علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ انوائرمنٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل سائنسز)

کورس: ابتدائی طبی امداد I (218) سمسٹر: خزاں، 2020ء

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 1 تا 2

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 انوائرمنٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل سائنسز)

کورس : ابتدائی طبی امداد I (218) سطح: میٹرک

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 کیونکہ 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۔

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 بھجوائیں۔

یاد رکھیے! 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 ملیے یا کورس رابطہ کار کو خط لکھیے۔

کورس رابطہ کار

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ انوائرمینٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل سائنسز)

وارننگ

عزیز طلبه! آپ یه بات ذهن نشین کر لیں که:

1- اگر آپ اپنی مشق میں کسی اور کی تحریر میں سے مواد چوری کر کے لکھیں گے یا آپ اپنی امتحانی مشق کسی دوسرے طالب علم سے لکھوائیں گے تو آپ سرٹیفکیٹ یا ڈگری سے محروم هو سکتے هیں، خواه اس کا علم کسی بھی مرحلے پر هو جائے۔

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

کورس: ابتدائی طبی امداد (218)
سمسٹر: خزاں، 2020ء

سطح: میٹرک
کل نمبر: 100

کامیابی کے نمبر: 40

امتحانی مشق نمبر ا

(یونٹ: 1 تا 2)

حصہ (الف) کل نمبر 10

درج ذیل خالی جگہ مناسب الفاظ سے پر کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

1. فرسٹ ایڈر کا.................ہونا مریض کے لیے باعث سکون ہوتا ہے۔ ہمدرد / معاملہ فہم / مستقل مزاج
2. کوئی بھی شخص............منٹ تک بغیر سانس لیے زندہ رہ سکتا ہے۔ 5 / 8 / 10
3. مریض اگر ہوش میں ہو اور اسے اندرونی چوٹ نہ آئی ہو تو اسے پینے کے لیے..................دیں۔
نشہ آور ادویات / گرم دودھ یا چائے / مصنوعی سانس
4. مریض کی منتقلی کے لیے جھولنے کا طریقہ..............مریضوں کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ وزنی / ہلکے / درمیانے
5. ہلکے وزن یا بچوں کی منتقلی کے لیے..................طریقہ استعمال کیا جاتا ہے۔ انسانی بیساکھی کا / لفٹ کا / جھولنے کا
6. دو ہاتھوں کی نشت بنانے کے لیے..............فرسٹ ایڈرز کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایک / دو / تین
7. ابتدائی طبی امداد میں...........پٹیوں کا استعمال زیادہ ہوتا ہے۔ ٹھنڈی / گرم / تکونی

8. مریض کا بغل سے ٹمپریچر لینا ہو تو بغل کو پہلے .... کر لینا چاہیئے۔ — صاف / گیلا / خشک

9. کندھے کے زخم کے لیے.................. پٹی استعمال ہوتی ہے۔ — تنگ / کھلی / گرم

10. ہنسلی کی ہڈی ٹوٹ جائے تو.................. پٹی استعمال کی جاتی ہے۔ — بڑی گل / سینٹ گل / کالر گل

حصہ (ب) — کل نمبر 20

درج ذیل سوالوں کے جواب مختصراً لکھیں۔ ہر سوال کے چار نمبر ہیں۔

1. فرسٹ ایڈ بکس(First Aid Box) کی اہمیت لکھیں۔
2. مقوی ادویات کون سی ہوتی ہیں؟
3. کریپ پٹیاں کس لیے استعمال ہوتی ہیں؟
4. کندھے کی پٹی باندھنے کا طریقہ لکھیں۔
5. منہ کے ذریعے ٹمپریچر لینے کا طریقہ لکھیں۔

حصہ (ج) — کل نمبر 70

درج ذیل سوالوں کے جواب تفصیل سے لکھیں۔ ہر سوال کے دس نمبر ہیں۔

1. فرسٹ ایڈ بکس کی تیاری کے وقت کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیئے نیز فرسٹ ایڈ بکس میں کن اشیاء کا ہونا ضروری ہے؟
2. گل پٹیوں کی اقسام مفصل لکھیں۔
3. رولر پٹیاں کیا ہوتی ہیں نیز ان کے بارے میں مفصل لکھیں۔
4. کون شخص ابتدائی طبی امداد دینے کا مجاز ہوتا ہے نیز ابتدائی طبی امداد کے مقاصد تحریر کریں۔
5. فرسٹ ایڈر کی خصوصیات تحریر کریں۔ فرسٹ ایڈر کو کن ہدایات پر عمل کرنا ضروری ہے؟
6. سٹریچر کے ذریعے مریض کی منتقلی کیسے کی جاتی ہے؟ مفصل لکھیں۔
7. دو ہاتھوں، تین ہاتھوں اور چار ہاتھوں کی نشت کے ذریعے مریض کی منتقلی کیسے کی جاتی ہے؟ مفصل تحریر کریں۔

امتحانی مشق نمبر 2

(یونٹ: 3 تا 4)

کل نمبر: 100

کامیابی کے نمبر: 40

حصہ (الف) — کل نمبر 10

درج ذیل خالی جگہ مناسب الفاظ سے پُر کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

1. انسان جو ہوا سانس کے ذریعے باہر خارج کرتا ہے اس میں آکسیجن................فیصد ہوتی ہے۔ 16 / 26 / 36
2. سانس اندر لیتے وقت شکمی پردہ..............ہوتا ہے۔ پھیلتا / سکڑتا / چھوٹا
3. پسلی کی ہڈی..................ہوتی ہیں۔ گول اور موٹی / بالکل سیدھی / خم دار
4. جسم میں خون کے مقابلے میں آکسیجن کا دباؤ عموماً..............ہوتا ہے۔ کم / زیادہ / برابر
5. جسم میں سانس لینے کا عمل سینے اور................کی حرکت کی وجہ سے وقوع پذیر ہوتا ہے۔ معدے / دل / شکمی پردے
6. عضلات کی..............اقسام ہیں۔ دو / تین / چار
7. بھاپ، گرم پانی یا تیل سے جلنے کو................سے جلنا کہتے ہیں۔ خشک حرارت / کیمیائی حرارت / جھلسنا
8. کسی کے کپڑوں کو اگر آگ لگ جائے تو اس پر................ڈالیں۔ پانی / کمبل / مٹی
9. کم جلنے کی صورت میں متاثرہ حصے کو................منٹ تک ٹھنڈے پانی کے نیچے رکھیں۔ دس / پندرہ / بیس
10. غیر اختیاری عضلات انسان کی مرضی کے..................کا کرتے ہیں۔ مطابق / خلاف / موافق

حصہ (ب) — کل نمبر 20

درج ذیل سوالوں کے جواب مختصراً لکھیں۔ ہر سوال کے چار نمبر ہیں۔

1. کھوپڑی کی ہڈی کے افعال مختصراً لکھیں۔
2. پیڑو کی ہڈی کی اہمیت لکھیں۔
3. اختیاری عضلات سے کیا مراد ہے؟
4. جلنے کی عمومی علامات مختصراً لکھیں۔
5. آنکھ میں کیمیاوی مرکب پڑ جانے کی صورت میں کیا طبی امداد دی جا سکتی ہے؟

حصہ(ج) **کل نمبر70**

درج ذیل سوالوں کے جواب تفصیل سے لکھیں۔ ہر سوال کے دس نمبر ہیں۔

1. پسلیاں، سینے کی ہڈیاں اور ریڑھ کی ہڈی کے بارے میں مفصل تحریر کریں۔
2. جسم میں دوران خون پر مفصل نوٹ لکھیں۔
3. جلد جسم میں کیا اہم کام سرانجام دیتی ہے نیز اعصابی نظام کے بارے میں لکھیں۔
4. خشک حرارت سے جلنے سے کیا مراد ہے نیز خشک حرارت سے جلنے کے اثرات اور طبی امداد کے بارے میں مفصل تحریر کریں۔
5. کیمیائی حرارت سے جلنے سے کیا مراد ہے نیز اس کی علامات اور ابتدائی طبی امداد کے بارے میں تحریر کریں۔
6. ٹھنڈ کے اثرات اور اس سے بچاؤ کی تدابیر کے بارے میں مفصل تحریر کریں۔
7. گھر پر آگ لگنے کے اسباب اور اس سے بچاؤ کے لیے کیا احتیاطی تدابیر اختیار کی جاسکتی ہیں؟ مفصل تحریر کریں۔