بچے بالکل خاموشی سے ڈوب سکتے ہیں!

Urdu

پورٹیبل پول چاہے چھوٹا ہو یا بڑا، اس میں بچے چند سیکنڈوں میں ڈوب سکتے ہیں!

چھوٹے پورٹیبل پول اور وہ پول جن میں ہوا بھر ی جاتی ہے ، جن میں ۳۰ سینٹی میٹر (ایک اوسط فٹ کے برابر سائز) سے کم پانی آ سکتا ہے:

- جب پول استعمال نہ کیا جا رہا ہو تو اسے **ہمیشہ خالی کریں۔** ہو سکتا ہے آپ باغیچے کو پانی دینے یا گھر کے کسی اور حصے میں استعمال کیلئے یہی پانی دوبارہ استعمال کرنا چاہتے ہوں۔ لیکن پول میں پانی پڑا رہے تو یہ نہ صرف ڈوبنے کے خطرے کا باعث ہے بلکہ پانی گندا ہو کر صحت خراب کرنے کا باعث بن سکتا ہے۔

- جب پول استعمال میں نہ ہو تو اسے **ہمیشہ چھوٹے بچوں کی پہنچ سے دور** سنبھال کر رکھیں۔ پول کو کھڑا کر کے آپ یہ امکان دور کر دیں گے کہ بارش یا باغیچے کے پھوار والے سسٹم سے آنے والا تھوڑا تھوڑا پانی اس میں جمع ہو گا۔

ہمیشہ یاد رکھیں کہ:

- **جب بچے پانی میں یا پانی کے قریب ہوں تو** ہمیشہ اتنے قریب سے ان کی نگرانی کریں کہ آپ کا بازو بچے تک پہنچ سکتا ہو

- **بڑے بہن بھائیوں پر چھوٹے بچوں کی نگرانی کی ذمہ** داری کے سلسلے میں بھروسہ نہیں کرنا چاہیئے چاہے آپ کو ان پر اس ذمہ داری کو پوری کر سکنے کا کتنا ہی بھروسہ کیوں نہ ہو۔ بچے یہ ذمہ داری اٹھانے کے لائق نہیں ہوتے۔
- **شیر خوار بچوں اور دوسرے بچوں کے دل کی دھڑکن اور سانس بحال کرنے کا طریقہ (CPR)** سیکھیں۔
- **اپنے بچوں کو پانی سے متعارف کرائیں اور تیرنا** سکھائیں لیکن کبھی یہ فرض نہ کریں کہ ان کے ڈوبنے کا امکان نہیں ہے۔

بچے کے ڈوبنے کیلئے چند سیکنڈ ہی کافی ہوتے ہیں

اگر آپ کو ترجمان کی ضرورت ہے تو براہ مہربانی Translating and Interpreting Service (TIS) (تحریری اور زبانی ترجمے کی سروس) سے فون نمبر 131 450 پر رابطہ کریں۔

مزید معلومات کیلئے ویسٹ میڈ میں بچوں کےہسپتال میں Kids Health سے (02) 9845 3585 پر رابطہ کریں یا یہ ویب سائیٹ دیکھیں: http://kidshealth.schn.health.nsw.gov.au/projects/drowning-prevention/inflatable-and-portable-pools

kids health the children's hospital at Westmead Child Health Promotion Unit

ctcper the children's hospital at Westmead The Centre for Trauma Care, Prevention, Education and Research

NSW GOVERNMENT

the children's hospital at Westmead

بچے بالکل خاموشی سے ڈوب سکتے ہیں!

پانچ سال سے کم عمر کے بچوں کی اموات کی ایک بڑی وجہ ڈوبنا ہے۔

پول تو ایک صاف نظر آنے والا خطرہ ہیں لیکن بچے باتھ ٹب، ڈیم، دریا، نالے، باغیچے کے تالاب بلکہ نیپی بھگونے کی بالٹی میں بھی ڈوب سکتے ہیں۔ جب ایک چھوٹے بچے کا چہرہ پانی میں ڈوب جائے تو بچہ خود کو اٹھانے کے قابل نہیں رہتا کیونکہ بچوں کے سر ان کے جسم سے زیادہ بھاری ہوتے ہیں۔ اکثر والدین اور بچوں کو سنبھالنے والے لوگ سمجھتے ہیں کہ اگر ان کا بچہ ڈوب رہا ہو تو انہیں آواز آ جائے گی۔ تاہم یہ درست نہیں ہے کیونکہ سانس کی نالی میں پانی بھر جانے کی وجہ سے آواز نہیں نکل پاتی اور پتہ نہیں چلتا۔ ڈوبنے کے واقعات خاموشی اور سرعت کے ساتھ ہوتے ہیں۔

- گھروں کے سوئمنگ پولز میں ہونے والی بچوں کی اموات میں سے ایک چوتھائی اموات پورٹیبل سوئمنگ پولز میں یا ہوا بھر کر استعمال کیے جانے والے پولز میں ہوتی ہیں۔
- بہت سے دوسرے واقعات ان کے علاوہ ہیں جن میں بچہ مرتے مرتے بچتا ہے اور ان میں سے کچھ کیسوں میں عمر بھر کیلئے بچے کے دماغ کو نقصان پہنچتا ہے

ہوا سےبھرنے والے اور پورٹیبل پولز بہت سے گھرانوں میں مقبول ہیں۔ لیکن پول رکھنے والے تمام لوگوں کو خطرات کا علم ہونا چاہیئے۔

ہواسے بھرنے والے اور پورٹیبل پولز بچوں کیلئے ایسے پول کی نسبت زیادہ خطرناک بیان کیے جاتے ہیں جس کو ارد گرد جنگلہ لگا کر تعمیر کیا گیا ہو۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ کئی لوگوں کو علم نہیں ہوتا کہ ان پولز کے گرد جنگلہ لگانے کی ضرورت ہو سکتی ہے اور کچھ پولز اتنے بڑے ہوتے ہیں کہ استعمال کے بعد انہیں خالی نہیں کیا جا سکتا۔ اس وجہ سے بچے بآسانی پول میں پانی تک جا سکتے ہیں اور ان کے ڈوبنے کا خطرہ بہت بڑھ جاتا ہے۔

Inflatable and portable pools are **dangerous!**

بعض اوقات ضرور ایسا ہوتا ہے جب والدین اور بچوں کو سنبھالنے والے لوگ چھوٹے بچوں کو دن بھر ہر لمحہ نظر میں نہیں رکھ سکتے۔ گھروں کے سوئمنگ پولز میں ڈوبنے والے بچوں کی بہت بڑی تعداد کے ڈوبنے کا ان کے والدین یا سنبھالنے والوں کو علم نہیں ہو پاتا۔

پانی کے قریب بچوں کی نگرانی کرنا ڈوبنے سے بچاؤ کا بہترین طریقہ ہے۔ تاہم والدین اور سنبھالنے والوں کی توجہ بڑی آسانی سے روزمرّہ کاموں کی وجہ سے ہٹ جاتی ہے جیسے تار پر دھلے کپڑے ڈالتے ہوئے یا فون ریسیو کرتے ہوئے۔

اس لیے پول کےگرد جنگلہ لگانا وہ دوسری بہت اہم احتیاط ہے جس کے ذریعے بچوں کو پول کے پانی تک پہنچنے سے روکا جا سکتا ہے۔ یہ تجاویز حاصل کرنے کیلئے کہ آپ اپنے پول کے جنگلے کے محفوظ اور قانون کے مطابق ہونے کا یقین کیسے کر سکتے ہیں، براہ مہربانی Protect Your Pool, Protect Your Kids چیک لسٹ دیکھیں جو Kids Health کی ویب سائیٹ پر موجود ہے۔ یہ چیک لسٹ انگریزی کے علاوہ دوسری کئی زبانوں میں بھی دستیاب ہے۔

بڑےحجم کے پورٹیبل پول اور وہ پول جن میں ہوا بھری جاتی ہے اور جن میں ۳۰ سینٹی میٹر (ایک اوسط فٹ کا سائز) سے زیادہ پانی آ سکتا ہے، ان کے سلسلے میں

- بڑے پورٹیبل پولز اور وہ پولزجن میں ہوا بھری جاتی ہے صرف تب استعمال کریں جب ان کے گرد جنگلہ لگایا جا سکتا ہو
- اگر آپ ایسے پورٹیبل پول یا ہوا بھرکے استعمال کیے جانے والے پول کے چاروں اطراف حفاظتی جنگلہ نہ لگائیں جس میں ۳۰ سینٹی میٹر سے زیادہ پانی بھرا جا سکتا ہو (ایک اوسط فٹ کے برابر) تو جرمانہ لگتا ہے