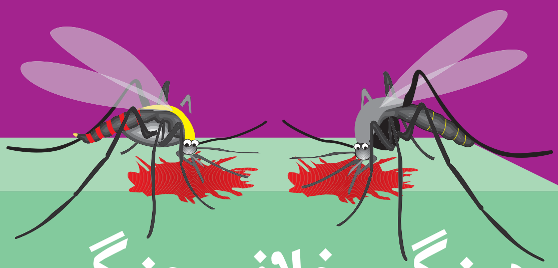
شمارو نمبر ١٤ اپريل، ٢٠١١

# راند روند ۾

## اچو تہ راند روند ۾ سکون

پيارا ٻارو! اڄ اسان هڪ نئين بخار بابت پڙهنداسين جيڪو ڊينگي جي نالي سان سڃاتو وڃي ٿو اهو هڪ خاص مڇر جي چڪ سان ٿئي ٿي، تہ اچو تہ ڏسون اهي خطرناڪ مڇر ”ڊينگو ۽ ڊينگس“ ڪهڙو منصوبو تيار ڪري رهيا آهن ۽ اسان کي انهن جي حملي کان بچڻ لاءِ ڇا ڪرڻ گهرجي.



## ڊينگي خلاف جنگ

اسان جي هن معاشري ۾ هڪ نئون دشمن اڀري نروار ٿيو آهي ۽ اهو ايترو تہ بي رحم ۽ خطرناڪ آهي جو اهو جنهن سان وڙهي ٿو ان تي ڪنهن بہ قسم جو ڪو بہ رحم نٿو ڪري ۽ ڪيس ماري ختم ڪريو ڇڏي ۽ ان خطرناڪ دشمن جو نالو آهي ڊينگو/ ڊينگي.

جي ها! ٻارو ڊينگي هڪ قسم جو بخار آهي جيڪو اڄ ڪلهہ وڏي تيزي سان پکڙجي رهيو آهي ۽ اهو انسانن لاءِ تمام خطرناڪ دشمن طور سڃاتو وڃي ٿو. هي بخار ڊينگي مڇر جي چڪ پائڻ سان ٿئي ٿو ۽ ڪجهہ ئي ڏينهن ۾ انسان جي قوتِ مدافعت کي ختم ڪري ڪيس فنا ڪري ڇڏي ٿو. هن مڇر جي نسل جي واڌ ويجھ بيٺل پاڻي تي ٿيندي آهي.

هن بخار ۾ ورتل شخص کي بخار، سنڌن ۽ جوڙن جو سور ۽ چمڙي ۾ خارش جي شڪايت ٿي سگهي ٿي. اهو سمجهڻ ۽ ڄاڻڻ لاءِ تہ ان وبائي بيماري کان ڪيئن بچي سگهجي ٿو.

### هن شماري ۾ پڙهندا

ڪهاڻي: اچو تہ ڊينگي جو مقابلو ڪريون

**سرگرميون:**

- ڊينگي پکيڙيندڙ مڇر ڪٿي رهندو آهي؟
- پنهنجي گهر کي مڇرن کان محفوظ ڪيئن بڻايون
- رنگ ڀريو
- مڇرن کان نجات

**اوهان جي ڄاڻ لاءِ**

- احتياطي تدبيرون
- صحتيابي جون علامتون

نوٽ: هن شماري ۾ گهٽي قدر معلومات ننڍن ٻارن ۽ ناخوانده والدين جي آسانيءَ لاءِ تصويرن جي ذريعي سمجهائي وئي آهي. پر ڪجهہ معلومات سمجهڻ لاءِ ٻارن کي استادن جي مدد ۽ رهنمائيءَ جي ضرورت پوندي.

هي شمارو آر سي سي _ اِي سي ڊي پروگرام تحت آغا خان فائونڊيشن ۽ رائل نيندر ليند ايمبسي جي تعاون سان تيارڪيو ويو.

طباعت ۽ اشاعت: سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن

# ڊينگي خلاف جنگ

1

ٻن مڇرن، ڊينگو ۽ ڊينگس پاڻ ۾ ڳٺ جوڙ ڪري منصوبو جوڙيو تہ هن سموري ڳوٺ ۾ ڊينگي بخار پکيڙيو وڃي جنهن بعد هُو ڳوٺ ۾ ڦهلجي ويا.

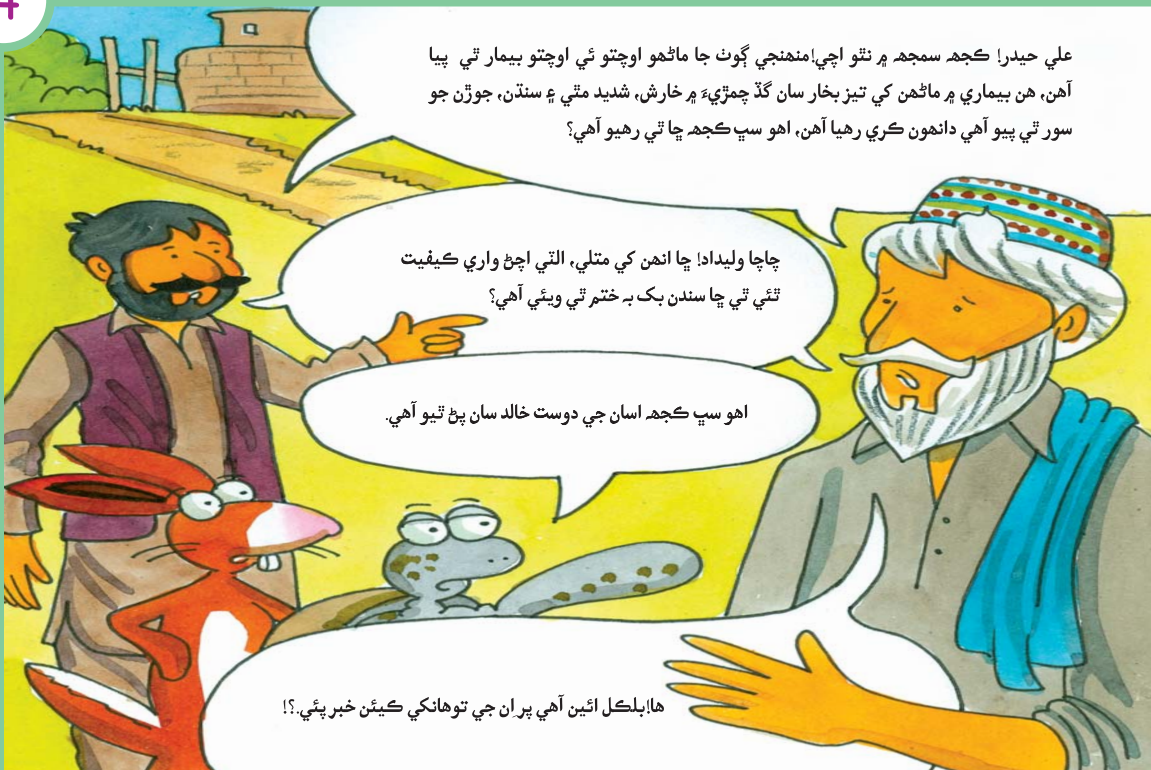
2

هيڏانهن ڊينگو ڳوٺ تي حملي ڪرڻ جو منصوبو جوڙيو تہ هوڏانهن ڊينگس پنهنجي لاءِ شڪار ڳولهي ورتو. ٻئي مڇر خالد جي ڪمري ۾ گهڙي آيا جيڪو اسڪول کان واپسي بعد آرام ڪري رهيو هو.

3

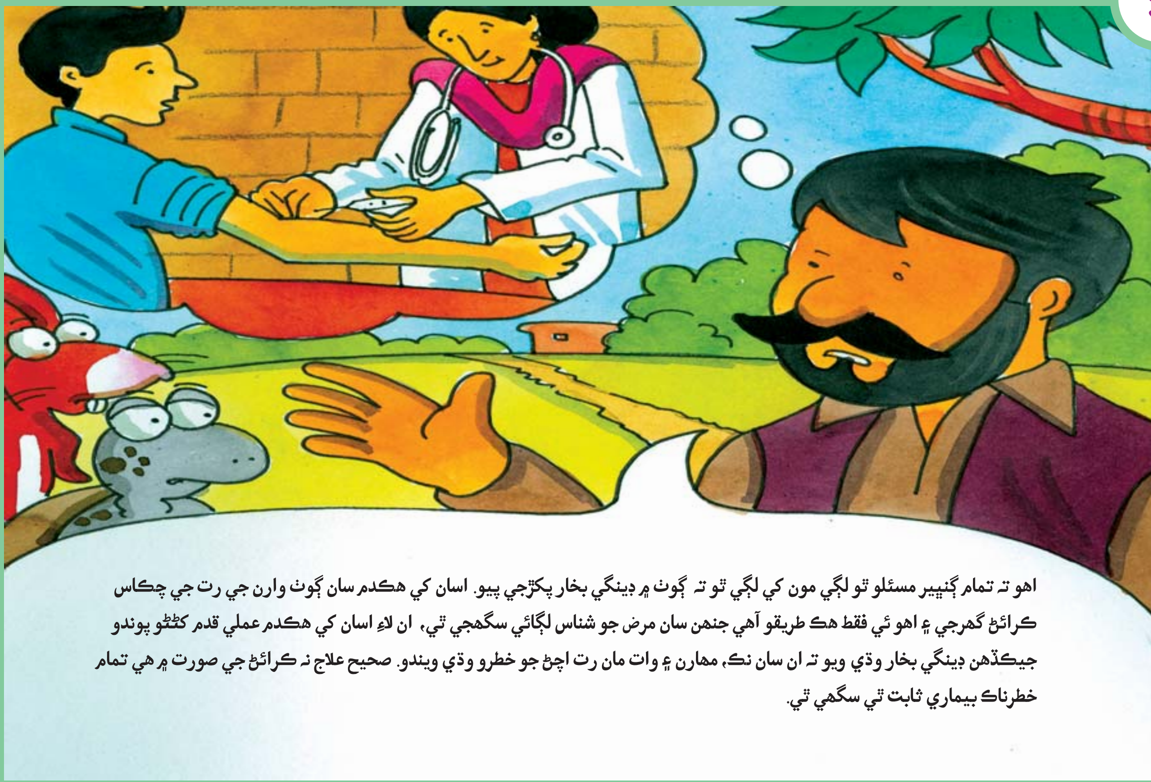
ڊينگو، ڊينگس کي بي خبر شڪار تي حملي ڪرڻ جو طريقو ٻڌائي ٿو. شڪار تي حملي ڪرڻ کانپوءِ ٻئي هڪدم اتان ڀڄي نڪرن ٿا.

4




ٻئي طرف ڪاڇو ۽ گوشي، چاچي وليداد ۽ علي حيدر سان ڳوٺ ۾ پيدا ٿيندڙ نئين وبائي بيماري بابت ڳالهيون ڪري رهيا آهن.

5

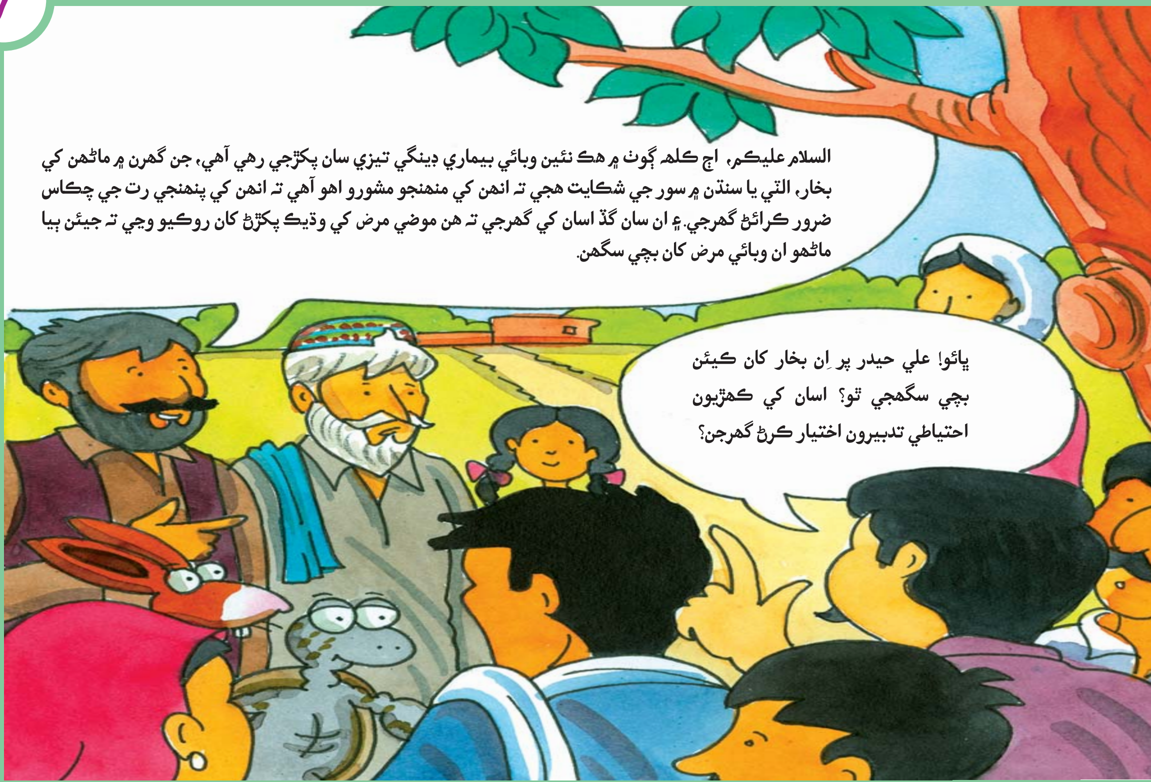



علي حيدر بحيثيت سماجي ڪارڪن جي ڳوٺ وارن جي مدد ڪرڻ خاطر هڪدم سان اٿي کڙو ٿيندو آهي.

6

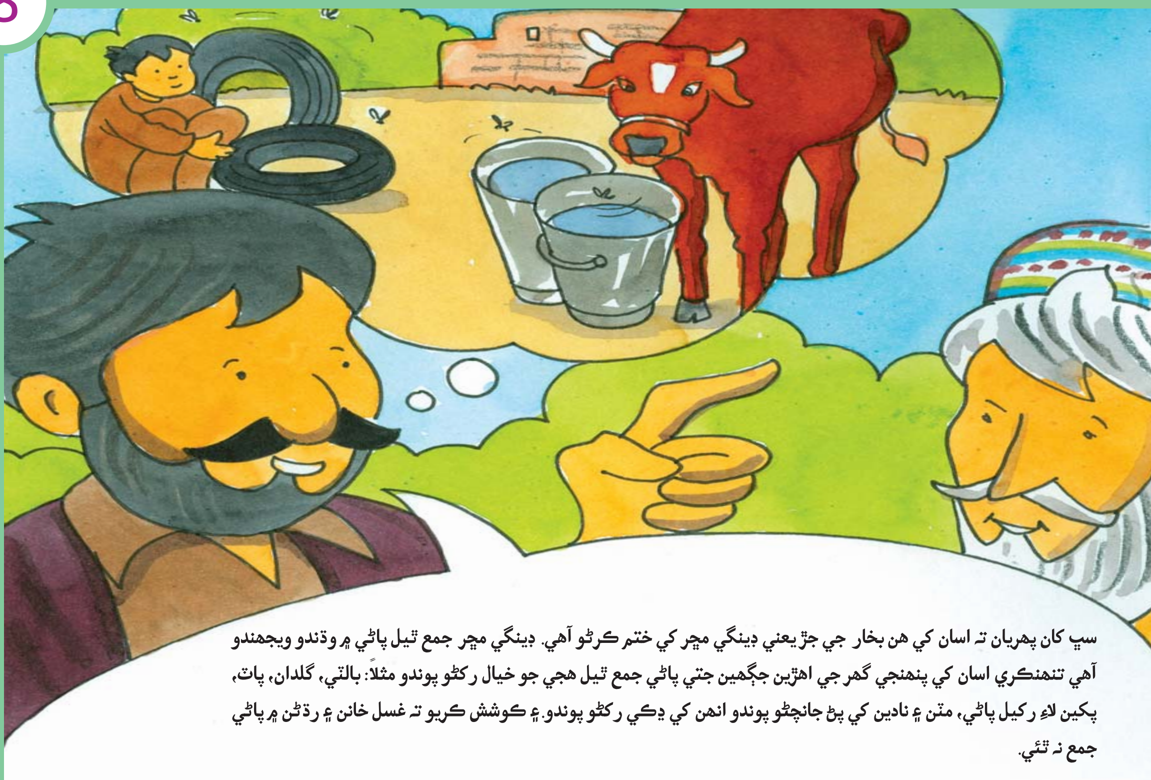
گوشي ۽ ڪاڇوءَ کي جيئن ئي اها خبر پوندي آهي تہ ڊينگي بخار ڪا معمولي بيماري ناهي تہ ڊينگي خلاف مهم ۾ شامل ٿيڻ لاءِ تيار ٿي ويندا آهن ۽ علي حيدر جي ڏسيل مڙني هدايتن تي عمل ڪندي هڪدم ڳوٺ وارن کي گڏ ڪرڻ شروع ڪري ڏيندا آهن.

7



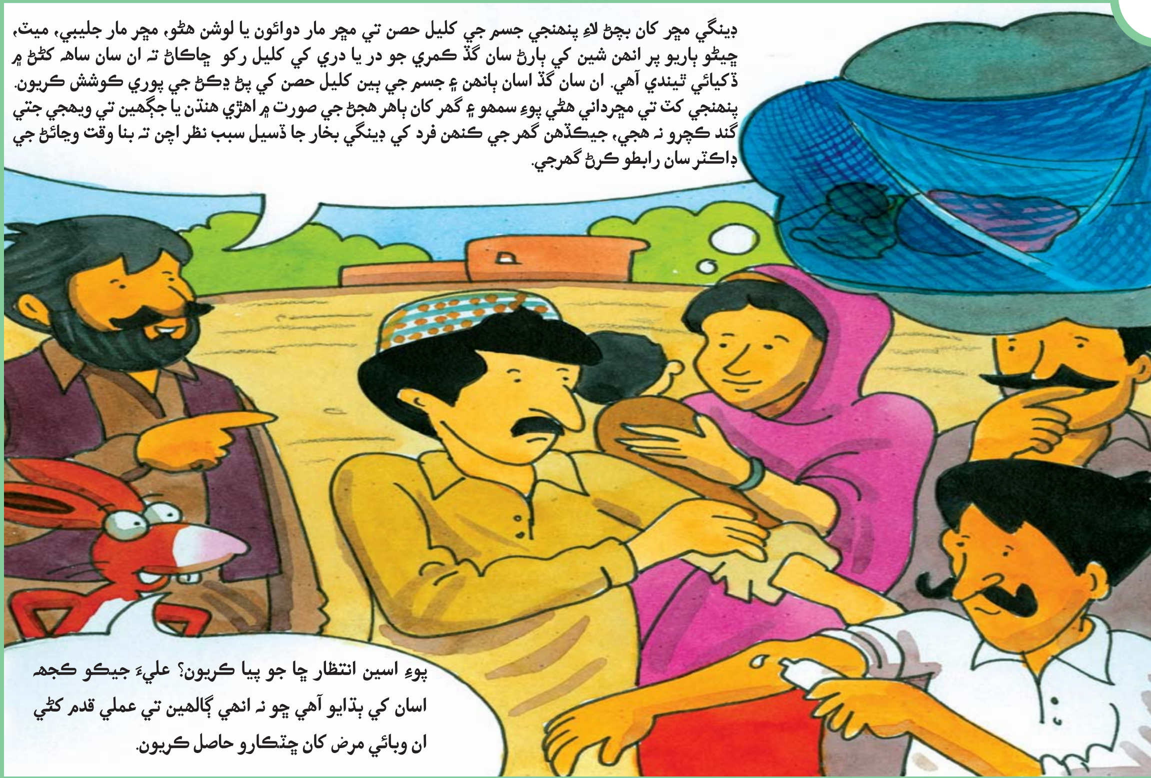

ڳوشي ۽ ڪاڇو ملي ڪري سيني ڳوٺ وارن کي هڪ هنڌ گڏ ڪيو ۽ علي حيدر انهن سيني کي ڊينگي بخار بابت ٻڌائڻ لڳو.

8




علي ڳوٺ وارن کي وضاحت ڪري ٻڌائي پيو ته ڊينگي بخار کي روڪڻ لاءِ ڊينگي مڇر جو خاتمو ڪرڻ ضروري آهي.

9




سيئي ڳوٺاڻا علي جي مشورن کي غور سان ٻڌڻ لڳا جيڪي ڊينگو مڇرن جي چڪ کان بچڻ بابت هئا ۽ اهي ڊينگي بخار جي علامتن جي نظر اچڻ تي ڊاڪٽر سان رجوع ڪرڻ واري تاڪيد کي پڻ غور سان ٻڌي ان تي عمل ڪرڻ جي پڪ ڪرائي.

10

سيئي ٻار ۽ ڳوٺاڻا، ڪاڇو ۽ گوشي سميت ڳوٺ جي اهڙين سمورين جاين ڏانهن رخ ڪن ٿا جتي ڊينگي مڇرن جي موجودگي جو خطرو محسوس ڪيو پيو وڃي، انهن هنڌن ۽ جڳهين کي صاف سٿرو ڪري ڳوٺ کي محفوظ مقام بڻائڻ ۾ جنبي وڃن ٿا.

11

ڳوناٽن جو جوش ۽ جذبو ڏسي ڊينگي ۽ ڊينگس سمجهي ويا تہ هاڻي انهن جو هن ڳوٺ ۾ رهڻ مشڪل آهي.

12

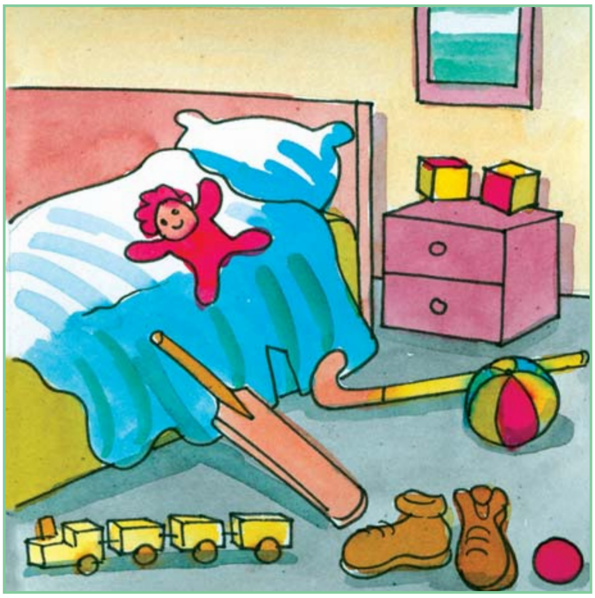
وليداد، علي حيدر جا ٿورا مڃيا، تنهن تي عليءَ چيو تہ اهو فقط تڏهن ئي ٿي سگهيو جڏهن توهان سيني گڏجي هن وبائي بخار ڊينگي کي ختم ڪرڻ لاءِ گڏيل ڪوششون ورتيون.

ٻارو! ٻڌايل سمورين ڳالهين تي عمل ڪري پنهنجي علائقي کي ڊينگي مڇر کان محفوظ ڪري سگهون ٿا ۽ پنهنجي گهر وارن کي ان وبائي مرض کان بچائي سگهون ٿا.

## سرگرمي نمبر 1

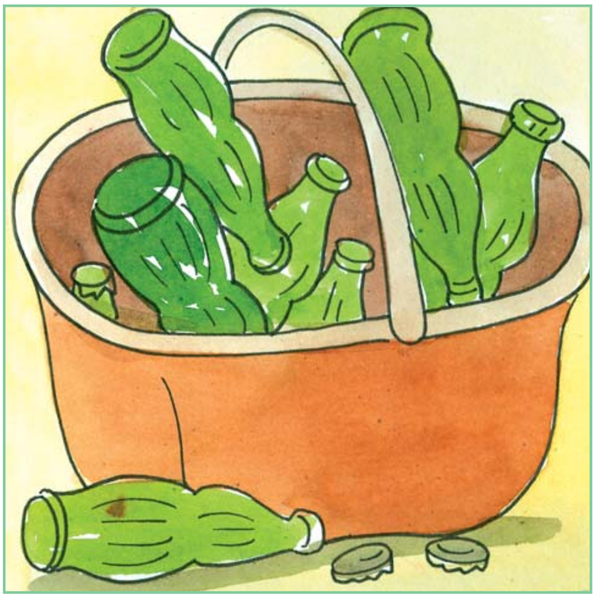
### اڻ محفوظ جڳهين جي نشاندهي

اهي مڇر جيڪي ڊينگي بخار پکيڙين ٿا، بيٺل پاڻي ۾ رهن ٿا ۽ وڌن ويجهن ٿا. ان ڪانسواءِ ڪچري جو ڍير به انهن جي رهڻ جي جڳهه آهي. انهن تصويرن تي نشان لڳايو جتي ڊينگي پکيڙيندڙ مڇر رهندو آهي.



☐ پکڙيل رانديڪن وارو ڪمرو

☐ وهنجڻ خانو جتي هر وقت پاڻي فرش تي پيل هجي يا بالٽين ۾ پريل هجي.



☐ پاڻي جون ڪليل بوتلون

☐ ڪليل الماڙي جتي ڪوڙ سارا ڪپڙا پکڙيل هجن

## سرگرمي نمبر 2

### پنهنجي حفاظت ڪرڻ

**توهان پنهنجي گهر ڪي ڪهڙي طرح سان ڏينگي مڇرن کان محفوظ بڻائي سگهو ٿا؟**

اسڪول مان واپس اچڻ کانپوءِ توهان ...

- ☐ پنهنجو يونيفارم ٻاهر ڪپڙن واري رسي تي ٽنگيندو
- ☐ پنهنجو يونيفارم ڪمري ۾ ڪٿي بہ ڦٽي ڪري سمهي پوندو

جڳ مان گلاس ۾ پاڻي اوتڻ کانپوءِ توهان ...

- ☐ جڳ کي ڍڪيندو
- ☐ جڳ کي بنا ڍڪڻ جي ڇڏي ڏيندو

وهنجڻ کانپوءِ توهان ...

- ☐ فرش تي پيل پاڻي کي ٻُهاري يا وائيپر سان صاف ڪندو
- ☐ پاڻي کي ڪيڻ بنا وهنجڻ جاءِ مان نڪري ايندو

ڏينهن جي وقت توهان ...

- ☐ پوري ٻانهن واري قميص پهريندو
- ☐ يا اڌ ٻانهن وارن قميص ( ٽي شرٽ) پهريندو

## سرگرمي نمبر 3

**پنهنجي علائقي کي ڏينگي بخار کان بچايو**

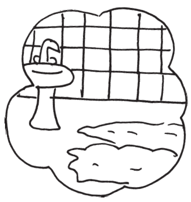
**صفحي کي رنگ ڪريو**

**گوشي، ڪاچو ۽ سندس ٽوليءَ سان پنهنجي پاڙي کي صاف ڪرڻ واري مهم ۾ حصو وٺو**

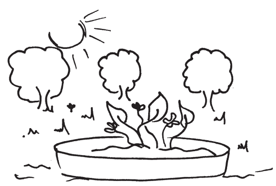
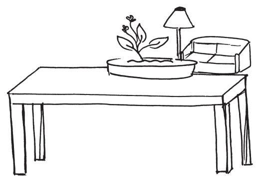
## سرگرمي نمبر 4

# ڊينگي بخار پکيڙيندڙ مڇر ڪٿي رهندو آهي

**ڊينگي بخار پکيڙيندڙ مڇرن جي واڌ ويجهه کي ڪيئن روڪي سگهجي ٿو؟ انهن تصويرن تي رنگ ڀريو جنهن ۾ مڇرن جي واڌ ويجهه کي روڪڻ جي ڪوشش ڀئي ڪئي وڃي.**

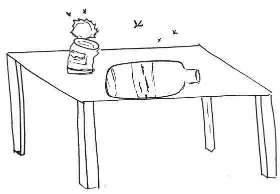


استعمال ڪانپوءِ بيٺل پاڻي کي ڪيري ڇڏيو

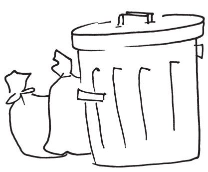



بالٽين، پاٽن، ٽغارين ۾ موجود پاڻي هاري ڇڏيو جيڪڏهن ان ۾ ڪم ناهي ۽ اهو هرويرو پيو هجي ته ان کي گهر ۾ نه رکو

اهڙن تمام استعمال ٿيندڙ ٿانو جنهن ۾ پاڻي ڀريل هجي ۽ ان کي وقت سر استعمال ڪرڻو آهي ته ان ٿانو کي ڍڪي رکو.

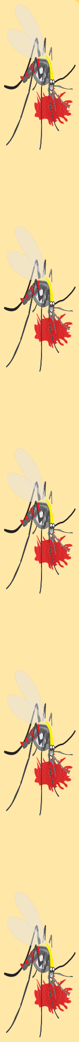


اهڙيون فالتون بوتلون جن ۾ پاڻي ڀريل هجي تن کي اڇلائي ڇڏيو



گند ڪچري کي هميشه ڪچري واري دٻي ۾ اڇلايو

# اوهان جي ڄاڻ لاءِ



## ڊينگي بخار جي ظاهر ٿيڻ جي صورت ۾ احتياط

- ★ ڊينگي بخار ٿيڻ جي صورت ۾ ايسپرين يا بروفن کائڻ کان پرهيز ڪريو.
- ★ ڊرپ يا انجيڪشن (سوئي) ڊاڪٽر جي هدايت کانسواءِ نه لڳرايو
- ★ ڊينگي بخار جي صورت ۾ ڊاڪٽر جي هدايت مطابق رت جي بوتل لڳرايو
- ★ مريض کي اينٽي بائٽڪ ڏيڻ کان پرهيز ڪريو

## ڊينگي بخار کان بعد ٺيڪ ٿيڻ جا آثار

- ★ دل جو ڌڙڪو، بلڊ پريشر ۽ ساهه کڻڻ جي صحيح رفتار
- ★ بخار جو نارمل درجہ حرارت
- ★ جسم جي اندر ٽوٽي ڀاهر رت جو نه وهڻ
- ★ بک لڳڻ
- ★ الٽي ۽ متلي نه ٿيڻ
- ★ پيشاب صحيح اچڻ

اسان هن شماري جي پڙهندڙن جي راءِ جو انتظار ڪنداسين ۽ خاص ڪري اسانکي اوسيئڙو رهندو پنهنجن ننڍڙن پڙهندڙن جو. توهان اسانکي نئين ايندڙ شماري لاءِ کهاڻيون يا پنهنجي ٺاهيل ڪنهن تصوير کي هيٺ ڏنل ائڊريس تي موڪلي سگهو ٿا:


سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن

پلاٽ 9، بلاڪ 7، ڪهڪشان ڪلفٽن 5، ڪراچي 75600 پاڪستان

Phone : (92-21) 111-424-111, Fax: (92-21) 99251652

اِي ميل: info@ecdpak.com


پنهنجي راءِ کان اسان کي آگاه ڪريو


هي شمارو آر سي سي _ اِي سي ڊي پروگرام تحت آغا خان فائونڊيشن ۽ رائل نيندر ليند ايمبسي جي تعاون سان تيارڪيو ويو.

طباعت ۽ اشاعت: سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن