باب نمبر 13

بچے جو کم قد رہ جاتے ہیں:

یا جن کی ہڈیاں کمزور ہوں:

اس باب میں ہم ان بچوں کو دیکھیں گے جن کی ہڈیاں کمزور ہوں یا ان میں کوئی نقص ہو اور وہ بچے جو باقی بچوں کی طرح لمبے نہیں ہوتے۔ اس باب میں ہڈیوں کا سوکھا (Rickets) کمزور ہڈیاں اور وہ بچے جو بہت چھوٹے رہ جاتے ہیں (بونا پن) کا ذکر ہے۔ ان سب حالات میں ٹانگیں کمان کی شکل کی ہو جاتی ہیں اور اکثر ہڈیوں کی شکل اور تناسب ٹھیک نہیں ہوتا۔

سوکھا (Rickets)

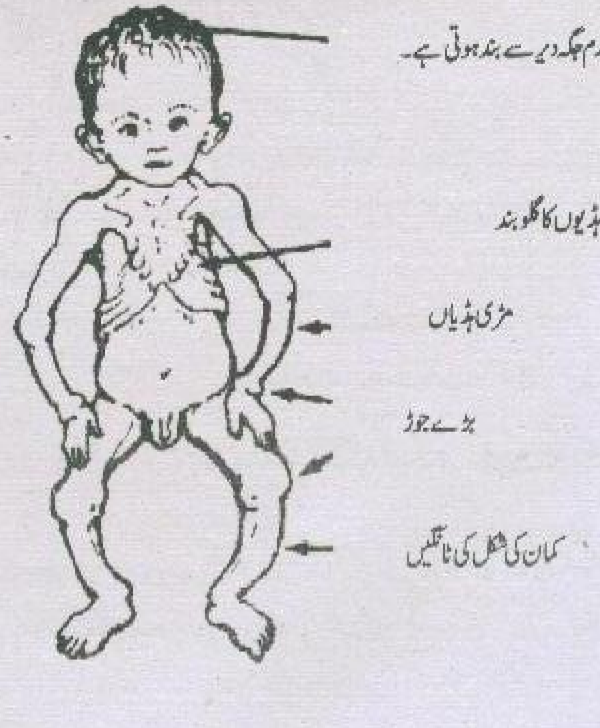
سوکھا ہڈیوں کی کمزوری اور نقص ہے جو وٹامن ڈی کی کمی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ وٹامن ڈی دودھ، مکھن، انڈے کی زردی، جانوروں کی چربی اور کلیجی میں پایا جاتا ہے جب جلد پر سورج کی روشنی پڑتی ہے تو جسم میں بھی وٹامن ڈی تیار ہوتا ہے جو بچے وٹامن ڈی والی خوراک کافی مقدار میں نہیں کھاتے اور جن کو سورج کی روشنی کافی مقدار میں نہیں ملتی رفتہ رفتہ سوکھا کا شکار ہو جاتے ہیں۔

سوکھا کچھ ممالک میں کافی عام ہے خصوصاً ایشیاء کے سرد پہاڑی علاقے اور لاطینی امریکہ جہاں پر بچوں کو ڈھانپا اور اندر رکھا جاتا ہے۔ پر ہجوم شہروں میں بھی یہ بڑھتا جا رہا ہے جہاں بچوں کو دھوپ میں بہت کم نکالا جاتا ہے۔

علاج:

سوکھے کا علاج یہ ہے کہ بچے کو مچھلی کی کلیجی کا تیل دیا جائے اور دھوپ میں وقت گذارے، اس کی روک تھام کا بہترین اور سستا طریقہ یہ ہے کہ سورج کی روشنی بچے کی جلد تک یقینی طور پر پہنچے وٹامن ڈی والی غذائیں بھی مفید ہوتی ہیں۔

سوکھا کی علامات۔



کمزور ھڈیوں کی بیماری:

بچے کے ہاتھ پیر پیدائشی مڑے ہوتے ہیں یا ہڈیاں ٹوٹی ہوتی ہیں (یا ایسا بھی ہوسکتا ہے کہ پیدائش کے وقت ٹھیک دکھائی دے اور بعد میں ہڈیاں ٹوٹنی شروع ہو جائے) وہ ٹھیک عمر میں چلنا شروع کرسکتا ہے لیکن ہڈیوں کے ٹوٹنے سے بڑھتے ہوئے نقائص کی وجہ سے چلنا جلد ہی ناممکن ہوسکتا ہے کئی ٹوٹی اور مڑی ہوئی ہڈیوں کی وجہ سے یہ بچے بہت چھوٹے رہ جاتے ہیں والدین کو بعض اوقات احساس نہیں ہوتا کہ کب ان کے بچے کی ہڈی ٹوٹتی ہے۔

کمزور ہڈیوں کی بیماری عام نہیں ہے بعض اوقات یہ موروثی ہوتی ہے اور خاندان میں کسی اور شخص کو ہوتی ہے۔

اس کا کوئی طبی علاج نہیں ہے ٹانگوں کی ہڈیوں کو سیدھا اور مضبوط کرنے کے لئے ان کے بیچ میں لوہے کی سلاخ آپریشن کے ذریعے بعض اوقات ڈالی جاسکتی ہے۔ اس سے بچے کو زیادہ عرصے تک چلنے میں مدد مل سکتی ہے لیکن آخر کار ایک جگہ سے دوسری جگہ جانے کے لئے اسے پہیوں والی کرسی کی ضرورت ہوگی۔ عمر کے ساتھ کمر کے مسائل بڑھ جاتے ہیں جس کے لئے سہولت فراہم کرنیوالی پٹی مفید ہوسکتی ہے۔

کمزور ہڈیوں والے بچے اکثر ذہین ہوتے ہیں۔ بڑھتا ہوا بہرہ پن مسئلہ بن سکتا ہے۔ ایسے بچوں کو اپنی ذہنی صلاحیت بڑھانے میں مدد کریں اور ایسے ہنر سکھائیں جس میں جسمانی طاقت کی ضرورت نہ ہو۔ بچے کو سیکھنا چاہیئے کہ کس طرح اپنے جسم کو ٹوٹنے سے بچائے۔ سخت چارپائی پر سونا مفید ہوتا ہے۔

کمزور ھڈیوں کے مرض کی علامات:

بچے جو چھوٹے رہ جاتے ھیں (بونا پن):

جو بچہ دوسرے بچوں کی طرح جلدی بڑا نہیں ہوتا اس کے والدین اکثر فکر مند ہوتے ہیں۔ چھوٹا رہ جانے کی کئی وجوہات ہیں۔ ہم یہاں چند وجوہات کا ذکر کرتے ہیں۔

معمول کے مطابق سست نشوونما:

کچھ بچوں کی نشوونما زیادہ سست ہوتی ہے اور دوسروں کے نسبت جنسی طور پر دیر سے بالغ ہوتے ہیں۔ اگر بچہ دوسرے حوالوں سے ٹھیک اور صحت مند ہو تو فکر مند ہونے کی ضرورت نہیں جب اس کی نشوونما شروع ہو جائے گی تو پھر غالباً وہ جلدی بڑا ہو جائے گا یہ پندرہ، سولہ یا سترہ سال کی عمر میں بھی ہوسکتا ہے۔

معمول کے مطابق چھوٹا قد: جب ایک یا دونوں والدین اوسط سے چھوٹے ہوں تو ان کے بچے بھی چھوٹے قد کے ہو سکتے ہیں۔ چھوٹا قد خاندان میں چلا آتا ہے اور یہ معمول کے مطابق ہوتا ہے اس بات کو یقینی بنائیں کہ بچہ صحت مند ہو اور اچھی طرح کھاتا ہو۔

ناکافی غذا: کچھ بچوں کی نشو ونما معمول کے مطابق اس لئے نہیں ہوتی کیونکہ انہیں کھانے کو کافی نہیں ملتا یا وہ خوراک نہیں کھاتے جس کی ان کے جسم کو ضرورت ہوتی ہے۔ وہ ویسے تو ٹھیک دکھائی دیتے ہیں لیکن وہ پتلے اور چھوٹے ہوتے ہیں۔ ان کے پیٹ بڑے ہوتے ہیں اور اکثر بیمار ہوتے ہیں یا ان میں توانائی کا فقدان ہو سکتا ہے۔ بہت ناخوش دکھائی دے سکتے ہیں یا ان کے پیر، ہاتھ اور چہرے سوجھ سکتے ہیں اور بچوں کو زیادہ بہتر خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ تیز نشو ونما کے لئے ان کو زیادہ پیار، توجہ اور کھیل کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

لمبے عرصے کی بیماری یا علاج: اکثر شدید لمبی بیماری سے بچے کی نشو ونما سست ہو جاتی ہے جوڑوں کی سوزش کے لئے اگر کچھ خاص دوائیں یا سٹیرائیڈز لمبے عرصے تک دی جائیں تو ان سے نشو ونما سست اور ہڈیاں کمزور ہو سکتی ہیں۔

بونا پن: کچھ بچے ایسی حالت میں پیدا ہوتے ہیں کہ وہ معمول کے مطابق بڑے نہیں ہوتے۔ اس کے مختلف نمونے اور وجوہات ہیں۔

پانچ میں ایک بچے کو یہ وراثت میں ملتا ہے اور اس کے کچھ رشتہ دار بہت چھوٹے ہوں گے۔

بونا پن کی سب سے زیادہ عام قسم میں بازو اور ٹانگیں جسم کے لئے چھوٹی ہوتی ہیں۔ سر بڑا، پھولا ہوا اور ناک چپٹی ہوتی ہے۔ اکثر بچے کے کمر ٹیڑھی، پیٹ گول اور ٹانگیں کمان کی شکل کی ہوتی ہیں۔ کولہے کے مسائل کج پائی یا آنکھ کے مسائل اور سننے میں کمی ہو سکتی ہے۔

علاج:

زیادہ تر چھوٹے قد کے بچوں کے لئے کوئی علاج نہیں ہے ان میں بونا پن کے شکار بچے بھی شامل ہیں۔ کئی ممالک میں چھوٹے قد کے بچوں کی تیز نشو ونما کے لئے ڈاکٹر نشو ونما کے ہارمون تجویز کرتے ہیں۔ ابتداء میں ان سے کچھ نشو نما ہو سکتی ہے لیکن جلد ہی یہ ہڈیوں کو پختہ کر دیتے ہیں اور ان کی نشو ونما رک جاتی ہے۔ اس طرح بچہ چھوٹا رہ جاتا ہے اور اگر علاج نہ کیا جائے تو قد اس سے زیادہ بڑھ سکتا ہے۔ نشو ونما تیز کرنے کے لئے بچے کو ہارمون نہ دیں۔

جن بچوں کا قد اپنی عمر کے لحاظ سے چھوٹا ہوتا ہے بعض اوقات دوسرے بچے ان کا مذاق اڑاتے ہیں یا ان کو ان کی عمر سے چھوٹا تصور کیا جاتا ہے۔ ان کے لئے زندگی مشکل ہو سکتی ہے اور وہ اپنے بارے میں غیر یقینی اور اداس ہوتے ہیں۔ یہ ضروری ہے کہ ان کے ساتھ ان کے باقی ہم عمر بچوں جیسا سلوک کیا جائے۔ بچوں کے عملی کاموں سے دوسرے بچے زیادہ معاملہ فہم ہو جاتے ہیں (باب 47)

☆☆☆☆☆