

گھریلو حادثات



کٹنا

کانچ، چاقو اور تیز اشیاء سنگین زخم کا سبب بن سکتے ہیں۔

روک تھام:

پانی پینے والے کانچ کے گلاس فرش پر نہ چھوڑیں۔ یقینی بنائیں کہ کانچ کی بوتلیں اوپر رکھی جائیں۔ کچن کے چاقوؤں کو چھپا دیں۔

کیا کریں:

• اگر کٹنے کا معاملہ سنگین نہیں ہے تو متعلقہ جگہ کو دھوئیں، یقینی بنائیں کہ کانچ کا کوئی ٹکڑا نہ چھوٹے اور بغیر روئیں کے صاف کپڑے سے ڈھک دیں۔

• اگر کٹنے کا معاملہ سنگین ہو، بہت زیادہ خون بہہ رہا ہو اور جلد کے نیچے کانچ کا کوئی ٹکڑا ہو تو A&E جائیں۔

ڈوبنا

بہت سے بچے، اکثر بہت اتھلے پانی میں، ڈوب جاتے ہیں۔ یہ باتھ ٹب میں، باغ کے تالاب میں، پیڈلنگ پول میں اور بارش کے جمع شدہ پانی میں پیش آتا ہے۔

روک تھام:

• پانی کے قریب بچوں پر ہمیشہ نظر رکھیں۔ تالابوں پر جالیوں کا استعمال کریں یا ریت سے بھری قطعہ زمین کے طور پر استعمال کرنے کے لئے بھرائی کر دیں۔

• اپنے بچے کے لیے تیراکی سیکھنے کو یقینی بنائیں۔

کیا کریں:

اپنے بچے کو پانی سے باہر لائیں۔ ان سے پانی اگلوانے کی کوشش کریں۔ اگر وہ ردعمل نہیں ظاہر کر رہے ہیں تو 999 پر کال کریں۔

زہر خورانی

دواؤں، گھریلو مصنوعات اور کاسمیٹکس سے زہر خورانی عام بات ہے۔

روک تھام:

تمام کیمیکل، دواؤں، الکحل، بیٹریوں اور صفائی کے مصنوعات کو مقفل کر دیں۔

کیا کریں:

معلوم کریں کہ آپ کے بچہ نے کیا نگلا ہے اور A&E جاتے وقت اسے اپنے ساتھ لے جائیں۔

گلا گھٹنا

کھڑکی کے پردوں کی ڈوریاں اور چین چوٹ یا گلاگھونٹنے کا خطرہ بن سکتی ہیں۔

روک تھام:

- ایسے پردے لگوائیں جس میں ڈوری نہ لگی ہو۔
- کھینچی جانے والی ڈوریوں کو چھوٹی اور پہنچ سے دور رکھی جانی چاہئیں۔
- ڈوریوں کو باندھ دیں یا ان بہت سی کھونٹیوں، باندھنے والی ڈوریاں، چمٹیوں یا تسموں میں سے ایک کا استعمال کریں جو دستیاب ہیں۔
- کسی بچہ کی چارپائی، بستر، یا اونچی کرسی کھڑکی کے قریب نہ رکھیں۔
- چارپائی یا بستر پر کھلونے یا سامان نہ لٹکائیں۔
- ڈوری کھینچ کر بند کئے جانے والے تھیلے ایسی جگہ پر نہ لٹکائیں جہاں چھوٹے بچے کھینچ کر بند کی جانے والی ڈوری کے پھندے میں اپنے سر پھنسا سکیں۔
- CPR کے بارے میں مزید جانکاری حاصل کریں

کیا کریں:

بچہ کو چھڑائیں، 999 پر کال کریں اور CPR شروع کریں۔

فریکچرز

فریکچر ایک ٹوٹی ہوئی یا چٹخی ہوئی ہڈی ہوتی ہے۔

روک تھام:

کھیل کی نگرانی کریں، اسکوٹرز، اسکیٹ بورڈز اور بانک کے لئے مناسب حفاظتی آلات (ہیلٹ، گھٹھے اور کہنی کے پیڈ) استعمال کریں۔

مجھے کیسے معلوم ہوگا کہ یہ ٹوٹی ہے؟

- کبھی کبھی یہ واضح ہوتا ہے اور آپ جلد کے واسطے سے ہڈی دیکھ سکتے ہیں۔
- انہیں درد ہوتا ہے اور کبھی کبھی وہ صدمہ میں ہوتے ہیں۔
- عضو اکھڑا ہوا لگ سکتا ہے۔
- سوجن اور خراش سے۔

کیا کریں:

- انہیں کھانے یا پینے نہ دیں، ہو سکتا ہے کہ انہیں مخدر دوا کی ضرورت پڑے۔
- چھوٹے تولیہ میں لپیٹا ہوا ایک آئس پیک (منجمد مٹر) متعلقہ جگہ پر نرمی سے رکھیں۔
- ایک تولیہ کو سلنگ (پٹی) کے طور پر استعمال کرتے ہوئے ٹوٹے ہوئے بازو کو مستحکم کریں۔
- عضو کو تھامے رہیں، خاص طور پر جب کار میں ہوں، اس لئے اگر ممکن ہو تو کسی اور سے گاڑی چلانے کو کہیں۔
- A&E جائیں۔

گرنا

بچوں کے لئے سب سے بڑا خطرہ بستر کے کنارے سے لڑھکنا یا سطح بدلنا ہے۔ چلنا پھرنا سیکھنے والے بچوں کے لئے فرنیچر سے یا زینوں سے نیچے گرنے کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔

روک تھام:

- یقینی بنائیں کہ بچے کسی سطح سے نہ لڑھکیں، (تکیوں کا استعمال کریں)۔
- کسی ایسی سطح پر اچھلنے والا گہوارہ یا کار سیٹ نہ رکھیں جہاں سے وہ بل کھا کر گر سکیں۔
- سیڑھی کے گیٹ کا استعمال کریں اگر آپ کا بچہ متحرک ہو۔ یقینی بنائیں کہ بالکنیاں مقفل ہوں اور کھڑکیوں میں حفاظتی تالے لگوائیں۔

کیا کریں:

اگر آپ کا بچہ سنگین طور پر گر جاتا ہے تو 999 پر کال کریں۔

دم گھٹنا

چھوٹے بچے اور چلنا پھرنا سیکھنے والے بچے چھوٹی چیزیں جیسے غبارے، بیٹریاں، مونگ پھلیاں، بٹن، پلاسٹک کے کھلونوں کے ٹکڑے، ڈوری یا تار آسانی سے نگل سکتے، سانس کے ذریعہ اندر لے سکتے یا گلے میں پھنسا سکتے ہیں۔

روک تھام:

• فرش پر یا فرنیچر کے نیچے چھوٹی چیزوں کی جانچ کریں۔ • جانچ کریں کہ کھلونے عمر کے مطابق ہیں اور اچھی حالت میں ہیں۔

CPR کے بارے میں مزید جانکاری حاصل کریں (یہ ابتدائی طبی امداد کی ایک تکنیک ہے جو حفاظتی پھونکوں اور سینے کے دباؤ کا ایک مجموعہ ہے۔ جسے کبھی کبھی 'زندگی کا بوسہ' کہا جاتا ہے)۔

کیا کریں:

اگر آپ کے بچہ کا دم گھٹ رہا ہے تو فوری طور پر اور پرسکون انداز میں کارروائی کریں۔ یقینی بنائیں کہ آپ متعلقہ چیز کو گلے میں اور نیچے نہ دھکیل دیں۔ کھانسنے کے لئے اپنے بچہ کی حوصلہ افزائی کریں۔ پیٹھ ٹھونکیں، اگر وہ بے ہوش ہو جاتے ہیں تو مدد کے لئے بلائیں (اپنے بچہ کو اکیلا نہ چھوڑیں) اور CPR شروع کر دیں۔

سر کی چوٹ

سر کی شدید چوٹ کی ایک علامت عام طور پر غنودگی کی حالت میں ہونا ہے، اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ اپنے بچہ کو سونے نہیں دے سکتیں۔

آپ کو طبی توجہ حاصل کرنے کی ضرورت ہے اگر:

- وہ مسلسل قے کر رہے ہیں (تین بار سے زیادہ)۔
- وہ شکایت کر رہے ہیں کہ اس میں درد ہوتا ہے۔
- وہ آپ کے لیے کم ردعمل ظاہر کرتے ہیں
- درد پیراسیٹامول یا آئبوپروفین سے کم نہیں ہو رہا ہے۔

اگر وہ جو کچھ پیش آیا ہے اس سے یا رونے کی وجہ سے تھکے ہوئے ہیں تو بہتر ہے کہ انہیں سونے دیں۔ اگر ان کی غنودگی کے تعلق سے آپ کسی بھی طرح فکر مند ہیں تو آپ کو چاہئے کہ سونے کے ایک گھنٹہ بعد اپنے بچہ کو جگا دیں۔

کیا کریں:

دیکھیں کہ وہ ٹھیک ہیں اور پوری رات طبعی انداز میں ردعمل ظاہر کر رہے ہیں۔

CPR اور دیگر چوٹوں سے نمٹنے کے بارے میں صلاح کے لیے www.redcrossfirstaidtraining.co.uk

ذریعہ: RoSPA