

باب نمبر 43

بیساکھیوں اور چھڑی کا استعمال اور بھیوں والی کرسی سے منتقلی

بیساکھیوں کا استعمال

بیساکھی بچے کے ناپ کے مطابق بنائیں:



کئی تھوڑی مڑی ہونی چاہیے
تا کہ بچہ اپنے پیروں جھلانے کیلئے
اپنے آپ کو اوپر اٹھا سکے۔



جب پچھڑا ہو تو بیساکھی اس کی
بغل سے دو یا تین انگلیاں نیچے
ہونی چاہیے۔

وقت گزرنے کے ساتھ بغل کے نیچے اعصاب پر دباؤ بغل سے ٹکنا روکنے کے لئے کبھی کی بیساکھی کا استعمال اچھا
پڑنے سے ہاتھ مفلوج ہو سکتا ہے۔

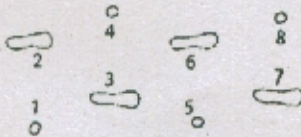
طریقہ ہے۔ (البتہ
بعض بچوں کیلئے
اس کا استعمال زیادہ
مشکل ہوتا ہے۔)



بچے کو سکھائیں کہ اپنا وزن
بغل پر ڈال کر نہ لگے۔

بیساکھیوں کی مدد سے چلنا:

بہتر توازن اور حالت کیلئے، دائیں بیساکھی اور
بائیں ٹانگ ایک ساتھ آگے بڑھائیں اور پھر
بائیں بیساکھی اور دائیں ٹانگ آگے بڑھائیں۔
اس کے پیروں کے نشانات اس طرح دکھائی دینے
چاہئے۔



قدم اٹھانا: بعض بچے ایک
وقت میں ایک ہر اٹھاتے
ہوئے بہتر طریقے سے قدم
اٹھاتے ہیں۔

بیساکھیوں کی طرف جھول کر چلنا:

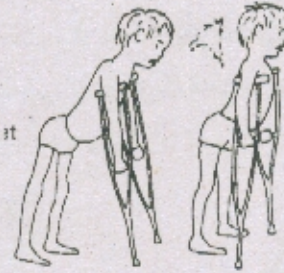
بیساکھیوں پر جھول کر چلنا:

اگرچہ شروع میں کوشش کرتے ہوئے وہ خوفزدہ

ہو سکتے ہیں، مگر کئی بچے اس طرح بیساکھیوں پر

جھول کر چلنا سیکھ سکتے ہیں۔

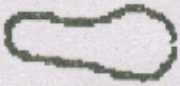
یہ طریقہ تیز اور پر لطف ہوتا ہے۔



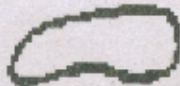
یہ طریقہ سست مگر یقینی ہوتا ہے۔

فرقہ دار کئی مہینے بچن کو قدم اٹھانے میں دشواری ہوتی ہے۔ بیساکھیاں، ایسے استعمال کرتے ہیں کہ بیساکھی کے پیروں تک اپنے دونوں پیر کھینچتے یا جھولتے ہیں۔ پھر وہ بیساکھیاں آگے بڑھا کر دوبارہ خود کو آگے کھینچتے ہیں۔

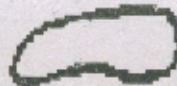
اس کے قدموں کے نشانات اس طرح دکھائی دینے چاہئیں۔



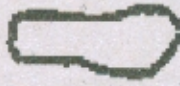
مضبوط ٹانگ



کمزور ٹانگ



کمزور ٹانگ



مضبوط ٹانگ



چھڑی



چھڑی

چھڑی کا استعمال:

کمزور ٹانگ کی مخالف جانب چھڑی پکڑنا عموماً بہت

اچھے نتائج دیتا ہے۔

آگے بڑھتے وقت

چھڑی اور کمزور ٹانگ

ایک ساتھ آگے

بڑھائیں۔



منتقلی کا غلط طریقہ

پہیوں والی کرسی سے منتقلی:

انتباہ: ایک معذوری دوسری کا سبب بن سکتی ہے۔

پہیوں والی کرسی استعمال کرنے والے افراد اگر اپنی پہیوں والی کرسی سے اکو خود یا سمد واد امداد سے منتقل ہونا سیکھ لیں، تو بہت زیادہ خود مختار بن سکتے ہیں۔ جن کو مدد کی ضرورت ہوتی ہے یہ ضروری ہے کہ ایسے طریقے تلاش کئے جائیں کہ معذور شخص اور مدد کرنے والے شخص کیلئے منتقلی آسان بنائی جائے۔

اگر جب معذور بچے بڑے اور بھاری ہو جاتے ہیں، والدین اپنی کرسی دکھاتے ہیں۔

مختلف افراد مدد کے ساتھ یا بغیر منتقلی کے اپنے ہی بہترین طریقے ڈھونڈ لیتے ہیں۔ اپنی قوتوں اور

کمزوریوں کو مد نظر رکھتے ہوئے یہ طریقے ڈھونڈے جاتے ہیں۔



اوسہ میری کرسی

میں درد ہوتا

←

WADSWORTH

کرسی سے باہر اور اس میں واپس بھی، ایک طرف سے منتقلی اکثر زیادہ آسان ہوتی ہے لیکن ایک طرف سے منتقلی کیلئے بغیر بازوؤں والی کرسی یا ایسی کرسی جس کا کم از کم ایک بازو ہٹایا جاسکتا ہے، کی ضرورت ہوتی ہے اس لئے معذور بچوں کے لئے بازوؤں والی پہیوں کی کرسی خریدنے یا بنانے کی کوشش کریں۔ یا ایسی کرسی لیں جس کے بازو ہٹائے جاسکیں۔ بد قسمتی

سے کئی ممالک میں ایسی بیبیوں والی کرسیاں ملتی ہیں جن کے بازو مستقل اور اکثر بہت اونچے ہوتے ہیں۔ اس لئے ہم دونوں اقسام کی کرسیوں سے منتقلی کی مثالیں دیں گے۔

بچے کو اٹھانے کے لئے اسکی شلوار پکڑیں یا سفید کپڑے کی پٹی یا

ایسا بچہ جس کو مدد کی ضرورت ہو اس کو منتقل کرنے کا ایک اچھا طریقہ یہ ہے۔

بچے کے بیڑ زمین پر رکھیں اور اس کو آگے کی طرف اپنے جسم پر جھکا دیں۔ بچے کو آپ کے جسم پر اپنی ہڈیوں کی سہارا پٹی بنائیں۔

گرفت مضبوط کرنی چاہئے۔



بچے کو اس طرح اٹھائیں اور گھما کر بستر پر ڈالیں۔

بستر سے بغیر بازوؤں کے پھیپوں والی کرسی پر منتقلی:

احتیاط: اس بات کو یقینی بنائیں کہ بریک لگے ہوں اور پائیدان اوپر اٹھ رہے ہوں۔

پھیپوں والی کرسی سے بستر پر منتقل کرنے کے لئے ان اقدامات پر مخالف سمت میں عمل کریں۔

(3) ٹانگیں اس طرح بلائیں کہ بیڑ زمین پر ہوں

(2) ایک وقت میں ایک گھٹنے کے نیچے ہاتھ رکھیں۔

(1) اپنے آپ کو پیٹھ کی حالت میں لائیں۔



(5) جسم کو پھیپوں والی کرسی میں رکھیں۔

(4) بریک بند ہونے چاہئیں۔

سر نیچے کر کے آگے جھکتے ہوئے

اپنے بازوؤں پر زور ڈالیں۔

وزن گھٹنوں کے اوپر ہونا

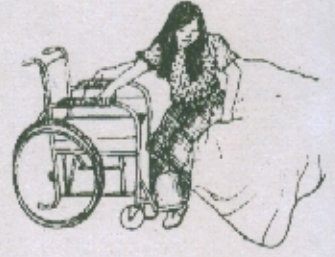
چاہئے۔



بستر سے بازوؤں کے پہیوں والی کرسی میں منتقلی:

- (1) پہیوں والی کرسی کو اس طرح رکھیں کہ آپ اپنے جسم کو (2) ایک ہاتھ پٹنگ پر اور دوسرا کرسی کے بازو پر رکھیں۔ (3) جسم کو پہیوں والی کرسی میں رکھیں۔
 کرسی کے بازوؤں سے ہٹ کر اٹھائیں۔ آگے جھکتے ہوئے سر نیچے رکھ کر اپنے آپ کو اوپر اٹھائیں۔

وزن اٹھانے اور ہونا چاہئے۔



آگے سے پہیوں والی کرسی سے بستر پر منتقلی (اکثر بچوں کیلئے بہتر ہوتا ہے)

- (1) کرسی بستر کے ساتھ آگے لگا کر پٹنگ پر بیٹھیں، بریک (2) ایک ہاتھ گدی پر اور دوسرا بستر پر رکھ کر جسم ایک طرف (3) بار بار جسم اور ٹانگیں اوپر اٹھانے کی ضرورت پڑ سکتی
 لگادیں۔ پھر آگے جھکیں اور کرسی پر چوڑا آگے کی طرف سے اٹھا کر بستر پر رکھیں۔
 اٹھائیں۔



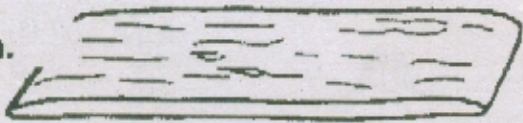
بہسنے والے تختے کے ساتھ منتقلی، بغیر مدد کے:

پھیلنے والا تختہ،

پلنگ، گاڑی وغیرہ کے اندر جانے یا ان

سے نکلنے کیلئے۔

n.



تقریباً 65 سم (دو فٹ)

گول کونے

تقریباً 23

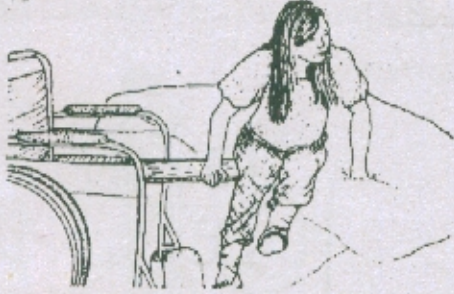
سم

(11.0 انچ)

بہسنے والے تختے کے ساتھ منتقلی۔ مدد کے بغیر

(2) گھٹنوں کے اوپر وزن ڈالتے ہوئے آگے جھکیں۔

(1) مخالف سمت میں جھک کر یا ٹانگ اوپر کر کے تختے کو لمبے کے نیچے رکھیں۔



(4) جب آپ کرسی پر بیٹھ جائیں، تو تختے ہٹا کر ایسی جگہ رکھیں جہاں سے آپ آسانی سے اٹھا سکیں۔

(3) تختے کے اوپر اپنے آپ کو بلائیں۔



بہسنے والے تختے کے ساتھ منتقلی۔ مدد کے ساتھ

(2) اپنے ہاتھ اس کے چوڑے کے نیچے رکھ کر یا اس کی شلووار پکڑ کر، اگر ممکن ہو تو اس شخص کے بازو اپنی گردن میں ڈالیں۔

(1) ٹانگ اٹھا کر تختے کو لمبے کے نیچے رکھیں

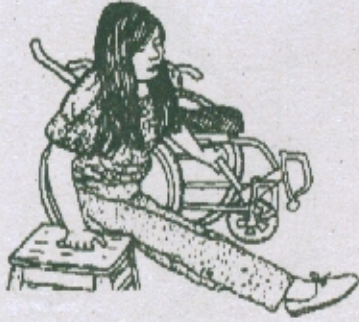


(4) ٹانگیں پٹک پر رکھیں۔

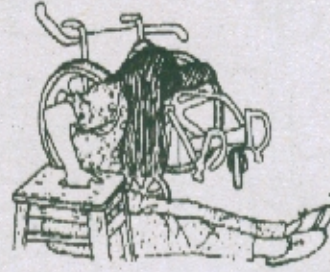
(3) کرسی پر بیٹھے شخص کو تختے پر پھسلا کر بستہ پر لائیں۔



پہیوں والی کرسی سے زمین پر منتقلی اور واپس کرسی میں۔ اسٹول کی مدد کے بغیر



(2) دونوں کرسیوں پر ہاتھ رکھ کر، سر آگے کی طرف گھٹنوں کے اوپر رکھ کر، اوپر زور لگائیں۔



(1) ہاتھیں سیدھی کر کے بیٹھیں کرسی کی مخالف جانب نشست اپنی طرف کھینچیں (دوسرے شخص کا گھٹنا بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔)



(4) اب، سر آگے کے طرف گھٹنوں کے اوپر رکھ کر جسم کو جھول کر پاهوں والی کرسی میں رکھیں۔



(3) جھول کر نشست پر بیٹھیں۔

اسٹول کی مدد کے بغیر پہیوں والی کرسی سے زمین پر اور واپس منتقلی



3



2



1



اس عورت کے عضلوں میں شدید کھینچاؤ ہے اور پھیپوں والی
کرسی سے بستر پر منتقل ہونے کے لئے ٹن کے ڈبے درسیاں
اور اپنے بستر کے اوپر کلوئی کا فریم استعمال کرتی ہے۔

