

## باب نمبر 14

## اریز پالسی (Erb's Palsy)

پیدائش کے وقت بھنچنے والے نقصان کی وجہ سے بازو کا مفلوج ہونا:



یہ کیا ہے؟

پیدائش کے وقت کندھے میں موجود اعصاب کو نقصان پہنچتا ہے جس کی وجہ سے بچے کے بازو کے ٹھے مفلوج ہو جاتے ہیں۔  
بچے کا ایک بازو اور ہاتھ پیچھے مڑا رہتا ہے اور اس کو دوسرے بازو سے کم ہلاتا ہے۔

اگر باقاعدہ ورزشوں سے بازو کی حرکت کی مکمل حد برقرار نہ رکھی جائے تو جوڑ سکر سکتے ہیں جس کی وجہ سے بازو کو کندھے سے اوپر اٹھایا جاسکے یا ہاتھ کی پھلتی کو اوپر موڑا نہ جا

سکے گا۔



14 سال کے اس بچے کو شدید اریز پالسی

ہے۔ یہ اپنے بازو کو اس سے زیادہ  
نہیں اٹھا سکتا۔

یہ کتنا عام ہے؟

اریز پالسی کا سبب بننے والا اعصاب کا نقصان پیدا ہونے والے تقریباً 400 میں سے ایک بچے کو ہوتا ہے یہ  
زیادہ تر ان بچوں میں عام ہے پیدائش کے وقت جن کے چوتھے پہلے نکلنے ہیں کیونکہ کندھا آسانی سے پھیل جاتا  
ہے اور اعصاب زخمی ہو جاتے ہیں۔

اس کے بارے میں کیا کیا جا سکتا ہے؟



پھر بازو کو بچے کے سر کے  
اوپر اٹھا سکتا ہے۔



بچے کے ساتھ دن میں دوسری حرکت کی حد کی ورزشیں شروع  
کریں۔  
بچے کے بازو کو پھیلا کر ہاتھ  
اوپر کی طرف موڑیں۔



پھر پھلتی اوپر اٹلے ہوئے  
دوسرے ہاتھ کی مدد سے بازو کو  
ممکن حد تک اوپر اٹھائیں۔



اگر بچہ کافی عمر کا ہو تو حرکت کی حد اور قوت بڑھانے کے لئے اسکو  
ورزشیں خود کرنی چاہئیں۔  
اسے بازو کو اوپر اٹھانے اور پھلتی  
کو موڑنے۔

(نوٹ) اگر پہلے ہی جوڑ سکر گئے ہوں تو ورزشیں زیادہ اور لمبے وقت کیلئے کریں ہر مرتبہ ہاتھ کو اوپر موڑنے اور بازو کو اوپر اٹھانے کی کوشش کریں۔ پھلتی  
ہوئی حالت میں بازو کو اس وقت تک رکھیں جب تک آپ پچیس تک گنتی نہ کر لیں یا گانا نہ گائیں۔

دوسری مفید ورزشیں:



کندھوں کے ساتھ  
دائے بنائیں۔



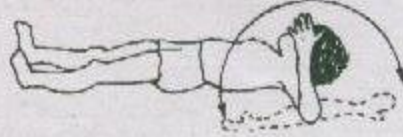
زور سے پھینکیں



بازو کو دائے میں گھمائیں۔



کھینچیں اور دھکا  
دیں۔



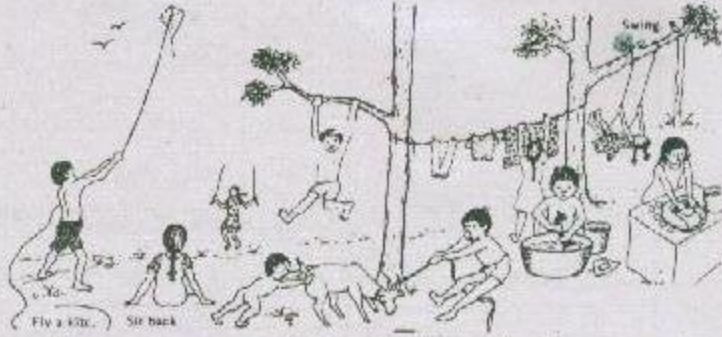
آگے اور پیچھے بلائیں

ایسے طریقے اختیار کریں کہ یہ ورزشیں کام اور کھیل میں شامل ہوں۔

پتنگ اڑانا

بازوؤں پر وزن ڈال کر بیٹھنا۔

زور سے دھکا دینا



جھولا جھولنا

کپڑے لٹکانا،

اپنی طرف ہتھیلیاں کر کے  
دوستوں سے گلنا

اس پر اچھلنا

اپنے پیچھے کپڑے مگرنی خریدیں

پانی پینا

کپڑے دھونا (پہلے ایک سمت میں اور پھر  
دوسری سمت میں چھڑیں)

روک تھام:

پیدائش کے وقت اگر ڈاکٹریا دانی اس بات کا خیال رکھے کہ بچے کے کندھے پر دھاؤ نہ پڑے تو بعض اوقات اربڑ پائی کورہکا جاسکتا ہے۔ پیدائش سے پہلے ماں کے پیٹ کے معائنے سے ڈاکٹر کو پتہ چل جاتا ہے کہ پیدائش کے وقت بچے کا چہرہ پہلے لٹکے گا یا نہیں۔ اگر ایسا ہو تو کسی ہسپتال میں ماہر ڈاکٹریا دانی کی نگرانی میں پیدائش سے نقصان کا امکان کم ہو جاتا ہے۔ اربڑ پائی کورہکا سے بچنے کے سگرنے اور اہم معذوری کو زیادہ تر ورزشوں سے روکا جاسکتا ہے۔ بعض کمزور یا عمر بھر رہتی ہیں۔

☆☆☆☆☆