علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ ہوم اینڈ ہیلتھ سائنسز)

کورس: ابتدائی طبی امداد (218) سمسٹر: بہار2013ء

سطح: میٹرک

بستہ برائے طلبہ

عزیز طلبہ! السلام علیکم۔

اس ڈاک کے ہمراہ آپ کو مندرجہ ذیل درسی مواد بھیجا جا رہا ہے۔

1- درسی کتاب

2- امتحانی مشق نمبر 1تا2

3- رہنمائے طلبہ برائے میٹرک

4- رہنمائے طلبہ برائے ابتدائی طبی امداد

5- تعارفی پمفلٹ

6- فارم برائے امتحانی مشق (دو سیٹ)

7- اوقات نامہ برائے مشقی کام اور تعلیمی اجتماعات، ٹیلی ویژن پروگراموں کی تفصیل

بستہ میں اگر مذکورہ بالا کوئی چیز موجود نہ ہو تو اس کی اطلاع مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک پتہ پر دیں۔

(الف) شعبہ مراسلاتی خدمات

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی سیکٹر H-8، اسلام آباد

(ب) متعلقہ ریجنل آفس کا پتہ آپ کے تعارفی پمفلٹ میں دیا گیا ہے اس پر بھی رابطہ کر سکتے ہیں۔

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ ہوم اینڈ ہیلتھ سائنسز)

کورس : ابتدائی طبی امداد (218)

رہنمائے طلبہ

عزیز طلبہ! السلام علیکم!

امید ہے آپ اب تک فاصلاتی نظام تعلیم سے اچھی طرح باخبر ہو چکے ہوں گے۔ آیئے ہم آپ کو فرسٹ ایڈ کے اس کورس کی کامیاب تکمیل کے لیے کچھ رہنما اصول بتائیں، ان کو غور سے پڑھنے کی صورت میں ہمیں امید ہے کہ آپ کورس سے پورا پورا استفادہ کر سکیں گے۔ ہم جن امور کی وضاحت کریں گے، ان میں درج ذیل شامل ہیں۔

☆کورس کی تفصیل　　☆سمعی و بصری مواد

☆امتحانی مشقیں　　☆آخری امتحان۔

عزیز طلبہ! اس کورس کا آغاز کرنے سے پیشتر آیئے! اس کے بارے میں چند اہم معلومات حاصل کر لیں۔ اس کورس میں ایسی معلومات دی گئی ہیں جن کی ضرورت معاشرے کے ہر فرد کو پڑتی ہے۔ لہٰذا انسان ہونے کے ناطے آپ کا یہ فرض بنتا ہے کہ یہ معلومات حاصل کر کے اپنے گھر والوں اور پورے معاشرے کی مدد کریں لیکن ایک بات یاد رکھیئے کہ اس کورس سے آپ پوری طرح تب ہی فائدہ اٹھا سکتے ہیں جب آپ ان تمام معلومات کو عملی طور پر انجام دیں۔

کورس کی تفصیل

اس کورس کے ہر یونٹ کو چند حصوں میں تقسیم کر دیا گیا ہے ان چند حصوں کو مزید چھوٹے حصوں میں بانٹ دیا گیا ہے تاکہ آپ کو امتحان کی تیاری کے لیے دہرائی کرنے میں آسانی ہو۔ کورس میں کامیابی حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے کہ آپ نہ صرف باقاعدگی سے آدھا گھنٹہ اس کا مطالعہ کریں بلکہ عملی طور پر ان معلومات کو اپنے ہاتھ سے انجام دیں اور مخصوص معلومات کو ہمیشہ کے لیے ذہن نشین کر لیں۔

سمعی و بصری مواد

عزیز طلبہ! کتاب میں دیے گئے اہم نکات کو سمجھانے اور ان کی وضاحت کے لیے ٹیلی ویژن پروگرام تیار کیے گئے ہیں۔ یہ پروگرام اسباق کے مطالعہ میں مدد دینے کے ساتھ ساتھ آپ کو زائد معلومات بھی بہم پہنچائیں گے، ان پروگراموں کی تفصیل آپ کو مہیا کر دی جائے گی۔

امتحانی مشقیں

اس کورس کے لیے دو امتحانی مشقیں تیار کی گئی ہیں۔ مقررہ مدت میں ان مشقوں کو حل کر کے اپنے ٹیوٹر کو روانہ کر دیں۔

یاد رکھئے! سالانہ امتحان میں پاس ہونے کے لیے ان مشقوں میں کامیابی حاصل کرنا لازمی ہے۔

آخری امتحان

سمسٹر کے آخر میں آپ کو کورس کا آخری امتحان بھی دینا ہوگا۔ اگر آپ اس کورس کا مطالعہ باقاعدگی سے کرتے رہے تو کوئی وجہ نہیں کہ آپ اس امتحان میں اچھے نمبر لے کر پاس نہ ہوں۔

ہمیں امید ہے کہ یہ کورس آپ کی روزمرہ زندگی کے لیے بہت مفید ہوگا اگر آپ کو یہ کورس سمجھنے میں کوئی دقت پیش آئے یا اسے مزید بہتر بنانے کے لیے کوئی تجویز دینا چاہیں یا اس میں مزید معلومات کا اضافہ چاہیں تو ٹیوٹر سے ملئے یا کورس رابطہ کار کو خط لکھئے۔

کورس رابطہ کار

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ ہوم اینڈ ہیلتھ سائنسز)

وارننگ

عزیز طلبہ! آپ یہ بات ذہن نشین کر لیں کہ:

1- اگر آپ اپنی امتحانی مشق میں کسی اور کی تحریر میں سے مواد چوری کر کے لکھیں گے یا آپ اپنی امتحانی مشق کسی جعلی سٹوڈنٹ سے لکھوائیں گے تو آپ سرٹیفکیٹ یا ڈگری سے محروم ہو سکتے ہیں، خواہ اس کا علم کسی بھی مرحلے پر ہو جائے۔

2- کسی دوسرے سے ادھار لی گئی یا چوری کی گئی امتحانی مشق پر علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی اسلام آباد کی ''مواد کی چوری" Plagiarism پالیسی کے مطابق سزا دی جائے گی۔

کورس: ابتدائی طبی امداد (218) | سمسٹر: بہار 2013ء

سطح: میٹرک | کل نمبر 100

امتحانی مشق نمبر 1

(یونٹ 1 تا 2)

حصہ الف (کل نمبر 10)

ذیل میں دیے گئے جملوں میں سے صحیح اور غلط کی نشان دہی کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

1- پاکستان میں ابتدائی طبی امداد کی تربیت دینے کا سب سے بڑا ادارہ ایدھی ویلفیئر سنٹر ہے۔ صحیح / غلط

2- چوٹ لگنے کی صورت میں فوراً مٹی یا راکھ استعمال کرنی چاہیے۔ صحیح / غلط

3- مرض کی تشخیص کے لیے فرسٹ ایڈر کے پاس مختلف ذرائع میں سے ایک اہم ترین ذریعہ واقعات ہے۔ صحیح / غلط

4- چوٹ یا زخم کی صورت میں خون کا زیادہ بہنا مریض کے لیے مہلک ثابت ہو سکتا ہے۔ صحیح / غلط

5- زخم یا چوٹ کو اگر کھلا چھوڑ دیا جائے تو وہ جلد ٹھیک ہو جاتا ہے۔ صحیح / غلط

6- تحقیق کے مطابق کوئی شخص بغیر سانس لیے زیادہ سے زیادہ چار منٹ زندہ رہ سکتا ہے۔ صحیح / غلط

7- تنگ جگہ سے مریض کی منتقلی کے لیے جھولے کا طریقہ استعمال کیا جاتا ہے۔ صحیح / غلط

8- تندرست آدمی کی نبض ایک منٹ میں 72 ہوتی ہے۔ صحیح / غلط

9- تندرست آدمی کا نارمل درجہ حرارت 47 سینٹی گریڈ ہوتا ہے۔ صحیح / غلط

10- کولہے کی پٹی کے لیے تین تکونی پٹیوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ صحیح / غلط

حصہ ب (کل نمبر 20)

مندرجہ ذیل سوالوں کے جوابات مختصراً لکھیں۔ ہر سوال کے چار نمبر ہیں۔

1- پاکستان میں فرسٹ ایڈ کی تربیت دینے کے لیے کون کون سے ادارے کام کر رہے ہیں؟

2- مریض کی منتقلی کے ہنگامی طریقے کون سے ہیں؟ صرف نام لکھیں۔

3- مقوی ادویات کیا ہوتی ہیں؟

4- کرسی کے ذریعے مریض کی منتقلی کیسے کی جاتی ہے؟

5- تین ہاتھوں کی نشست بنانے کا طریقہ لکھیں۔

حصہ ج (کل نمبر 70)

مندرجہ ذیل سوالوں کے جوابات تفصیل سے لکھیں۔ ہر سوال کے دس نمبر ہیں۔

1- گل پٹیاں کیا ہوتی ہیں؟ اس کی مختلف اقسام مفصل لکھیے۔

2- تکونی پٹیاں کیسے بنائی جاتی ہیں ان کے استعمال کے بارے میں لکھیے۔

3- فرسٹ ایڈ باکس میں کن اشیا کا ہونا ضروری ہے؟

4- سٹریچر کے ذریعے مریض کی منتقلی کیسے کی جاتی ہے؟

5- فرسٹ ایڈر کے لیے خصوصی ہدایات تحریر کیجیے۔

6- ابتدائی طبی امداد کیوں دی جاتی ہے اور اس کے کیا مقاصد ہیں؟

7- سوجن اور درد کی شدت کم کرنے کے لیے کون کون سی پٹیاں استعمال ہوتی ہیں؟

☆☆☆☆☆

امتحانی مشق نمبر 2

(یونٹ 3 تا 4)

حصہ الف (کل نمبر 10)

ذیل میں دیے گئے جملوں میں سے صحیح اور غلط کی نشان دہی کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

1- سانس لینے کے دوران میں کاربن ڈائی آکسائیڈ گیس خارج ہوتی ہے۔ صحیح / غلط

2- سانس لینے کے عمل میں گردے اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ صحیح / غلط

3- ریڑھ کی ہڈی 35 مہروں سے مل کر بنتی ہے۔ صحیح / غلط

4- جن نالیوں سے خون دل سے نکل کر جسم میں جاتا ہے وہ شریانیں کہلاتی ہیں۔ صحیح / غلط

5- سرخ جسیموں کا سرخ رنگ آکسیجن کی وجہ سے ہوتا ہے۔ صحیح / غلط

6- وہ عضلات جو ہماری مرضی کے تحت کام کرتے ہیں انھیں غیر اختیاری عضلات کہتے ہیں۔ صحیح / غلط

7- جلنے سے جلد پر اگر آبلے بن جائیں تو یہ جلنے کا درمیانی درجہ کہلاتا ہے۔ صحیح / غلط

8- کاٹن کا کپڑا فوراً آگ پکڑ لیتا ہے۔ صحیح / غلط

9- کیمیائی حرارت سے جلنے کے حادثات عام طور پر دفتروں میں ہوتے ہیں۔ صحیح / غلط

10- بہت زیادہ ٹھنڈ لگنے سے جسمانی درجہ حرارت 90 ڈگری فارن ہائیٹ تک گر جاتا ہے۔ صحیح / غلط

حصہ ب (کل نمبر 20)

مندرجہ ذیل سوالوں کے جوابات مختصراً لکھیں۔ ہر سوال کے چار نمبر ہیں۔

1- نظامِ تنفس میں پھیپھڑوں کا کیا کردار ہے؟

2- جسم پر ٹھنڈ کے اثرات لکھیں۔

3- بجلی کے کنارے چپکنے کی صورت میں آپ مریض کو کیا طبی امداد دیں گے؟

4- گھر پر آگ لگ جانے کے اسباب تحریر کریں۔

5- جھلنے کی صورت میں آپ مریض کو کیا طبی امداد دیں گے؟

حصہ ج (کل نمبر 70)

مندرجہ ذیل سوالوں کے جوابات تفصیل سے لکھیں۔ ہر سوال کے دس نمبر ہیں۔

1- نظامِ انہضام کس طرح غذا کو قابلِ ہضم بناتا ہے؟ وضاحت کریں۔

2- جلد کس طرح ہمارے جسم کی اندرونی ساخت کی حفاظت کرتی ہے؟

3- کیمیائی حرارت سے جلنے کی صورت میں ڈاکٹر کے پاس جانے سے پہلے کیا علاج تجویز کریں گے؟

4- لو، گرمی اور ٹھنڈ کے اثرات مفصل لکھیں۔

5- جسم میں عضلات کتنی قسم کے ہوتے ہیں؟ غیر اختیاری عضلات کے بارے میں لکھیں۔

6- خشک حرارت کے جلنے سے کیا مراد ہے؟ نیز اس کی علامات اور طبی امداد کے بارے میں لکھیں۔

7- خون کی ساخت اور گردش کے بارے میں مفصل لکھیں۔

[=====]