# ALLAMA IQBAL OPEN UNIVERSITY

AIOU LIBRARY
aioulibrary.com

**Name:**

**Registration No.:**

**Course Code:** 0218

**Program:** Matric

**Semester:** Autumn 2026

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

شعبہ نیوٹریشنل سائنسز اینڈ انوائرمنٹل ڈیزائن

کورس: ابتدائی طبّی امداد I (218)

سطح: میٹرک

سمسٹر: خزاں 2026

امتحانی مشق نمبر 2 (یونٹ: 4 تا 6)

کل نمبر: 100 — کامیابی کے نمبر: 40

AIOU LIBRARY aioulibrary.com

Reference& For Study — SOLVED ASSIGNMENT GUIDE

نوٹ: یہ حل شدہ گائیڈ صرف مطالعہ اور حوالے کے لیے ہے۔ طلبہ سے گزارش ہے کہ امتحانی مشق اپنے الفاظ میں، اپنی سمجھ کے مطابق تحریر کریں؛ ہو بہو نقل کرنا تعلیمی بددیانتی کے زمرے میں آتا ہے۔

اہم حفاظتی نوٹ: اس گائیڈ میں بیان کردہ ابتدائی طبّی امداد تعلیمی مقصد کے لیے ہے اور یہ مستند طبی علاج کا متبادل نہیں ہے۔ کسی بھی اصل ہنگامی صورتِ حال میں مریض کو فوراً قریبی اسپتال پہنچائیں یا ہنگامی امدادی اداروں سے رابطہ کریں، اور علاج کے بارے میں حتمی فیصلہ مستند ڈاکٹر یا طبی ماہر ہی کر سکتا ہے۔

سوال نمبر 1

سوال نمبر 1- گھر پر جلنے سے بچاؤ کے لیے حفاظتی اقدامات تفصیل سے بیان کیجیے۔ (20 نمبر)

تعارف

جلنے کے حادثات گھروں میں پیش آنے والے عام مگر خطرناک حادثات میں شامل ہیں، اور ان کی سنگینی اس بات سے بڑھ جاتی ہے کہ ان کا شکار زیادہ تر بچے اور بزرگ بنتے ہیں۔ باورچی خانے کی آگ، گرم پانی، بجلی کے آلات، موم بتی، ماچس اور کیمیائی اشیاء، یہ سب گھر کے اندر موجود وہ ذرائع ہیں جو ذرا سی بے احتیاطی سے بڑے نقصان کا سبب بن سکتے ہیں۔ طبی ماہرین کا اتفاق ہے کہ جلنے کے زیادہ تر واقعات علاج سے زیادہ احتیاط سے روکے جا سکتے ہیں، اس لیے ابتدائی طبّی امداد کے نصاب میں علاج کے ساتھ بچاؤ کو بھی باقاعدہ باب دیا گیا ہے۔ اس جواب میں باورچی خانے، بجلی، پانی، بچوں کی حفاظت، آگ بجھانے کی تیاری اور عمومی گھریلو حادثات کے مرحلے سے حفاظتی اقدامات تفصیل سے بیان کیے جائیں گے تاکہ گھر کو جلنے کے خطرے سے حتی الامکان محفوظ بنایا جا سکے۔

## باورچی خانے میں حفاظتی اقدامات

گھر میں جلنے کے سب سے زیادہ واقعات باورچی خانے میں پیش آتے ہیں، اس لیے احتیاط کا آغاز یہیں سے ہونا چاہیے۔ چولہے پر چڑھے برتنوں کے ہینڈل اندر کی طرف رکھے جائیں تاکہ گزرنے والا یا بچہ انہیں پکڑ کر کھینچ نہ سکے۔ کھانا پکاتے وقت ڈھیلے آستین والے کپڑے آگ پکڑ سکتے ہیں، اس لیے احتیاط سے کام لیا جائے اور کپڑے کا کونا چولہے سے دور رکھا جائے۔ گرم تیل میں پانی کا قطرہ گرنا خطرناک چھینٹوں کا سبب بنتا ہے، اس لیے تلنے کے دوران خاص دھیان رکھا جائے۔ استعمال کے بعد چولہا اور گیس کی فراہمی بند کرنا عادت بنائی جائے، اور گیس کی بو محسوس ہو تو فوراً کھڑکیاں کھول کر ماہر سے جانچ کروائی جائے، ایسی حالت میں بجلی کا سوئچ یا ماچس استعمال کرنا خطرناک ہو سکتا ہے۔ چولہے کے قریب پردے، تولیے اور اخبار جیسی آسانی سے جلنے والی چیزیں رکھنا بھی درست نہیں۔

## گرم پانی اور حرارتی آلات سے بچاؤ

گرم پانی سے جلنا، جسے پیانے پر خاص طور پر بچوں میں، ایک بڑا خطرہ ہے۔ نہانے کے پانی کا درجہ حرارت پہلے ہاتھ سے جانچا جائے اور بچے کو گرم پانی کی ٹونٹی تک پہنچنے سے بچایا جائے۔ چائے، قہوہ اور سوپ کے برتن میز کے کنارے کے بجائے درمیان میں رکھے جائیں تاکہ دستر خوان کھینچنے یا کوہنی لگنے سے گر نہ جائیں۔ استری استعمال کے بعد کھڑی حالت میں بچوں کی پہنچ سے دور رکھ کر ٹھنڈا ہونے دی جائے، اور ہیٹر کو پردوں، بستروں اور کپڑوں سے مناسب فاصلے پر رکھا جائے۔ موسم سرما میں انگیٹھی یا کوئلے کی آگ بند کمرے میں جلانا دوہرے خطرے کا حامل ہے، کیونکہ جلنے کے ساتھ دھواں اور زہریلی گیس بھی جان لیوا ہو سکتی ہے، اس لیے ہوا کی آمد و رفت کا انتظام لازمی ہے۔ تھرماس اور گرم پانی کی بوتل کو ڈھکن کس کر بند رکھا جائے اور خراب ہونے پر فوراً تبدیل کیا جائے۔

جدول :گھر کے حصوں کے مطابق جلنے سے بچاؤ کی تدابیر

| حفاظتی تدبیر | گھر کا حصہ / ذریعہ |
|---|---|
| برتن کے ہینڈل اندر کی طرف، گیس بند کرنا عادت | باورچی خانہ |
| درجہ حرارت پہلے جانچنا، برتن میز کے درمیان میں | گرم پانی |
| ناقص تاریں تبدیل، گیلے ہاتھوں سے آلہ نہ چھونا | بجلی |
| ماچس ولائٹر دور، آتش بازی سے مکمل دوری | ہر جگہ |
| فائر ایکسٹنگوئشر، باہر نکلنے کا راستہ خالی | آگ کی تیاری |

نوٹ :جدول تعلیمی خلاصہ ہے؛ آگ قابو سے باہر ہو تو فوراً فائر بریگیڈ کو بلائیں۔

AIOU LIBRARY aioulibrary.com

بجلی سے متعلق حفاظتی اقدامات

بجلی سے جلنے کے حادثات اکثر ناقص تاروں، زیادہ بوجھ اور گیلے ہاتھوں سے آلات چھونے سے ہوتے ہیں۔ گھر کی وائرنگ مستند الیکٹریشن سے کرائی جائے، ٹوٹی ہوئی سوئچ پلیٹیں اور ننگی تاریں فوراً تبدیل کرائی جائیں اور ایک ہی ساکٹ میں کئی بڑے آلات لگا کر بوجھ نہ بڑھایا جائے۔ گیلے ہاتھوں سے بجلی کا کوئی آلہ نہ چھوا جائے اور باتھ روم میں بجلی کے آلات استعمال کرنے سے پرہیز کیا جائے۔ بچوں کی حفاظت کے لیے ساکٹوں پر حفاظتی ڈھکن لگائے جائیں اور انہیں یہ سکھایا جائے کہ ساکٹ میں کوئی چیز ڈالنا خطرناک ہے۔ موبائل فون اور دیگر آلات کو چارجنگ کے دوران بستر یا تکیے کے نیچے رکھنا بھی گرمی سے آگ لگنے کی وجہ بن سکتا ہے۔ برقی آگ پر پانی ڈالنا خطرناک ہے؛ ایسی صورت میں سب سے پہلے بجلی کی فراہمی مرکزی سوئچ سے بند کی جائے اور پھر مناسب طریقہ اختیار کیا جائے یا فائر بریگیڈ کو بلایا جائے۔




AIOU LIBRARY aioulibrary.com

شکل: جلنے کی درجات کا خاکہ (تصوری خاکہ) — بچاؤ کے باب کے ساتھ علاج کی پہچان کے لیے

## بچوں کی حفاظت کے خصوصی اقدامات

جلنے سے بچاؤ میں بچوں کی حفاظت سب سے اہم باب ہے کیونکہ بچے تجسس میں گرم چیز کو چھو لیتے ہیں اور خطرے کا اندازہ نہیں کر سکتے۔ ماچس، لائٹر اور موم بتی ہمیشہ بچوں کی پہنچ سے دور اور اونچی جگہ رکھی جائیں، اور بچوں کو سکھایا جائے کہ یہ کھلونے نہیں ہیں۔ باورچی خانے میں کھیلنے سے بچوں کو روکا جائے اور چولہے کے گرد ایک غیر رسمی حفاظتی حد مقرر کی جائے۔ گرم دودھ یا چائے بچے کو دینے سے پہلے ٹھنڈا کر کے جانچی جائے۔ پٹاخوں اور آتش بازی سے بچوں کو مکمل دور رکھا جائے کیونکہ عیدین اور تقریبات پر جلنے کے واقعات میں نمایاں اضافہ ہو جاتا ہے۔ گھر کے بڑوں کا اپنا رویہ بھی تعلیم کا حصہ ہے: جب بڑے خود احتیاط کرتے ہیں تو بچے وہی عادت سیکھتے ہیں۔ اسکول اور گھر دونوں میں سادہ الفاظ میں آگ کے خطرے کی آگاہی بچے کی حفاظت کی سب سے سستی اور مؤثر تدبیر ہے۔

## آگ لگنے کی صورت میں تیاری اور ردِ عمل کی منصوبہ بندی

بچاؤ کا مطلب صرف حادثہ روکنا نہیں بلکہ حادثے کی صورت میں نقصان کم کرنے کی تیاری بھی ہے۔ ہر گھر میں آگ بجھانے کا چھوٹا آلہ یعنی فائر ایکسٹنگوئشر رکھا جائے اور گھر کے بڑے افراد کو اس کا استعمال آتا ہو، نیز اس کی میعاد بھی جانچی جاتی رہے۔ تیل یا چکنائی کی آگ پر پانی ڈالنا آگ بھڑکا دیتا ہے، ایسی آگ کو ڈھکن سے ڈھانپ کر آکسیجن روکنے کی کوشش محفوظ طریقہ ہے،

بشرطیکہ آگ قابو میں آسکتی ہو۔ دھواں بھر جانے کی صورت میں ناک منہ ڈھانپ کر جھک کر باہر نکلنا اور لفٹ کے بجائے سیڑھیاں استعمال کرنا محفوظ رہتا ہے۔ گھر سے باہر نکلنے کا راستہ ہمیشہ خالی رکھا جائے اور خاندان کے تمام افراد کو ہنگامی نمبر اور جمع ہونے کی جگہ معلوم ہو۔ فائر بریگیڈ کا نمبر نمایاں جگہ لکھا ہو۔ یہ منصوبہ بندی وقت ضائع کیے بغیر درست ردِ عمل دیتی ہے اور اسی میں جان و مال کی حفاظت پوشیدہ ہے۔

### عمومی گھریلو عادات اور معائنہ

حفاظت کو عادت بنانے کے لیے گھر کا باقاعدہ معائنہ ضروری ہے۔ گیس کے پائپ اور ربڑ نالی کی حالت وقتاً فوقتاً دیکھی جائے، سلنڈر سیدھا اور ہوادار جگہ پر رکھا جائے اور میعاد ختم ہونے سے پہلے تبدیل کیا جائے۔ ایندھن، پیٹرول اور دیگر آتش گیر مادے چولہے اور ہیٹر سے دور، بند برتنوں میں رکھے جائیں اور انہیں گھر کے اندر بڑی مقدار میں جمع نہ کیا جائے۔ سگریٹ نوشی کرنے والے افراد کے لیے الگ احتیاط ضروری ہے، اور بستر پر سگریٹ نوشی جلنے کے بڑے اسباب میں سے ہے جس سے مکمل پرہیز ہونا چاہیے۔ موم بتی جلتی چھوڑ کر سونا یا کمرے سے باہر جانا بھی بڑی غلطی ہے۔ یہ چھوٹی چھوٹی عادات مل کر گھر کو محفوظ بناتی ہیں، اور یہی اس باب کا اصل سبق ہے کہ ابتدائی امداد کی پہلی سیڑھی علاج نہیں، بچاؤ ہے۔

### خلاصہ / نتیجہ

خلاصہ یہ ہے کہ گھر پر جلنے سے بچاؤ ایک مکمل نظام ہے جس میں باورچی خانے کی احتیاط، گرم پانی اور حرارتی آلات کا درست استعمال، بجلی کی حفاظت، بچوں کی خصوصی نگرانی، آگ کی صورت میں پہلے سے تیاری اور باقاعدہ گھریلو معائنہ سب شامل ہیں۔ یہ تمام اقدامات کسی بڑے خرچ کے محتاج نہیں بلکہ توجہ اور عادت کے متقاضی ہیں۔ جس گھر میں یہ تدابیر اپنائی جائیں وہاں جلنے کے واقعات میں واضح کمی آتی ہے، اور اگر حادثہ پیش آ بھی جائے تو پہلے سے موجود تیاری نقصان محدود رکھتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ابتدائی طبّی امداد کا اصل مقصد علاج سے پہلے بچاؤ کو قرار دیا گیا ہے۔

## سوال نمبر 2

سوال نمبر 2- خشک حرارت سے جلنے کے بارے میں آپ کیا جانتے ہیں؟ مفصل تحریر کریں۔ (20 نمبر)

### تعارف

جلنے کی اقسام کو ان کے سبب کے مطابق تقسیم کیا جاتا ہے، اور ان میں سب سے عام قسم خشک حرارت سے جلنا ہے۔ خشک حرارت سے مراد وہ جلن ہے جو شعلے، گرم دھات، گرم برتن، بجلی کے تار یا کسی خشک گرم سطح سے براہِ راست رابطے سے پیدا ہوتی ہے، اس کے برعکس گرم پانی یا بھاپ سے ہونے والی جلن کو تر حرارت سے جلنا کہا جاتا ہے۔ روزمرہ زندگی میں استری، توا، انجن کے گرم حصے، چولہے کا شعلہ اور موم بتی سب خشک حرارت کے ذرائع ہیں۔ اس جلن کی شدت کا انحصار حرارت کی مقدار، رابطے کے دورانیے اور جسم کے متاثرہ حصے پر ہوتا ہے۔ اس جواب میں خشک حرارت سے جلنے کی تعریف، اسباب، درجات، علامات، پیچیدگیاں اور ابتدائی طبّی امداد ترتیب سے بیان کی جائے گی، اور آخر میں بچاؤ کی اہم تدابیر بھی ذکر کی جائیں گی۔

## تعریف اور اسباب

جب جلد یا جسم کے ٹشوز خشک اور زیادہ درجہ حرارت والی چیز کے رابطے میں آ کر تباہ ہوں تو اسے خشک حرارت سے جلنا کہتے ہیں۔ آگ کا شعلہ اس کا سب سے خطرناک سبب ہے کیونکہ یہ پل بھر میں کپڑوں کو آگ لگا کر بڑا رقبہ جلا سکتا ہے۔ گرم دھاتی اشیاء مثلاً استری، توا، گرم پائپ اور مشینری کے حصے بھی عام اسباب میں ہیں، خصوصاً گھریلو خواتین اور کاریگروں میں۔ بجلی کے کرنٹ سے بھی جلن پیدا ہوتی ہے جس میں باہر کا زخم چھوٹا مگر اندرونی نقصان گہرا ہو سکتا ہے، اس لیے برقی جلن کو ہمیشہ سنجیدگی سے لیا جاتا ہے۔ رگڑ سے پیدا ہونے والی حرارت، مثلاً رسی یا تیز حرکت کرتی سطح سے رگڑ، بھی اسی زمرے میں آتی ہے۔ رابطے کا وقت فیصلہ کن ہوتا ہے: ہلکی گرم چیز سے طویل رابطہ بھی گہرا زخم بنا سکتا ہے، خاص طور پر بچوں، بزرگوں اور بے ہوش افراد میں جو فوراً پیچھے نہیں ہٹ سکتے۔

## جلنے کے درجات

جلنے کو اس کی گہرائی کے اعتبار سے تین درجات میں تقسیم کیا جاتا ہے۔ پہلے درجے کی جلن میں صرف جلد کی بیرونی تہہ متاثر ہوتی ہے؛ جلد سرخ ہو جاتی ہے، درد اور جلن محسوس ہوتی ہے مگر آبلے نہیں بنتے، اور یہ عام طور پر چند دنوں میں بغیر داغ کے ٹھیک ہو جاتی ہے، جیسے ہلکی دھوپ کی جلن یا معمولی گرم چیز کا لمحاتی رابطہ۔ دوسرے درجے کی جلن میں جلد کی گہری تہہ بھی متاثر ہوتی ہے؛ سرخی کے ساتھ سوجن اور رطوبت بھرے آبلے بنتے ہیں، درد شدید ہوتا ہے اور صحت یابی میں زیادہ وقت اور دیکھ بھال درکار ہوتی ہے، اور انفیکشن کا خطرہ بھی بڑھ جاتا ہے۔ تیسرے درجے کی جلن سب سے سنگین ہے جس میں جلد کی تمام تہیں اور کبھی کبھی ان کے نیچے کے ٹشوز بھی تباہ ہو جاتے ہیں؛ جلد سفید، بھوری یا جلی ہوئی سیاہ دکھائی دیتی ہے اور اعصاب تباہ ہونے کی وجہ سے متاثرہ جگہ پر درد کم محسوس ہو سکتا ہے، مگر یہ حالت فوری اسپتال اور ماہر علاج کی متقاضی ہے۔

جدول: جلنے کے تین درجات کا خلاصہ

| عمومی انجام | علامات | متاثرہ تہہ | درجہ |
|---|---|---|---|
| چند دنوں میں بغیر داغ شفا | سرخی، درد، آبلہ نہیں | جلد کی بیرونی تہہ | پہلا درجہ |
| دیکھ بھال درکار، انفیکشن کا خطرہ | آبلے، سوجن، شدید درد | بیرونی + اندرونی تہہ | دوسرا درجہ |
| فوری اسپتال و ماہر علاج لازمی | سفید / جلی ہوئی جلد، درد کم ہو سکتا ہے | تمام تہیں و نیچے کے ٹشوز | تیسرا درجہ |

نوٹ: درجہ بندی کا حتمی فیصلہ معائنے پر مستند ڈاکٹر کرتا ہے۔

### علامات اور جسم پر اثرات

خشک حرارت سے جلنے کی علامات درجے کے مطابق بدلتی ہیں، مگر کچھ علامات عمومی ہیں: متاثرہ جگہ کی سرخی، سوجن، درد، جلن اور حساسیت۔ زیادہ رقبے کے جلنے میں جسم سے رطوبت ضائع ہونے لگتی ہے جس سے مریض کو پیاس، کمزوری اور چکر محسوس ہوتے ہیں، اور سنگین حالت میں صدمے کی علامات یعنی ٹھنڈی جلد، تیز نبض اور بے ہوشی کی طرف رجحان ظاہر ہو سکتا ہے۔ جلے ہوئے حصے سے انفیکشن کا خطرہ مسلسل رہتا ہے کیونکہ جلد جسم کا قدرتی حفاظتی غلاف ہے اور اس کے تباہ ہونے سے جراثیم آسانی سے داخل ہو جاتے ہیں۔ چہرے اور سانس کی نالی کے قریب جلن خاص خطرناک ہے کیونکہ سوجن سانس میں رکاوٹ بن سکتی ہے۔ آبلوں کو پھوڑنا انفیکشن کو دعوت دیتا ہے، اس لیے مریض اور گھر والوں کو اس سے روکنا بھی امداد کا حصہ ہے۔ ان علامات کی شدت جتنا جلد پہچانی جائے، علاج اتنا ہی مؤثر ہوتا ہے۔

### ابتدائی طبّی امداد: فوری اقدامات

ابتدائی امداد کا پہلا قدم مریض کو حرارت کے ذریعے سے دور کرنا اور جلنے کے عمل کو روکنا ہے؛ اگر کپڑوں کو آگ لگی ہو تو مریض کو دوڑنے سے روکا جائے، کیونکہ دوڑنے سے آگ بھڑکتی ہے، اور کمبل لپیٹ کر یا زمین پر لوٹنے سے شعلے بجھائے جائیں، مگر یہ سب اپنی حفاظت کو خطرے میں ڈالے بغیر کیا جائے۔ اس کے بعد جلی ہوئی جگہ کو بہتے ہوئے صاف اور ٹھنڈے پانی سے مناسب دیر تک ٹھنڈا کیا جائے؛ یہ عمل درد کم کرتا ہے اور ٹشوز کو مزید گہرائی میں تباہ ہونے سے بچاتا ہے۔ برف براہِ راست لگانا درست نہیں کیونکہ شدید ٹھنڈ بھی نقصان پہنچا سکتی ہے۔ چمٹی

ہوئی انگوٹھی، گھڑی اور تنگ اشیاء سوجن آنے سے پہلے نرمی سے اتار دی جائیں، مگر جلد سے چپکا ہوا کپڑا زبردستی نہ کھینچا جائے۔ پھر زخم کو صاف جراثیم سے پاک ڈریسنگ یا صاف کپڑے سے ڈھانپا جائے۔

## مزید دیکھ بھال اور اسپتال منتقلی

ٹھنڈا کرنے اور ڈھانپنے کے بعد مریض کو پرسکون رکھا جائے اور گرم رکھنے کے لیے صاف کمبل اوڑھایا جائے، مگر جلی ہوئی سطح پر کوئی گھریلو ٹوٹکا مثلاً ٹوتھ پیسٹ، تیل، ہلدی یا انڈہ لگانے سے مکمل پرہیز کیا جائے، کیونکہ یہ چیزیں انفیکشن بڑھاتی اور ڈاکٹر کے معائنے میں رکاوٹ پیدا کرتی ہیں۔ منہ سے کچھ دینے یا نہ دینے کا فیصلہ مریض کی حالت کے مطابق محتاط طریقے سے کیا جائے، اور بے ہوش یا قے کرنے والے مریض کو منہ سے کچھ نہ دیا جائے۔ کن صورتوں میں اسپتال جانا لازمی ہے، یہ جاننا ضروری ہے: تیسرے درجے کی تمام جلن، چہرے، ہاتھوں، جوڑوں یا حساس حصوں کی جلن، بڑے رقبے کی جلن، بجلی سے جلن، بچوں اور بزرگوں کی نمایاں جلن اور سانس میں تکلیف کی کوئی بھی علامت فوری اسپتال کی متقاضی ہے۔ راستے میں مریض کی سانس اور ہوش کا مشاہدہ جاری رکھا جائے۔ حتمی علاج مستند ڈاکٹر ہی کے ذمے ہے۔

## بچاؤ اور احتیاطی تدابیر

خشک حرارت سے جلنے کی روک تھام وہی اصول مانگتی ہے جو پہلے سوال میں بیان ہوئے: گرم اشیاء کو احتیاط سے استعمال کرنا، باورچی خانے میں ڈھیلے کپڑوں سے پرہیز، استری اور ہیٹر کو بچوں سے دور رکھنا، اور آتش گیر مواد کو شعلے سے الگ رکھنا۔ کام کی جگہ پر دستانے اور حفاظتی لباس کا استعمال کاریگروں کو گرم دھات اور مشینری سے بچاتا ہے۔ بجلی کے آلات کی دیکھ بھال اور ناقص تاروں کی فوری تبدیلی برقی جلن کے خطرے کو کم کرتی ہے۔ سکولوں اور گھروں میں بچوں کو یہ سمجھانا کہ گرم چیز کا اندازہ اس کی شکل سے نہیں ہوتا، بعض دھاتیں دکھائی دیے بغیر شدید گرم ہوتی ہیں، ایک اہم حفاظتی سبق ہے۔ اگر ہر فرد یہ بنیادی احتیاطیں اپنا لے تو خشک حرارت سے جلنے کے واقعات میں واضح کمی ممکن ہے، اور یہ کمی ہی اس پورے باب کی کامیابی ہے۔

## خلاصہ / نتیجہ

خلاصہ یہ ہے کہ خشک حرارت سے جلنا شعلے، گرم دھات، گرم سطح یا بجلی کے رابطے سے پیدا ہوتا ہے اور اس کی شدت حرارت اور رابطے کے وقت پر منحصر ہے۔ اس کے تین درجات پہچاننا ابتدائی امداد کی سمت متعین کرتا ہے۔ درست امداد کا خلاصہ یہ ہے کہ جلنے کا عمل روکا جائے، بہتے ٹھنڈے پانی سے ٹھنڈا کیا جائے، صاف ڈریسنگ سے ڈھانپا جائے، گھریلو ٹوٹکوں سے پرہیز کیا جائے اور سنگین صورتوں میں بغیر تاخیر اسپتال منتقل کیا جائے۔ اس کے ساتھ بچاؤ کی عادات اپنانا اس مسئلے کا دیرپا حل ہے، کیونکہ روکی گئی جلن ہمیشہ علاج کی گئی جلن سے بہتر ہوتی ہے۔

## سوال نمبر 3

سوال نمبر 3- پھٹے اور کچلے ہوئے زخموں کے اسباب، علامات اور ابتدائی طبّی امداد تحریر کریں۔ (20 نمبر)

## تعارف

زخموں کو ان کی نوعیت کے مطابق کئی اقسام میں تقسیم کیا جاتا ہے، اور ان میں پھٹے ہوئے زخم اور کچلے ہوئے زخم خاص توجہ کے متقاضی ہیں کیونکہ دونوں میں بظاہر نظر آنے والے نقصان کے ساتھ پوشیدہ نقصان اور انفیکشن کا خطرہ بھی موجود ہوتا ہے۔ پھٹا ہوا زخم اس وقت بنتا ہے جب جلد اور ٹشوز کسی کھردری یا نوکیلی چیز سے پھٹ کر یا مدہ کنارے اختیار کر لیں، جبکہ کچلا ہوا زخم بھاری دباؤ یا کچلنے والی چوٹ سے پیدا ہوتا ہے جس میں ٹشوز کچلے جاتے ہیں اور خون اندر جمع ہو سکتا ہے۔ سڑک کے حادثات، گرنا، مشینری اور بھاری اشیاء کا گرنا ان کے عام مواقع ہیں۔ اس جواب میں دونوں قسم کے زخموں کے اسباب، علامات اور مرحلہ وار ابتدائی طبّی امداد تفصیل سے بیان کی جائے گی تاکہ طالب علم ان زخموں کو پہچان کر درست مدد فراہم کر سکے۔

## پھٹے ہوئے زخم: اسباب اور نوعیت

پھٹے ہوئے زخم عموماً گرنے، کھردری سطح سے رگڑ کھانے، کانٹے دار تار، ٹوٹے ہوئے شیشے، چاقو یا کسی آلے کے پھسلنے سے بنتے ہیں۔ ان کے کنارے ہموار نہیں ہوتے بلکہ ادھڑے اور بے ترتیب ہوتے ہیں، اس لیے ان میں مٹی، ریت یا چھوٹے ذرات پھنس جانے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔ یہی گندگی انفیکشن کا بنیادی ذریعہ بنتی ہے۔ زخم گہرا بھی ہو سکتا ہے اور اس صورت میں نیچے کے عضلات، اعصاب یا خون کی نالیاں بھی متاثر ہو سکتی ہیں، جس کا اندازہ حرکت کی کمی، سن ہونے یا زیادہ خون بہنے سے لگایا جا سکتا ہے۔ جانور کے کاٹنے سے بننے والا زخم بھی عموماً پھٹے اور سوراخ والے زخم کا مجموعہ ہوتا ہے اور اسے خصوصی توجہ و طبی مشورے کی ضرورت ہوتی ہے۔ پھٹے زخم کی ایک اور خصوصیت یہ ہے کہ خون بہنا درمیانے درجے کا ہو سکتا ہے، مگر گندگی کی وجہ سے اس کی صفائی ہمیشہ سب سے اہم مرحلہ رہتی ہے۔

## کچلے ہوئے زخم :اسباب اور نوعیت

کچلا ہوا زخم اس وقت پیدا ہوتا ہے جب جسم کا کوئی حصہ دو سخت سطحوں کے درمیان آ کر کچلا جائے یا اس پر بھاری وزن گر جائے، جیسے دروازے میں انگلی کا آ جانا، مشین میں ہاتھ پھنسنا، بھاری سامان کا پاؤں پر گرنا یا حادثے میں گاڑی کے نیچے آ جانا۔ اس قسم کی جلد بظاہر کم پھٹی ہو سکتی ہے مگر اندر کے ٹشوز، عضلات اور چھوٹی نالیاں بری طرح متاثر ہوتی ہیں، خون ٹشوز کے اندر جمع ہو کر سوجن اور نیلاہٹ پیدا کرتا ہے اور ہڈی بھی ٹوٹ سکتی ہے۔ طویل وقت تک کچلے رہنے کی صورت میں متاثرہ حصے کو خون کی فراہمی متاثر ہونے سے ٹشوز کے مرنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے، اس لیے کچلے ہوئے زخم کو کبھی معمولی سمجھ کر نظر انداز نہیں کرنا چاہیے۔ درد، سوجن، نیلاہٹ اور کالا پڑنا اس کی نمایاں پہچان ہے، اور متاثرہ حصے کی حرکت کم یا ختم ہو سکتی ہے۔

### جدول :پھٹے اور کچلے زخموں کا موازنہ

| کچلا ہوا زخم | پھٹا ہوا زخم | پہلو |
|---|---|---|
| بھاری دباؤ یا دو سطحوں کے درمیان کچلنا | نوکیلی یا کھردری چیز سے پھٹنا | سبب |
| جلد کم پھٹی، اندر گہرا نقصان | بے قاعدہ، ادھڑے کنارے | کنارے / ظاہری شکل |
| اندرونی خون جمع ہونا، ہڈی ٹوٹنا | گندگی سے انفیکشن | نمایاں خطرہ |
| حصہ ساکن رکھیں، ٹھنڈی پٹی، معائنہ لازمی | اچھی صفائی، پھنسا بڑا ذرہ نہ نکالیں | خصوصی احتیاط |

نوٹ :موازنہ تعلیمی ہے؛ اصل تشخیص ڈاکٹر کے معائنے سے ہوتی ہے۔

## مشترکہ علامات اور خطرے کی نشانیاں

دونوں قسم کے زخموں میں درد، سوجن اور خون بہنا مشترک علامات ہیں، مگر کچھ نشانیاں فوری خطرے کی طرف اشارہ کرتی ہیں جنہیں ہر امداد دینے والے کو پہچاننا چاہیے۔ خون کا تیزی سے اور رکنے کے بغیر بہنا، فوارے کی صورت میں نکلنا یا بڑے رقبے کا گہرا زخم بڑی نالی کے متاثر ہونے کی علامت ہو سکتا ہے۔ متاثرہ حصے کا پیلا یا نیلا پڑ جانا، ٹھنڈا ہو جانا یا سن ہو جانا گردش کی خرابی کو ظاہر

کرتا ہے۔ مریض کا پیلا پڑنا، پسینہ آنا، نبض تیز ہونا اور بے چینی صدمے کی طرف اشارہ ہے۔ زخم میں شیشہ، دھات یا لکڑی کے ٹکڑے نظر آنا یا مشتبہ ہونا بھی اہم نشانی ہے، کیونکہ اندر رہ جانے والا ذرہ بعد میں انفیکشن اور تکلیف کا سبب بنتا ہے۔ ان میں سے کوئی بھی علامت ہو تو زخم گھریلو امداد سے آگے بڑھ چکا سمجھا جائے اور اسپتال منتقلی کو ترجیح دی جائے۔

## ابتدائی امداد: صفائی اور خون روکنا

ابتدائی امداد کا پہلا اصول اپنی اور مریض کی حفاظت ہے؛ امداد دینے والا صاف ہاتھوں یا دستانوں کے ساتھ کام کرے۔ زخم کھلا ہو تو خون روکنے کے لیے صاف گوج یا کپڑا رکھ کر مناسب دباؤ دیا جائے اور متاثرہ حصہ ممکن ہو تو دل کی سطح سے اونچا رکھا جائے۔ دباؤ کے باوجود خون نہ رکے تو اوپر مزید گوج رکھا جائے، پہلا گوج نہ ہٹایا جائے تاکہ جمنے کا عمل متاثر نہ ہو۔ اس کے بعد زخم کو بہتے ہوئے صاف پانی سے دھویا جائے تاکہ مٹی اور ذرات نکل جائیں؛ مضبوط جراثیم کش محلول براہِ راست گہرے زخم میں ڈالنے سے ٹشوز کو نقصان ہو سکتا ہے اس لیے نرمی اختیار کی جائے۔ زخم میں گہرائی میں پھنسا ہوا بڑا ذرہ خود نکالنے کی کوشش نہ کی جائے، اسے ارد گرد ڈریسنگ سہارا دے کر اسپتال لے جایا جائے، کیونکہ ایسا ذرہ نکالنے سے خون تیزی سے بہہ سکتا ہے۔

## کچلے ہوئے زخم کی خصوصی امداد اور ڈریسنگ

کچلے ہوئے زخم میں سب سے پہلے کچلنے والا بوجھ احتیاط سے ہٹایا جائے، بشرطیکہ یہ عمل محفوظ ہو اور مریض مدت سے دبا ہوا نہ ہو؛ طویل کچلاؤ کی صورت میں رہائی اور علاج مستند امدادی ٹیم کی موجودگی میں ہونا زیادہ محفوظ رہتا ہے۔ متاثرہ حصے کو حرکت نہ دی جائے، خصوصاً اگر ہڈی ٹوٹنے کا شبہ ہو تو سپلنٹ یا پٹی سے ساکن کیا جائے۔ ٹھنڈی پٹی یا کپڑے میں لپٹی برف سوجن اور اندرونی خون کو کم کرنے میں مدد دیتی ہے، مگر برف براہِ راست جلد پر نہ رکھی جائے اور طویل دیر مسلسل نہ رکھی جائے۔ دونوں قسم کے زخموں میں صفائی کے بعد جراثیم سے پاک ڈریسنگ رکھ کر مناسب پٹی باندھی جائے، نہ اتنی ڈھیلی کہ کھسک جائے اور نہ اتنی سخت کہ گردش رکے۔ پٹی کے بعد انگلیوں کا رنگ اور گرمی جانچنا ضروری ہے۔ مریض کو پرسکون اور گرم رکھا جائے اور اس کی حالت کا مسلسل مشاہدہ کیا جائے۔

## اسپتال منتقلی اور بعد کی احتیاطیں

گہرے پھٹے زخموں میں ٹانکے لگنے کی ضرورت ہو سکتی ہے اور یہ کام جتنا جلد ہو اتنا بہتر ہوتا ہے، اس لیے تاخیر کے بغیر اسپتال جانا چاہیے۔ زخم گندا ہو یا جانور کے کاٹنے سے بنا ہو تو تشنج اور دیگر انفیکشن سے بچاؤ کے بارے میں ڈاکٹر کو بتانا ضروری ہے، اور ویکسین کے فیصلے ڈاکٹر ہی کرتا ہے۔ کچلے ہوئے زخم میں اندرونی نقصان کا اندازہ ایکس رے اور معائنے سے ہوتا ہے اس لیے بظاہر

چھوٹا زخم بھی معائنہ کروانا دانشمندی ہے۔ گھر واپسی کے بعد زخم کو خشک اور صاف رکھا جائے، ڈریسنگ ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق بدلی جائے، اور بخار، بڑھتی سرخی، درد میں اضافہ، پیپ یا بدبو جیسی انفیکشن کی علامات ظاہر ہوں تو فوراً دوبارہ معائنہ کروایا جائے۔ یہ بعد کی نگرانی علاج کا حصہ ہے اور طالب علم کو یہ بات گھر والوں تک پہنچانے کی کوشش کرنی چاہیے۔

## خلاصہ / نتیجہ

خلاصہ یہ ہے کہ پھٹے ہوئے زخم بے قاعدہ کناروں اور گندگی کے خطرے کے ساتھ جبکہ کچلے ہوئے زخم پوشیدہ اندرونی نقصان کے خطرے کے ساتھ پہچانے جاتے ہیں۔ دونوں کی درست ابتدائی امداد تین ستونوں پر کھڑی ہے: خون روکنا، زخم کی نرمی سے صفائی اور [illegible] سے ڈھانپنا، اور بروقت اسپتال منتقلی۔ کچلے زخم میں حصے کو ساکن رکھنا اور ٹھنڈی پٹی اضافی احتیاط ہے۔ طالب علم اگر خطرے کی نشانیاں پہچان لے اور اپنی حد سے تجاوز کیے بغیر یہ اقدامات بروقت کر لے تو مریض کو انفیکشن، اضافی خون بہنے اور مستقل نقصان سے بڑی حد تک بچایا جا سکتا ہے۔

## سوال نمبر 4

سوال نمبر 4- بچھو اور سانپ کے کاٹنے کی صورت میں کیا طبّی امداد دی جا سکتی ہے؟ (20 نمبر)

## تعارف

بچھو کا ڈنک اور سانپ کا کاٹا پاکستان کے دیہی اور نیم شہری علاقوں میں عام طبی مسائل میں شامل ہیں، اور ان کا خوف اکثر اصل تکلیف سے بڑھ کر نقصان پہنچاتا ہے کیونکہ گھبراہٹ میں لوگ غلط ٹوٹکے استعمال کر کے زہر کے اثرات بڑھا دیتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ہر سانپ زہریلا نہیں ہوتا اور ہر بچھو کا ڈنک زندگی کے لیے خطرناک نہیں ہوتا، مگر چونکہ موقع پر یہ تمیز کرنا مشکل ہوتا ہے، اس لیے ہر ایسے واقعے کو سنجیدگی سے لے کر درست ابتدائی امداد اور فوری اسپتال منتقلی کو اصول بنایا گیا ہے۔ اس جواب میں پہلے بچھو کے ڈنک کی علامات و امداد اور پھر سانپ کے کاٹے کی علامات و امداد بیان کی جائے گی، اور آخر میں ان غلط طریقوں کی نشاندہی بھی کی جائے گی جن سے سختی سے پرہیز کرنا چاہیے، کیونکہ غلط امداد نہ دینا بھی اس باب کا اہم سبق ہے۔

## بچھو کے ڈنک کی علامات

بچھو عموماً جوتوں، کپڑوں، لکڑیوں اور پتھروں کے نیچے چھپا رہتا ہے اور پاؤں رکھنے یا ہاتھ ڈالنے سے ڈنک مارتا ہے۔ ڈنک کی جگہ پر فوری شدید جلن اور درد ہوتا ہے جو ارد گرد پھیل سکتا ہے، جگہ سرخ اور سوجی ہوئی ہو جاتی ہے اور کبھی سن پن یا جھنجھناہٹ محسوس ہوتی ہے۔ زیادہ تر بالغ افراد میں علامات مقامی تک ہی محدود رہتی ہیں اور وقت کے ساتھ کم ہو جاتی ہیں، مگر بچوں میں، جن کا وزن کم ہوتا ہے، زہر کے عمومی اثرات ظاہر ہو سکتے ہیں جیسے بے چینی، پسینہ، منہ سے رال بہنا، متلی، دل کی دھڑکن کا تیز ہونا اور شدید صورت میں سانس کی تکلیف۔ یہی وجہ ہے کہ بچے، بزرگ اور کمزور مریض کے ڈنک کو ہمیشہ زیادہ نگرانی کا متقاضی سمجھا جاتا ہے۔ ڈنک گر کے اندر لگا ہو تو ارد گرد دیکھنا ضروری ہے کہ مزید بچھو تو موجود نہیں، مگر یہ احتیاط مکمل حفاظت کے ساتھ کی جائے۔

## بچھو کے ڈنک کی ابتدائی امداد

بچھو کے ڈنک کی امداد کا پہلا قدم مریض کو پر سکون رکھنا اور متاثرہ حصے کو زیادہ حرکت نہ دینا ہے، کیونکہ حرکت اور بے چینی سے زہر کی دھڑکن بڑھتی اور زہر تیزی سے پھیل سکتا ہے۔ ڈنک کی جگہ کو صابن اور صاف پانی سے دھویا جائے اور اس پر ٹھنڈی پٹی یا کپڑے میں لپٹی برف رکھی جائے تاکہ درد اور سوجن کم ہو؛ برف براہِ راست جلد پر زیادہ دیر نہ رکھی جائے۔ متاثرہ عضو کو جہاں تک ممکن ہو نیچے اور ساکن رکھا جائے۔ درد کے لیے کوئی بھی دوا خود سے دینے کے بجائے طبی مشورے کو ترجیح دی جائے، خاص طور پر بچوں میں خوراک کے بارے میں ڈاکٹر کی ہدایت ضروری ہے۔ مریض کو علامات کے مشاہدے میں رکھا جائے اور عمومی علامات یعنی سانس کی تکلیف، شدید پسینہ، الٹی یا دھڑکن کی بے قاعدگی ظاہر ہوتے ہی فوراً اسپتال منتقل کیا جائے۔ بچھو پکڑنے یا مارنے کی کوشش میں خود کو خطرے میں ڈالنا دانشمندی نہیں۔

### جدول: بچھو ڈنک اور سانپ کاٹے کی امداد کا خلاصہ

| درست اقدام | پہلو |
|---|---|
| پر سکون رکھیں، حرکت کم سے کم | مریض کی حالت |
| صاف دھونا، ٹھنڈی پٹی) بچھو(، ساکن رکھنا (سانپ) | متاثرہ جگہ |
| انگوٹھی و کڑے فوراً اتاریں | تنگ اشیاء |

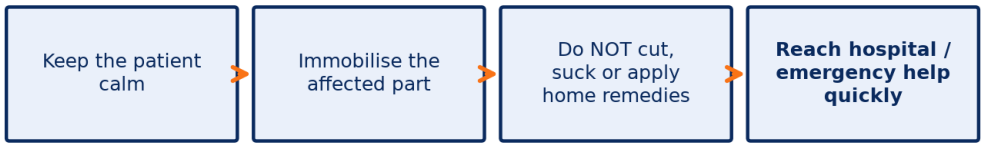
| | |
|---|---|
| کاٹنا، چوسنا، سخت باندھنا، ٹوٹکے لگانا | ممنوع اعمال |
| فوری اسپتال منتقلی، زہر کش دوا ڈاکٹر کے فیصلے سے | اصل علاج |

نوٹ: یہ جدول تعلیمی خلاصہ ہے؛ ہر واقعے میں فوری طبی مشورہ حاصل کریں۔

### سانپ کے کاٹے کی علامات

سانپ کے کاٹے کی صورت میں کاٹنے کی جگہ پر عموماً دو دانتوں کے نشانات یا خراشیں نظر آتی ہیں، تاہم ہر نشانات کا نہ ملنا کاٹے کو رد نہیں کرتا۔ زہریلے سانپ کے کاٹے میں جگہ پر درد، سوجن اور سرخی بڑھنے لگتی ہے اور کبھی آبلے یا رنگت کی تبدیلی ظاہر ہوتی ہے۔ زہر کی قسم کے مطابق عمومی علامات مختلف ہو سکتی ہیں۔ بعض زہروں سے خون کے جمنے کا نظام متاثر ہوتا ہے جس سے مسوڑھوں یا زخم سے خون بہنا اور جسم پر دھبے پڑ سکتے ہیں، جبکہ بعض زہروں سے اعصابی نظام متاثر ہوتا ہے جس سے پلکوں کا بوجھل ہونے لگے یا بولنے میں مشکل، کمزوری اور سانس کی عضلات کی کمزوری پیدا ہو سکتی ہے۔ خوف کی وجہ سے بھی مریض کو پسینہ، متلی اور بے چینی ہو سکتی ہے چاہے سانپ غیر زہریلا ہو، اسی لیے فیصلہ ہمیشہ مشاہدے اور طبی معائنے پر چھوڑا جاتا ہے، اور سانپ کی شناخت کے لیے خود سانپ کو پکڑنے کی کوشش نہ کی جائے۔

**Bite / Poisoning — First Response Steps (conceptual only)**



شکل :ڈنک /کاٹے کی صورت میں ابتدائی ردِ عمل کے مراحل)تصوری خاکہ(

## سانپ کے کاٹے کی ابتدائی امداد

سانپ کے کاٹے کی امداد کے سنہری اصول تین ہیں :مریض کو پرسکون رکھیں، متاثرہ حصے کو ساکن رکھیں، اور جتنا جلد ممکن ہو اسپتال پہنچائیں۔ مریض کو لیٹا کر یا بٹھا کر آرام دیا جائے، کاٹے ہوئے عضو کو حرکت نہ دی جائے اور اسے پٹی یا سپلنٹ سے ساکن لیا جائے۔ چلنے پھرنے سے زہر تیزی سے پھیلتا ہے اس لیے مریض کو خود چل کر جانے کے بجائے اٹھا کر لے جانا بہتر ہے۔ کاٹے کی جگہ کے اوپر کی انگوٹھی، کڑے اور تنگ اشیاء فوراً اتار دی جائیں کیونکہ سوجن بڑھ سکتی ہے۔ زخم کو صاف پانی سے نرمی سے دھویا جا سکتا ہے اور اسے صاف کپڑے سے ڈھانپ دیا جائے۔ راستے میں اور اسپتال پہنچنے تک مریض کی سانس، ہوش اور سوجن کے بڑھنے کا مسلسل مشاہدہ کیا جائے اور اگر ممکن ہو تو کاٹنے کا وقت نوٹ کر لیا جائے کیونکہ یہ معلومات علاج میں مدد دیتی ہیں۔ اصل علاج، یعنی زہر کش دوا، صرف اسپتال میں ڈاکٹر کے فیصلے سے دی جاتی ہے۔

## وہ غلط طریقے جن سے سختی سے پرہیز کیا جائے

اس باب کا اہم حصہ وہ طریقے ہیں جو روایتی طور پر آزمائے جاتے ہیں مگر نقصان دہ ہیں۔ زخم کو کاٹ کر خون نکالنا، منہ سے زہر چوسنا، سخت رسی یا پٹی سے عضو کو انتہائی کس کر باندھنا، زخم پر مرچ، چونا، جڑی بوٹی یا کوئی گھریلو مادہ لگانا اور شراب یا کوئی نشہ آور چیز دینا، یہ سب غلط ہیں۔ کاٹنے سے انفیکشن اور خون بہنا بڑھتا ہے، چوسنے سے زہر نہیں نکلتا اور امداد دینے والا بھی خطرے میں پڑتا ہے، جبکہ بہت سخت باندھنے سے عضو کو خون کی فراہمی رک کر مستقل نقصان ہو سکتا ہے۔ اسی طرح وقت ضائع کر کے معالجین کے ٹوٹکوں میں پڑنا اصل علاج میں تاخیر کرتا ہے جو خود خطرے کی بڑی وجہ ہے۔ طالب علم کا فرض ہے کہ وہ اپنے گھر اور محلے میں ان غلط فہمیوں کی نرمی سے اصلاح بھی کرے، کیونکہ درست معلومات کی ترسیل بھی ابتدائی امداد کا حصہ ہے۔

## بچاؤ کی تدابیر

بچھو اور سانپ کے واقعات کی روک تھام میں ماحول کی صفائی بنیادی کردار ادا کرتی ہے۔ گھر کے ارد گرد لکڑیوں، اینٹوں اور کاٹھ کباڑ کے ڈھیر ختم کیے جائیں کیونکہ یہی ان کی پناہ گاہیں بنتی ہیں۔ جوتے پہننے سے پہلے انہیں جھاڑنا، کپڑے زمین پر پڑے ہونے کی صورت میں اٹھانے سے پہلے دیکھنا اور رات کو ٹارچ کا استعمال سادہ مگر مؤثر عادات ہیں۔ کھیتوں اور گھاس میں کام کرتے وقت لمبے جوتے اور دستانے پہننا تحفظ دیتا ہے۔ گھر کے ارد گرد گھاس کی کٹائی اور سوراخوں کی بندش بھی مددگار ہے۔ ان تدابیر سے انسانی آبادی اور ان جانداروں کا تصادم کم ہوتا ہے۔ یاد رکھا

جائے کہ یہ جاندار ماحول کا حصہ ہیں اور غیر ضروری قتل کے بجائے احتیاط اور فاصلہ ہی دانشمندانہ طرزِ عمل ہے، اور کسی واقعے کی صورت میں درست امداد و بروقت اسپتال ہی جان کی حفاظت ہے۔

## خلاصہ / نتیجہ

خلاصہ یہ ہے کہ بچھو کے ڈنک اور سانپ کے کاٹے دونوں میں درست ابتدائی امداد کا دار و مدار پرسکون رہنے، متاثرہ حصے کو ساکن رکھنے، سادہ صفائی و ٹھنڈی پٹی جیسے محفوظ اقدامات اور سب سے بڑھ کر فوری اسپتال منتقلی پر ہے۔ کاٹنا، چوسنا اور سخت باندھنا جیسے روایتی طریقے نقصان دہ ہیں اور ان سے سختی سے پرہیز ہونا چاہیے۔ خاص طور پر بچوں، بزرگوں اور عمومی علامات ظاہر کرنے والے مریضوں میں تاخیر کی کوئی گنجائش نہیں۔ طالب علم اگر ان اصولوں کو سمجھ کر اپنے ارد گرد درست آگاہی بھی پھیلائے تو وہ صرف ایک مریض نہیں بلکہ پورے معاشرے کی خدمت کرے گا۔

## سوال نمبر 5

سوال نمبر 5- زہر خوری کی وجوہات، علامات اور ابتدائی طبّی امداد کے بارے میں مفصل تحریر کریں۔ (20 نمبر)

## تعارف

زہر خوری وہ حالت ہے جس میں کوئی نقصان دہ مادہ منہ کے ذریعے، یا بعض اوقات غلطی سے، جسم میں داخل ہو کر صحت کو خطرے میں ڈال دے۔ یہ مادہ ادویات کی زیادہ مقدار، گھریلو کیمیائی اشیاء، کیڑے مار زہر، خراب خوراک یا غلطی سے پی لی جانے والی کوئی بھی نقصان دہ چیز ہو سکتی ہے۔ زہر خوری کے شکاروں میں چھوٹے بچے سرِ فہرست ہیں جو رنگین بوتل اور دانے دیکھ کر تجسس میں پی لیتے ہیں، جبکہ بڑوں میں یہ واقعہ غلطی، لاپرواہی یا ذہنی دباؤ کے نتیجے میں پیش آ سکتا ہے۔ اس جواب میں زہر خوری کی وجوہات، اس کی علامات اور ابتدائی طبّی امداد تفصیل سے بیان کی جائے گی، اس تنبیہ کے ساتھ کہ زہر خوری ایک طبی ہنگامی صورت ہے جس کا حتمی علاج اسپتال ہی میں ممکن ہے اور امداد کا مقصد مریض کو وہاں تک محفوظ پہنچانا ہے۔

### زہر خوری کی وجوہات: ادویات اور گھریلو اشیاء

ادویات کی غلط یا زیادہ خوراک زہر خوری کی عام وجوہات میں سے ہے۔ نسخے کی دوا کسی اور کی دوا سے بدل کر کھالینا، بچوں کا بڑوں کی رنگین گولیاں نگل لینا، یا ایک ہی دوا دوبارہ بھول کر کھالینا اس کی مثالیں ہیں۔ اسی طرح گھریلو صفائی کی اشیاء مثلاً تیزاب، بلیچ اور جراثیم کش محلول پی لینا، خاص کر جب یہ اشیاء مشروب کی بوتلوں میں منتقل کر کے رکھی گئی ہوں، خطرناک واقعات کا سبب بنتا ہے۔ چوہے مار اور کیڑے مار زہر دانوں یا پاؤڈر کی شکل میں ہوتے ہیں اور بچوں یا بے دھیانی میں بڑوں کے لیے بھی خطرہ ہیں۔ فصلوں پر چھڑکاؤ کیے جانے والے زہر آلود پھل و سبزیاں مناسب دھوئے بغیر کھانا بھی زہر کے اثرات پیدا کر سکتا ہے۔ ان وجوہات میں مشترکہ بات ایک ہی ہے: نقصان دہ مادے کا خوراک اور ادویات سے الگ اور واضح نشان زدہ نہ رکھا جانا۔

## زہر خوری کی دیگر وجوہات اور خطرے کے عوامل

خراب اور باسی خوراک میں پیدا ہونے والے زہریلے اثرات بھی خوراکی زہر خوری کی وجہ بن سکتے ہیں جن میں الٹی اور دست نمایاں ہوتے ہیں۔ کچھ مشروم اور جڑی بوٹیاں بے احتیاطی سے کھانا بھی خطرناک ہو سکتا ہے، اسی طرح شراب اور نشہ آور اشیاء کی زیادتی بھی زہر کے اثرات پیدا کرتی ہے، مگر ان کے استعمال سے پرہیز ہی اصل تدبیر ہے۔ صنعتی علاقوں کے قریب رہنے والوں میں پانی یا خوراک کے راستے بعض کیمیائی مادوں کا داخلہ بھی ممکن ہے۔ خطرے کے عوامل میں ادویات اور کیمیائی اشیاء کا بچوں کی پہنچ میں ہونا، بوتلوں پر نام نہ لکھنا، بڑھاپے میں نظر کی کمزوری سے غلط دوا کھالینا اور ذہنی پریشانی شامل ہیں۔ ذہنی دباؤ کے نتیجے میں خود کو نقصان پہنچانے کی کوشش کی صورت میں مریض کو طبی مدد کے ساتھ ہمدردانہ رویے اور ماہر نفسیاتی رہنمائی کی بھی ضرورت ہوتی ہے، جو اہلِ علم و ماہرین کا کام ہے۔

## جدول: زہر خوری میں کرنے اور نہ کرنے کے کام

| غلط اقدام جس سے پرہیز ہو | درست اقدام |
|---|---|
| بغیر مشورے الٹی کروانا | بوتل / پیکٹ ساتھ لے کر اسپتال جائیں |
| گھریلو نسخے و ٹوٹکے آزمانا | معلومات نوٹ کریں: مادہ، مقدار، وقت |
| تیزاب پینے والے کو دودھ / انڈہ دینا خود سے | بے ہوش مریض کو منہ سے کچھ نہ دیں |
| مریض بظاہر ٹھیک ہو تو اسپتال نہ جانا | سانس و ہوش کا مسلسل مشاہدہ |

نوٹ: جدول تعلیمی خلاصہ ہے؛ زہر خوری میں ہمیشہ فوری طبی مدد حاصل کریں۔

### زہر خوری کی علامات

زہر خوری کی علامات زہر کی قسم، مقدار اور مریض کی عمر کے مطابق مختلف ہوتی ہیں مگر کچھ علامات عام ہیں: متلی اور الٹی، پیٹ میں درد اور اینٹھن، دست، منہ اور حلق میں جلن، منہ سے غیر معمولی بو یا زیادہ رال بہنا۔ کچھ زہروں سے نیند طاری ہونا، بے ہوشی کی طرف رجحان، سانس کا سست یا بے قاعدہ ہونا اور دھڑکن کی تبدیلی پیدا ہوتی ہے۔ جلد پر پسینہ، رنگت کی تبدیلی اور آنکھوں کی پتلیوں کے سائز میں غیر معمولی تبدیلی بھی دیکھنے میں آسکتی ہے۔ تیزابی یا الکلی مواد پینے سے ہونٹوں اور منہ کے اندر جلن کے نشانات مل سکتے ہیں اور نگلنے میں شدید تکلیف ہوتی ہے۔ اگر گھر میں کسی بچے کے قریب کھلی بوتل، خالی ورق یا انجان مادہ ملے اور بچے میں اچانک بے چینی یا غنودگی ہو تو زہر خوری کو ممکن سمجھ کر فوراً اقدام کیا جائے، ثبوت کا انتظار وقت ضائع کرے گا۔

### ابتدائی امداد: فوری اقدامات

ابتدائی امداد کا پہلا قدم گھبراہٹ کے بغیر صورتِ حال کا جائزہ لینا ہے: کیا کھایا یا پیا گیا، کتنی مقدار میں اور کب، یہ معلومات جمع کرنا علاج کے لیے انتہائی قیمتی ہے۔ جس بوتل یا پیکٹ سے زہر کھایا گیا ہو اسے مریض کے ساتھ اسپتال لے جایا جائے تاکہ ڈاکٹر مادے کو پہچان سکے۔ مریض ہوش میں ہو تو اسے پرسکون رکھا جائے اور اس کی سانس اور ہوش کا مسلسل مشاہدہ کیا جائے۔ یہ بات خاص طور پر سمجھنی ضروری ہے کہ ہر زہر میں الٹی کروانا درست نہیں ہوتا، خاص کر تیزاب، الکلی، پیٹرول جیسے مادوں میں الٹی مزید نقصان کرتی ہے، اس لیے بغیر طبی مشورے کے الٹی کروانے، دودھ یا انڈہ دینے یا کوئی گھریلو نسخہ آزمانے سے پرہیز کیا جائے۔ بے ہوش مریض کو منہ سے کچھ نہ دیا جائے اور اسے اس پہلو پر لٹایا جائے کہ سانس کی نالی محفوظ رہے، جبکہ فوری طور پر ہنگامی مدد اور اسپتال منتقلی کا انتظام سب سے مقدم ہے۔

### اسپتال منتقلی اور معلومات کی فراہمی

زہر خوری کے ہر مشتبہ واقعے میں اسپتال جانا ضروری ہے، چاہے مریض بظاہر ٹھیک ہی کیوں نہ لگے، کیونکہ بعض زہروں کے اثرات دیر سے ظاہر ہوتے ہیں اور ابتدائی سکون گمراہ کن ہو سکتا ہے۔ راستے میں مریض کو گرم اور پرسکون رکھا جائے اور سانس یا ہوش میں کوئی تبدیلی ہو تو عملے کو فوراً بتائی جائے۔ اسپتال میں ڈاکٹر کو زہر کا نام یا بوتل، اندازاً مقدار، وقت، مریض کی عمر و وزن، موجودہ علامات اور پہلے سے جاری ادویات کی مکمل معلومات فراہم کی جائیں۔ یہی معلومات فیصلہ کرتی ہیں کہ معدے کی صفائی، خاص تریاق یا نگرانی میں سے کون سا راستہ اپنایا جائے، اور یہ

فیصلے صرف ماہر طبی عملہ ہی کر سکتا ہے۔ گھر والوں کا تعاون اور سچی معلومات علاج کی کامیابی میں براہِ راست شامل ہیں۔ طالب علم کے لیے سبق یہ ہے کہ زہر خوری میں تیز رفتاری اور درست معلومات ہی امداد کے دو بازو ہیں۔

## بچاؤ کی تدابیر

زہر خوری کی روک تھام کا مضبوط ترین طریقہ ذخیرہ کرنے کی حفاظت ہے۔ تمام ادویات اور کیمیائی اشیاء ان کی اصل بوتلوں اور واضح لیبل کے ساتھ، بچوں کی پہنچ سے دور اور تالے والی جگہ رکھی جائیں۔ کبھی بھی تیزاب، زہر یا صفائی کا محلول مشروب کی بوتل میں منتقل نہ کیا جائے کیونکہ یہی ایک غلطی زیادہ تر سانحات کی جڑ ہے۔ میعاد ختم شدہ ادویات محفوظ طریقے سے ضائع کی جائیں اور کسی دوسرے شخص کی نسخے والی دوا ہرگز استعمال نہ کی جائے۔ بچوں کو سکھایا جائے کہ وہ کوئی بھی انجان چیز بڑوں کو بتائے بغیر منہ میں نہ ڈالیں۔ بڑوں کی ادویات کے لیے الگ خانوں والا ڈبہ بزرگوں کی غلطی کم کر سکتا ہے۔ اگر گھر کے ہر فرد میں یہ شعور پیدا ہو جائے تو زہر خوری جیسے حادثات، جو زیادہ تر لاپرواہی سے ہوتے ہیں، بڑی حد تک ختم ہو سکتے ہیں۔

## خلاصہ / نتیجہ

خلاصہ یہ ہے کہ زہر خوری ادویات کی غلطی، گھریلو کیمیائی اشیاء، زرعی زہروں اور خراب خوراک جیسے اسباب سے پیش آتی ہے اور اس کی علامات الٹی، پیٹ درد، غنودگی اور سانس کی تبدیلی سے لے کر بے ہوشی تک ہو سکتی ہیں۔ درست ابتدائی امداد معلومات جمع کرنے، زہر کی بوتل ساتھ لینے، خطرناک گھریلو اقدامات سے پرہیز اور بغیر تاخیر اسپتال منتقلی پر مشتمل ہے۔ اور اس باب کا دیرپا سبق بچاؤ ہے: ادویات و زہریلی اشیاء کی محفوظ اور لیبل شدہ ذخیرہ اندوزی اور بچوں کی تعلیم ہی ایسے حادثات کی اصل روک تھام ہے۔ حتمی علاج ہر صورت مستند طبی ماہرین کے ذمے ہے۔