

دوروں کے لیے ابتدائی طبی امداد

مرگی کیا ہے؟

مرگی ایک ایسی اعصابی حالت ہے جس میں بیماری کا دورہ بار بار پڑتا ہے۔ بیماری کا اچانک دورہ احساسات، شعور یا رویے میں تبدیلی ہے جو دماغ میں بہت تھوڑے سے برقیاتی خلل کی وجہ سے آتی ہے۔ کسی شخص کی مرگی کی تشخیص تب ہوتی ہے جب اسے دو یا دو سے زیادہ مرتبہ بیماری کا دورہ پڑ چکا ہو۔

مرگی 100 لوگوں میں سے 1 پر اثر

انداز ہوتی ہے۔

ہر عمر اور ہرنسل کے لوگ مرگی سے متاثر ہوتے ہیں۔ مرگی عام طور پر بچوں اور بزرگوں کو ہوتی ہے مگر بے عمر کے کسی بھی حصے میں ہو سکتی ہے



تشنج کے ساتھ دورے

ممکنہ علامات: ہوش کھو بیٹھنا، جسم کا اینٹھنا، پٹھوں کا جھٹکوں سے کھچاؤ، کم گہرا سانس لینا اور پاخانے یا پیشاب پر قابو نہ پا سکتا۔ یہ عموماً 1 سے 3 منٹ تک رہتا ہے۔ اس کے بعد وہ شخص بدحواس یا چکرایا ہوا ہو سکتا ہے۔

آپ مریض کی کیسے مدد کر سکتے ہیں

1. پرسکون رہیں۔ دورے کو اپنی مدت پوری کرنے دیں۔ وقت کا دورانیہ یاد رکھیں۔
2. مریض کو زخمی ہونے سے بچائیں۔ اگر ضرورت ہو تو اس شخص کو فرش پر آرام سے لٹائیں۔ سخت اور تیز دھار اشیاء راستے سے ہٹا دیں۔ سر کے نیچے کچھ نرم چیز رکھیں۔
3. گردن کے گرد جو بھی سخت چیز ہو اسے ڈھیلا کر دیں۔ میڈیکل آئی ڈی چیک کریں۔
4. اس شخص کو روکنے اور مزاحمت کرنے سے گریز کریں۔
5. اس شخص کے منہ میں کچھ نہ ڈالیں۔ وہ شخص اپنی زبان سے نگل نہیں سکے گا (اگرچہ وہ زبان کتر سکتے ہیں)
6. آہستگی سے اس شخص کو ایک طرف کروٹ دلائیں تاکہ جیسے ہی دورہ تھمے تو تھوک یا کوئی اور سیال مادہ بہہ جائے۔ اس سے سانس کا راستہ صاف رکھنے میں مدد ملے گی۔



7. اس کے بعد اس شخص سے نرمی سے بات کریں اور اسکی ڈھارس بندھائیں، کیوں کہ وہ گھبرایا ہوا ہوگا۔ اس کے ساتھ رہیں جب تک کہ وہ دوبارہ حواس میں نہ آجائے۔ ممکن ہے اس شخص کو آرام یا نیند کی ضرورت ہو۔

بغیر تشنج کے دورے:

ممکنہ علامات: حواس کا کھونا، خالی آنکھوں سے گھورنا، حرکات دہرانا، ہونٹ سے چٹاخے دار آواز نکالنا، بے ترتیب چال اور ہوش و حواس کا اختلال۔ یہ عموماً 1 سے 3 منٹ تک رہتا ہے۔ اس کے بعد وہ شخص بدحواس ہو سکتا ہے۔

آپ مریض کی کیسے مدد کر سکتے ہیں

1. اُس شخص کے ساتھ رہیں۔ دورے کو روکنے کی کوشش نہ کریں بلکہ اسے اپنی مدت پوری کرنے دیں۔ وہ شخص اپنی حرکات سے بے گانہ ہو گا اور ہو سکتا کہ وہ آپ کی بات سن سکے یا نہ سن سکے۔
2. مہلک اشیاء راستے سے ہٹا دیں۔
3. اس شخص کو قابو میں لانے کی کوشش نہ کریں۔
4. آہستہ آہستہ اسے نقصان دہ اشیاء سے دور کریں یا خطرات تک رسائی سے روکیں۔
5. اس کے بعد اس شخص سے نرمی سے بات کریں اور اسکی ڈھارس بندھائیں، جو کہ پریشان ہو گا۔ اس کے ساتھ رہیں جب تک کہ وہ دوبارہ مکمل حواس میں نہ آجائے۔



911 کو کب کال کریں

- اگر تشنج کے ساتھ دورہ 5 منٹ سے زیادہ رہے
- اگر دورے کے ختم ہونے پر حواس یا سانس بحال نہ ہو
- اگر پہلے دورے سے مکمل بحالی کے بغیر ہی متواتر دورے پڑنے لگیں
- اگر یہ دورہ پہلی دفعہ پڑا ہو اور وہ انسان زخمی ہو، حمل سے ہو یا اسے ذیابیطس ہو۔

مرگی سے جڑے حقائق

1. مرگی ایک ایسی طبی حالت ہے جس میں بیماری کا اچانک دورہ پڑتا ہے

2. بیماری کا اچانک دورہ مختلف اشکال اختیار کر سکتا ہے جو خالی آنکھوں سے گھورنے سے لے کر تشنج کا دورا تک ہو سکتا ہے

3. مرگی کسی بھی شخص پر کسی بھی عمر میں اثر کر سکتی ہے

4. مرگی متعدی بیماری نہیں ہے

5. آپ کی مدد اور سمجھ بوجھ اہمیت رکھتی ہے



مرگی ٹورانٹو

مرگی ٹورانٹو مرگی میں مبتلا تمام افراد اور ان کے اہل خاندان کی مرگی سے نجات اور بہترین معیار زندگی کے فروغ کے لئے وقف ہے

ہماری خدمات:

- معلومات اور تعلیم
- مشاورت اور تعاون کرنے والے گروپ
- روزگار کی سہولیات
- کمیونٹی تک رسائی اور حمایت

آپ ہماری کیسے مدد کر سکتے ہیں

- ہمارے پروگراموں اور سہولیات میں امداد کے لیے عطیہ دیں
- بطور رضا کار شامل ہوں
- رکن بنیں

اگر آپکو مرگی کے بارے میں مزید مالومات درکار ہیں، تو ہم آپ کی مدد کے لئے حاضر ہیں۔ ہمیں فون کریں اور ہمیں بتائیں کہ آپ کونسی زبان بولتے ہیں۔ یا پھر ساؤتھ ایشین وومین سینٹر کے نمبر ۴۱۶-۵۳۷-۲۲۷ پر فون کریں اور وہ آپ سے ہمارا رابطہ کروانے میں آپ کی مدد کریں گے۔

مرگی ٹورانٹو

468 کوئن سٹریٹ ایسٹ، سوئٹ 210

ٹورانٹو او این M5A 1T7

فون: 416.964.9095 فیکس: 416.964.2492

info@epilepsytoronto.org www.epilepsytoronto.org



facebook.com/epilepsytoronto



@epilepsytoronto



United Way Member Agency
Charitable No. 107306912RR0001

URDU

مرگی



آئیے بات کریں



EPILEPSY
Toronto

مرگی ٹورانٹو

www.epilepsytoronto.org