා පිළිතුරු සැපයිය යුතුය.
2. එක් එක් ප්‍රශ්නය සඳහා වඩාත්ම නිවැරදි පිළිතුර පමණක් ඔබගේ ලබා දී ඇති බහුවර්ණ (MCQ) පිළිතුරු පත්‍රයේ කතිරයක් මගින් ලකුණු කළ යුතුය.

1. ප්‍රථමාධාරය යනු කුමක්ද?

- i. හුස්ම හිරවූ රෝගියකු ආරක්ෂිත ඉරියව්වට පත් කිරීම.
- ii. ක්ලාන්තයට පත්වූ කෙනෙකුට හෘද ස්වසන පුනර්ජීවනය (CPR) ලබා දීම.
- iii. ප්‍රථමාධාරය පිළිබඳ පුහුණුව ලත් කෙනෙකු විසින් හදිසි අනතුරකට හෝ හදිසි රෝගී තත්ත්වයකට පත්වූ කෙනෙකුට වෛද්‍යාධාර ලැබීමට පෙර දෙනු ලබන ආධාරය වේ.
- iv. ඉහත සඳහන් සියල්ලම ප්‍රථමාධාර ලෙස සැලකිය හැක.

2. ප්‍රථමාධාරය සැපයීමේදී ඔබගේ අවධානය යොමුවිය යුත්තේ :

- i. රෝගියාගේ හෝ අනතුරට ලක්වූ පුද්ගලයාගේ එම තත්ත්වය උත්සන්න නොවීමට කටයුතු කිරීම සඳහා.
- ii. එම පුද්ගලයාගේ ජීවිතය බේරාගැනීම සඳහා කටයුතු කිරීම.
- iii. තමාගේත්, රෝගියාගේත්, සහ ඒ අවට සිටින අයගේත් ආරක්ෂාව ගැන සැලකිලිමත් වී අවශ්‍ය පියවර ගැනීම සඳහා.
- iv. ඉහත සඳහන් සියල්ලම සඳහා

3. "DRSABCD" පිළිවෙත අනුගමන කිරීමේදී "B" අකුරෙන් හැඳින්වෙන්නේ:

- i. අනතුරට පත්වූ තැනැත්තා ප්‍රථමාධාර සපයන්නා වෙත ප්‍රතිචාරයක් දක්වන්නේද? නොදක්වන්නේද? යැයි පරීක්ෂා කිරීම.
- ii. අනතුරට පත්වූ තැනැත්තා සාමාන්‍ය ලෙස හුස්ම ගන්නේදැයි පරීක්ෂා කිරීම.
- iii. අනතුරට ලක්වූ තැනැත්තා වහාම ආරක්ෂිත ඉරියව්වට (Recovery position) පත් කිරීම.
- iv. අනතුරට පත්වූ තැනැත්තාට වහාම හෘද ස්වසන පුනර්ජීවනය (CPR) ලබාදීම.

4. රෝගියකුට හෘද ස්වසන පුනර්ජීවන (CPR) ලබා දීමට පෙර ඔබ පරීක්ෂා කළයුත්තේ පහත සඳහන් කුමන කරුණුද?

- i. රෝගියාට ඇමතු වී ඔබ වෙත ප්‍රතිචාරයක් දක්වන්නේද? නැද්ද? යන බව
- ii. රෝගියා සාමාන්‍ය ලෙස හුස්ම ගන්නේද නැද්ද යන බව.
- iii. ඉහත සඳහන් (i) පමණක් වේ.
- iv. ඉහත සඳහන් (i) සහ (ii) යන කරුණු දෙකම වේ.

5. කෙනෙකු හදිසි අනතුරකට පත්වී, වම් අතේ උඩ බාහුවෙන් අධික ලේ ගැලීමක් සිදුවේ. රෝගියාට සිහිය ඇත. ලේ ගැලීම පාලන කිරීම සඳහා ඔබ විසින් පළමුවෙනම කළයුත්තේ කවරක්ද?
 - i. ලේ ගලන ස්ථානයට අයිස් බෑගයක් තබා තද කරගෙන සිටීම.
 - ii. ලේ ගලන ස්ථානයට ඉහළින් තිරිංගයක් දැමීම.
 - iii. ලේ ගලන ස්ථානයට, පිරිසිදු රෙදි කඩකින් පීඩනයක් ලබාදීම.
 - iv. ලේ ගලන ස්ථානය සබන්ගා සේදීම.
6. යම් කෙනෙකුගේ උගුරේ යමක් හිරවී, කපා කිරීමට හෝ කහින්නට බැරි බව පෙන්වයි. මොහුට සැපයිය යුතු ප්‍රථමාධාරය වනුයේ
 - i. තේ හැන්දක් භාවිතා කර හිරවී ඇති දෙය ඉවත් කිරීම.
 - ii. බීමට වතුර ලබාදීම.
 - iii. වහාම පිටට කීප වරක් වැරෙන් තට්ටු කර, හිරවී ඇති දෙය එළියට ආවේ නැත්නම් නාභිය අසලින් තෙරපුම් ලබා දීමයි.
 - iv. ඉහත සඳහන් සියල්ලම නිවැරදි වේ.
7. කොළඹ සහ දිවයිනේ බොහෝ ප්‍රදේශවල අය කිරීමකින් තොරව ක්‍රියාත්මක වන සුවසැරිය ගිලන්රථ සේවයේ දුරකථන අංකය වන්නේ:
 - i. 1901
 - ii. 1900
 - iii. 1990
 - iv. 1910
8. අප සමාජයේ සිදුවන හදිසි අනතුරු බොහොමයක් ආරක්ෂිත වීම් මගින් වළක්වා ගතහැකි වේ. ආරක්ෂාව පිළිබඳ නොසලකා හරින අවස්ථා වන්නේ:
 - i. පාසලේ විවේක කාලයට සිනුව නාදකළ විට, එකිනෙකා තල්ලු කරමින් පඩිපෙල දිගේ දිව යෑම.
 - ii. කැඩී ඇති වීදුරු කැබලි අනාරක්ෂිතව ඉවතට දැමීම.
 - iii. ජංගම දුරකථනය (cell phone) භාවිතා කරමින් පාරේ පැති මාරුවීම
 - iv. ඉහත සඳහන් සියල්ලම.
9. දෙවැනි මට්ටමේ පිළිස්සීමක් (second degree burn) සඳහා දෙනු ලබන ප්‍රථමාධාරයේදී කළ යුත්තේ:
 - i. පිළිස්සුනු ප්‍රදේශයේ ඇති ඇඳුම් හා ස්වර්ණාභරණ වහාම ඉවත් කිරීම.
 - ii. පිළිස්සීම සිදුවී ඇති ප්‍රදේශය අයිස් භාවිතයෙන් සිසිල් කිරීම.
 - iii. පිළිස්සීමට ලක්වූ ප්‍රදේශය මිනිත්තු 20ක පමණ කාලයක් ගලායන ජලයෙන් සිසිල් කිරීම.
 - iv. ඉහත සඳහන් සියල්ලම.
10. තුන්වැනි මට්ටමේ පිළිස්සීමක් (third degree burn) හඳුනා ගැනීම සඳහා ඉවහල් නොවන්නේ:
 - i. පිළිස්සීම මගින් අපිවර්ථය සහ වර්ථයට අභයන්තරයේ ඇති පටක වලට හානි සිදුවීම.
 - ii. රෝගියාට පිළිස්සුණු ප්‍රදේශයේ වේදනාවක් නොදැනීම.
 - iii. පිළිස්සුණු ප්‍රදේශයෙන් අධික ලෙස නොකඩවා රුධිරය ගැලීම.
 - iv. පිළිස්සීමට ලක්වූ ප්‍රදේශය කළු, සුදු හෝ රතු පැහැති වී තිබීම.

11. අපස්මාරයට (epilepsy) අදාළ වලිප්පුව (fit එක) සෑදුණ විට සිදු කළ යුතු වන්නේ:
- i. වහාම එම තැනැත්තාගේ මුඛය තුළට මෙය හැන්දක් වැනි දෘඩ බාහිර වස්තුවක් ඇතුළත් කිරීම.
 - ii. එම තැනැත්තාගේ ශරීරයේ යම් කොටසක් නොකඩවා විද්‍යාත්මකව ගැස්සීමක් (වලනයක්) පෙන්වන්නේ නම් තදින් අල්වාගෙන එම වලනය වහාම නැවැත්වීම.
 - iii. රෝගියා සිටින ස්ථානය අනාරක්ෂිත නම් පරිස්සමින් ඔහු/ ඇය ආරක්ෂිත ස්ථානයකට ගොඩු කිරීම.
 - iv. ඉහත සඳහන් සියල්ලම.
12. අපස්මාර රෝගියෙකුට විටින් විට සෑදෙන වලිප්පුව (fit එක) පිළිබඳ වැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?
- i. බොහෝවිට වලිප්පුව පවතින්නේ මිනිත්තු 2ක් හෝ 3ක් වැනි සුළු කාලයකට පමණි.
 - ii. වලිප්පුව බෝවෙන රෝගයක් වේ.
 - iii. වලිප්පුව සෑදීමට හේතුව මොළයේ සාමාන්‍යයන් සිදුවන විද්‍යුත් ක්‍රියාවලිය හදිසියේම අධි ක්‍රියාකාරී තත්වයට පත්වීම.
 - iv. වෛද්‍ය උපදෙස් අනුව නොකඩවා නිවැරදි ප්‍රතිකාර ගැනීම මගින් වලිප්පුව සෑදීම අඩුකර ගැනීම හෝ සම්පූර්ණයෙන්ම සුව කර ගැනීම සිදු කළහැක.
13. උළක්කුවක් ඇතිවීමට අදාළ හේතුව වන්නේ:
- i. උළක්කුව සිදුවී ඇති ස්ථානයට ඉහලින් අස්ථි බිඳීමක් සිදුවීම.
 - ii. උළක්කුව ඇති ස්ථානයට අවශ්‍ය වන ඔක්සිජන් වායුව රුධිරය මගින් ලබා නොදීම.
 - iii. අස්ථි දෙකක් සම්බන්ධ කරන අස්ථි බන්ධනි වලට සිදුවන ඇදුමක් හෝ ඉරි යෑමක්.
 - iv. උළක්කුව සිදුවී ඇති ස්ථානයට සම්බන්ධ ස්නායු ක්‍රියා විරහිත වීම.
14. උළක්කුව සඳහා අදාළ ප්‍රථමාධාරය වන්නේ:
- i. පතුරක් තබා උළක්කු වී ඇති ස්ථානය සෙලවීමට නොහැකි වන ලෙස රෙදි පටියකින් බැඳීම.
 - ii. රෝගියා ආරක්ෂිත ඉරියව්වට පත්කොට වේදනාව පහ කිරීමට ඇස්ප්‍රින් (Aspirin) පෙත්තක් ලබාදීම.
 - iii. රෝගියා අමතා මෙය බරපතල අනතුරක් නොවන බැවින් සාමාන්‍ය ලෙස කටයුතු කරන ලෙස උපදෙස් දීම.
 - iv. උළක්කුව ඇතිවූ ස්ථානය විවේකීව තැබීම, එම ස්ථානය අයිස් බෑගයක් භාවිතා කර සිසිල් කිරීම, එම ස්ථානයට වෙළුමක් මගින් පීඩනයක් ලබාදීම සහ එම ස්ථානය ඔසවා තැබීම.
15. RICE ප්‍රතිකාරය යනු අනුපිළිවෙලින්
- i. නිශ්චල කිරීම (විවේකීව තැබීම), අයිස් තැබීම, සාප්ප පීඩනය, මදක් ඔසවා තැබීම.
 - ii. පතුරක් බැඳීම, සාප්ප පීඩනය, පටියකින් වෙලීම, බීමට (Asprin) පෙත්තක් ලබාදීම
 - iii. වතුර බීමට ලබාදීම, බාම් ආලේප කිරීම, සාප්ප පීඩනය, මදක් ඔසවා තැබීම.
 - iv. පටියකින් වෙලීම, බාම් ආලේප කිරීම, වැරෙන් කකුළු පිරිමැදීම, අයිස් තැබීම.
16. වැඩිහිටියෙකුට හෘද ශ්වසන පුනර්ජීවනයේදී (CPR සැපයීමේදී) පපු තෙවසිම සහ ශ්වසන වාට සැපයීම මාරුවෙන් මාරුවට කළයුතු වේ. මෙයට අදාළ නිවැරදි වාට ගණන වන්නේ:
- i. පපු තෙවසිම : 30 ශ්වසන වාර : 05
 - ii. පපු තෙවසිම : 30 ශ්වසන වාර : 02
 - iii. පපු තෙවසිම : 20 ශ්වසන වාර : 20
 - iv. පපු තෙවසිම : 10 ශ්වසන වාර : 10

17. වයස මාස 12කට අඩු ළදරුවෙකුට CPR ලබා දීමේදී පසු තෙරපුම් ලබාදෙනු ලබන්නේ:

- i. ඇඟිල් දෙකකින් වේ.
- ii. එක ඇඟිල්ලකින් වේ.
- iii. අත් දෙකින්ම වේ.
- iv. පසු තෙරපුම් ලබා දෙන්නේ නැත

18. වැඩිහිටි අයෙකුට CPR ලබා දෙන්නට පසු තෙරපුම් දිය යුත්තේ:

- i. අඟල් 1ක් පමණ ගැඹුරට.
- ii. අඟල් 2ක් පමණ ගැඹුරට.
- iii. තමන්ට හැකිතාක් ගැඹුරට
- iv. ඉහත සඳහන් සියල්ම වැරදි වේ.

19. CPR සපයන විට ශ්වසන වාර සැපයීම කළ යුත්තේ මේ සඳහා පුහුණුවක් ලද කෙනෙකු විය යුතුය. ශ්වසනවාර සැපයීම සඳහා අදාළ වැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?

- i. CPR ක්‍රියාවලියේදී ශ්වසන වාර සැපයීම අනිවාර්යයෙන්ම කළයුතුය.
- ii. පළමුව රෝගියාගේ ශ්වසන මාර්ගය අවහිර නොමැති බව සනාථ කළයුතුය.
- iii. මෙම අවස්ථාවේදී රෝගියාගේ හිස පසුපසට කර, නිකට ඔසවා (head back and chin lifted) තැබිය යුතුය.
- iv. තමාට යම් ආසාදනයක් වීම වළක්වා ගැනීම සඳහා මුඛ ආවරණයක් (CPR mask) භාවිතා කිරීම සුදුසු වේ.

20. අප ශරීරයේ සිදුවන පිළිස්සීම් සඳහා අදාළ නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?

- i. පිළිස්සීමක් සිදුවිය හැක්කේ තාපය මගින් පමණකි.
- ii. අම්ල, හෂ්ම වැනි රසායනික ද්‍රව්‍ය ශරීරයට අහිතරකරවුවත්, මෙම ද්‍රව්‍ය මගින් පිළිස්සීමක් සිදුවිය නොහැක.
- iii. විද්‍යුතය (electricity) මගින් සහ විකිරණය (radiation) මගින්ද පිළිස්සීම් සිදු විය හැක.
- iv. ඉහත සඳහන් සියළු ප්‍රකාශ නිවැරදි වේ.

21. අභ්‍යන්තර ලේ ගැලීමක් දෘශ්‍යමාන නොවන නිසා හඳුනාගැනීම අපහසු වේ. හඳුනාගැනීම සඳහා උපකාරී නොවන ලක්ෂණය වන්නේ:

- i. ශරීරයේ අදාළ ප්‍රදේශය ඉදිමී තිබීම සහ එම ප්‍රදේශය අල්ලන විට වේදනාවක් දැනීම.
- ii. ලේ වමනය, මුත්‍රා සමග ලේ පිටවීම.
- iii. රෝගියා කම්පනයට පත්වී සිටීම, සිහිමද ගතිය, ක්ලාන්තය
- iv. රෝගියා උගුර අල්ලාගෙන කපා කිරීමට අපහසු බවක් පෙන්වීම.

22. ක්ලාන්තය සඳහා සුදුසු ප්‍රථමාධාරය වන්නේ:

- i. වහාම CPR සැපයීම.
- ii. හිස මතට අයිස් බැගයක් තබා සිසිල් කිරීම.
- iii. උණු වතුර බීමට දීම.
- iv. බීම දිගාකර දෙපා ඔසවා තැබීම හෝ පුටුවක වාඩි කර හිස පහත් කොට තැබීම.

23. ක්ලාන්තය (fainting) පිළිබඳ වැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?
- ක්ලාන්තය ඇතිවන්නේ මොළයට සිදුවන රුධිර සැපයුමේ තාවකාලික අඩුවීමක් නිසා මොළයට අවශ්‍ය ඔක්සිජන් ප්‍රමාණය නොලැබීම නිසාය.
 - ක්ලාන්තය සඳහා නොයෙක් හේතු සාධක ඇත. අධික ලෙස වෙහෙසීම, රුධිරයේ සීනි මට්ටම අඩුවීම, අධික මානසික පීඩනය, තදබල වේදනාව ආදී සාධක මෙයට ඇතුළත් වේ.
 - ක්ලාන්තයට පත්වූ කෙනෙකු බාහිර උත්තේජන වලට (ඔහුට තදින් තට්ටු කිරීම හෝ හඬනගා කථා කිරීම) ප්‍රතිචාරයක් දක්වයි.
 - ක්ලාන්තයට අදාල ප්‍රථමාධාරය වනාම CPR සැපයීම වේ.

24. විසංඥතාවයට (සිහිසුන් වීමට) පත්වූ කෙනෙකු හා එයට අදාල ප්‍රථමාධාරය පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශණය කුමක්ද?
- විසංඥතාවයට පත්වූ කෙනෙකුට අවට සිදුවන දේ ගැන දැනීමක් නැත. වනාම CPR සැපයීම ආරම්භ කළයුතුය.
 - විසංඥතාවයට පත්වූ කෙනෙකුට අවට සිදුවන දේ ගැන දැනීමක් ඇත. CPR සැපයීම අනවශ්‍ය වේ.
 - විසංඥතාවයට පත්වූ කෙනෙකුට අවට සිදුවන දේ ගැන දැනීමක් නැත. වනාම DRSABCD පිළිවෙත අනුගමනය කරමින් අවශ්‍ය නම් CPR සැපයිය යුතුය.
 - විසංඥතාවයට පත්වූ කෙනෙකුට අවට සිදුවන දේ ගැන දැනීමක් නැත. වනාම සුවවීමේ ස්ථාපිතයට (recovery position) පත්කොට ගිලන් රථයකට ඇමතිය යුතුය.

25. අපගේ අස්ථි පද්ධතිය අස්ථි 206 කින් සමන්විත වන අතර වැදගත් කාර්යයන් ගණනාවක් ඉටු කරණු ලැබේ. මේ අතරට අයත් නොවන්නේ:
- මාංශ පේශි සමගින් අපගේ ශරීරයේ සිදුවන චලන, ගමන් කිරීම් ආදියට ඉවහල් වීම.
 - ශරීරයේ අභ්‍යන්තරයේ ඇති අවයව වලට ආරක්ෂාව සැපයීම.
 - රුධිර සෛල නිපදවීම
 - ආහාර ජීරණයට අවශ්‍ය ශ්‍රාවයන් නිපදවීම.

26. අස්ථි හඟ්න සඳහා අදාල ප්‍රථමාධාරය පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශය වන්නේ:
- අස්ථි කැඩී මතුපිටට නෙරා ගොස් ඇත්නම් එය සෙමෙන් ඇතුළට දමා එම ස්ථිතය වෙළුම් පටියකින් සුරක්ෂිත කළයුතුය.
 - අස්ථි හඟ්නය සිදුවී ඇති ස්ථිතයේ යම් විකෘති භාවයක් ඇත්නම් එය කෙලින් කර වෙළුම් පටියකින් බැඳිය යුතුය.
 - කොදු ඇට පෙලේ හඟ්නයක් සිදුවී ඇත්නම් රෝගියා ප්‍රවාහනය කිරීමේදී, රෝගියා සෙලවීම හෝ එහා මෙහා කිරීම අවම කර රෝගියා ලැල්ලක් මත තබා වෙළුම් පටි මගින් සුරක්ෂිත කොට ගිලන් රථයක් මගින් ප්‍රවාහනය කිරීම යෝග්‍ය වේ.
 - අනතුරට ලක්වූ තැනැත්තා බඩගින්නෙන් පෙළෙන්නේ නම් සුදුසු ආහාරයක් සැපයිය යුතුය.

27. අස්ථි හඟ්න සඳහා අදාල නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?
- අස්ථි හඟ්නයක් සිදුවූ සෑම අවස්ථාවකදීම එම ස්ථානයේ සම තුවාල වී ලේ ගැලීමක් සිදුවේ.
 - අස්ථි හඟ්නයක් සිදුවූ විට රෝගියාට වේදනාවක් ඇති නොවේ.
 - සමහර විට අස්ථි හඟ්න සිදුවී ඇති ස්ථානයේ සමට තුවාල වීමක් සිදු නොවේ.
 - අස්ථි හඟ්න සිදුවිය හැක්කේ යම්කුණක් අත් සහ පාද වල පමණකි.

28. වසක් හෝ විෂක් (poison or toxin) යනු අප ශරීරයට හානිදායක ස්වභාවික හෝ කෘතිම ද්‍රව්‍යයක් විය හැක. වස ශරීරගත වූ විට අදාළ නොවන ප්‍රථමාධාරය වන්නේ:
- i. වහාම ජාතික වස මධ්‍යස්ථානයට අමතා උපදෙස් ලබාගැනීම.
 - ii. රෝගියාට වතුර බීමට දී වමනය කරන මෙන් උපදෙස් දීම.
 - iii. එම පුද්ගලයාට කපා කරමින් බිය තුරන් කර සන්සුන් කිරීමට කටයුතු කිරීම.
 - iv. රෝගියා සාමාන්‍ය ලෙස හුස්ම ගන්නේ නැත්නම් පපු තෙරපුම් පමණක් භාවිතා කරමින් CPR ලබාදීම.
29. වසක් හෝ විෂක් අපගේ ශරීරයට ඇතුළු විය හැක්කේ :
- i. වස අනුභව කිරීම හෝ පානයට ගැනීම.
 - ii. විෂ වායුවක් ආශ්වාස කිරීම.
 - iii. සම තුළින් අවශෝෂණය වීම හෝ එන්නත් කිරීම.
 - iv. ඉහත සඳහන් සියළුම ක්‍රම මගින්
30. සර්පයෙක් දෂ්ඨ කිරීම සඳහා අදාළ ප්‍රථමාධාරය නොවන්නේ:
- i. රෝගියා සන්සුන් කර වහාම වෛද්‍යාධාර ලබා ගැනීමට රෝහලක් වෙත ගෙන යාම
 - ii. දෂ්ඨ කර ඇත්තේ පාදයකට නම් එම ස්ථානයට ඉහළින් තදින් තිරිංගයක් යෙදීම.
 - iii. රෝගියා ඇවිදීමෙන් වළක්වා හැකි පමණ නිශ්චලව තැබීම.
 - iv. දෂ්ඨ කළ ස්ථානය සබන් හා ගලා යන ජලයෙන් සේදීම.
31. ගෙදරක ඇති කරන බල්ලෙකු විසින් යමෙකු සපාකෑ විට, වැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?
- i. රෝගියා වෛද්‍යවරයෙකු වෙත හෝ රෝහලකට ගෙන යාම අවශ්‍ය නොවේ.
 - ii. සපා කෑ ඇති ස්ථානය සබන් හා පිරිසිදු ජලයෙන් හොඳින් සේදිය යුතුය.
 - iii. සපා කෑ ඇති ස්ථානයේ ලේ ගැලීමක් සිදුවන්නේ නම් එය නැවැත්වීමට අවශ්‍ය ප්‍රථමාධාරය ලබාදිය යුතුය.
 - iv. රෝගියා සන්සුන් කර වහාම රෝහලක් වෙත ගෙන යායුතුය.
32. හුස්ම හිරවීම (choking) යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ පහත සඳහන් කුමන අවස්ථාවද?
- i. බාහිර වස්තුවක් උගුරේ රැඳීම (හිරවීම) නිසා හුස්ම ගැනීමට නොහැකි වීම.
 - ii. උගුරේ ඇති ස්නායු ක්‍රියා විරහිත වීම මගින් හුස්ම ගැනීම නැවතීම.
 - iii. යමෙකුගේ බෙල්ලට කඳින් පහරක් එල්ලවීම නිසා ශ්වසන නාලය බරපතල ලෙස හානි වීම.
 - iv. බීමත් වීම නිසා හුස්ම ගැනීම නතර වීම.
33. හුස්ම හිරවී ඇති කෙනෙකු පෙන්වනු ලබන රෝගී ලක්ෂණ වන්නේ:
- i. කපා කිරීමට නොහැකි වී එක අතකින් හෝ අත් දෙකින්ම තම උගුර අල්වා ගෙන සිටීම.
 - ii. අශ්වාස ප්‍රශ්වාස කිරීම අපහසු වී යම්කිසි ශබ්දයක් ඇති වීම.
 - iii. බියට පත්වූ ස්වභාවයක් පෙන්නුම් කිරීම.
 - iv. ඉහත සඳහන් සියල්ලම.

34. යම්කිසි කෙනෙකුට උගුරේ යමක් හිරවී, හුස්ම ගැනීමට අපහසු බවක් පෙන්නුම් කරයි. ඔබ විසින් ඔහුට පළමුවෙන්ම කළයුත්තේ කුමක්ද?
- i. බීමට වතුර ලබාදීම.
 - ii. ඔහුට කහින්නට හැකිනම් කහින්න උපදෙස් දීම.
 - iii. පිටට වැරෙන් තට්ටු කිරීම.
 - iv. වහාම ඔහුගේ නාභිය අසලින් තෙරපුම් ලබාදීම.

35. පිළිස්සීමකට අදාළ පහත සඳහන් නිරීක්ෂණ සලකා බලන්න.
- A. පිළිස්සීමට ලක්වූ තැනැත්තාට පිළිස්සුන ප්‍රදේශයේ තද වේදනාවක් දැනේ.
 - B. පිළිස්සීම අපිච්ඡේදය හා වර්මයට පමණක් සීමාවී ඇත.
 - C. පිළිස්සීම අස්ථි දක්වා පැතිර ගොස් ඇත.
 - D. පිළිස්සීමට ලක්වූ තැනැත්තාට පිළිස්සුන ප්‍රදේශයේ වේදනාවක් නොදැනේ.
 - E. පිළිස්සීමට ලක්වූ ප්‍රදේශයේ කළු, සුදු හෝ රතු පැහැති ස්ථාන ඇත.

ඉහත සඳහන් නිරීක්ෂණ වලින් තුන්වන මට්ටමේ පිළිස්සීමකට අදාළ නිරීක්ෂණ මොනවාද?

- i. A, C, E
- ii. B, C, E
- iii. A, D, E
- iv. C, D, E

36. නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?

- i. අප ශරීරයේ නොයෙකුත් කොටස් වලට ඔක්සිජන් ලබා දෙන්නේ ධමනි මගින් ගෙන යනු ලබන රුධිරය මගිනි.
- ii. සිහිසුන් වී සිටින කෙනෙකුට ලබා දෙන ප්‍රථමාධාරය වන්නේ වහාම සුවවීමේ ඉරියව්වට (Recovery Position) පත්කිරීම වේ.
- iii. අපස්මාරය බෝවෙන රෝගයකි.
- iv. ගෙදර සිටින සුරතල් බල්ලෙකු සපාකෑ කෙනෙකුට ජලභීතිකා රෝගය සෑදීමට අවදානමක් නැත.

37. ගොඩනැගිල්ලක ගින්නකට හසුවී කෙනෙක් බලවත් සේ පිළිස්සී ගොඩනැගිල්ල තුළ සිටින බව ඔබට දැන ගැනීමට ලැබේ. ප්‍රථමාධාරකරුවෙකු වශයෙන් ඔබ පළමුවෙන්ම අවධානය දිය යුත්තේ:

- i. එම ස්ථානය ආරක්ෂිත ද බැලීම.
- ii. රෝගියාගේ නාඨි පරීක්ෂා කිරීම.
- iii. රෝගියා හුස්ම ගන්නේ දැයි බැලීම.
- iv. පිළිස්සුණ පෙදෙස සිසිල් කිරීම.

38. කෙනෙකුගේ කකුලේ විශාල වීදුරු කැබැල්ලක් ඇති ඇතුලට ගොස් ලේ ගලමින් ඇත.

ප්‍රථමාධාරකරුවෙකු වශයෙන් ඔබ පළමුවෙන්ම කළයුතු දේ නම්:

- i. එම වීදුරු කැබැල්ල ඇද දමා ලේ ගැලීම පාලනය කිරීම.
- ii. එම වීදුරු කැබැල්ල නිබියදී ඊළඟ වටා පීඩනයක් (අනියම් පීඩනයක්) යොදා ලේ ගැලීම පාලනය කිරීම.
- iii. වහාම රෝහලට ගෙන යෑම සඳහා ආධාර ඉල්ලීම.
- iv. i සහ iii පියවර දෙකම ගැනීම.

39. නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක්ද?

- i. වලිප්පුව (fit එක) සෑදිය හැක්කේ අපස්මාරයෙන් පෙළෙන රෝගියෙකුට පමණි.
- ii. තුන්වන මට්ටමේ පිළිස්සීමක් සඳහා අදාළ ප්‍රථමාධාරය වන්නේ වහාම එම ප්‍රදේශය මත අයිස් තබා සිසිල් කිරීම වේ.
- iii. යමෙකුගේ කකුලේ විශාල වීදුරු කැබැල්ලක් ඇති ඇතුලට ගොස් ඇතිවිට, පළමුවෙන්ම කළයුත්තේ එය ඉවතට ඇඳ දැමීම වේ.
- iv. යමෙකුට CPR සැපයීමට පෙර, ඔහුගේ ශ්වසන මාර්ගය අවහිර වී නොමැති බව සනාථ කරගත යුතුය.

40. ඔබගේ මිතුරාගේ ඇසට පාසල් රසායනාගාරය තුළදී, යම්කිසි රසායනික වර්ගයක් ගැටී ඔහු ඇස පොඩි කරමින් සිටී. ඔබ කළ යුත්තේ:

- i. වහාම ඇස පොඩි නොකරන ලෙසට පවසා, පිරිසිදු රෙදි කැබැල්ලකින් ඇස වසා, රෝහලට ගෙන යෑම.
- ii. වහාම ඇස වතුරෙන් මිනිත්තු 20ක් පමණ සේදීමට සලස්වා, රෝහලට ගෙන යෑමට කටයුතු කිරීම.
- iii. ඇස වතුරෙන් සෝදා, තෙත ගෝස් කැබැල්ලකින් වසා තැබීම.
- iv. හැකි ඉක්මනින් ඔහුව රෝහලකට ගෙන යෑමට කටයුතු කිරීම.