

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Regione Emilia-Romagna

Attenti a quei due!

یہ دیکھو چھوٹوں کی حفاظت



urdu

CAMPAGNA REGIONALE PER LA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI DOMESTICI

موجز

- 4 • بحفاظت بڑے ہونا کیا مشقت ہے
- 6 • میرا کمرہ: میری دنیا
- سوچ لیج اور ہلکی روشنی کے بلب، نمی پیدا کرنے والی مشین، کمروں میں رابطہ کرنے کا سماعتی آلہ، بچوں کے کپڑے بدلنے والی میز، کھلونے، بچے کا بستر ویڈیو، بجلی، پمپس اور
- 8 • باورچی خانہ: بہت سی اچھی چیزیں
- بچے کی کرسی، فیڈر گرم کرنے کی مشین، چولہے، بجلی، چھوٹے گھریلو مشینی آلات، اوون، گیس، الماریاں اور دروازے
- 10 • بیٹھک یا ڈرائنگ روم: ایک پُر جوش جگہ
- دراز، ٹیلی ویژن، بیرونی تاریں، بلب، بجلی کی تاریں، سرکٹ بریکر یا بند کرنے والے پن، شیشے اور کونے، بالکونی
- 12 • غسل خانہ: خطرناک مگر پُر کشش جگہ
- بال سکھانے کی مشین، نلکے، نہانے کا ٹب، ادویات
- 14 • کسی کے ساتھ گھومنے جانا کھیل کے پارک میں
- بچے کی کرسی، پرام یا گھومانے والی ریڑھی، سائیکل کی کرسی
- تین پہیوں کی سائیکل، کھلیں، جب یا تیرنے کے لئے تالاب
- 16 • محفوظ رکھلوانے
- خریدنے سے پہلے، استعمال سے پہلے، استعمال کے بعد
- بچوں کی ایس۔ او۔ ایس
- بجلی کے پھٹکے، جل جانا، زہریلی اشیاء کھانا، دم گھٹنا
- 18 • حفاظت یہ ہے کہ۔۔۔ دباؤ کے زیر اثر نہ ہوں

Attenti a quei due!

حفاظت سے مراد ہے کہ... ایسی صورت حال پیدا نہ ہونے دی جائے جو کسی وباؤ کا سبب بن سکے...

اس کو ہاتھ نہ لگاؤ، اُس سے بچو، وہ چیز منہ میں نہ ڈالو: ہائے ہائے!
میرے ماں باپ کے پاس بہت سی اشیاء تھیں جن سے انھوں نے مجھے بچانا تھا:
لیکن انھوں نے بڑی مہارت اور ہوشیاری سے مجھے ان سے محفوظ رہنا سکھایا اور مجھے بہت سے ایسے
ہزاروں خطروں سے دور رکھنے میں کامیاب رہے جو گھر میں چھپے ہوتے ہیں.



بِحفاظت بڑے ہونا کیا مشقت ہے

شروع سے آغاز کرتے ہیں۔

میرا نام آلے ہے اور میں واقعی ایک مختص بچہ ہوں: بچپن ہی سے گھر میں مجھ سے کچھ چھپ نہیں سکتا تھا، بلکہ وہ مجھے اپنی طرف کھینچتا تھا، آگئی بار میں بہت شیطان ہو جاتا تھا، کھیل میں لگ کر میرا تجسس اور میری ناپرواہی مجھے ایسے خطرے سے دوچار کر سکتے تھے جس کا تصور بھی نہیں کیا جاسکتا۔

میرے ماں باپ مجھے ہر طرح کے نکتہ فطرت سے بچانے کی کوشش کرتے رہے، آج جبکہ میں بڑا ہو چکا ہوں تو جان گیا ہوں کہ میرے لئے ان کی یہ توجہ کس قدر اہم تھی، سب سے پہلے انہوں نے گھر کو محفوظ بنایا، گھر میں ان سببوں پر جہاں پر حفاظتی اقدامات کی ضرورت تھی وہاں فلی صلاحتوں کے مطابق ارد گرد کا ماحول تعمیر کیا، ٹھاہر ہے کہ وہ ان اشیاء کے بارے میں کچھ نہیں کر سکتے تھے جو ایک بالغ کے لئے تو کارآمد ہوتی ہیں لیکن ایک بچے کے ہاتھ میں جا کر وہ ایک ہتھیار ثابت ہو سکتی ہیں؟ بلکہ اس سے بھی کہیں زیادہ: جیسے ہلاک کر دینے والے بم، جاؤ کن دھماکے، حمزہ دھارا لے...۔ معافی چاہتا ہوں میں کچھ زیادہ ہی کیے گیا لیکن یہ ماننا پڑے گا کہ میرے ماں باپ نے میرے بچاؤ کے لئے ہزاروں تدابیر کیں انہوں نے بڑی توجہ سے میری پرورش کی، جو چیزیں کسی ہونے والے مادے کا سبب بن سکتی تھیں انہوں نے وہ پھیلے وہاں سے بنا دی تھیں اب میں بھی دھیان سے اور حفاظت سے رہتا سیکھ گیا ہوں۔ اور میں وہ بنیادی باتیں اور اصول واضح کرنا پسند کروں گا جن پر عمل کر کے میرے جیسے بچے اور بڑے اپنے گھر کو زیادہ محفوظ بنا سکتے ہیں۔

Attenti a quei due!



میرا کمرہ: میری دنیا

بیکس دیا میں جو چھوٹے سے اور عجیب سے سوراخ نظر آ رہے ہیں؟ یہ سوچا ہے کہ میں نے کبلی بار دیکھے تو ان میں اگلیاں ڈالنے کی کوشش کی: ایسے لگتا تھا کہ یہ ایسے لگے ہیں لیکن خوش قسمتی سے میرا باپ مجھ سے پہلے یہ جانتا تھا اس سے پہلے کہ مجھ سے کوئی تکلیف پہنچے اس نے ایسے خفا مٹا دیے کہ وہ کھانسی کے سوا کچھ کوا لے لے تھے جن کی اندرونی سطح پر رکاوٹی خول کا ہوتا ہے (جن کو میرا باپ ٹیکلی کہتا ہے) جو مجھے کسی بھی نوکدار چیز کو ان میں ڈالنے سے باز رکھتے تھے جو میرے ہاتھ میں ہوتی تھی۔



باورچی خانہ: بہت سی اچھی چیزیں

یہاں پر آج بھی مہری ہنسدید و سرگرمیاں جاری رہتی ہیں: جیسے کمانا بیچنا، کبلی ہار جھنڈے بڑی الجھن محسوس ہوتی تھی وہاں پر رنگی ہوئی اونچی سی کرسی پر بیٹھے ہوئے کیونکہ باقی سب بہت چچی کرسیوں پر الجھے بیٹھ پائے بیٹھے ہوتے تھے، نہ آزاداری سے ادھر ادھر گھوم سکتے تھے۔



Attenti a quei due!



بچے کی کرسی

تیار ہونی ضروری ہے کہ پہلے یہ جاننا ہو کہ اس بچے کی عمر اور اس کی ذہنی نشوونما کی عمر کیا ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

فیڈ بیک دینا

اس کے لیے اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بچے

سب سے پہلے اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بچلی

بچے کی کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بچے کی کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بچے کی کرسی

بچے کی کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بچے کی کرسی

بچے کی کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بچے کی کرسی

بچے کی کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بچے کی کرسی

بچے کی کرسی کی شکل اور رنگ کا فیڈ بیک دینا ضروری ہے۔ اس کے بعد اس کے جسم کی ساخت اور اس کے جسم کی ساخت کے مطابق اس کے لیے مناسب کرسی کی شکل اور رنگ کا

بیٹھک یا ڈرائنگ روم: ایک پرجوش جگہ

چڑھائی چڑھائی کیسا پرجوش ہے جیسا کہ میرے ماں باپ ابھی تک مجھے پہاڑ پر نہیں لے کر گئے تھے! بعد میں دروازہ کھولا... اور پھر... ان پر چڑھ کر انہیں مرکزے لگتا لیکن ہائے افسوس کہ میرے باپ نے اس کا انتظام بھی پہلے سے کر رکھا تھا۔



غسل خانہ: پُرکشش مگر خطرناک جگہ

حقیقت میں جب میں نہانے کے لمب میں ہوتا تو نہانے سے زیادہ جھاگ ہانے اور پانی سے کھیلنے کو ترجیح دیتا تھا لیکن احتیاط رکھنا بہت ضروری تھا۔ ماں نے ہمیشہ مجھے بتایا کہ غسل خانہ میں دو دوست ہیں، پانی اور ٹکلی، بڑے مفید دوست، لیکن اگر انہیں ایک ساتھ استعمال کیا جائے تو خطرناک دشمن بن کر بڑے تکلیف دہ ثابت ہو سکتے ہیں۔ لہذا ہر اے مہر پانی ایک ایک کر کے استعمال کیا جائے۔ صاف اصولوں پر لمبی دوستی رہتی ہے۔



Attenti a quei due!



ہاں تمہارے کی مشینوں

اصولاً ہر ہیٹر کے سے غسل خانوں استعمال نہ ہونے کے بعد ان کے قریب کئی ٹیٹا، ٹرس طور پر دہان میں پانی اور اسے اپنے ٹکھوں کو لے کر پکے سے اسکیلے پر آگسٹ آگسٹ تمہارا نہیں کر تھے، جنہوں یا تنگے یہاں اسے استعمال نہ کریں، ہاں تمہارے کے بعد یہاں اس کو سوچنا ہے۔

تکلیف

یہ مضر ہے کہ پانی سے خطرہ ہوتا ہے جو ہوا سے ہے یہ چلنے سے کر سکتا ہے اس کو ہر ضرورت چاہیے کہ یہ نہ زیادہ گرم نہ ہو

تمہارے کا تپ

کئی زیادہ وقت گزرا جائے، بچوں کو کھیلنے سے ہٹانے کے لئے اس میں گھسن سے چالنے والا میت، بچہ چاہئے یہ گھسن سے ہٹانے چھینکے، لے لے سکتا لگائے ہاں، کھات پانی کو ہر ضرورت چیک کریں، یہ سہاگنی ہے وہ ایک ایسا تپ چھوڑیں۔

اور ایات

بھیت ہوا کی کھٹکے سے اور رگھی جائیں، وہیں الہ ہوں ہوں رگھی جائیں، ہوا ک ہوتیں۔



کسی کے ساتھ گھومنے جانا اور کھیل کے پارک میں

جب میں چھوٹا تھا میں دوسروں سے اپنی ریڑھی چلو اتا تھا گوشت کے ٹکڑے جیسا باندھا ہوا

کار اور سائیکل میں ہمیشہ کرسی سے باندھا ہوتا تھا

سڑک ہمیشہ وہی چلتے تھے

پارک میں سب کچھ خودی کرنا چاہتا تھا لیکن امی اور ابو خیال رکھتے تھے، پیٹنگ چیک کرتے تھے، مجھے ٹب

میں مچھلیاں دیکھوانے لے کر جاتے تھے، جب میں نے سائیکل چاٹنی شروع کی تو مجھے ہیلمٹ پہنوا یہ۔



محفوظ کھیلونے

تمام کھیلوں پر CE لکھا ہونا چاہیے، یہ کسی زہریلے مواد سے نہ بنے ہوں اور آگ نہ پکڑنے والے ہوں خریدنے سے پہلے دیکھیں کہ اس پر لکھی ہوئی عمر آپ کے بچے کی عمر کے مطابق ہو اس پر درج ہدایات اور ملاحظات کا خیال رکھا جائے استعمال کے بعد ہمیشہ کھیلونے کا جائزہ لیں کہ وہ کیسا ہے، اگر اسے کچھ نقصان پہنچا ہو یا وہ ٹوٹا ہو اس کے بارے میں کوئی بھی شک ہو تو اسے مرمت کرایا جائے یا پھینک دیں۔



بچوں کا ایس. او. ایس بجلی کے جھٹکے

بچا جھٹکا گتے کی صورت میں اثرات یہ ہو سکتے ہیں: بچہ بہت ڈر جائے گا اور وہ جگہ جہاں کرنٹ لگا ہو گا دوسرے ہو جائے گی اسے ٹھنڈے پانی سے دھو کر روٹی سے صاف کر کے جلن میں آرام دینے والا مرحلہ لگا یا جائے اگر بچے کو بجلی کا کرنٹ اپنے ساتھ چکالے تو اسے جھٹکے سے الگ کیا جائے، یا بہتر یہ ہو گا کہ کسی لکڑی کی چیز کی استعمال کیا جائے تاکہ دوسرا بجلی کے سہلے سے چارے، اگر سرکٹ بریکر قریب ہو تو اسے فوری طور پر بند کیا جائے۔
اگر بچے کا زخم گہرا ہو اور بچے میں ایسی علامات ظاہر ہوں (جیسے زینڈ آؤٹ، نبض کا تیز چلنا، الٹی کرنا) تو فوری طور پر ایمرجنسی ہسپتال لے جایا جائے۔



Attenti a quei due!



جل جانا

اگر کم جلا ہو تو جلے ہوئے حصے کو ٹھنڈے پانی سے دھویا جائے: یہ اسے ٹھنڈک پہنچائے گا اور جملے نہیں بنے دے گا۔ پھر اس پر جلے پر لگانے والا مرہم لگا یا جائے۔ اگر بہت زیادہ جلا ہو تو اس کے کپڑے اتارنے کی کوشش مت کریں اس طرح زیادہ نقصان ہو سکتا ہے بلکہ اس پر ٹھنڈا پانی ڈالا جائے اور جلد از جلد ایمر جنسی ہسپتال لے جایا جائے۔ کبھی تیل یا تیل جیسی چیزیں مت استعمال کریں۔

زھر کھالینا

سب سے پہلے قرعہ زھر کا علاج کرنے والے سینٹر پر فون کر کے رابطہ کریں، انھیں بچے کی عمر اور وزن کے علاوہ خاص طور پر اس زھرہی چیز کی بارے میں آگاہ کریں جو اس نے کھائی ہو۔



دم گھٹنا

اگر بچے نے منہ میں کوئی ایسی چیز ڈال لی ہو جس کی وجہ سے اس کا دم گھٹ رہا ہو تو اسے فوری باہر نکالنا چاہیے (اگر بچہ زیادہ چھوٹا ہو تو اسے گود میں اٹھا کر اسے پیٹ کے بل اپنے بازو پر رکھ کر اس کی کمر پر ایسے تھپ تھپایا جائے کہ جو کچھ اس کے گلے میں ہو وہ نکل جائے) (اس کا سر آپ کی گھٹلی پر ہونا چاہیے) (اگر بچہ بڑا ہو تو اسے اپنے گھٹوں پر لٹائے بل لینا کر اس کی کمر پر تھپ تھپایا جائے۔

حفاظت یہ ہے کہ...

دباؤ کے زیر اثر نہ ہوں

دباؤ پر چٹانیاں، نفسیاتی مسائل اور جذباتی کرنے والے حالات... یہ سب چیزیں کسی کولا پرواہ کرنے کا سبب بن سکتی ہیں ان اقدامات سے جو کرنے چاہیے، حادثہ آسانی سے ہو سکتا ہے جبکہ:

- کوئی بہت تھکا ہوا ہو یا بہت کام کی وجہ سے الجھا ہوا ہو۔

- بے چینی یا تشویش

- خود پر بہت جبر و سرکرتے ہوئے خطرے کو سمجھیدگی سے نہ لینا،

بچاؤ

اپنے کرنے والے کام کو ترجیح دی جائے اور اپنی ضروریات کا خیال رکھا جائے، مصروفیات اور زیادہ مشقت آچکی زندگی کے اچھے ساتھی نہیں ہیں۔
رک جائیں اور ذرا سوچیں، بے چینی پر اثر انداز ہوتے ہوئے رکاوٹ کا سبب بنتی ہے۔

- بچنے کے لئے...

زیر یا زہر یا اسماوار

بہت سی چیزوں کے اگلے اگلے پر لکھی ہوئی ہدایات کو اچھی طرح پڑھیں اور اس پر بنے ہوئے خطرے کے نشان کو اچھی طرح سمجھیں اور صفائی کرنے کی لیکوئڈ چیزوں پر درج استعمال کرنے کی ہدایات کا خیال رکھا جائے۔

بھی ایسی چیزیں مت خریدیں یا جن پر استعمال کی ہدایات درج نہ ہوں، چاہے وہ بہت سستی ہوں۔

بھی خطرناک چیزیں ان کے خاص بنے ہوئے پوجل کے علاوہ مت رکھی جائیں۔

بہت باتوں کے خالص دستاں نہ بنیں۔

آتشزدگی سے بچاؤ

چولے، گیزر اور آگٹھی وغیرہ کے پاس پر دے مت لگائے جائیں۔

اکلومل ہتھی اشیاء محفوظ جگہ پر رکھا جائے۔

ایسے کپڑے جو لگتے ہوں یا ناکون کے ہوں وہ پہن کر چولے کے قریب مت جائیں۔

آگٹھی کے سامنے حفاظتی جالی لگائیں۔

بجلی کے بسب کو کتا پڑے سے مت ڈھانپیں۔

بارش کے دوران سیرکل کی لیڈ اتار دیں۔

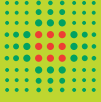
ٹیلی ویژن کوریٹ سے بند کرنا کافی نہیں اسے آگے کے ٹن سے بند کیا جائے۔

ٹیلی ویژن کو ایسی چیزوں کے پاس مت رکھا جائے جو آسانی سے آگ پکڑ سکیں اور اسے ایسی الماری میں مت رکھا جائے جس میں وہ پھنسا ہو۔

بستر یا صوفہ پر سگریٹ مت چایا جائے، اس سے سو جانے کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

اگر ممکن ہو تو گھر میں آگ بجھانے والا سلنڈر رکھا جائے۔





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Regione Emilia-Romagna

مزید معلومات کے لئے

ہر USL کے ادارے میں گھریلو آتشزدگی کی ابتدائی معلومات فراہم کرنے کا ایک مقامی سطح پر نگران موجود ہے۔ اس کے متعلقہ نمبر معلوم کرنے کیلئے اور ریجنل سطح کی معلومات کے لئے ایمیلیا رومانیہ کے ادارہ صحت کے دیئے گئے ریجنل فری نمبر پر فون کریں۔

NumeroVerde

800 033033

تمام نارٹل دنوں میں ان کے اوقات کار ہیں 8.30 سے 17.30 تک اور ہفتہ کو 8.30 سے 13.30 تک۔

یہ صرف فری نمبر کے لئے ہیں

ایمیلیا رومانیہ کی ریجنل سطح پر گھریلو حادثاتی ابتدائی معلومات کے لئے

متعلقہ USL کے ای میل ایڈریس اور ٹیلی فون نمبرز



Coordinamento redazionale ed editoriale: Marta Fin
(Agenzia informazione e Ufficio stampa della Giunta regionale)

Redazione: Marinella Natali, Adele Ballarini
(Servizio sanità pubblica, Regione Emilia-Romagna),
Laura Vicinelli (Azienda UsI di Bologna),
Serena Lanzarini (Azienda UsI di Imola)

Grafica: Tracce - Modena

Stampa: Ottobre 2011

Le illustrazioni sono tratte dal filmato "Attenti a quei due!"
visibile su www.saluter.it



CAMPAGNA REGIONALE PER LA PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI DOMESTICI