

## کچ پانی، چپٹا یا کمان کی شکل کی ٹانگیں اور جڑے ہونے گھٹنے:

نقص کیا ہے اور صحیح کیا ہے؟

بعض اوقات والدین کو اس لئے پریشانی ہوتی ہے کہ ان کے بچے کے جسم کے کسی حصے میں نقص ہوتا ہے۔ لیکن اکثر چھوٹے بچوں میں جو نقص دکھائی دیتا ہے وہ حسب معمول کے ذمے میں آتا ہے اور بچے کے بڑھنے کے ساتھ بہتر ہو جاتا ہے۔ اسی وجہ سے یہ جاننا ضروری ہے کہ کونسے فرق ٹھیک ہیں اور کتنے مسائل پیدا کر سکتے ہیں۔

(1) کئی بچے ایسے پیدا ہوتے ہیں کہ ان کے پیر تھوڑے مزے ہوتے ہیں۔ ماں کے پیٹ میں بچے کی حالت کی وجہ سے ہونے والے پیروں کے مڑنے اور کچ پانی میں فرق جاننے کے لئے اگلا صفحہ پڑھیں۔

(نوٹ) باب 12 پیداؤنی نقص کے بارے میں ہے جس میں بچے کے جسم کے کچھ حصے چھوٹے یا پیدائش کے وقت سے غائب ہوتے ہیں۔

مڑے ہوئے پیر شروع کے چند ہفتوں یا

مہینوں میں یہ

عام ہوتا ہے۔



چھٹے پیر، دو سال کی عمر تک عام ہوتا ہے۔



(2) موٹے یا ہموار ۱۲ کلو بچے جب چلنا شروع کرتے ہیں تو ٹانگیں کھلی رکھ کر پیروں کے اندرونی حصوں پر چلتے ہیں۔

ان کے پیر نیچے سے اس وقت تک موٹے ہوتے ہیں۔ اس لئے ان کے پیر چھٹے دکھائی دیتے ہیں۔ تقریباً سارے بچوں میں یہ خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں۔



کمان کی شکل کی ٹانگیں 18 ماہ کی عمر تک عام ہوتا ہے۔



جڑے ہونے

گھٹنے دو سے

بارہ

سال کی عمر تک

عام ہوتا ہے۔

(3) بچے کی ٹانگیں کمان کی شکل میں باہر کی طرف اس طرح مڑی ہوتی ہیں۔ یہ جب تک 18 ماہ کی عمر میں ختم ہونا شروع ہو گھٹنے دو سے بارہ سال کی عمر تک عام ہوتا ہے۔ پھر ٹانگیں آہستہ سیدھی ہونا شروع ہو جاتی ہیں جب تک وہ تھوڑی اندر کی طرف اس طرح نہ مڑیں۔

(3) جڑے ہوئے گھٹنوں کی یہ حالت عموماً دو سال کی عمر میں ہو جاتی ہے۔ 5 یا 6 سال کی عمر میں گھٹنے سیدھے ہونا شروع کر دیتے ہیں۔

(نوٹ) بعض اوقات دائمی طور پر کمرور بچے جڑے ہوئے گھٹنوں کے ساتھ کھڑے ہوتے یا چلتے ہیں۔ اگر جڑے گھٹنوں کے ساتھ بچہ اکڑ کر یا جھکوں کے

ساتھ چلتا ہے یا دوسرے مسائل ہوں تو دائمی کمزوری کی علامات معلوم کریں۔ (فالج کے بارے میں باب)

اہم: کمان کی شکل کی ٹانگیں یا جڑے گھٹنوں کے لئے رکش (وٹامن ڈی کی وجہ سے پڑیوں کا سوکھنا) اور دوسرے مسائل کی علامات دیکھیں باب 13

### شدید خُجّے گھٹنے:

شدید خُجّے گھٹنوں کو معلوم کرنے کے لئے بچے کو جڑے گھٹنوں کے ساتھ کھڑا کریں۔ اگر تین سال کی عمر کے بچے کے لئے گھٹنوں کی ہڈیوں کا درمیانی فاصلہ تین انچ سے زیادہ ہو یا چار سال کی عمر کے بچے کے لئے یہ فاصلہ چار انچ سے زیادہ ہو تو پھر غالباً یہ مسئلہ اتنا سنگین ہو کہ توجہ طلب ہو۔

### مسئلہ کی علامت



4 سال کی عمر میں  
4 انچ سے زیادہ  
10 سنٹی میٹر



3 سال کی عمر میں  
3 انچ سے زیادہ  
7 1/2 سنٹی میٹر



### کیج پائی:

ایک ہزار میں تقریباً تین بچے مڑے پیر یا بیروں کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں۔ بعض اوقات یہ خاندانی بیماری ہوتی ہے لیکن عام طور پر اس کی وجہ معلوم نہیں ہوتی۔ بعض اوقات پیدائش کے وقت بچے کے پیر محض اس لئے اندر کی طرف مڑے ہوتے ہیں کیونکہ ماں کی پیٹ میں وہ اس حالت میں ہوتے ہیں۔

ٹھیک کرنے سے پہلے کیج پائی



صرف اگلا مڑا ہوا  
پچھلا حصہ سیدھا



اگر بچے کے پیر کا اگلا حصہ اندر کی طرف مڑا ہوا تو  
دو سال کی عمر تک خود بخود سیدھا ہو جائے  
گا۔

یہ معلوم کرنے کیلئے خصوصی توجہ کی ضرورت ہے کہ یہ حالت خود بخود ٹھیک ہو جائے گی یا واقعی کیج پائی ہے۔ پیر کو معمول کی حالت میں رکھنے کی کوشش کریں۔



مڑا پیر سیدھا نہیں ہوتا کیج پائی۔  
اگر آپ پیر کو عام حالت میں نہیں لاسکتے تو  
پھر سیدھا کرنے کے لئے خُجّوں اور  
سانچوں کی ضرورت ہوگی۔

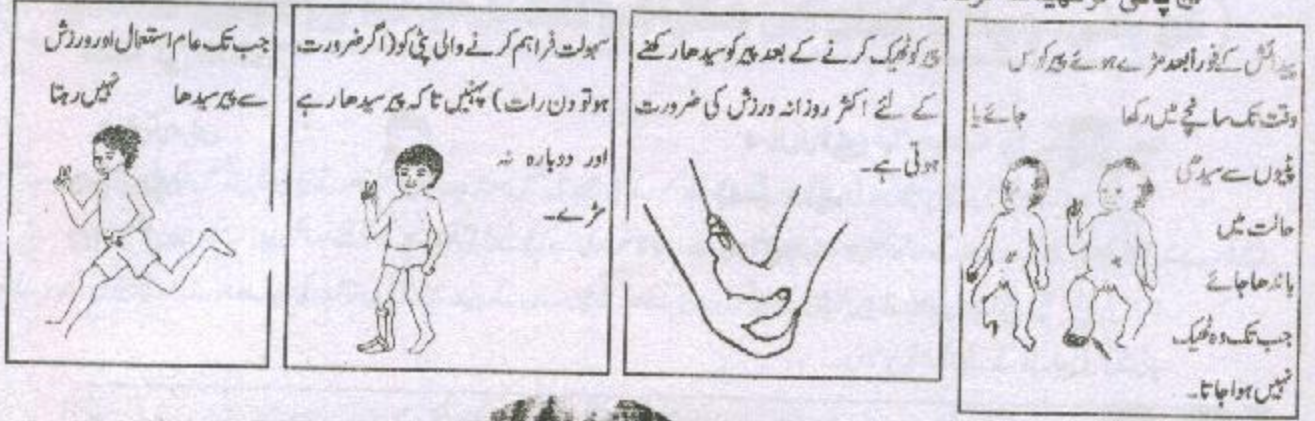


مڑا پیر سیدھا ہوتا ہے، حسب معمول  
اگر آپ پیر کو آسانی سے سیدھا کر سکتے ہیں اور  
مڑی ہوئی حالت کی مخالف سمت میں موڑ  
سکتے ہیں اور خود بخود ٹھیک ہو جائے گا۔ اگر  
آپ پیر کو خود آکر نہیں لے سکتے تو اکثر پیراس کو  
عام حالت میں لے آتا ہے۔

کیا کیج پائی کسی دوسرے مسئلے کی علامت ہے؟ اگر کیج پائی اکثر اکیلے ہوتی ہے لیکن بعض اوقات یہ Spinabifida (ریڑھ کی ہڈی میں مسئلہ باب 22) کی پہچانگی ہوتی ہے۔ ہمیشہ بچے کی ریڑھ کی ہڈی کا معائنہ کریں اور اس کے بیروں میں محسوس کرنے کی صلاحیت معلوم کریں۔  
فانچ، پولیو، جوڑوں کی سوزش یا ریڑھ کی ہڈی کے نقصان کی وجہ سے پیر رفتہ رفتہ مڑ سکتے ہیں۔

مڑے ہوئے ہاتھوں جسم کی کسی اور کٹوری یا نقص کے ساتھ کبھی کبھار کچ پائی ہو سکتی ہے۔

### کچ پانی کو شہید کیا کرتا:



سانچوں کی مدد سے ٹھیک کیا گیا ہے۔

تقریباً ساٹھ فیصد مڑے ہوئے پیر سانچوں یا ٹیوں کے استعمال سے چوتھے آٹھ ہفتوں میں بغیر آپریشن کے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

پیدائش کے فوراً بعد اگر ممکن ہو تو پہلے دو دنوں میں کچ پائی کو ٹھیک کرنے کا عمل شروع کرنا چاہئے۔ پیدائش کے وقت بچے کی ہڈیاں اور جوڑا بھی نرم ہوتے ہیں۔ عمر بڑھنے کے ساتھ ہڈیاں سخت اور کم پگھلا رہ جاتی ہیں۔

عام طور پر زندگی کے پہلے سال میں بغیر آپریشن کے پیر اچھی طرح ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ اگر نقص زیادہ شدید نہ تو 2، 3 یا 5 سال تک بھی کچ پائی سانچوں کی مدد سے ٹھیک کی جا سکتی ہے۔ لیکن زیادہ عمر کے بچوں میں زیادہ عمر صدمہ لگ سکتا ہے اور بہتر اور دیر پا نتائج کے لئے آپریشن کی ضرورت ہوتی ہے۔

سانچوں اور ٹیوں کے استعمال کے باوجود بھی کچ پائی کو آپریشن کی ضرورت ہو سکتی ہے اگر ہڈیوں میں نقص زیادہ ہو لیکن ہمیں یہ بھی طوم ہوا ہے کہ کچ پائیوں کے پیر جن کو ڈاکٹروں نے آپریشن کی تجویز دی ہوتی ہے وہ یہاں تک مرکز میں سانچوں کی مدد سے سیدھے کئے جاسکتے ہیں۔

### ٹھیک کرنے کے بعد پیروں کو سیدھا رکھنا:

جب ایک دفعہ مڑے ہوئے پیروں کو سیدھا کر دیا جائے تو ان کو سیدھا رکھنے کیلئے بہت احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ پورے خاندان کو مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر کا خیال رکھنا چاہئے۔

- ☆ ہفتوں کو سہولت فراہم کرنے والی پٹی کم از کم اس وقت تک دن رات استعمال کرنی چاہئے جب تک بچہ چلنے کے قابل نہیں ہو جاتا اور اکثر 15 یا 18 سال کی عمر تک
- ☆ پیروں کو کھینچنے کی ورزشوں کی ضرورت ہوگی خاص طور پر اس وقت جب پیر دوبارہ مڑنے کی کوئی علامت موجود ہو۔ پیر کو آرام سے نقص کی مخالف سمت میں موڑیں۔ یہ ورزش دن میں دو یا زیادہ مرتبہ کریں۔

پیر کو باہر موڑیں



ایڑھی پر بچے کھینچ کر باہر موڑیں۔

پیر کو باہر موڑیں

☆ ہیر کا باقاعدگی سے معائنہ کریں۔ اگر ہیر دوبارہ مڑنے کی کوئی علامت ہو تو تجربے کے لئے بحالی مرکز جلدی جائیں۔

### اس میں کتنا وقت لگے گا؟

مڑے ہوئے ہیروں کو سیدھا کرنا کتنا مشکل ہے، اس میں کتنا وقت لگتا ہے اور سہولت فراہم کرنے والی بیٹیوں اور خصوصی ورزشوں کی ضرورت کب تک ہوتی ہے۔ ان سب باتوں کا انحصار مندرجہ ذیل عوامل پر ہے۔

☆ کبج پائی کسی شدت: ایسے ہیروں کو ٹھیک کرنا مشکل ہوتا ہے جس میں نقص زیادہ ہو اور ہڈیوں میں نقص ہو۔

☆ ہتھوں میں عدم توازن: اگر موجود ہو تو ٹھیک کرنے کے بعد بھی ہیر اندر کی طرف کھینچا جائے گا۔

☆ اگر دونوں ہیروں مڑے ہوئے ہوں تو عموماً ٹھیک کرنا مشکل ہوتا ہے۔

☆ اگر چھ لڑکیوں میں کبج پائی کم ہوتی ہے لیکن لڑکوں کے نسبت لڑکیوں کے ہیرو ٹھیک کرنا مشکل ہوتا ہے۔

☆ اگر مڑے ہوئے ہاتھ یا کڑے ہوئے گھٹنے یا کہناں بھی ہوں تو کبج پائی کو ٹھیک کرنا خصوصاً مشکل ہوتا ہے۔ عموماً آپریشن کی ضرورت ہوتی ہے۔

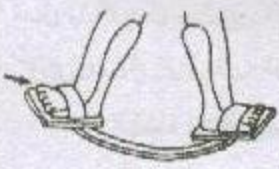
☆ بچے کی عمر جتنی زیادہ ہوگی اتنا ہی کبج پائی کو ٹھیک کرنا مشکل ہوگا۔ اکثر دو سال کی عمر کے بعد آپریشن کے بغیر ممکن نہیں ہوتا۔

☆ جو بچے ہیروں میں محسوس نہیں کر سکتے ان کے لئے خصوصی احتیاطی تدابیر اور سہولت فراہم کرنے کے عمل کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ ہیر سوراخ نہ بنیں۔ اگر سانچوں کو استعمال کیا جائے تو زیادہ دباؤ نہیں پڑنا چاہیے اور اکثر تبدیل کرنے چاہئیں

☆ اگر چار ہفتے سانچے استعمال کرنے کے بعد یا سانچے کے مسلسل استعمال کے بعد بھی کوئی خاص بہتری نہ ہو تو پھر مکمل ٹھیک کرنے کے لئے غالباً آپریشن کی ضرورت ہوتی ہے۔

### مڑے پھیروں کو ٹھیک کرنے کے بعد سہولت فراہم کرنے والی بیٹیوں کا استعمال:

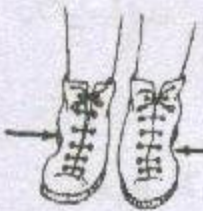
کچھ ہیروں میں ٹھنڈے کے لئے ہاسٹک کی بنی ہوئی بیٹیاں مفید ہوتی ہیں۔ زیادہ پیچیدہ ہیروں کے لئے دھات والی ایک سال سے کم عمر کے بچوں کے بیٹیوں کی ضرورت ہوتی ہے جس میں ٹھنڈے کے لئے



بہتر حالت میں رکھنے کے لئے اس طرح کا سانچہ استعمال کیا جائے۔



جو ٹھنڈے کو اندر کی طرف کھینچتی ہے



بائیں ہیر میں دایاں جوتا  
دایاں جوتا دائیں ہیر میں

ہیروں کو ٹھیک کرنے کے لئے جوتوں کو کھلا ہیروں میں پہنا جائے۔

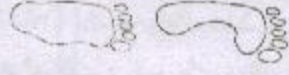


جس بچے کے ہیر زیادہ تر جج میں یا اگلے حصے میں مڑے ہوں۔

### چھتہ ہیر:

اگر بچے کے صرف ہیر چھتے ہوں تو یہ بالکل کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ صرف لاطم و اکثر یا خصوصی جو تے بیچنے والے لالچی دکا نما اس کو والدین کے لئے مسئلہ بنا دیتے ہیں۔

کچھ بچوں کے ہیر قدرتی موٹے ہوتے ہیں جو زیادہ عمر کے بچوں اور بڑوں کے ہیروں کے محرابوں میں قدرتی فرق ہوتا ہے۔  
 چھٹے دکھائی دیتے ہیں۔  
 دو سال سے کم عمر بچے کا عام ہیر اوپنی محراب ہیر کا نشان  
 موتا ہیر  
 موٹے ہیر کو چھٹا ہیر مت سمجھیں



### اگر درد، ظاہری کمزوری یا حرکت میں کمی نہ ہو تو چھٹے پیروں کے بارے میں کوئی فکر نہ کریں۔

جو بچے چلنا پھرنے سے شروع کرتے ہیں ان کے ہیر اکثر اس وقت تک کمزور محرابوں کے ساتھ چھٹے رہتے ہیں جب تک ان کے ہیر مضبوط نہیں ہو جاتے۔ جن بچوں کے ہیر بہت زیادہ چھٹے ہوتے ہیں، بہت زیادہ چھلنے یا کھڑا رہنے کے بعد ان کو بھی کوئی خاص مسئلہ یا درد نہیں ہوتی۔ عموماً چھٹے ہیر اس وقت مسئلہ ہوتے ہیں جب اس کا سبب بچے کا مقلوب ہونا یا دائمی کمزوری ہوتی ہے جیسا کہ پولیو، فالج یا Spina bifida کے شکار بچے ہوتے ہیں۔ ڈاکٹر سنڈروم (منگول) بچوں کے ہیر بھی بعض اوقات چھٹے ہوتے ہیں جس کی وجہ سے درد یا بے آرا می ہو سکتی ہے۔

چھٹے ہیروں کو ٹھیک کرنا  
 اگر بچے کو چھٹے ہیروں کے علاوہ اور کوئی مسئلہ نہ ہو تو ننگے ہیر چلانا اس کا بہترین علاج ہے۔ ریت یا غیر ہموار زمین پر ننگے ہیر چلنے سے ہیر مضبوط ہونے اور قدرتی محراب بننے میں مدد ملتی ہے۔ ٹیچوں پر چلنا، ہری پراجھلنا اور ٹیچوں سے چیزیں اٹھانا بھی جہاں پر کب و ام عام ہوں وہاں ننگے ہیر چلنے میں احتیاط کریں۔



چھٹے ہیر ننگے ہیر چلیں، ریت پر بھاگیں، رسی پراجھلیں، خصوصی جوتے کے نسبت اس میں زیادہ مزہ آتا ہے (اور عموماً بہتر نتائج دیتے ہیں) مفید ہو سکتا ہے۔

احتیاط: چھٹے ہیروں کو ٹھیک کرنے کے لئے اکثر خصوصی ورزشیں، جوتوں میں تبدیلی، ہیر کی پوزیشن میں تربیت، جوتے کے تیلے میں اضافی سہارا اور ایڑھی کے نیچے اضافی سہارا تجویز کئے جاتے ہیں۔ لیکن تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ ان میں سے کوئی بھی مفید نہیں ہے۔ محرابوں کو سہارا دینے کے لئے اندرونی ٹکوں کے استعمال سے محراب میں مزید کمزوری ہو سکتی ہے۔ اندرونی تیلے اس وقت استعمال کرنے چاہئیں جب درد زیادہ ہو یا پولیو، فالج یا ڈاکٹر سنڈروم (منگول) کی وجہ سے ہیر چھٹے ہوں۔

### انتباہ: یہ طریقہ عموماً کام نہیں کرتا۔

کچھ ماہرین اس طرح کے نیرے ہیر کو سیدھا کرنے اس طرح ایڑھی کے نیچے اضافی سہارا لگاتے ہیں۔  
 لیکن ہیر سیدھا کرنے کے بجائے اس سے مزید نقص ہوتا ہے  
 کیونکہ ایڑھی یہاں پر نکل آتی ہے۔  
 جوتا یہاں پھینک جاتا ہے۔  
 اور یہاں گھس جاتا ہے۔



### اندرونی تلا اور پیپر کے دوسرے سہارے:

پولیو، فالج یا ڈاکٹر سنڈروم کی وجہ سے کچھ بچوں کے چھٹے ہیروں کو ٹھیک کرنے کیلئے اندرونی تلا اور پپر کے دوسرے سہارے استعمال کئے جاسکتے ہیں۔ لیکن دوسرے بچے اس سے مستفید نہیں ہوں گے۔ ہر بچے کی ضروریات کا تجزیہ احتیاط سے کرنا چاہئے اگر اندرونی تیلے کے استعمال کے دو ہفتے بعد پپر زیادہ مشکل سے چلنا ہو تو تلا تبدیل کریں یا اس کا استعمال بند کریں۔



اندرونی تلا ایک ایسا مضبوط جوتہ ہے جو عراب کو سہارا دینے کے لئے جوتے کے اندر رکھا جاتا ہے۔  
جوتے کے اندر استعمال ہونے والے تلے پہلے، مسام دار بڑا تازہ کے کٹڑے سے بنائے جاسکتے ہیں۔ ان کی شکل اس طرح ہونی چاہیے کہ  
جوتے کو آرام اور سہارا دے۔

حتمی اندرونی تلا بنانے سے پہلے: بچے کے پیر کے نیچے اندرونی تلے کی شکل میں کارڈ بورڈ کا ٹکڑا لکڑی یا کوئی اور چیز رکھیں۔ بہترین نتائج کے لئے مختلف  
اوجھائیوں کو آزما لیں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ ایزمی ٹانگ کے ساتھ بالکل سیدھی ہو۔

اندرونی تلا بنانے کے بعد: پیر کی حالت کا معائنہ کریں۔ پہلے بچے کو صرف اندرونی تلے پر کھڑا کریں اور پھر اندرونی تلا جوتے کے اندر رکھ کر بچے کو کھڑا  
کریں۔ اس کو چلتے ہوئے دیکھیں اور اس سے پوچھیں کہ وہ کیسا محسوس کرتا ہے۔ اگر سب کچھ ٹھیک دکھائی دے تو دو ہفتے بعد دوبارہ معائنہ کریں۔



بہت اونچا ایزمی اندر کی طرف خمی  
ہے اندرونی تلا زیادہ ہوتا ہے۔



بہت نیچے ایزمی باہر کی طرف کھلی ہے  
اندرونی تلا زیادہ ہونا چاہیے۔



صحیح ایزمی ٹانگ کے  
ساتھ بالکل سیدھی ہے۔

احتیاط: جس شخص کا ٹخنہ کمزور اور عراب نیچے ہو وہ اندرونی تلا استعمال نہیں کر سکتا۔ کیونکہ اس کی وجہ سے چلنے وقت اس کا ٹخنہ باہر کی طرف مڑتا ہے۔ شاید اس  
نے ایسے طریقے سے چلنا سیکھ لیا ہو جس سے اس کا ٹخنہ باہر کی طرف نہ مڑتا ہو۔ ایسے شخص کے لئے اندرونی تلے کی وجہ سے چلنا اور بھی مشکل ہو جاتا ہے یا  
پھر وہ اپنے پیر کو سیدھا رکھنے کے لئے پٹیوں کا استعمال کرنے پر مجبور ہوگا۔



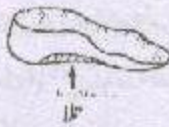
انتباہ: کئی تجارتی اندرونی تلوں میں عرابیں ایسی غلط جگہ پر ہوتی ہیں ان کو احتیاط سے دیکھیں اگر یہ اس طرح ہیں  
تو ان کو استعمال مت کریں۔ جوتے بھی اتنے کھلے نہیں ہونے چاہیے کہ ایزمی ایک طرف کو پھیلے  
یہ عراب کے درمیان میں اس طرح نہیں ہونا چاہیے۔ اس سے پیر ٹھیک ہونے کے بجائے اس میں مزید نقص پیدا  
سکتا ہے۔

اہم: اندرونی تلے کا سب سے مونا حصہ براہ راست ٹٹنے کی ہڈی کے نیچے ایزمی کے بالکل سامنے ہونا چاہیے۔ اس طرح

یا سہولت فراہم کرنے والی پٹی جو پیر اور ٹٹنے کو



اس طرح سہارا  
دے۔



اگر بچے کا پیر مفلوج ہونے کی وجہ سے چھٹا یا بہت نرم ہو تو صرف اندرونی تلا  
کافی نہیں ہوتا۔ اس کو پلاسٹک کی ایک چھوٹی پٹی کی  
ضرورت ہوگی جو پیر کو اس طرح سہارا دے۔



نہر جوتے میں ایک ہی ایسی تہ پٹی ہے جو منہد ہوتی ہے۔ ایزمی کے اندرونی کونے کے نیچے دھات کا ایک چھوٹا ٹکڑا غیر ہموار  
استعمال اور پیر میں درد کو روکتا ہے۔