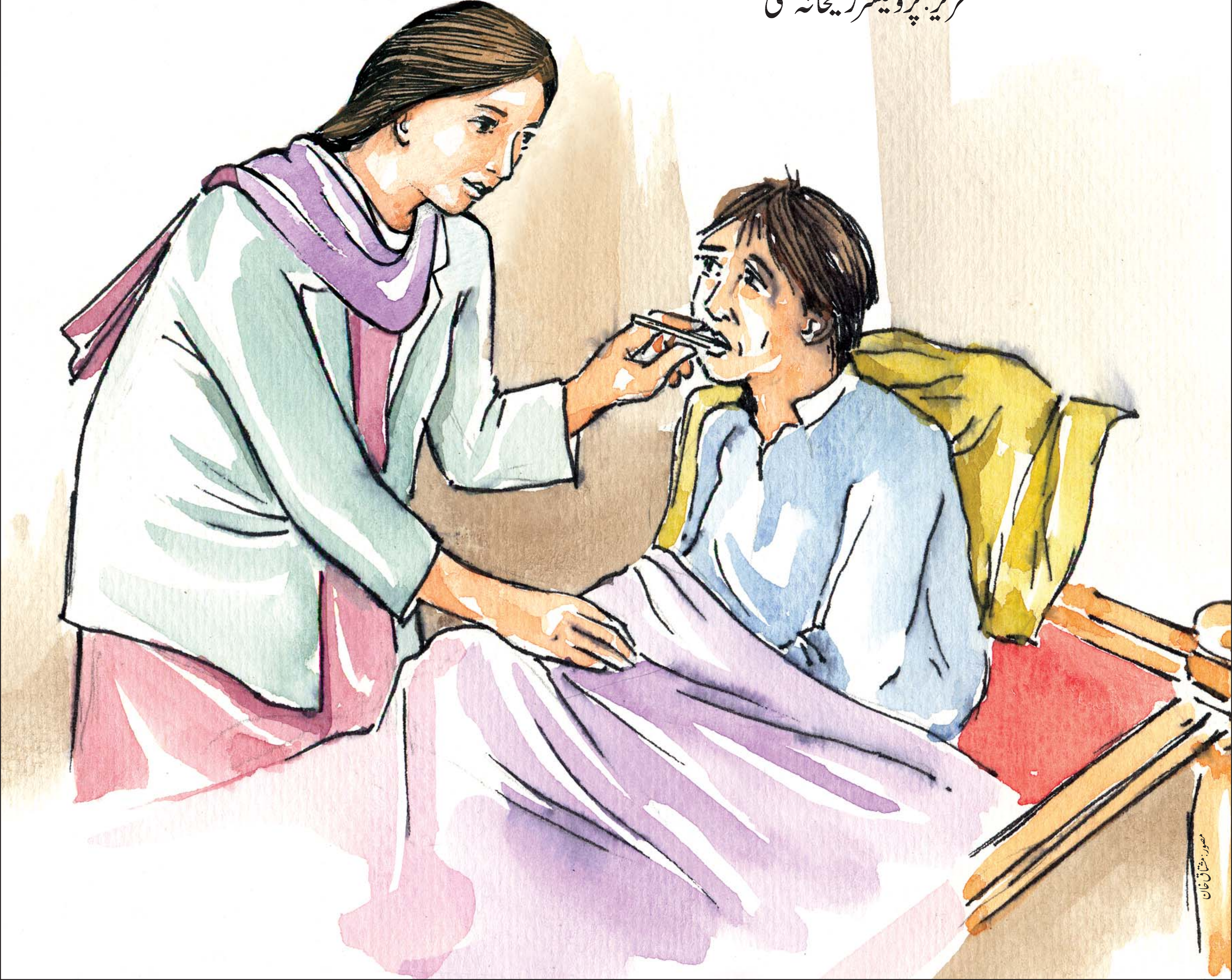
نادر کی بیماری

تحریر: پروفیسر ریحانہ مغنی



پیشِ لفظ

پیش نظر کتاب چھوٹے چھوٹے فقروں اور مکالموں کی مدد سے ترتیب دی گئی ہے تا کہ نوخواندہ بالغ افراد آسانی سے پڑھ سکیں اور مواد میں ان کی دلچسپی برقرار رہے۔

کہانی نوخواندہ بالغ افراد کی نفسیات، مسائل اور ضروریات کو مدّ نظر رکھتے ہوئے لکھی گئی ہیں۔ 70 فیصد مواد صحت پر مشتمل ہے جس میں ماں اور بچے کی صحت، غذا اور بیماریوں سے بچاؤ جیسے موضوعات شامل ہیں جبکہ 30 فیصد مواد کا تعلق صحت وصفائی، صاف پانی اور ووکیشنل ضروریات کو سامنے رکھ کر ترتیب دیا گیا ہے۔

پوسٹ لٹریسی مٹریریل کی تیاری کے دوران اس کی تیکنیکی ضروریات کو سامنے رکھتے ہوئے بڑے فونٹ (خطاطی) اور تصاویر کی مدد لی گئی ہے۔ یہ بھی کوشش کی گئی ہے کہ صحت سے متعلق بہت پیچیدہ اور اہم معلومات بالغ افراد تک پہنچا دیں جائیں۔

اس بات کو مدّ نظر رکھتے ہوئے کہ دیہی علاقوں میں کم تعلیم یافتہ اور غیر تربیت یافتہ سہولت کاروں کو کثیر الجماعتی کلاسوں کو لینے میں مشکلات پیش آتی ہیں لہذا ایک رہنما برائے سہولت کار بھی مرتب کی گئی ہے۔

کہانیوں کی تصنیف کے دوران صحت اور ماحولیات سے متعلق معلومات مختلف ذرائع مثلاً یونیسف، آغا خان ہیلتھ سروس، آغا خان یونیورسٹی، شرکت گاہ اور مختلف سرکاری اداروں سے حاصل کردہ کتابچوں سے حاصل کی گئی ہیں جس کے لئے سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن ان سب اداروں کا مشکور وممنون ہے۔

کہانیوں کی اشاعت میں مئینجنگ ڈائریکٹر پروفیسر انیتا غلام علی (ستارہِ امتیاز) اور ڈائریکٹر مشہود رضوی کی تہہ دل سے مشکور ہوں۔ اس کے ساتھ ساتھ کہانیوں کی تیاری میں اسسٹنٹ ڈائریکٹر عزیز کبانی، ڈاکٹر عاصمہ، ذوالفقار علی اور عدنان مبین کنسلٹنٹ کیواے آرسی جنھوں نے مواد پر نظر ثانی کی اور اپنے مفید مشوروں سے نوازا۔

مارکیٹنگ ایڈووکیسی اینڈ پبلیکیشن یونٹ میں سمیہ ایوب، ذوالفقار علی اور خادم حسین کی خصوصی طور پر شکر گزار ہوں جنھوں نے کہانیوں کو خوبصورت انداز میں تزائن وآرائش سے نکھارا۔

ولیپ ٹیم کی یہ خواہش ہے کہ ہماری کہانیاں بالغ افراد کے لئے تعلیمی مواد میں ایک بہتر اضافہ ثابت ہوسکیں اور کمیونٹیز کی سطح پر لوگ ان کہانیوں سے مستفید ہوسکیں۔

آخر میں سہولت کاروں، سیکھنے والیوں اور دیگر متعلقہ افراد سے درخواست ہے کہ وہ ان کہانیوں سے متعلق اپنی تنقیدی آراسے ہمیں ضرور نوازیں تا کہ مواد کو اگلی اشاعت میں بہتر بنانے میں مدد لی جاسکے۔

پروفیسر ریحانہ مغنی

مینجر وومینز لٹریسی اینڈ ایمپاورمینٹ پروگرام

سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن

نادر کی بیماری

آمنہ اسلام آباد کے نواحی گاؤں میں ہیلتھ وزیٹر ہے۔ آج پورے ایک سال کے بعد وہ اپنے میکے کراچی بن قاسم ٹاؤن کے ایک گاؤں ریڑھی گوٹھ آئی ہے۔

گھر میں داخل ہوتے ہی چاروں طرف پھیلی اداسی دیکھ کر وہ سہم کر رہ گئی۔ یا اللہ خیر! آمنہ جیسے ہی صحن سے گزر کر کمرے میں داخل ہوئی اسے 12 سالہ نادر بستر پر کراہتا نظر آیا۔

آمنہ تیزی سے نادر کی طرف بڑھی اور اس کے ماتھے پر ہاتھ رکھتے ہوئے بولی

آمنہ: میرے بھائی تمہیں تو بخار ہے۔

نادر: باجی! میرے سر میں بہت درد ہے۔ جی بھی متلا رہا ہے۔

اسی وقت آمنہ کی ماں کمرے میں داخل ہوئی۔ آمنہ کو دیکھ کر بولی ''بیٹی! اچھا ہوا تم آ گئیں، میں بہت پریشان ہوں۔ ایسا لگتا ہے کہ بیماریوں نے ہمارا گھر دیکھ لیا ہے۔ پہلے ناصرہ کو پیلیا ہوا اور اب نادر بخار میں پڑا ہے''۔

آمنہ: بخار کب سے ہے؟

اماں: ایک ہفتہ سے ۔

آمنہ: کسی وقت اترتا ہے؟

اماں: نہیں، ہر وقت 104°-103° فارن ہائیٹ رہتا ہے۔ ماتھے پر ٹھنڈے پانی کی پٹیاں رکھتی ہوں تو کچھ نیچے آجاتا ہے۔

آمنہ: اماں یہ تو ساری علامات ٹائیفائیڈ کی ہیں۔آپ نادر کو کھانے میں کیا دے رہی ہیں؟

اماں: چائے اور پاپے ۔

آمنہ: کھانے میں کوئی پرہیز نہیں سب کچھ دیں۔ ناصرہ تم نے بھائی کے بخار کا چارٹ تیار کیا ہے؟

ناصرہ: جی باجی یہ لیجئے! بخار کا چارٹ

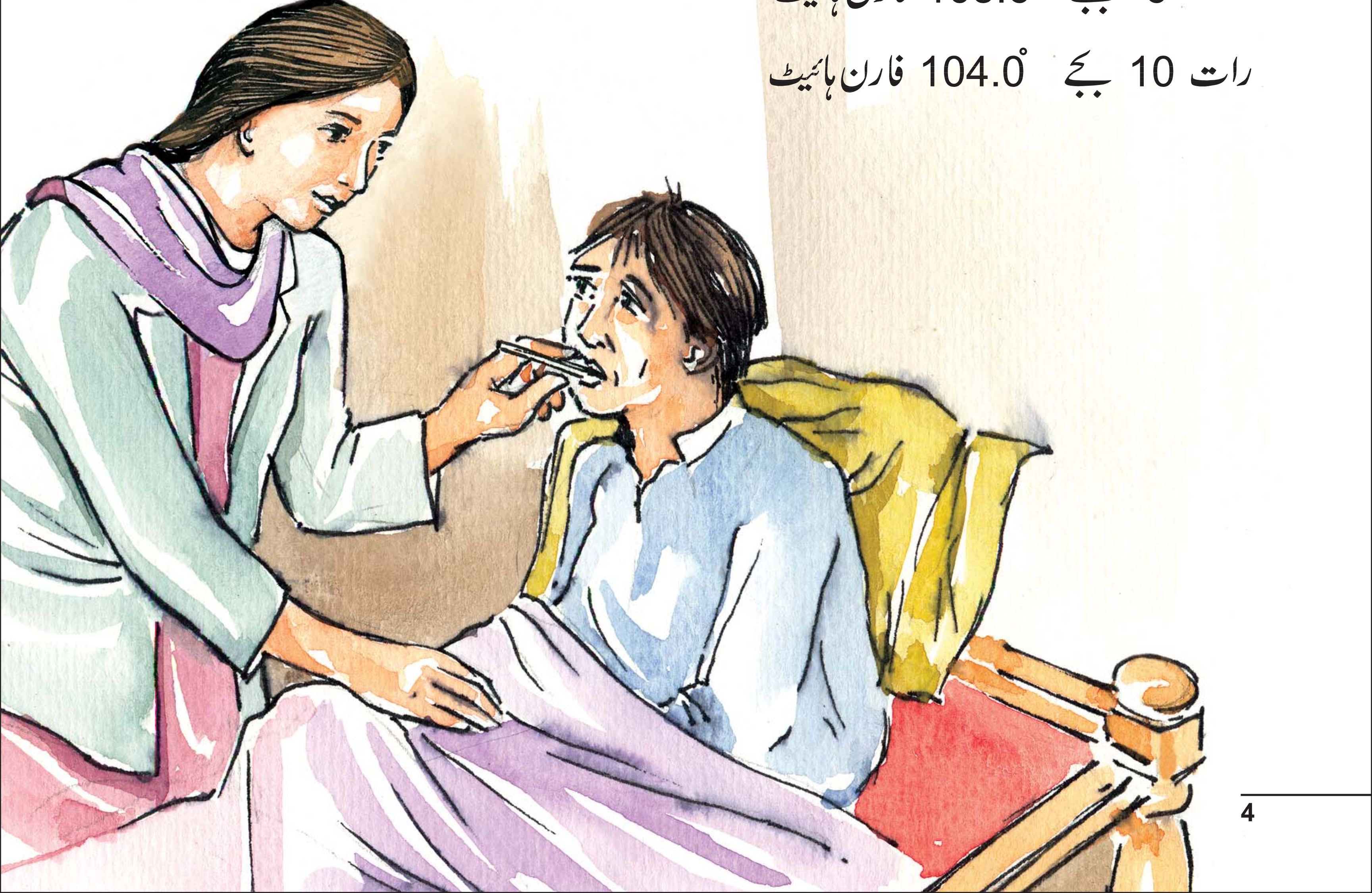
صبح 6 بجے 100.6° فارن ہائیٹ

10 بجے 102.0° فارن ہائیٹ

دوپہر 2 بجے 103.0° فارن ہائیٹ

6 بجے 103.6° فارن ہائیٹ

رات 10 بجے 104.0° فارن ہائیٹ

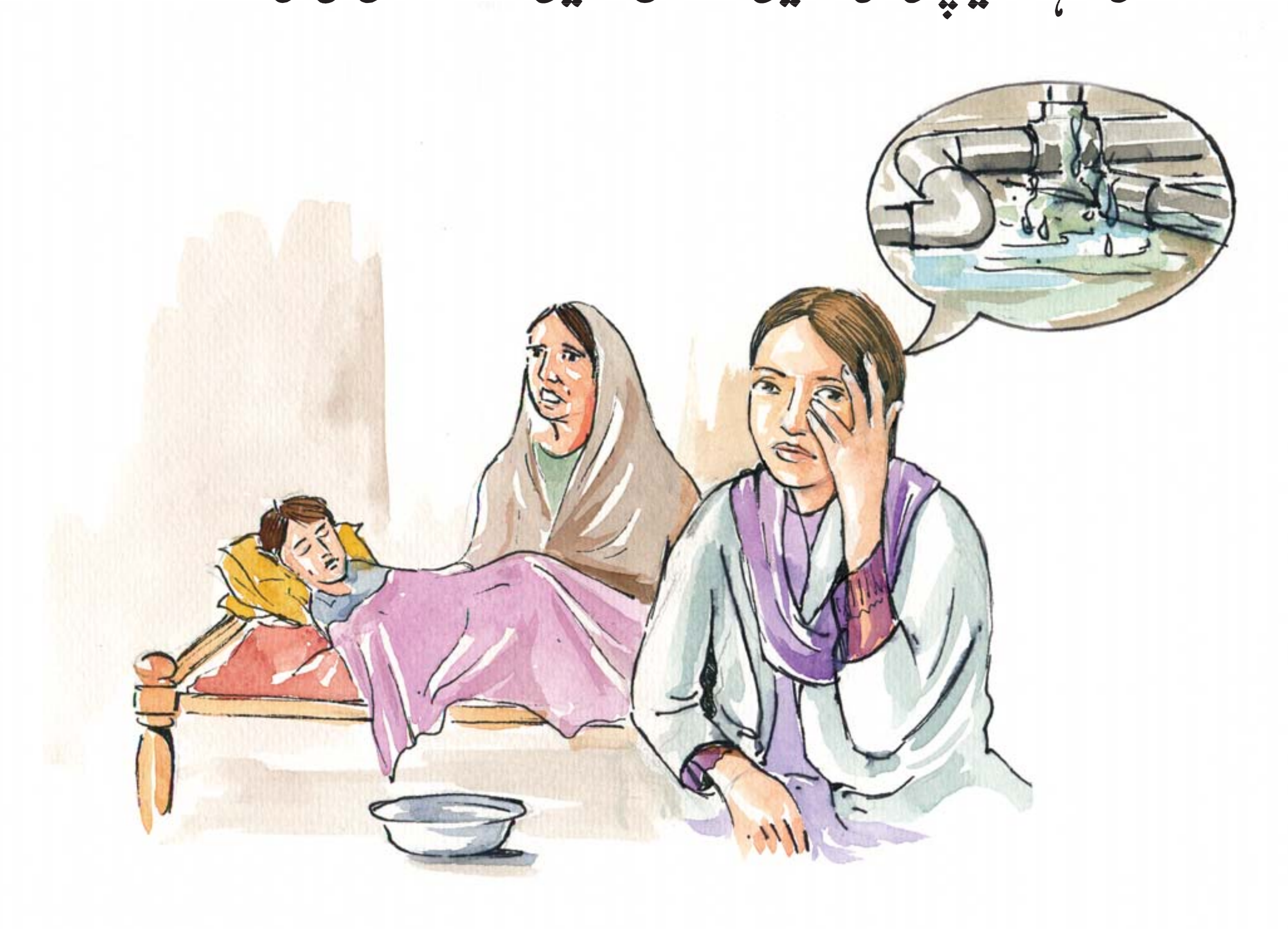


آمنہ: نادر بھائی تم مجھے اپنا سارا حال بتاؤ۔

نادر: جی اچھا

سات دن سے بخار 104 - 103 ہے۔ متلی اور قے، پیٹ میں درد، دست، سر میں درد اور کمزوری ہے۔

آمنہ سوچتی ہے کہ کیا پانی کی لائین سیوریج لائین سے تو نہیں مل گئی؟



آمنہ: ناصرہ یہ بتاؤ کہ پانی کیسا آرہا ہے؟

ناصرہ: بہت گندہ اور بدبودار۔۔۔آپ کیا سوچ رہی ہیں باجی؟

آمنہ: کچھ نہیں بعد میں بتاؤں گی۔ ابھی میں نادر کو ہسپتال لے جارہی ہوں، اس کے ٹیسٹ کروانے ہیں شام کو کونسلر سے ملوں گی۔

آمنہ یہ کہتے ہوئے پڑوسن خالہ بتول کے ساتھ روانہ ہوجاتی ہے۔

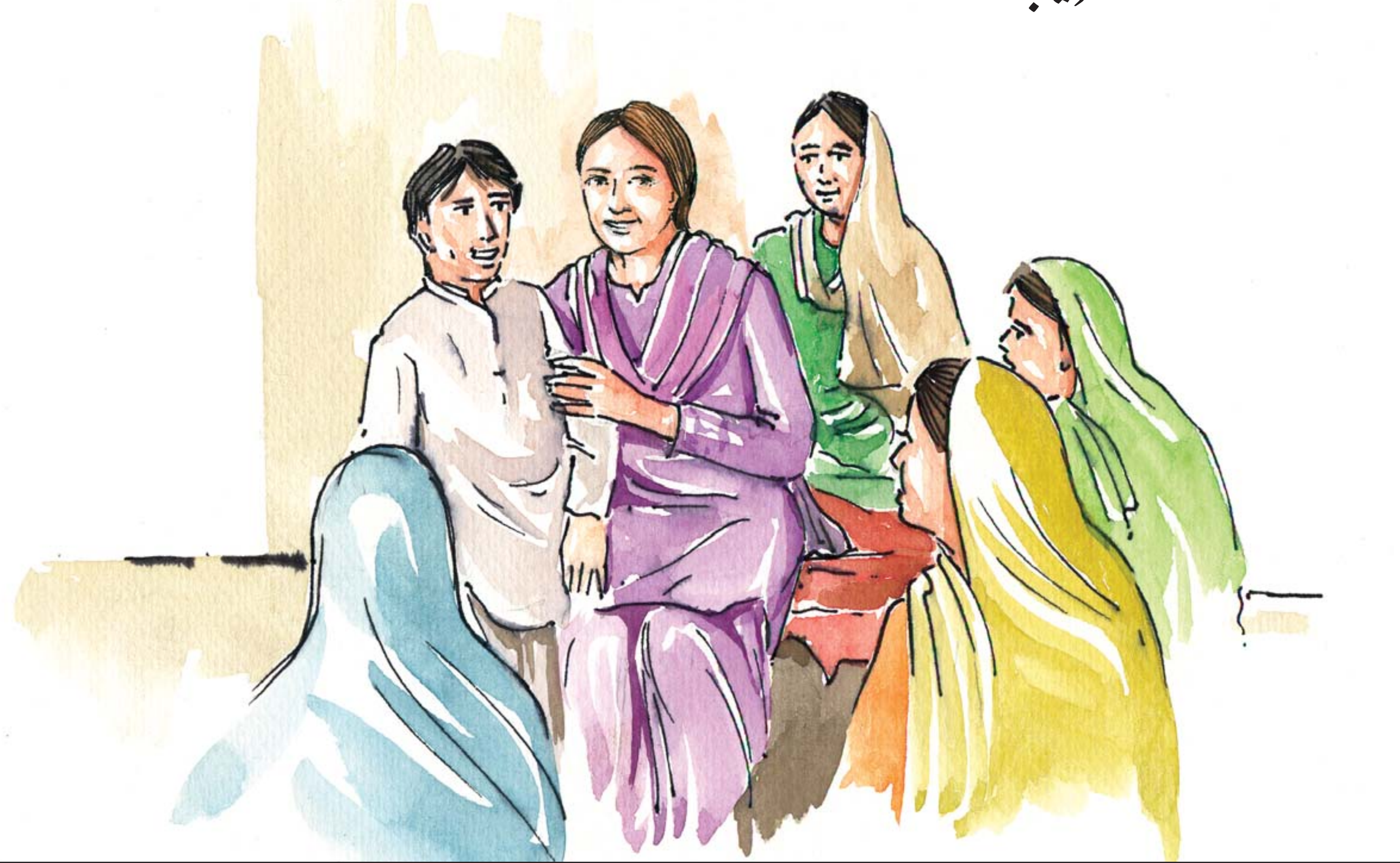
آمنہ کا شک درست نکلا ، صاف پانی کی لائین سیوریج لائین (گندے پانی کی لائین) سے مل گئی تھی۔محلّہ بھر میں پانی کا استعمال روک دیا گیا۔

بیٹی گندے پانی کا ٹائیفائیڈ سے کیا تعلق ہے؟

آمنہ: خالہ ٹائیفائیڈ کا بیکٹریا بیمار شخص کے فضلے سے صحت مند شخص کے جسم میں پانی یا غذا کے ذریعہ ہی داخل ہوتا ہے۔

خالہ بتول: اس سے بچنے کے لئے ہمیں کیا کرنا چاہئے؟

آمنہ: محلّہ والوں کو یہ دیکھنا چاہئے کہ پینے کے پانی کی لائین سیوریج لائین سے قریب نہ ہو۔



سکینہ: باجی ٹائیفائڈ سے بچاؤ کے لئے ہمیں کیا کرنا چاہئے؟

آمنہ: ٹائیفائڈ کے خلاف حفاظتی ٹیکہ لگانا چاہئے، پانی کو ابال کر پینا چاہئے، ٹھیلے والوں کی چیزیں نہیں کھانی چاہیئے، کھانے سے پہلے صابن سے ہاتھ دھونا چاہیئے، کھانے کو ڈھک کر رکھنا چاہیئے۔ صحت و صفائی کا خیال رکھنے سے بیماریوں سے بچا جا سکتا ہے۔

سکینہ: پانی کو ابالنے کے علاوہ کوئی اور طریقہ؟

آمنہ: بہت سے طریقے ہیں مثلا: پانی کو فلٹر کرنا، صاف ململ کے کپڑے کو چار مرتبہ تہہ کر کے کنارے سی کر پانی کو اس سے چھان کر پینا۔

سکینہ نے محلّہ میں ٹائیفائڈ سے بچاؤ کے کچھ پوسٹر بھی تقسیم کئے۔

ٹائیفائڈ سے بچاؤ ممکن ھے

★ گھر اور ماحول کی صفائی کا خاص خیال رکھیئے۔

★ گندے پانی کی نکاسی، فضلے اور کوڑا کرکٹ کو مناسب طریقے سے ٹھکانے لگایئے۔

★ ٹائیفائڈ کے کیریر★!

☆ ٹائیفائڈ سے صحت یاب مریض اس وقت تک کھانے پکانے، مشروب تیار کرنے کی ذمہ داری انجام نہ دیں۔ جب تک ان کے فضلے کا طبی معائنہ نہ کروالیا جائے اور صحت یابی کی تصدیق نہ کردی جائے۔

★ کھانے پکانے اور کھانے سے پہلے اور رفع حاجت کے بعد ہاتھوں کو اچھی طرح صابن سے دھوئیں۔

★ باہر کے کھانوں سے پرہیز کیجئے۔

★ کھانے پینے کی اشیائ کو ہمیشہ ڈھک کر رکھیں۔

★ پینے کا پانی کم از کم بیس منٹ تک ابالیں اور ٹھنڈا ہونے کے بعد اس کو چھان کر استعمال کریں۔

★ سبزیوں کو صاف پانی سے اچھی طرح دھوئیں۔

گاؤں والوں کو اس بات پر فخر تھا کہ ان کے گاؤں کی ایک لڑکی کی ذہانت اور بروقت مدد کی وجہ سے وہ ایک بڑی مصیبت سے بچ گئے۔

★ (وہ شخص جو بظاہر صحت یاب ہے لیکن ابھی بیماری کے جراثیم اس میں موجود ہوں ایسے شخص کے ہاتھوں سے تیار غذا استعمال کرنے سے دوسرے صحت مند لوگ ٹائیفائڈ کا شکار ہو سکتے ہیں)

سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن

عورتوں کی تعلیم و خود انحصاری کا پروگرام

دیگر کتابیں

- ★ زینب کی پریشانی
- ★ لالی
- ★ ببلو کی موت
- ★ باجی نجمہ
- ★ رحمٰن بابا
- ★ میرو کا دکھ
- ★ انجانے دکھ
- ★ ہم سب مل کر
- ★ نادر کی بیماری
- ★ ٹائیفائڈ سے بچاؤ ممکن ہے

جملہ حقوق محفوظ

سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن
پلاٹ 9، بلاک 7، کہکشاں، کلفٹن 5، کراچی۔
فون: 111-424-111 (021) فیکس: 9251652 (021)
ویب سائیٹ : www.sef.org.pk اِی میل: info@sef.org.pk