باب 14
پیدائش کے بعد پہلے چند گھنٹے

اس باب میں:

ماں کے لیے کیا کیا جائے 261

ماں کی جسمانی علامات دیکھیں 261
ماں کے جنسی اعضا، پیٹ اور ٹانگیں صاف کریں 261
تیز بہتے ہوئے خون کو روکیں 262
ماں کے جنسی اعضا کا معائنہ کریں کہ کہیں چر تو نہیں رہے یا کوئی اور مسئلہ تو نہیں 262
ماں کو پیشاب کرنے میں مدد دیں 263
ماں کو کھانے پینے میں مدد دیں 264
ماں کا جائزہ لیں کہ کوئی انفیکشن تو نہیں 265
دودھ پلوانے میں مدد دیں 266
گھر والوں کو کچھ وقت اکیلے گزارنے دیں 266

بچے کے لیے کیا کیا جائے 266

عام ظاہری حالت 267
جسمانی علامات: سانس، دل کی دھڑکن، ٹمپریچر 268
بچے کا جسم 270
وزن 270
قد 273
سر 273
کان 274
آنکھیں 275
ناک اور منہ 276
گردن 276
سینہ 277
کندھے، بازو اور ہاتھ 277
پیٹ 277
جنسی اعضا اور مقعد 278
کولہے اور ٹانگیں 279
پیر 280
پیٹھ 280
جلد 280
رنگت 280
بچے میں پیدائشی نقائص ہیں 281
بی سی جی کا ٹیکہ لگانا 282

صفائی کریں اور خاندان کے سوالوں کے جواب دیں 282

باب
14

پیدائش کے بعد پہلے چند گھنٹے

پلیسینٹا کی پیدائش کے بعد ماں کا جسم لیبر کی مشقت سے بحال ہونا شروع ہوجانا چاہیے۔ بچے کو نارمل انداز سے سانس لینا چاہیے اور اپنا جسم گرم رکھنا شروع کر دینا چاہیے۔

ماں اور بچے کی صحت کو یقینی بنانے کے لیے مڈوائف کو پیدائش کے بعد پہلے چند گھنٹوں تک ماں کے پاس ٹھہرنا چاہیے اور خاندان کے افراد کو کھانے اور آرام کرنے میں مدد دینی چاہیے۔

ماں کے لیے کیا کیا جائے

ماں کی جسمانی علامات دیکھیں

ماں کا ٹمپریچر، نبض اور بلڈ پریشر باقاعدگی سے چیک کریں۔ اگر اسے صحت کا کوئی مسئلہ درپیش ہو تو کم از کم ہر گھنٹے پر چیک کریں۔

ماں کے جنسی اعضا، پیٹ اور ٹانگیں صاف کریں

پیدائش کے بعد ماں کو اپنے جسم کی صفائی کرنے میں مدد دیں۔ بستر کی گندی چادریں تبدیل کریں اور اس کے جسم پر سے خون صاف کریں۔

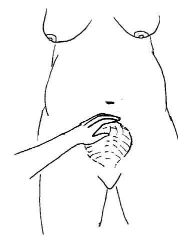
اپنے ہاتھ دھوئیں اور ماں کے جنسی اعضا چھونے سے پہلے دستانے پہنیں، بالکل ویسے ہی جیسے آپ نے پیدائش سے پہلے کیا تھا (دیکھیں صفحہ 56 تا 58)۔ ماں کے جنسی اعضا بہت نرمی سے صاف کریں، اس کے لیے بہت سا صاف پانی اور جراثیم سے پاک کپڑا استعمال کریں۔ اگر آپ کے پاس بیٹاڈین جیسی کوئی جراثیم کش دوا ہے تو وہ تھوڑی سی پانی میں ڈالیں۔ الکحل یا کوئی اور ایسی جراثیم کش دوا نہ استعمال کریں جس سے ماں کو نقصان پہنچ سکتا ہو۔

ہاتھ کو اوپر سے نیچے کی جانب حرکت دیتے ہوئے وجائنا سے ہٹ کر دھوئیں۔ احتیاط رکھیں کہ مقعد سے کوئی چیز وجائنا کی طرف نہ آئے۔ پاخانے کا ذرہ بھی جو اتنا چھوٹا ہو کہ نظر نہ آئے انفیکشن کا باعث بن سکتا ہے۔

تیز بہتے ہوئے خون کو روکیں

پیدائش کے بعد عورت کا اتنا خون بہنا نارمل ہے جتنا بہت زیادہ ماہواری میں آتا ہے۔خون ماہواری جیسا ہونا چاہیے، پرانا اور گہرے رنگ کا یا گلابی سا۔ جب یوٹرس سکڑتا ہے یا جب ماں کھانستی ہے،حرکت کرتی یا کھڑی ہوتی ہے تو خون چھوٹی چھوٹی پھواروں کی شکل میں آتا ہے۔

بہت زیادہ خون بہنا خطرناک ہوتا ہے۔ پیدائش کے بعد پہلے چند گھنٹوں میں یہ دیکھنے کے لیے کہ آیا بہت خون بہہ رہا ہے مندرجہ ذیل کارروائیاں کریں:

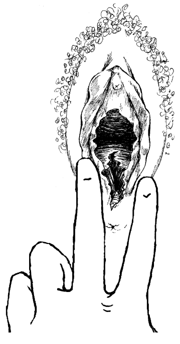


چھو کر دیکھیں کہ یوٹرس سخت تو نہیں ہورہا۔

- یوٹرس کو چھو کر دیکھیں کہ یہ سکڑ رہا ہے یا نہیں۔ پلیسنٹا کی پیدائش کے فوراً بعد اسے چیک کریں۔ پھر ہر 5 سے 10 منٹ بعد ایک گھنٹے تک چیک کرتی رہیں۔ اس کے بعد اگلے ایک سے 2 گھنٹے تک ہر 15 سے 30 منٹ پر چیک کریں۔ اگر یوٹرس سخت ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ سکڑ رہا ہے جیسا کہ اسے سکڑنا چاہیے۔ جب آپ چیک نہیں کررہی ہوں تو یوٹرس کو یونہی چھوڑ دیں۔ اگر وہ نرم ہے تو یہ جاننے کے لیے کہ کیا کیا جائے صفحہ 250 دیکھیں۔
- ماں کے پیڈ چیک کریں کہ کہیں زیادہ خون تو نہیں بہہ رہا۔ 500 ملی لیٹر (2 پیالی) بہت زیادہ ہوتا ہے۔
- ہر گھنٹے پر ماں کی نبض اور بلڈ پریشر چیک کریں۔شاک کی علامات دیکھیں (صفحہ 253 دیکھیں)۔

ماں کے جنسی اعضا کا معائنہ کریں کہ کہیں چر تو نہیں رہے یا کوئی اور مسئلہ تو نہیں

دستانے پہن کر ماں کے جنسی اعضا کا معائنہ کریں کہ پھٹنے،خون کی پھٹکیاں جمنے یا ہیما ٹوما (جلد کے نیچے خون جمع ہونے) کے آثار تو نہیں۔ یہ بھی چیک کریں کہ کہیں سرویکس وجائنا سے باہر تو نہیں آ گیا (prolapse) ہے۔



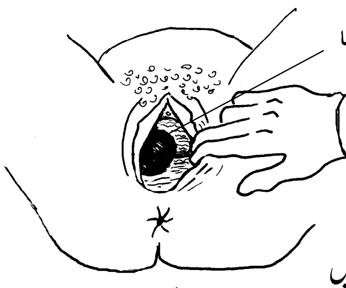
اگر وجائنا پھٹ گئی ہے

اگر آپ کو یہ پتہ نہیں کہ پھٹی ہوئی وجائنا کو کیسے سیا جائے یا اگر پھٹا ہوا حصہ سلوانے کے لیے ماں کہیں نہیں جاسکتی ہے یا اگر پھٹا ہوا حصہ بہت تھوڑا سا ہے تو غالباً وہ سیے بغیر ٹھیک ہوجائے گا۔

ماں کو 2 گھنٹے بستر آرام کرنے کو کہیں۔اس کی ٹانگیں زیادہ تر ملی ہوئی ہونی چاہئیں۔اسے باقاعدگی سے اپنی ٹانگوں کو حرکت دینی چاہیے لیکن اسے سیڑھیاں چڑھنی اترنی نہیں چاہئیں اور سیدھی پہاڑی جیسی کسی اونچائی پر نہیں چڑھنا چاہیے۔گھر میں کھانے پکانے اور صفائی کا کام کوئی اور کرے۔اگر وہ صحت بخش غذا خوب کھائے تو زخم جلدی بھریں گے۔ پھٹی ہوئی وجائنا سینا سیکھنے کے لیے صفحہ 372 دیکھیں۔

اگر ماں کو ہیما ٹوما یا وجائنا میں درد ہے

بعض اوقات یوٹرس سخت ہوجاتا ہے اور ایسا نہیں لگتا کہ خون بہہ رہا ہے۔ اس کے باوجود عورت غشی اور کمزوری محسوس کرتی ہے۔ اگر ایسا ہے تو ہوسکتا ہے کہ وجائنا میں جلد کے اندر خون جمع ہو رہا ہو۔ اسے ہیما ٹوما کہتے ہیں۔ اس مقام پر جلد اکثر سوجی ہوئی، گہرے رنگ کی اور نرم ہوتی ہے۔



اگرچہ ہیماٹوما سے تکلیف ہوتی ہے تاہم یہ عموماً سنگین نہیں ہوتا، سوائے اس صورت کے جب یہ بہت بڑھ جائے۔ اگر ہیماٹوما بڑھ رہا ہے تو اس جگہ پر جراثیم سے پاک جالی دار کپڑے سے 30 منٹ تک دبائیں یا اس وقت تک دبائیں جب تک اس کا بڑھنا رک نہیں جاتا۔ اگر ماں میں شاک کی علامات ہیں تو شاک کا علاج کریں (صفحہ 253 دیکھیں) اور طبی مدد حاصل کریں تاکہ آبلے کو پھوڑا جا سکے اور اندر جمع ہوا خون باہر آجائے۔ اگر آپ کو یہ کام آتا ہے تو جراثیم سے پاک اسکیلپل (scalpel) کی مدد سے آپ خود اسے پھوڑ سکتی ہیں۔ آبلہ پھوڑنے کے بعد جراثیم سے پاک جالی دار کپڑے سے اسے اس وقت تک دبائے رکھیں جب تک خون رک نہ جائے۔

اگر سرویکس وجائنا کے سوراخ پر نظر آرہا ہے

اگر بچے کی پیدائش کے بعد سرویکس وجائنا کے سوراخ پر نظر آرہا ہو تو اس کا مطلب ہے کہ یوٹرس وجائنا کے اندر گر گیا ہے۔ یہ مسئلہ خطرناک نہیں اور چند دنوں میں عموماً سرویکس واپس ماں کے جسم کے اندر چلا جاتا ہے۔ ہاتھ پر دستانہ پہن کر آپ یوٹرس کو پیچھے دھکیل سکتی ہیں۔ ماں کو اس کے کولہے اٹھانے میں مدد دیں، اس طرح کہ وہ سر سے اونچے ہوں۔ اس سے کہیں کہ وہ دن میں کم از کم 4 مرتبہ وجائنا کو سکیڑنے کی ورزش کرے۔

اگلے 2 ہفتوں کے دوران ماں کا بغور جائزہ لیں کہ انفیکشن کی علامات تو نہیں (صفحہ 287 اور 288 دیکھیں)۔

اگر سرویکس ایک مہینہ یا اس سے زیادہ وجائنا کے سوراخ پر رہتا ہے تو ماں کو طبی مدد حاصل کرنی چاہیے۔ سرویکس اگر وجائنا کے باہر پڑا رہے تو اس سے ماں کے لیے اگلی زچگی کے وقت مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔

ماں کو پیشاب کرنے میں مدد دیں

ماں کو زچگی کے بعد جلد ہی پیشاب کرلینا چاہیے۔

مثانہ بھرا ہوا ہو تو خون بہہ سکتا ہے اور دیگر مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ پیدائش کے بعد امکان ہے کہ ماں کا مثانہ بھرا ہوا ہو گا لیکن ہو سکتا ہے کہ اسے پیشاب کرنے کی ضرورت محسوس نہ ہو۔ پہلے 2 سے 3 گھنٹوں کے اندر اسے پیشاب کرنے کو کہیں۔ اگر وہ اتنی تھکی ہوئی ہے کہ اٹھ اور چل نہیں سکتی تو بستر یا فرش پر کسی برتن پر اکڑوں بیٹھ جائے۔ وہ لیٹ کر تولیے یا کسی موٹے کپڑے کے اندر بھی پیشاب کر سکتی ہے۔ اگر پیشاب کرنے میں مشکل ہو رہی ہے تو پیشاب کرنے کی کوشش کے دوران اس کے جنسی اعضا پر صاف نیم گرم پانی ڈالنے سے فائدہ ہو گا۔ اگر 4 گھنٹے بعد بھی وہ پیشاب نہیں کر پا رہی تو:

1۔ اس کا مثانہ چیک کریں (دیکھیں صفحہ 171)۔ اگر مثانہ بھرا ہوا نہیں تو اسے پینے کے لیے کچھ دیں۔

2۔ عورت کو پیشاب کرنے میں مدد دینے کے طریقے جاننے کے لیے صفحہ 368 دیکھیں۔

3۔ اگر وہ پیشاب نہیں کر پا رہی تو اسے کیتھیٹر کی ضرورت ہو سکتی ہے (صفحہ 368 دیکھیں)۔ اگر آپ کو کیتھیٹر استعمال کرنا نہیں آتا تو طبی مدد حاصل کریں۔

ماں کو کھانے پینے میں مدد دیں

پیدائش کے بعد بیشتر مائیں کھانے کے لیے تیار ہوتی ہیں اور وہ جو بھی غذائیت بخش چیزیں کھانا چاہیں کھاسکتی ہیں۔ اگر ماں کو بھوک نہیں لگی تو اسے کم از کم کچھ پینا چاہیے۔ پھلوں کا رس اچھا رہتا ہے کیونکہ اس سے توانائی ملتی ہے۔ بہت سی عورتیں کوئی گرم چیز پینا چاہتی ہیں جیسے ہربل ٹی۔ نارنگی کے رس کی طرح بعض پھلوں کے رس میں وٹامن سی ہوتا ہے جس سے زخم بھرنے میں مدد ملتی ہے۔ (لیکن کوکا کولا جیسے مشروبات سے پرہیز کرنا چاہیے جن میں شکر اور کیمیکل بھرے ہوتے ہیں لیکن غذائیت نہیں ہوتی)۔ اس کی حوصلہ افزائی کریں کہ ہر تھوڑی دیر بعد کچھ کھائے، پہلے چند گھنٹوں کے اندر، اور پانی بھی زیادہ پیے۔

اگر ماں 2 یا 3 گھنٹے تک کھا پی نہیں سکتی (یا کھانا نہیں چاہتی)

- یہ خدشہ ہوسکتا ہے کہ وہ بیمار ہو۔ چیک کریں کہ خون تو نہیں بہہ رہا (صفحہ 250 دیکھیں، انفیکشن تو نہیں (صفحہ 287 دیکھیں) یا بیماری کی دوسری علامات تو نہیں جن سے بھوک مرگئی ہے۔
- ماں ڈپریشن کا شکار ہوسکتی ہے (اداس، ناراض یا کسی احساس کے بغیر)۔ اس کی حوصلہ افزائی کریں کہ اپنے احساسات و ضروریات کے بارے میں بات کرے۔
- ہوسکتا ہے کہ ماں کا یہ خیال ہو کہ بعض غذائیں پیدائش کے بعد نہیں کھانی چاہئیں لیکن صحت کی بحالی کے لیے اور اپنے بچے کی دیکھ بھال کے قابل ہونے کے لیے اسے کھانا چاہیے۔

پیدائش کے بعد کھانا

حمل کے دوران اور پیدائش کے بعد عورت کو کیا کھانا چاہیے، اس بارے میں مڈوائفوں، اہل خانہ اور ڈاکٹروں سب کی مختلف رائے ہوتی ہے۔ اس کتاب میں غذاؤں کے بارے میں جو معلومات دی گئی ہیں ان کی بنیاد ان خیالات پر ہے جو بیشتر مغربی ممالک میں ڈاکٹر، نرسیں یا مڈوائفیں سیکھتی ہیں۔ طب کے دوسرے نظاموں اور مقامی رسوم ورواج کے تحت کھانے پینے کے مختلف طریقے رائج ہیں، جیسے مسالے دار کھانوں سے پرہیز کرنا یا صرف گرم غذائیں کھانا۔ مغربی طب پر عمل کرنے والے افراد کو اس قسم کے تصورات فضول معلوم ہوتے ہیں لیکن ان میں فوائد بھی ہوتے ہیں۔

بہرحال بعض رسومات ایسی ہیں جو خطرناک ہیں جیسے پروٹین استعمال نہ کرنا۔ صرف ایک قسم کی غذا کھانا کافی نہیں اور کچھ غذائیں نہ کھانے سے صحت کے سنگین مسائل پیدا ہوسکتے ہیں۔ پیدائش کے بعد عورتوں کو اتنا ہی یا اس سے زیادہ

جاری...

کھانا چاہیے جتنا وہ حمل کے دوران کھا رہی تھیں۔ اس کے علاوہ انہیں اسی طرح مختلف غذائیں بھی درکار ہوتی ہیں: پورا کھانا، سبزیاں اور پھل، اور پروٹین کی غذائیں جیسے دالیں، انڈے، خشک میوے، گوشت اور دودھ۔ اس بارے میں ماں اور اس کے گھر والوں سے بات کریں کہ زچگی کے بعد وہ کیا کھانے کا ارادہ رکھتی ہے۔ کوشش کریں کہ وہ مختلف قسم کی صحت بخش غذائیں کھائے۔ غذاؤں کے بارے میں مزید معلومات کے لیے صفحہ 33 تا 43 دیکھیں۔

بچے کے بارے میں ماں کے احساسات پر توجہ دیں

ماں بچے میں دلچسپی نہیں لے رہی

کچھ مائیں اپنے نومولود بچوں کو پسند نہیں کرتیں۔ اس کی بہت سی وجوہ ہوسکتی ہیں۔ ہوسکتا ہے کہ ماں بہت تھکی ہوئی ہو، بیمار ہو یا اس کا خون بہہ رہا ہو۔ ممکن ہے کہ اسے بچے کی خواہش نہ رہی ہو یا یہ پریشانی ہو کہ وہ بچے کی دیکھ بھال نہیں کرسکے گی۔ ہوسکتا ہے کہ اس کا ذہن بہت منتشر ہو۔

کیا کیا جائے

- ماں میں خون ضائع ہونے یا انفیکشن کی علامات چیک کریں۔
- آپ ماں سے اس کے احساسات کے بارے میں گفتگو کرسکتی ہیں یا ممکن ہے کہ آپ محسوس کریں کہ اسے اکیلا چھوڑ دینا اور انتظار کرنا مناسب ہے۔
- اگر ماں پریشان ہے یا اگر آپ کو پتہ ہے کہ ماضی کی کسی زچگی کے باعث وہ اداس یا غمگین ہے تو اس کے گھر والوں سے بات چیت کرکے سمجھائیں کہ اسے اگلے چند ہفتوں تک زیادہ توجہ اور تسلی کی ضرورت ہے۔ عام طور پر ڈپریشن کی یہ کیفیت جلدی ختم ہوجاتی ہے لیکن کبھی کبھی اس میں چند ہفتے یا مہینے لگتے ہیں۔
- اس بات کا انتظام کریں کہ خاندان کا کوئی دوسرا فرد بچے کی دیکھ بھال کرے۔

ماں کا جائزہ لیں کہ کوئی انفیکشن تو نہیں

ماں کا ٹمپریچر اکثر نارمل سے تھوڑا سا زیادہ ہوتا ہے، خاص طور پر گرمی کے دنوں میں۔

لیکن اگر ماں کی طبیعت خراب ہورہی ہے، اسے بخار ہے یا نبض تیز چل رہی ہے، یا یوٹرس چھونے پر درد ہوتا ہے تو اسے انفیکشن ہوسکتا ہے۔ اگر پانی کی تھیلی لیبر کے شروع میں ہی پھٹ گئی ہو، لیبر بہت لمبا ہوگیا ہو، یا اگر لیبر کے دوران وہ تھک گئی ہو تو انفیکشن ہونے کا اندیشہ زیادہ ہوتا ہے۔

کیا کیا جائے

1۔ چیک کریں کہ اس کے جسم میں پانی کی کمی تو نہیں (دیکھیں صفحہ 169)۔

2۔ اسے بہت سا پانی اور دوسری پینے کی چیزیں دیں۔

اگر بخار پھر بھی رہتا ہے تو اسے انفیکشن ہوسکتا ہے (دیکھیں صفحہ 287)۔

دودھ پلوانے میں مدد دیں

ماں کا دودھ پلانا، ماں اور بچے دونوں کی صحت کے لیے بہترین ہوتا ہے۔ اگر ماں کو یقین نہیں کہ وہ بچے کو اپنا دودھ پلانا چاہتی ہے تو اس سے کہیں کہ پہلے چند ہفتے یا مہینے دودھ پلانے کی کوشش کرے۔ تھوڑا سا دودھ بھی پلالیا جائے تو بالکل نہ پلانے سے بہتر ہے۔

ماں کو یہ ضرور سمجھائیں کہ اگر اس نے بچے کو اپنا دودھ پلایا تو:

- یوٹرس زیادہ تیزی سے اصل حالت میں چلا جائے گا۔
- بچے کو دست لگنے اور دوسری بیماریاں ہونے کے خدشات کم ہوں گے۔
- اہل خانہ کے پاس پیسہ بچے گا (بوتل کا دودھ مہنگا پڑتا ہے)۔

ایچ آئی وی/ ایڈز کی مریضہ کو یہ سیکھانے کے لیے کہ وہ بچے کو محفوظ طریقے سے اپنا دودھ کس طرح پلانے، صفحہ 309 دیکھیں۔

ماں کے دودھ کے بارے میں مزید معلومات کے لیے باب 16 دیکھیں جو صفحہ 297 پر شروع ہورہا ہے۔

گھر والوں کو کچھ وقت اکیلے گزارنے دیں

اگر ماں اور بچہ صحت مند ہیں تو انہیں اکیلے وقت گذارنے کا موقع دیں۔ نئے والدین کو ایک دوسرے کے ساتھ اور نومولود کے ساتھ کچھ دیر رہنے کی ضرورت ہوگی۔ وہ تنہائی میں بات کرنا، ہنسنا بولنا یا رونا چاہیں گے۔

بچے کے لیے کیا کیا جائے

پیدائش کے بعد جب ماں اور بچہ سنبھل جائیں تو سر سے پیر تک بچے کو چیک کریں۔ صحت کے مسائل کا جتنی جلد پتہ چل جائے، ان کا علاج اتنا ہی جلد ہوسکتا ہے۔

اپنے ہاتھ دھوئیں، جیسے پیدائش کے موقع پر دھوئے تھے، اور صاف دستانے پہن لیں۔ بچے کو انفیکشن آسانی سے لگ جاتا ہے اس لیے بچے کو چھونے والی ہر چیز جس حد تک ممکن ہو صاف ہونی چاہیے۔ مگر بچے کو فوراً نہلانے کی کوئی ضرورت نہیں۔ نہانے سے اس کا جسم ٹھنڈا ہوجائے گا چاہے نیم گرم پانی سے نہلایا جائے۔ چند گھنٹے یا چند دن بعد بھی نہلایا جاسکتا ہے۔ جب تک بچہ صاف اور خشک نہ ہوجائے دستانے پہنیں تا کہ اسے انفیکشن نہ لگے۔

جب آپ بچے کا معائنہ کریں تو اسے گرم رکھیں۔ معائنہ کرتے وقت اس کا سر اور جسم ڈھانپیں۔ ممکن ہو تو کمرہ گرم رکھنے

کا انتظام کریں۔ بچے کو نرمی سے اٹھائیں یا لٹائیں۔ بچے بھی اتنا ہی محسوس کرتے ہیں جتنا بڑے اور نرمی سے دیکھ بھال کی جائے تو وہ مضبوط اور محفوظ محسوس کریں گے۔

بچے کے معائنے کے لیے اہم ترین چیزیں اس کی عمومی ظاہری حالت اور دوسری جسمانی علامات ہیں۔ پیدائش کے بعد جلد از جلد یہ چیزیں چیک کریں۔ بقیہ معائنہ چند گھنٹے بعد بھی ہوسکتا ہے۔

اگر آپ کو چارٹ پر لکھنا آتا ہے تو لکھیں۔ چارٹ سے یہ فائدہ ہوتا ہے کہ ہر مرحلہ یاد رہتا ہے اور ہر مرحلے پر ہونے والی تبدیلیاں نظر میں رہتی ہیں۔ ذیل میں دیا ہوا چارٹ ایک مثال ہے:

ماں کا نام:			بچے کا نام:			
جسمانی علامات	پہلا گھنٹہ	دوسرا گھنٹہ	تیسرا گھنٹہ	چوتھا گھنٹہ	پانچواں گھنٹہ	چھٹا گھنٹہ
عام ظاہری حالت						
سانس						
دل کی دھڑکن						
ٹمپریچر						
وزن اور قد			کندھے، بازو اور ہاتھ			
سر (کھوپڑی)			پیٹ			
کان			جنسی اعضا			
آنکھیں			کولہے			
ناک اور منہ			ٹانگیں اور پیر			
گردن			پیٹھ			
جِلد			سینہ			

عام ظاہری حالت

بچے کا چہرہ مہرہ اور آواز اس کی صحت کے بارے میں بہت کچھ بتا سکتی ہے۔ ہر چیز کو دیکھیں۔ بچہ چھوٹا ہے یا بڑا؟ موٹا یا دبلا؟ کیا بازو، ٹانگوں، پیروں، ہاتھوں، جسم اور سر کا سائز صحیح ہے؟ کیا بچہ تناؤ کا شکار ہے یا پرسکون ہے؟ ہاتھ پیر چلا رہا ہے یا بے حس وحرکت پڑا ہے؟ بچے کے رونے کی آواز سنیں۔ ہر بچے کے رونے کی آواز مختلف ہوتی ہے لیکن اگر آواز عجیب سی، اونچی اور چبھنے والی ہو تو یہ بیماری کی علامت ہے۔

بچہ ڈھیلا ڈھالا، کمزور ہے یا جاگتا نہیں

بیشتر بچے پیدائش کے بعد چند گھنٹوں تک بہت سوتے ہیں۔ انہیں دودھ پینے کے لیے تھوڑی دیر بعد اٹھنا چاہیے۔ جب وہ جاگ رہے ہوں تو وہ شور سن کر یا چھونے پر ردعمل ظاہر کرتے ہیں۔ اگر بچہ ردعمل ظاہر نہیں کرتا یا پہلے چند گھنٹوں میں

غیر معمولی طور پر کمزور، ڈھیلا یا سست معلوم ہوتا ہے تو اسے مندرجہ ذیل میں سے کوئی مسئلہ ہوسکتا ہے:

- سانس میں دشواری (نیچے دیکھیں)۔
- لیبر کے دوران ماں کو دی گئی دواؤں یا جڑی بوٹیوں کی وجہ سے نیند
- انفیکشن (دیکھیں صفحہ 293)۔
- خون میں ناکافی شکر (نیچے دیکھیں)۔

خون میں شکر کی کمی

بچہ بہت کمزور ہو تو خون میں شکر ضرورت سے کم ہوسکتی ہے۔ اس کا خاص طور پر اس وقت اندیشہ ہوتا ہے جب بچہ بہت بڑا یا بہت چھوٹا ہو، پیدائش بہت مشکل سے دیر میں ہوئی ہو، یا اگر ماں کو ذیابیطس ہو (دیکھیں صفحہ 121)۔ اس صورت میں ہوسکتا ہے کہ بچہ ٹھنڈا رہے یا کانپے۔

جتنا زیادہ ممکن ہو بچے کو ماں کا دودھ پلوائیں — کیونکہ ماں کے دودھ میں شکر ہوتی ہے۔

اگر 12 گھنٹوں میں بچہ جاگتا نہیں یا زیادہ چوکس معلوم نہیں ہوتا تو **طبی مدد حاصل کریں۔**

جسمانی علامات: سانس، دل کی دھڑکن، ٹمپریچر

پیدائش کے بعد ہر 2 سے 6 گھنٹے بعد بچے کی جسمانی علامات دیکھیں یا اگر بچہ مسائل کا شکار ہو تو اور جلدی جلدی دیکھیں۔

سانس لینے کی رفتار

بچے کے پیٹ کو ابھرتے اور دبتے ہوئے دیکھ کر پورے ایک منٹ تک اس کی سانسیں گنیں۔ تھوڑی دیر بعد سانس کی رفتار تیز اور ہلکی ہونا نارمل ہے۔ نومولود بچہ جب آرام کر رہا ہو تو اسے ایک منٹ میں 30 سے 60 مرتبہ سانس لینا چاہیے۔

جس بچے کی سانس بہت تیز یا بہت ہلکی چل رہی ہو یا وہ مشکل سے سانس لے رہا ہو، اسے کافی ہوا لینے میں مشکل پیش آرہی ہوگی یا ہوسکتا ہے کہ کوئی اور مسئلہ درپیش ہو۔

بچے کو سانس لینے میں مشکل پیش آرہی ہو یا وہ ایک منٹ میں 60 بار سے زیادہ سانس لے رہا ہو

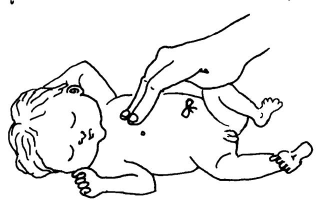
اگر بچے کو سانس لینے میں مشکل پیش آرہی ہو یا وہ ایک منٹ میں 60 بار سے زیادہ سانس لے رہا ہو تو یہ خطرے کی علامت ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوسکتا ہے کہ بچے کو انفیکشن ہے، سانس کے ساتھ اس کے پھیپھڑوں میں پاخانہ چلا گیا ہے، ماں کے خون سے دوائیں اس کے خون میں چلی گئی ہیں یا کوئی اور مسئلہ ہے۔

کیا کیا جائے

- بچے کو گرم رکھیں۔
- انفیکشن کی علامات چیک کریں (دیکھیں صفحہ 293)۔
- بچے کو لٹادیں، اس طرح کہ اس کا سر کولہوں سے نیچے ہو تاکہ رطوبت نکل جائے۔ بچے کو سکشن کریں (دیکھیں صفحہ 223)،خصوصاً اگر آپ یہ سمجھتی ہیں کہ اس کی سانس کے ساتھ ناک یا حلق میں پاخانہ چلا گیا ہے۔
- بچے کو ماں کا دودھ پلوانے کی کوشش کریں۔
- اگر بچے کی سانس رک جاتی ہے تو ریسکیو بریدنگ کریں (دیکھیں صفحہ 256)۔
- طبی مدد حاصل کریں۔

دل کی دھڑکن

نوزائیدہ بچے کے دل کی دھڑکن 120 سے 160 مرتبہ فی منٹ ہونی چاہیے۔ رفتار آہستہ ہو تو 100 مرتبہ فی منٹ ہوسکتی ہے اور تیز ہو تو 180 فی منٹ تک پہنچ سکتی ہے۔



اگر بچے کی دل کی دھڑکن بہت تیز ہے تو ہوسکتا ہے کہ اسے انفیکشن ہو (دیکھیں صفحہ 270)۔

اگر دل کی دھڑکن بہت آہستہ ہو تو ریسکیو بریدنگ دیں (دیکھیں صفحہ 256)۔ اگر دھڑکن نارمل نہیں ہوتی تو طبی مدد حاصل کریں۔

ٹمپریچر

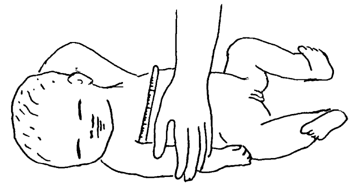
بچے کو گرم رکھیں

صحت مند رہنے کے لیے بچے کو گرم رہنا چاہیے۔ لیکن وہ اپنے آپ کو اتنی آسانی سے گرم نہیں رکھ سکتا جیسے بڑے رکھتے ہیں۔ بچے کو گرم رکھنے کا آسان ترین طریقہ اسے ماں کے جسم کے ساتھ لگا کر رکھنا ہے۔ ماں کا ٹمپریچر بچے کے لیے بالکل ٹھیک ہوتا ہے۔ ان دونوں کو کمبلوں سے ڈھک دیں اور بچے کا سر ضرور ڈھانپیں۔

اگر ماں تھوڑی دیر کے لیے بچے کو گود میں نہیں رکھ سکتی (جیسے اگر وہ پیشاب کرنے کے لیے اٹھتی ہے) تو کوئی اور بچے کو گود میں لے۔ اس فرد کو بچے کو گود میں لینے سے پہلے اپنے ہاتھ اچھی طرح دھونے چاہئیں۔

ٹمپریچر اور صحت

صحت مند بچے کا ٹمپریچر تقریباً 37 ڈگری سینٹی گریڈ (98.6 ڈگری فارن ہائیٹ) ہوتا ہے۔



بچے کا ٹمپریچر چیک کرنے کے لیے تھرمامیٹر کا پارے والا سرا بچے کی بغل میں رکھیں۔ پھر 3 منٹ تک بچے کے بازو کو اس کے جسم پر دبا کر رکھیں۔ اگر تھرمامیٹر نہیں ہے تو بچے کی گردن کو چھوئیں پھر کسی صحت مند شخص کی گردن کو چھوئیں۔ اگر بچے کی گردن اتنی ہی گرم نہیں جتنی اس شخص کی ہے تو اس کا ٹمپریچر کم ہے۔

جس بچے کا ٹمپریچر 36.5 ڈگری سینٹی گریڈ (97.7 ڈگری فارن ہائیٹ) یا کم ہو اس کا جسم تیزی سے گرم کرنا ضروری ہے۔ انتظار نہ کریں۔ اگر وہ ماں کے جسم سے چمٹا ہوا ہے تو اسے گرم ہوجانا چاہیے (دیکھیں صفحہ 271)۔ اگر وہ گرم نہیں ہوتا تو گرم پانی کی بوتلیں استعمال کرنے کی کوشش کریں۔

گرم پانی کی بوتلوں کو گرم پانی سے بھریں، انہیں کپڑوں میں لپیٹیں تاکہ بچے کا جسم نہ جل جائے اور بوتلیں بچے کے جسم سے لگا کر رکھ دیں۔

انفیکشن

جب کسی بچے کو انفیکشن ہوتا ہے تو عام طور پر اس کا ٹمپریچر کم ہوتا ہے، 36.5 ڈگری سینٹی گریڈ (97.7 ڈگری فارن ہائیٹ) یا اس سے کم۔ دوسری علامات یہ ہیں:

- بچہ کمبل میں لپیٹنے کے باوجود گرم نہیں۔
- بچے کا بیمار ہونا۔
- زیادہ ٹمپریچر (بخار) خاص طور پر جو 4 گھنٹے سے زیادہ رہے۔
- بچے کو چوسنے میں مشکل پیش آنا۔
- بچے کا 60 بار فی منٹ سے زیادہ سانسیں لینا۔
- بچے کی دل کی دھڑکن کمزور اور تیز ہونا۔

اگر بچے میں ان میں سے کوئی علامت ہے تو طبی مدد حاصل کریں۔ اگر طبی مدد 2 گھنٹے سے پہلے حاصل نہیں کی جاسکتی تو بچے کو راستے میں اینٹی بایوٹکس دیں۔ دوائیں کس قسم کی اور کتنی دینی چاہئیں، اس کے لیے دیکھیں صفحہ 295۔

اگر بچہ کئی گھنٹے تک گرم نہیں رہ سکتا تو طبی مدد حاصل کریں چاہے انفیکشن کی کوئی دوسری علامات نہ ہوں۔

بچے کا جسم

وزن

ہر بچہ مختلف ہوتا ہے لیکن بیشتر صحت مند بچوں کا وزن 2.5 سے 4 کلوگرام (5.5 سے 9 پونڈ) کے درمیان ہوتا ہے۔

مقامی محکمہ صحت سے وزن کرنے کی مشین مل سکتی ہے، لٹکانے والی ترازو خریدی جاسکتی ہے یا گھر پر ترازو بنائی جاسکتی ہے جس کا طریقہ صفحہ 467 پر دیا گیا ہے۔ لیکن نارمل بچے کا وزن کا اندازہ کرنے کے لیے ترازو کی ضرورت نہیں۔ جب بھی آپ بچے کو اٹھائیں اس کے وزن کے بارے میں سوچیں اور یہ اندازہ کریں کہ اس کا وزن بیشتر بچوں سے کم ہے یا زیادہ یا اتنا ہی ہے۔ اس طرح آپ کو ترازو کے بغیر ہی پتہ چل جائے گا کہ بچہ بہت چھوٹا ہے یا بہت بڑا۔

بہت چھوٹے بچے

بہت چھوٹے بچے جن کا وزن 2.5 کلو گرام (5.5 پونڈ) سے کم ہوتا ہے ان کو انفیکشن، سانس کے مسائل اور یرقان کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے (دیکھیں صفحہ 295)۔ بچہ جتنا چھوٹا ہوگا خطرہ اتنا ہی زیادہ ہوگا۔ چھوٹے بچوں میں ماں کا دودھ پینے اور غذا کو ہضم کرنے کے مسائل بھی ہوتے ہیں۔ بعض بچے اس لیے چھوٹے ہوتے ہیں کہ وہ قبل از وقت پیدا ہوئے ہوتے ہیں اور بعض ہوتے ہی چھوٹے ہیں۔

اگر قریب میں کوئی اچھا صحت مرکز ہے تو مناسب ترین طریقہ یہ ہوگا کہ دیکھ بھال کے لیے چھوٹے بچوں کو وہاں لے جایا جائے۔ لیکن اگر آپ چھوٹے بچے کی گھر پر دیکھ بھال کر رہی ہیں تو اسے صحت مند رکھنے کے لیے آپ کئی اقدامات کرسکتی ہیں۔

کیا کیا جائے

1۔ بچے کا جسم گرم رکھیں۔ اسے گرم رکھنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ وہ ماں کے جسم سے لگا رہے۔ بچے کو ٹوپی اور ڈائپر پہنا کر اور بقیہ جسم برہنہ رکھ کر ماں کے لباس کے اندر اس کے جلد سے لگا کر چھاتیوں کے درمیان رکھیں۔ رات دن ماں اور بچے کا جسم ملا رہنا چاہیے۔ دودھ پلانے کے لیے ماں کو بچے کی پوزیشن تبدیل کرنی ہوگی۔ اگر ماں کو نہانے کی ضرورت ہے تو جب تک وہ فارغ نہیں ہوجاتی بچے کو کسی اور کے جسم سے لگا کر رکھا جائے۔

2۔ بچے کو ماں کا دودھ دیا جائے۔ ماں کا دودھ سب بچوں کے لیے بہترین ہوتا ہے لیکن اگر بچہ بہت چھوٹا ہے تو اس کی اور بھی اہمیت ہے۔ بچہ ماں کا دودھ ہضم بھی جلدی کرتا ہے، اسے بہترین غذائیت ملتی ہے اور وہ بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔ بچہ چھوٹا ہو تو ہوسکتا ہے کہ وہ زیادہ کھا نہ سکے۔ اگر وہ ماں کے سینے سے لگا رہے گا تو دودھ زیادہ پی سکے گا۔ اس طرح اسے کافی خوراک مل جائے گی۔

اگر بچہ دودھ نہیں پی سکتا تو ماں کو اپنی چھاتیوں سے دودھ نکال کر دینا چاہیے (دیکھیں صفحہ 300)۔ ماں کو بہت صاف پیالی یا چمچے سے اس وقت تک بچے کو چھاتی کا دودھ دینا چاہیے جب تک اس میں اتنی طاقت نہ آجائے کہ وہ خود دودھ پی سکے۔ بچے کو اتنا دودھ دیا جائے اور اتنی ہی بار جتنا وہ پی سکے۔ بڑھنے کے لیے اس کا غذا لینا ضروری ہے۔

3۔ پہلے چند ہفتے تک بچے کو دیکھنے روزانہ جائیں اور معائنہ کریں کہ خطرے کی کوئی علامات تو نہیں۔ ماں کو یرقان (دیکھیں صفحہ 295)، سانس کے مسائل (دیکھیں صفحہ 255) اور انفیکشن (دیکھیں صفحہ 293) کی علامات کے بارے میں بتائیں۔ اگر بچے میں خطرے کی کوئی علامات نظر آتی ہیں تو طبی مدد حاصل کریں۔

بچوں کے چھوٹے ہونے کی وجوہات

بچے چھوٹے بڑے ہر طرح کے ہوتے ہیں۔ یہ نارمل ہے۔ لیکن چھوٹے بچوں میں مسائل پیدا ہونے کا اندیشہ بڑے بچوں کے مقابلے میں زیادہ ہوتا ہے۔

بچے کی جسامت اتفاقی نہیں ہوتی۔ جن ماؤں کو حمل کے دوران کافی غذا ملتی ہے اور دیکھ بھال ہوتی ہے ان کے بچے عام طور پر زیادہ بڑے ہوتے ہیں۔ جن ماؤں کو کافی غذا نہ ملی ہو اور ٹھیک سے دیکھ بھال نہ کی گئی ہو ان کے بچے عام طور پر چھوٹے ہوتے ہیں۔

چھوٹے بچے اکثر اُن ماؤں کے ہوتے ہیں:

- جنہیں حمل کے دوران کھانے کو کافی غذا نہ ملی ہو۔
- جنہوں نے حمل کے دوران بہت کام کیا ہو۔
- جن کی حمل کے دوران اچھی طرح دیکھ بھال نہ کی گئی ہو۔
- جو سگریٹ نوشی کرتی ہوں۔
- جن کے جسم میں حمل کے دوران کیڑے مار دوائیں یا زہریلے کیمیکلز چلے گئے ہوں۔
- جن ماؤں کے پہلے سے بہت سے بچے ہوں۔

نوٹ: بچہ چھوٹا ہونے کا یہ مطلب نہیں کہ پیدائش آسانی سے ہوجائے گی۔ اس کے علاوہ چھوٹے بچوں کے دوسرے بہت سے مسائل بھی ہوتے ہیں۔ صحت مندانہ پیدائش اور صحت مند بچے کے لیے عورتوں کو کافی خوراک کھانی چاہیے۔

بچے کا وزن 4 کلو گرام (9 پونڈ) سے زیادہ ہے

بعض بچے اس لیے بڑے ہوتے ہیں کہ ان کی ماں کو ذیابیطس ہوتا ہے۔ ان بچوں کے ساتھ خون میں شکر کی مقدار کا مسئلہ ہوسکتا ہے۔ ان بچوں کو ماں کا دودھ زیادہ پلوائیں اور جسم گرم رکھیں۔

پہلے 2 دن تک بڑے بچوں کا احتیاط سے جائزہ لیں۔ اگر وہ تھکے ہوئے، کمزور یا بیمار لگتے ہیں تو ہوسکتا ہے کہ ان کے خون میں کافی شکر نہ ہو۔ صفحہ 268 دیکھیں اور طبی مدد حاصل کریں۔

ترازو سے بچے کا وزن کرنا

اسکیل کو صفر پر سیٹ کریں یا کپڑے کا وزن کریں۔

اگر آپ کے پاس ترازو ہے تو بچے کا ٹھیک ٹھیک وزن معلوم ہوسکتا ہے۔ (ترازو خود بنانے کا طریقہ جاننے کے لیے دیکھیں صفحہ 465۔)

اگر لٹکانے والا ترازو ہے تو مندرجہ ذیل اقدامات کریں:

1۔ ترازو سے ایک کپڑا باندھ دیں۔
2۔ اس کو اس طرح ایڈجسٹ کریں کہ وہ صفر پر ہو۔ اگر ایڈجسٹ کرنے کے لیے کوئی لٹو (ناب/ knob) لگا ہوا نہیں تو کپڑے کا وزن نوٹ کرلیں (یعنی کپڑا لٹکانے پر ترازو جس عدد پر ہو وہ نوٹ کریں)۔
3۔ برہنہ بچے کو کپڑے میں رکھ دیں۔
4۔ اگر آپ نے ترازو کو ایڈجسٹ کرلیا تھا تو بچے کا وزن معلوم ہوجائے گا۔

اگر ترازو واپڈجسٹ کرنے کے لیے کوئی لٹو نہیں ہے تو کپڑے کا وزن تفریق کر کے بچے کا وزن معلوم ہوجائے گا۔

مثال کے طور پر:

بچے اور کپڑے کا وزن ملا کر	3.25 کلوگرام
صرف کپڑے کا وزن	0.25 کلوگرام
اس لیے صرف بچے کا وزن ←	3.00 کلوگرام

اگر کھڑے ہوکر وزن کرنے کی مشین ہے تو مندرجہ ذیل اقدامات کریں:

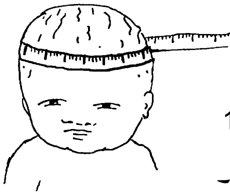
1۔ اپنا وزن کریں اور لکھ لیں۔
2۔ مشین سے اتر جائیں۔
3۔ برہنہ بچے کو لے کر مشین پر دوبارہ کھڑی ہوں۔ وزن لکھ لیں۔
4۔ اپنے اور بچے کے مشترکہ وزن میں سے اپنا وزن تفریق کریں۔

مثال کے طور پر:

آپ کا اور بچے کا وزن ملا کر	62 کلوگرام
آپ کا وزن	59 کلوگرام
اس لیے صرف بچے کا وزن ←	3 کلوگرام

قد

انچ ٹیپ ہوتو بچے کے سر کے سرے سے ایڑی کے آخر تک ناپ لیں۔ زیادہ تر بچے 45 سے 53 سینٹی میٹر (18 سے 21 انچ) لمبے ہوتے ہیں۔ جن بچوں کا قد ان حدود کے درمیان نہیں ان کے ساتھ مسائل ہوسکتے ہیں۔

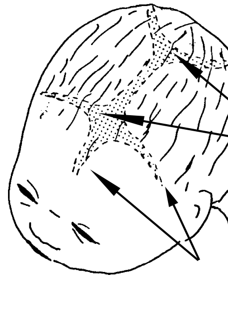


سر

انچ ٹیپ ہوتو کانوں کے عین اوپر سر ناپیں۔ بچے کے سر کا نارمل سائز 35 سینٹی میٹر (13 سے 14 انچ) ہوتا ہے۔ سر کا سائز لکھیں۔ بہت بڑا یا بہت چھوٹا سر بیماری یا معذوری کی علامت ہوسکتا ہے۔

سر کی شکل، سوچرز لائنز (suture lines) اور فونٹینلز (fontanels)

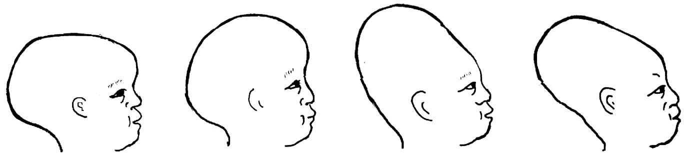
بچوں اور بڑوں کی سر کی ہڈی یا اسکل (skull) ٹھوس ہوتی ہے لیکن نومولود بچے کی سر کی ہڈی 5 الگ الگ ٹکڑوں پر مشتمل ہوتی ہے۔ ان 5 حصوں کے بیچ میں جو جگہیں ہوتی ہیں انہیں سوچرز یا سوچرز لائنز کہتے ہیں۔ بچے کی سر کی ہڈی میں 2 نرم جگہیں بھی ہوتی ہیں جن کو فونٹینلز یا سوفٹ اسپاٹس (soft spots) کہتے ہیں۔



سر کی ہڈیوں کے درمیان جگہوں کی وجہ سے اسکل کے ٹکڑے پیدائش کے دوران حرکت کر سکتے ہیں۔ اس کی وجہ سے ماں کے وجائنا میں سے گذرتے وقت بچے کا سر دب سکتا ہے۔

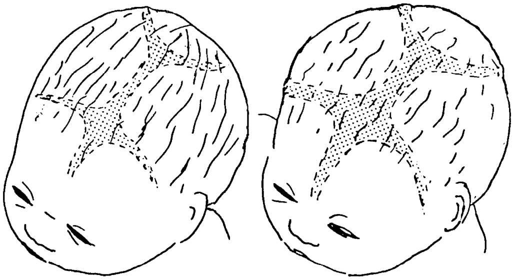
بعض اوقات سر کی پیدائش کے لیے اسکل کی ہڈیاں ایک دوسرے پر چڑھ

جاتی ہیں۔ اسے مولڈنگ (molding) کہتے ہیں۔ جب بچہ پیدا ہوتا ہے تو شروع میں اس کا سر نوکیلی یا چپٹی شکل میں ہوسکتا ہے۔ ایک سے 3 دن میں سر کی شکل نارمل ہوجاتی ہے۔ پیدائش پر سر کی جو مختلف شکلیں نظر آسکتی ہیں ان میں کچھ یہ ہیں:



مولڈنگ نارمل ہے۔

اپنی انگلیوں سے نرمی سے سوچرز کو چھوئیں۔ سامنے والا سوچرز ماتھے کے اوپری حصے پر یا اس کے قریب ختم ہوجائے گا۔ یہ بھی دیکھیں کہ آیا سچیورز کی چوڑائی نارمل ہے یا وہ غیر معمولی طور پر چوڑے ہیں۔ نرمی سے سوفٹ اسپاٹس کو بھی چھوئیں۔ کیا وہ نرم ہیں، یا سخت ہیں اور باہر نکلے ہوئے ہیں؟ سوفٹ اسپاٹس کو دبائیں نہیں ورنہ بچے کو نقصان پہنچے گا۔



نارمل سوچرز لائنیں اور سوفٹ اسپاٹس۔

نارمل نہیں۔ ہائیڈروسفیلس ہوسکتا ہے۔

اگر سوچرز غیر معمولی طور پر چوڑے ہیں، اگر سامنے والا سوچرز ماتھے کے بیچ تک آرہا ہے، یا اگر سوفٹ اسپاٹس سخت اور باہر نکلے ہوئے ہیں تو بچے کو ہائیڈروسیفیلس (دماغ میں پانی/hydorcephalus) ہوسکتا ہے۔ ہائیڈروسیفیلس سے دماغ اور سوچنے کی صلاحیت متاثر ہوسکتی ہے یا دوسرے سنگین مسائل پیدا ہوسکتے ہیں۔ طبی مشورہ حاصل کریں۔ آپریشن سے بچے کو فائدہ ہوسکتا ہے۔

کیپٹ (caput) اور ہیماٹوما

بعض بچوں کے اس مقام پر سوجن ہوتی ہے جو لیبر اور پیدائش کے دوران سرویکس سے دب گیا ہو۔ اسے کیپٹ کہتے ہیں۔

نارمل کیپٹ سچیور لائن پار کرلیتا ہے۔

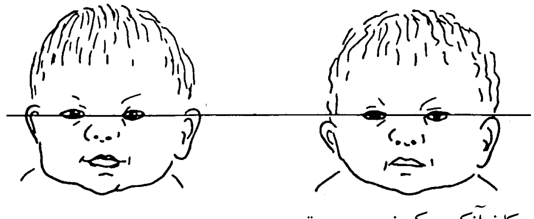
نارمل نہیں: ہیماٹوما

کیپٹ عام طور پر سوچرز لائن پار کرلیتا ہے۔ ایک دو دن میں یہ ختم ہوجاتا ہے۔

اگر سر پر ایسی سوجن ہو جو سوچرز لائن پار نہیں کرتی تو یہ ہیماٹوما ہوسکتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ پیدائش بچے کے لیے مشکل تھی۔ ہیماٹوما ٹھیک ہونے کے دوران بچے کو یرقان ہوسکتا ہے (دیکھیں صفحہ 295)۔ اگر آپ بچے میں ہیماٹوما دیکھیں تو جب تک وہ ٹھیک نہیں ہوجاتا بچے میں روزانہ یرقان کی علامات دیکھیں۔ اگر ممکن ہو تو طبی مدد حاصل کریں۔

کان

بچے کے کان چیک کرنے کے لیے براہ راست اس کے چہرے کی طرف دیکھیں۔ تصور کریں کہ آنکھوں پر ایک لائن کھنچی ہوئی ہے۔ کان کا کچھ حصہ اس لائن سے اوپر ہونا چاہیے۔



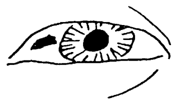
کان آنکھوں کے نیچے ہوں تو یہ اس بات کی علامت ہے کہ کچھ گڑبڑ ہے۔

کان آنکھوں کے اوپر ہوں تو نارمل ہیں۔

جن بچوں کے کان نیچے ہوتے ہیں یا برابر نہیں ہوتے ان کے جسم کے اندر دوسرے مسائل ہوتے ہیں۔ جس بچے کے کان نیچے ہیں اس کا بغور جائزہ لینا چاہیے۔ اگر دونوں کان لائن سے نیچے ہیں تو بچے میں گردے کے مسائل ہوسکتے ہیں اور آپ کو طبی مدد حاصل کرنی چاہیے۔

بچے کی سننے کی صلاحیت چیک کرنے کے لیے بچے کے کان کے قریب آہستہ سے تالی بجائیں۔ زیادہ تر بچے کوئی آواز سننے پر حرکت کرتے ہیں۔ اگر یہ محسوس ہوتا ہے کہ بچے کو آواز سنائی نہیں دے رہی تو طبی مدد حاصل کریں۔

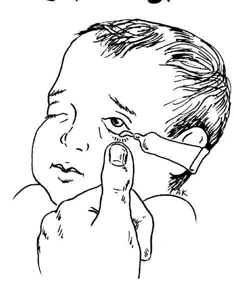
آنکھیں



آنکھ کے سفید حصے میں تھوڑا سا خون نظر آئے تو یہ عام بات ہے۔

بچے کی آنکھیں دیکھیں کہ نارمل ہیں اور ایک ساتھ حرکت کرتی ہیں یا نہیں۔ آنکھ کے سفید حصے کی سطح کے نیچے تھوڑا سا خون نارمل ہوتا ہے۔ یہ خون چند روز میں ختم ہوجاتا ہے۔

اندھے پن سے بچاؤ کے لیے بچے کے آنکھوں میں دوائیں ڈالیں



اگر ماں کو کلیمیڈیا (chlamydia) یا سوزاک (gonorroea) ہے (دیکھیں صفحہ 339) تو پیدائش کے دوران یہ بیماریاں بچے کو منتقل ہوسکتی ہیں۔ یہ انفیکشن بچے کی آنکھوں میں جاتا ہے اور اندھے پن کا باعث بن سکتا ہے۔ بہت سی عورتوں کو کلیمیڈیا یا سوزاک ہوتا ہے اور انہیں پتہ نہیں ہوتا۔ جب تک ماں کا ٹیسٹ نہ ہوجائے کہ اسے یہ انفیکشنز نہیں ہیں، بچے کی آنکھوں میں اندھے پن سے بچاؤ کی دوائیں ضرور ڈالیں۔

اندھے پن کی روک تھام کے لیے

- پیدائش کے بعد پہلے 2 گھنٹوں کے اندر اریتھرومائی سین 0.5% سے 1% آئنٹ منٹ لکیر کی شکل میں بچے کی دونوں آنکھوں میں لگائیں۔

یا

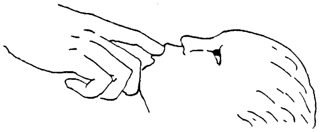
- پیدائش کے بعد پہلے 2 گھنٹوں کے اندر ٹیٹراسائیکلین 1% آئی آئنٹ منٹ لکیر کی شکل میں بچے کی دونوں آنکھوں میں لگائیں۔

یا

- پیدائش کے بعد پہلے 2 گھنٹوں کے اندر پوویڈون آیوڈین سالیوشن 2.5% دونوں آنکھوں میں ڈالیں۔

بعض علاقوں میں لوگ سلور نائٹریٹ (یا کوئی اور ''سلور'' آئی میڈیسن) استعمال کرتے ہیں۔ ان دواؤں سے سوزاک کے جرثومے کی وجہ سے ہونے والے اندھے پن کی روک تھام ہوتی ہے لیکن کلیمیڈیا سے ہونے والے اندھے پن کی روک تھام نہیں ہوتی۔ سلور نائٹریٹ سے چند دن تک بچے کی آنکھ میں کھٹک بھی ہوتی ہے۔ اگر اریتھرومائی سین یا ٹیٹراسائیکلین مل سکے تو ان میں سے ایک استعمال کریں۔ لیکن اگر سلور نائٹریٹ کے سوا کچھ نہیں تو وہی استعمال کریں۔

ناک اور منہ

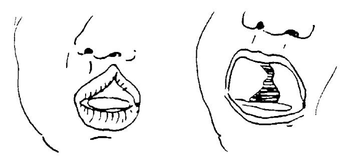


پہلے یہ چیک کریں کہ آیا بچہ آسانی سے ناک کے ذریعے سانس لے رہا ہے۔ اگر ایسا نہیں تو بچے کو سکشن کرنے کی کوشش کریں (دیکھیں صفحہ 223)۔

اس کے بعد نرمی سے بچے کے گال پر تھپکی دیں۔ اسے اپنا سر آپ کی انگلی کی طرف موڑنا چاہیے۔ اسے روٹنگ ریفلیکس (rooting reflex) کہتے ہیں۔ بچے کے منہ میں انگلی بہت صاف کر کے ڈالیں۔ بچے کو آپ کی انگلی چوسنی چاہیے۔ اگر روٹنگ ریفلیکس بالکل نہ ہو اور اگر بچہ بالکل نہیں چوستا تو وہ کمزور یا بیمار ہوگا۔ طبی مدد حاصل کریں۔

کٹے ہوئے ہونٹ اور تالو والے بچے

کٹے ہوئے ہونٹ کی شکل یہ ہوتی ہے کہ اوپری ہونٹ ایک جگہ بیچ میں سے کھلا ہوتا ہے اور بعض اوقات ناک سے ملا ہوتا ہے۔ کٹے ہوئے تالو سے مراد بچے کے منہ کی چھت میں شگاف ہے۔ یہ مسائل بعد میں بچے کے بڑے ہونے پر آپریشن سے حل کیے جا سکتے ہیں۔ کٹا ہوا ہونٹ اکثر 4 سے 6 مہینے کی عمر میں ٹھیک کیا جاتا ہے جبکہ کٹا ہوا تالو تقریباً ڈیڑھ سال کی عمر میں ٹھیک کیا جاتا ہے۔



کٹا ہوا تالو۔ کٹا ہوا ہونٹ۔

جن بچوں کا ہونٹ یا تالو کٹا ہوا ہو انہیں ماں کا دودھ پینے میں مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ جن بچوں کا ہونٹ کٹا ہوا ہو ان کے منہ میں ماں کا نپل دور تک جانا چاہیے تاکہ چھاتی اس کٹاؤ کو بھر دے۔ اگر ہونٹ میں پھر بھی جگہ باقی ہے تو ماں اس پر اپنی انگلی رکھ سکتی ہے۔

جن بچوں کا تالو کٹا ہوا ہو ان کے منہ میں نپل جس حد تک جا سکتا ہو جانا چاہیے۔ نپل کو کٹاؤ کی سائیڈ کی طرف لے جائیں۔ بچے کو اپنا سر اوپر رکھ کر اس طرح پینا چاہیے کہ دودھ اس کی ناک میں نہ جائے۔ اگر بچہ ماں کا دودھ نہ پی سکے تو وہ اپنے ہاتھ سے چھاتیوں سے دودھ نکالے (دیکھیں صفحہ 300) اور بچے کو صاف چمچے سے پلائے۔

جن بچوں کا ہونٹ یا تالو کٹا ہوا ہو ان کو بڑے ہونے پر کانوں کا انفیکشن اور دوسرے صحت کے مسائل بھی ہو سکتے ہیں۔ ماں کو اس بات سے آگاہ کریں۔ اس کے علاوہ کٹے ہوئے ہونٹ والا بچہ عجیب سا لگتا ہے اور بعض والدین پہلی بار اسے دیکھتے ہیں تو پریشان ہو جاتے ہیں۔ ایسے والدین کی بات تحمل سے سننی چاہیے اور ان کے بچوں کی خوبصورتی کا ذکر کرنا چاہیے۔

گردن

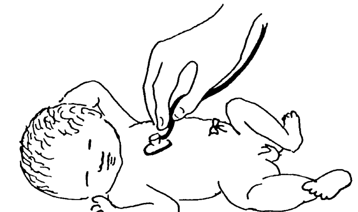
گردن کو دیکھیں کہ کہیں سوجن یا گٹھلیاں تو نہیں۔ بچے کا سر آسانی سے حرکت کرنا چاہیے۔ اگر کوئی مسئلہ نظر آئے تو طبی مدد حاصل کریں۔

سینہ

سانس

بچے کو سانس لیتے ہوئے دیکھیں۔ اگر سانس لیتے وقت بچے کی پسلیوں کے درمیان اور نیچے جلد دھنس جاتی ہے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ بچے کو سانس لینے میں مشکل پیش آرہی ہے (دیکھیں صفحہ 255)۔

بچے کی سانس کی آوازسنیں۔ اگر اسٹیتھو اسکوپ یا فیٹو اسکوپ ہو تو استعمال کریں۔ اگر نہیں تو اپنے کان استعمال کریں۔ سینے کے دونوں جانب اور پیٹھ کے دونوں جانب سانس کی آوازیں سنیں۔ اگر ایک جانب سانسوں کی آوازیں نہیں آرہیں تو اس کا مطلب یہ ہے کہ ایک پھیپھڑا کام نہیں کررہا ہے۔ فوراً طبی مدد حاصل کریں۔



دل کی آوازیں

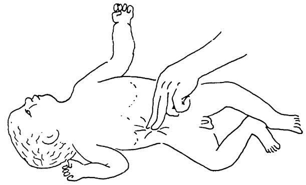
اگر اسٹیتھو اسکوپ یا فیٹو اسکوپ ہے تو اس کے ذریعے بچے کے دل کی آوازیں سنیں۔

اِس کتاب میں دل کی آوازیں بیان کرنا مشکل ہے۔ ممکن ہو تو کسی سے سیکھیں کہ دل کی نارمل آواز کیسی ہوتی ہے۔ لیکن اگر آپ نے یہ تربیت حاصل نہیں کی تب بھی بچے کے دل کی آوازیں سنیں۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ آپ سیکھ جائیں گی کہ نارمل آوازیں کیسی ہوتی ہیں اور غیر معمولی آوازیں پہچاننے لگیں گی۔ اگر دل کی آوازیں غیر معمولی ہیں تو طبی مدد حاصل کریں۔

کندھے، بازو اور ہاتھ

بچے کے بازو اور ہاتھ دیکھیں۔ کیا وہ نارمل ہیں؟ کیا بچہ انہیں نارمل انداز میں حرکت دے رہا ہے؟

بعض اوقات بچے کا کندھا، گردن کی ہڈی یا بازو پیدائش کے دوران ٹوٹ جاتے ہیں۔ انہیں چھو کر دیکھیں کہ کہیں کوئی گٹھلی تو نہیں یا کہیں سے کچھ ٹوٹا ہوا تو نہیں۔ جس بچے کی ہڈی ٹوٹی ہوئی ہو وہ درد سے روئے گا لیکن یہ بھی ہوسکتا ہے کہ نہ روئے۔ چھوٹی موٹی ٹوٹ پھوٹ خود بخود ٹھیک ہوجاتی ہے لیکن اگر ممکن ہو تو طبی مدد حاصل کریں۔



پیٹ

بچے کا پیٹ دیکھیں۔ کیا وہ نارمل ہے؟ جب بچہ روتا ہے تو کورڈ کے قریبی حصے میں کیا ہوتا ہے؟ اگر بچے کے اندرونی جسم کے کچھ حصے جلد کو باہر دھکیلتے ہیں تو اس کا مطلب ہے کہ پیٹ کے عضلات باہم ملے ہوئے نہیں۔ اسے امبلیکل ہرنیا (umbilical hernia) کہتے ہیں۔ طبی مشورہ حاصل کریں۔

اس کے بعد پیٹ کو چھوئیں۔ جب بچہ رو نہ رہا ہو تو پیٹ نرم ہونا چاہیے۔ دیکھیں کہ جلد کے نیچے گٹھلیاں یا سسٹس (cysts) (سیال کی گول تھیلیاں) تو نہیں، یا کوئی اور عجیب چیز تو نہیں۔ اگر کوئی غیر معمولی چیز نظر آئے تو طبی مشورہ حاصل کریں۔

نوٹ: تازہ کٹا ہوا کورڈ آسانی سے انفیکشن کا شکار ہوسکتا ہے۔ انفیکشن سے بچاؤ کے لیے اسے صاف اور خشک رکھیں۔ کورڈ کو چھونے سے پہلے ہمیشہ ہاتھ دھوئیں اور اسے کسی چیز سے ڈھانپیں نہیں نہ اس پر کوئی چیز رکھیں۔ یہ چیک کریں کہ کورڈ سے خون بند ہوگیا ہے یا نہیں۔ اگر خون بہہ رہا ہے تو اس کلیمپ کریں یا دوبارہ باندھ دیں۔

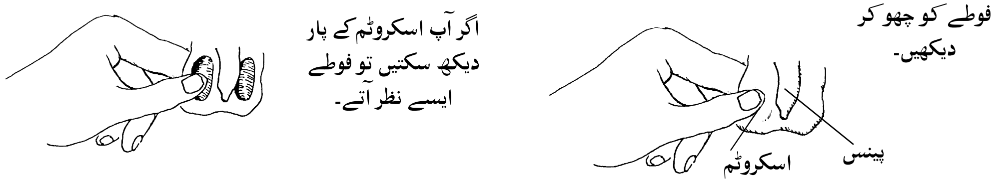
جنسی اعضا اور مقعد

بچے کے جنسی اعضا دیکھیں۔ تمام بچوں کے جنسی اعضا پیدائش کے بعد سوجے ہوئے نظر آتے ہیں۔ اگر بچہ بریچ تھا تو جنسی اعضا بہت سوجے ہوئے ہو سکتے ہیں۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ مقعد میں سوراخ موجود ہے اور اس پر کھال چڑھی ہوئی نہیں۔ اگر بچے کو پاخانہ آتا ہے تو آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ بچے کا یہ حصہ کام کر رہا ہے یا نہیں۔ اگر مقعد موجود نہیں یا بند ہے تو فوری طور پر طبی مدد حاصل کریں۔

لڑکے کے لیے

پہلے لڑکے کا اسکروٹم (scrotum) دیکھیں۔ یہ پینس کے نیچے تھیلی ہوتی ہے۔ اس تھیلی کے اندر دو ہموار اور مضبوط گیندیں ہوتی ہیں جنہیں فوطے یا خصیے (testicles) کہتے ہیں جہاں لڑکے کا اسپرم جمع ہوتا ہے۔ حمل کے دوران فوطے لڑکے کے جسم کے اندر بنتے ہیں اور عموماً پیدائش سے پہلے اسکروٹم میں اتر جاتے ہیں۔ آپ خصیے چھو کر انہیں اپنی انگلیوں سے نیچے حرکت دے سکتی ہیں۔

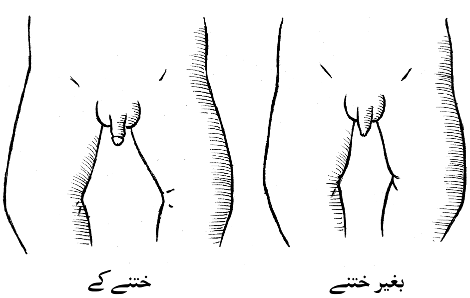


اگر آپ کو کوئی ایک یا دونوں فوطے نہیں ملتے تو بچے کے والدین سے کہیں کہ وہ ایک مہینہ میں انہیں دوبارہ چیک کریں۔ اگر فوطے اب بھی نیچے نہیں آتے تو طبی مدد حاصل کریں۔

اس کے بعد یہ چیک کریں کہ پینس کے سرے پر سوراخ صحیح جگہ پر ہے یا نہیں۔ اگر پینس نارمل نہیں لگتا تو طبی مدد حاصل کریں۔

لڑکوں کا ختنہ

ختنے میں پینس کے سرے کے گرد موجود جلد کاٹ دی جاتی ہے [اسے فوراسکن (foreskin) کہتے ہیں]۔ بعض اوقات لڑکے کا پیدائش کے فوراً بعد یا چند ماہ بعد ختنہ کیا جاتا ہے۔



ختنے کے بعد پینس — بغیر ختنے کا پینس

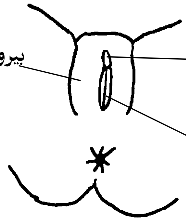
بہت سے ملکوں اور مذاہب میں ختنہ ضروری ہے لیکن طبی اعتبار سے یہ لازمی نہیں۔ ختنے میں انفیکشن، خون بہنے، پینس کو زخم لگنے اور بچے کو درد اور تکلیف کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس لیے کوئی ماہر شخص جراثیم سے پاک اوزاروں سے ختنہ کرے۔

جن بچوں کا ختنہ نہ ہوا ہو ان کے والدین کو بچے کا پینس بھی ایسے ہی صاف کرنا چاہیے جیسے بقیہ جسم کیا جاتا ہے۔ انہیں فوراسکن کو صاف کرنے کے لیے اسے پیچھے نہیں موڑنا چاہیے جب تک کہ وہ چند سال بعد آسانی سے نہ مڑنے لگے۔

بعض بچوں کے فوطے جسم میں اوپر کی جانب ہوتے ہیں، تھیلی میں نہیں ہوتے۔ یہ نارمل بات ہوسکتی ہے۔ لیکن یہ زیادہ تر ان لڑکوں میں ہوتا ہے جن کی ماؤں کے جسم میں زہریلے کیمیکلز کے اثرات ہوں۔

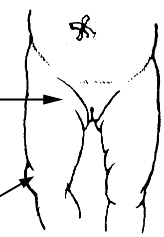
اگر آپ کے علاقے میں ایسے بچے ہیں جن کے فوطے اترے نہیں تو ہوا، پانی یا مٹی میں زہریلے کیمیکل ہوسکتے ہیں جو پورے علاقے میں مسائل پیدا کررہے ہوں۔ پورے علاقے کے لوگوں کو ان کیمیائی مادوں سے بچاؤ کے لیے مل کر کام کرنا چاہیے۔

لڑکی کے لیے



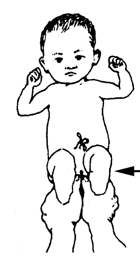
یہ دیکھیں کہ لڑکی کے جنسی اعضا کے اندرونی اور بیرونی دونوں ''لپس'' موجود ہیں یا نہیں۔ اس کی وجائنا میں ایک چھوٹا سا سوراخ بھی ہونا چاہیے۔ اگر سوراخ نہیں تو آپریشن کی ضرورت پڑسکتی ہے۔ اسے فوری طور پر طبی مدد کی ضرورت ہوگی۔ والدین کو بتائیں کہ لڑکیوں میں پیدائش کے ایک دو دن بعد تک وجائنا سے تھوڑا بہت خون آتا ہے۔

کولہے اور ٹانگیں



پہلے بچی کے کولہوں کا جائزہ لیں۔ اگر ایک کولہا جگہ سے ہٹا ہوا ہے تو اس طرف یہ علامات ہوسکتی ہیں:

- ٹانگ کا اوپری حصہ جسم کو جزوی طور پر ڈھانپے ہوئے ہو۔
- جلد کی تہیں کم ہوں۔
- ٹانگ چھوٹی یا مڑی ہوئی معلوم ہو۔

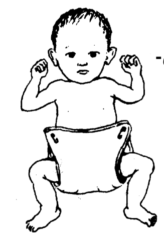


اگر کلک محسوس ہو یا آواز سنائی دے تو کولہا اپنی جگہ سے ہٹا ہوا ہوگا۔
اگر بچے کے کولہوں کو حرکت دینے سے کلک کی آواز آئے تو طبی مشورہ حاصل کریں۔

کولہے کی ہڈی اپنی جگہ سے ہٹی ہوئی ہو تو

والدین کو بچے کے گھٹنے اونچے اور کھلے رکھنے ہوں گے۔ وہ یہ کام کرسکتے ہیں:

ڈائپر کی کئی تہیں استعمال کرسکتے ہیں۔



ٹانگیں کھول کر بچے کو اس کے پیٹ کے بل لٹا سکتے ہیں۔

یا بچے کو اس طرح اٹھا سکتے ہیں:

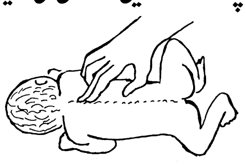
علاوہ ازیں اس جگہ بچے کی نبض دیکھنے کی کوشش کریں جہاں ٹانگ اور جنسی اعضا ملتے ہیں۔ اس سلسلے میں آپ کو کسی ماہر فرد سے سیکھنا پڑے گا۔ اگر ماہر فرد کو نبض نہیں ملتی تو ہوسکتا ہے کہ بچے کی ٹانگوں میں خون ٹھیک طور پر نہ آرہا ہو۔ طبی مشورہ حاصل کریں۔

پیر

بچے کے پیر دیکھیں۔ اگر ایک پیر اندر مڑا ہوا ہے اور سیدھا نہیں ہوسکتا تو اس کو کلب فٹ (club foot) ہوسکتا ہے۔ اگر پہلے چند دن میں مدد مل جائے تو یہ خرابی کاسٹ (cast) سے دور ہوسکتی ہے۔

پیٹھ

بچے کو الٹا کر دیں اور اس کی ریڑھ کی ہڈی کو دیکھیں۔ یہ دیکھیں کہ کوئی سوراخ، ناسور، سسٹ، بڑھا ہوا گوشت یا بالوں کے گچھے تو نہیں۔



اپنی انگلیاں اس کی ریڑھ کی ہڈیوں پر پھیر کر دیکھیں کہ کسی جگہ دھنسی ہوئی تو نہیں۔ کیا آپ کو ریڑھ کی ہڈی میں کوئی دبی ہوئی (flat) جگہ محسوس ہوتی ہے؟ کیا ریڑھ کی ہڈی کے نیچے جہاں سے کولہے شروع ہوتے ہیں جلد میں کوئی سوراخ ہیں؟

اگر کوئی سوراخ، ناسور، سسٹ، بڑھا ہوا گوشت یا بالوں کے گچھے ہیں تو طبی مشورہ حاصل کریں۔

جِلد

بچے کی جلد کا بغور جائزہ لیں۔ بعض بچوں کی جلد پر دھبے ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر کسی بچے کی پیٹھ یا کولہوں پر بڑے گہرے داغ ہوسکتے ہیں۔ کچھ بچوں کے چہرے پر سرخ دھبے ہوتے ہیں۔ یہ نقصان دہ نہیں ہوتے۔ لیکن بعض نشانات انفیکشن کی علامت ہوتے ہیں جیسے سرخ دانے۔ اگر آپ سمجھ نہیں پا رہیں تو طبی مشورہ حاصل کریں۔

رنگت

پیدائش کے چند گھنٹوں کے اندر بچے کی رنگت نارمل ہونی چاہیے۔

اگر بچے کا رنگ نیلا رہتا ہے

- اگر بچے کے ہاتھ پیر ابھی تک نیلے ہیں لیکن جسم گرم ہے تو امکان ہے کہ کوئی مسئلہ نہیں ہوگا۔ بعض بچوں کے ہاتھ پیر پیدائش کے بعد ایک دو دن تک نیلے رہتے ہیں۔

- اگر پیدائش کے بعد ایک گھنٹے تک بچے کے ہونٹ یا چہرہ نیلا ہے تو بچے کے دل یا پھیپھڑوں میں مسئلہ ہوسکتا ہے۔ اسے آکسیجن کی ضرورت ہوسکتی ہے۔ بچے کو اسپتال لے جائیں۔

اگر بچہ پیلا نظر آتا ہے

اگر پیدائش کا پورا دن اور رات گزرنے سے پہلے پیلا معلوم ہوتا ہے تو ہوسکتا ہے کہ اسے یرقان یا انفیکشن ہو۔ صفحہ 295 دیکھیں اور طبی مدد حاصل کریں۔

اگر بچے کا رنگ اڑا ہوا (pale) ہے

بچے کا رنگ اڑا ہوا ہو اور اس کا جسم ڈھیلا ڈھالا ہو رہا ہو اس کے جسم میں خون کی کمی یا دوسرے مسائل ہو سکتے ہیں۔ یہ طبی مدد حاصل کرنے کا وقت ہے۔

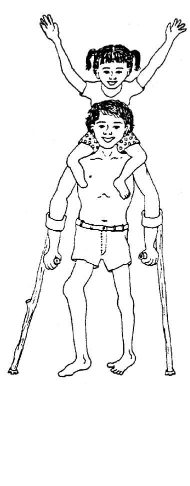
اگر بچہ بہت لال ہے

بہت لال بچہ ٹھیک ٹھاک ہوسکتا ہے۔ ایک ہفتے تک بغور اس کا جائزہ لیں کہ یرقان کی علامات ہیں یا نہیں۔ بچہ پیلا ہوجاتا ہے، تیز سانسیں لینے لگتا ہے، یا اسے دودھ پینے میں مشکل ہوتی ہے تو جتنی جلد ہو سکے طبی مدد حاصل کریں۔

بچے میں پیدائشی نقائص ہیں

جب آپ بچے کو سر سے پیر تک دیکھیں تو آپ کو اس میں بیماری یا معذوری کی علامات نظر آسکتی ہیں۔ یا ہوسکتا ہے کہ آپ دیکھیں کہ بچہ کسی لحاظ سے دوسرے بچوں سے مختلف ہے۔ یہ فرق یا معذوریاں پیدائشی نقائص ہو سکتے ہیں۔ پیدائشی نقائص بعض اوقات چھوٹے موٹے ہوتے ہیں اور خطرناک نہیں ہوتے جیسے کٹا ہوا ہونٹ۔ لیکن وہ سنگین بھی ہوسکتے ہیں جن سے زندگی کو خطرہ ہو جیسے ریڑھ کی ہڈی میں بڑا سوراخ (اسپائنا بائیفائیڈا/spina bifida)۔ اگر آپ کو کوئی غیر معمولی بات نظر آئے تو طبی مدد حاصل کریں۔

اگر بچے میں کوئی معذوری ہے تو والدین اسے قبول بھی کر سکتے ہیں یا انہیں بہت دھچکا پہنچ سکتا ہے۔ بعض والدین یہ سمجھتے ہیں کہ معذوریاں بددعاؤں یا بدقسمتی کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ کچھ لوگ اداس ہوجاتے ہیں کہ ان کا بچہ ویسا نہیں جیسا انہوں نے تصور کیا تھا یا دوسرے بچوں جیسا نہیں۔ بعض والدین اس اضافی بوجھ یا ذمہ داری کو بہت محسوس کرتے ہیں جو معذور بچے کی وجہ سے ان پر پڑنے والا ہے۔ معذور بچوں کے والدین کو اکثر بہت تسلی کی ضرورت ہوتی ہے۔



والدین کی مدد کریں:

1۔ ان کے بچے کے لیے اچھی طبی دیکھ بھال کا بندوبست کروائیں۔

2۔ بچے کی خصوصی ضروریات کے بارے میں معلوم کریں۔

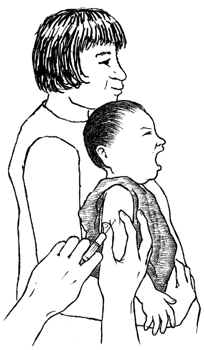
3۔ بچے کی خوبیاں ڈھونڈیں۔ مثال کے طور پر اگر مڑی ہوئی ٹانگوں والا بچہ ٹھیک سے چل نہیں سکتا تو ہوسکتا ہے کہ اس کے بازو اور ہاتھ بہت مضبوط ہوں اور وہ ان سے اپنے بہت سے کام کرسکے۔ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ یہ بچہ بہت ذہین ہو اور اپنے دماغ سے بہت سے اچھے کام کرسکے۔

پیدائشی نقائص کیوں ہوتے ہیں؟

بعض بچے یوٹرس کے اندر مختلف طریقے سے بنتے ہیں اور یہ بات کوئی نہیں جانتا کہ کیوں۔ لیکن بہت سے پیدائشی نقائص کی روک تھام ہوسکتی ہے۔ بعض پیدائشی نقائص اس وقت ہوتے ہیں جب:

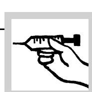
- ماں کو حمل کے دوران صحیح طور پر خوراک نہ ملی ہو۔
- ماں کو حمل کے دوران ہرپیز، چکن پاکس (ویری سیلا/varicella)، یا خسرہ (rubella) ہوئی ہو۔
- ماں کے حمل کے دوران زہریلے کیمیکلز کے ساتھ کام کرنا پڑا ہو (جیسے کیڑے مار دوائیں)۔
- ماں کو حمل کے دوران غیر محفوظ دوائیں دی گئی ہوں۔

پیدائشی نقائص کو ایسے مسائل کے طور پر نہیں لینا چاہیے جن سے والدین خود نمٹیں گے۔ ان سے پوری مقامی آبادی متاثر ہوتی ہے۔ پیدائشی نقائص کو روکنے کے لیے ہمیں اس دنیا کو جس میں ہم رہتے ہیں بدلنا ہوگا تاکہ یہ عورتوں اور خاندانوں کے لیے زیادہ محفوظ جگہ بن جائے۔



بی سی جی کا ٹیکہ لگانا

بعض علاقوں میں جہاں ٹی بی بہت زیادہ ہوتی ہے بی سی جی کا ایک ٹیکہ پیدائش پر تمام بچوں کو لگایا جاتا ہے۔ بعض علاقوں میں یہ ٹیکہ پیدائش پر صرف ان بچوں کو لگایا جاتا ہے جن کی ماؤں کو ٹی بی ہو۔ بی سی جی کا ٹیکہ ہمیشہ مؤثر نہیں ہوتا اس لیے جن افراد کو یہ ٹیکہ لگایا جاچکا ہو انہیں بھی محتاط رہنا چاہیے۔ اگر آپ خود بی سی جی کا ٹیکہ نہ لگائیں تو ماں کو یاد دلائیں کہ پہلے مہینے کے اندر قریب ترین صحت مرکز سے بچے کو ٹیکہ لگوالے۔



ٹی بی سے حفاظت کے لیے

- 0.05cc بی سی جی ویکسین دیں .... جلد کی تہوں کے درمیان (انٹراڈرملی/intradermally)، صرف ایک بار، پیدائش کے بعد پہلے 2 مہینے کے اندر

جس بچے کو ایچ آئی وی/ایڈز ہو اسے بی سی جی ویکسین نہ دیں۔

صفائی کریں اور خاندان کے سوالوں کے جواب دیں

جس جگہ زچگی ہوئی ہو اسے صاف کریں۔ پلیسینٹا سمیت جس چیز پر بھی خون لگا ہو اسے اس طرح ٹھکانے لگائیں کہ جراثیم نہ پھیلیں۔ اوزاروں اور کوڑے کو محفوظ طور پر ٹھکانے لگانے کا کام سیکھنے کے لیے دیکھیں صفحہ 69۔

رخصت ہونے سے پہلے اس بات کا یقین کرلیں کہ آپ نے والدین کے تمام سوالوں کے جواب دے دیے ہیں۔