علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ انوائرمنٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل سائنسز)

کورس: ابتدائی طبی امداد I (218) سمسٹر: خزاں، 2021ء

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)

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 کرلیں۔ 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 ملئے یا کورس رابطہ کار کو خط لکھئے۔

کورس رابطہ کار

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ انوائرمینٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل 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 دوسرے طالبعلم سے لکھوائیں گے تو آپ اپنے سرٹیفکیٹ یا ڈگری سے محروم ہو سکتے ہیں خواہ اس کا علم کسی بھی مرحلہ پر ہو جائے۔

-2 کسی دوسرے طالب علم 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: خزاں، 2021ء**

سطح: میٹرک

برائے مہربانی امتحانی مشقیں حل کرنے سے پہلے درج ذیل ہدایات کو غور سے پڑھیے۔ (ہدایات برائے طلبا میٹرک، ایف اے اور بی اے پروگرامز)

-1 تمام سوالات لازمی ہیں اور تمام سوالات کے نمبر مساوی ہیں البتہ ہر سوال کی نوعیت کے مطابق نمبر تقسیم ہوں گے۔

-2 سوالات کو توجہ سے پڑھیے اور سوال کے تقاضے کے مطابق جواب تحریر کیجیے۔

-3 مقررہ تاریخ کے بعد/ تاخیر کی صورت میں امتحانی مشقیں اپنے متعلقہ ٹیوٹر کو بھیجنے کی صورت میں تمام تر ذمہ داری طالب علم پر ہو گی۔

-4 آپ کے تجزیاتی اور نظریاتی طرزِ تحریر کی قدر افزائی کی جائے گی۔

-5 غیر متعلقہ بحث/ معلومات اور کتب، سٹڈی گائیڈ یا دیگر مطالعاتی مواد سے ہو بہو نقل کرنے سے اجتناب کیجیے۔

کل نمبر: 100 **کامیابی کے نمبر: 40**

امتحانی مشق نمبر 1

(یونٹ: 1 تا 2)

حصہ (الف) **کل نمبر 10**

درج ذیل جواب میں سے صحیح جواب کی نشان دہی کریں۔ ہر جز کا ایک نمبر ہے۔

.1 جھولنے کا طریقہ اس وقت استعمال کیا جاتا ہے جب مریض ....وزن کا ہو۔

بھاری / ہلکے / درمیانے

2. مریض کو سٹریچر پر ڈالنے کے لیے کم از کم ....افراد کی ضرورت ہوتی ہے۔

دو / چار / چھ

3. تین ہاتھوں کی نشت کا طریقہ اس وقت استعمال کیا جاتا ہے جب مریض ....ہو۔

بے ہوش / ہوش میں / شدید زخمی

4. کرسی کے ذریعے مریض کی ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقلی اس وقت کی جاتی ہے جب جگہ................ ہوتی ہے۔

تنگ / کھلی / بہت کھلی

5. تندرست آدمی کا نارمل درجہ حرارت....................فارن ہائیٹ ہوتا ہے۔

99 .6 , 98 .6 , 97 .6

6. مریض کے گرد لوگوں کا ہجوم مریض کے لیے....................کا سبب بن سکتا ہے۔

فائدے / نقصان / تسلی

7. ہاتھ یا بازو زخمی ہوں تو....................پٹی استعمال کی جاتی ہے۔

گل پٹی / سینٹ جان گل / کالر کی گل

8. منہ کے ذریعے ٹمپریچر لینے سے پہلے................کھانی چاہئیے۔

گرم چیز / ٹھنڈی چیز / گرم اور ٹھنڈی دونوں چیزیں نہیں

9. ہنسلی کی ہڈی ٹوٹ جائے تو اس کے لیے....................گل پٹی استعمال کی جاتی ہے۔

بڑی گل پٹی / کالر اور کف کی / سینٹ جان کی

10. نوزائیدہ بچوں کی نبض کی رفتار........................ فی منٹ ہوتی ہے۔

160 / 120 / 100

حصہ(ب) کل نمبر 20

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

1. ابتدائی طبی امداد کے فوائد لکھیں
2. مرض کی علامات اور نشانیوں میں فرق واضح کریں۔
3. سٹریچر تیار کرنے کا طریقہ لکھیں۔
4. کندھے کی پٹی باندھنے کا طریقہ لکھیں۔
5. سر پر زخم آجانے کی وجہ سے تکونی پٹی باندھنے کا طریقہ لکھیں۔

حصہ(ج) کل نمبر 70

مندرجہ ذیل سوالوں کے جواب مفصل لکھیں۔ ہر سوال کے دس نمبر ہیں۔

1. فرسٹ ایڈر کی صفات مفصل لکھیں۔

2. فرسٹ ایڈر کے لیے خصوصی ہدایات تحریر کیجیے۔
3. مریض کی ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقلی کے طریقوں کو تفصیل سے بیان کریں۔
4. مریض کو سٹریچر پر منتقل کرنے کا طریقہ لکھیں۔
5. فرسٹ ایڈ باکس کی ضرورت واہمیت بیان کریں نیز بتائیں کہ فرسٹ ایڈ باکس کی تیاری میں کن باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے؟
6. گل پٹیاں کن مقاصد کے لیے استعمال ہوتی ہیں نیز ان کی اقسام تحریر کریں۔
7. رولر پٹیوں کو محفوظ کرنے اور ان کو باندھنے کے طریقے لکھیں۔

کل نمبر:100 **کامیابی کے نمبر:40**

امتحانی مشق نمبر 2

(یونٹ: 3 تا 4)

حصہ (الف) **کل نمبر 10**

درج ذیل جوابات میں سے صحیح جواب کی نشان دہی کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

1. نمونیہ کے مرض میں نبض کی رفتار..............ہو جاتی ہے۔

کم / زیادہ / نارمل

2. پسلیوں کی ہڈیاں......................ہوتی ہیں۔

گول / لمبوتری / خم دار

3. خون کی گردش کے...................نظام ہیں۔

دو / تین / چار

4. اختیاری عضلات کی تمام حرکات .... کے تحت کام کرتی ہیں۔

دل / دماغ / گردوں

5. سرخ خلیوں کی زندگی تقریباً..................ہفتے ہوتی ہے۔

9 / 7 / 5

6. گہری سطح کے جلنے کے سبب متاثرہ حصے پر...............درد ہوتا ہے۔

کم / زیادہ / شدید

7. کسی شخص کو اگر آگ لگ جائے تو.................

اس پر پانی ڈالیں / اس پر کمبل ڈالیں / اسے ڈاکٹر کے پاس لے جانا چاہیے

8. جھلسنے کی صورت میں متاثرہ حصے سے کپڑے..................

ڈھیلے کر دینے چاہیے / اتار دینے چاہیے / پہنے دینے چاہیے

9. مریض کا درجہ حرارت برقرار رکھنے کے لیے گرم پانی کی بوتل..................رکھنی چاہیے۔

کسی کپڑے میں لپیٹ کر / بغیر کپڑا لپیٹے / نہیں

10. انسانی درجہ حرارت اگر 95 فارن ہائیٹ تک گر جائے تو مریض کی رنگت..............ہو جاتی ہے۔

گلابی / سرخ / پیلی

حصہ (ب) کل نمبر 20

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

1. غیر اختیاری عضلات کیا ہوتے ہیں مختصراً لکھیں۔
2. کیمیاوی مرکب اگر آنکھ میں پڑ جائے تو اس کی کیا علامات ہوتی ہیں؟
3 گھر میں آگ کے حادثات سے بچنے کے لیے کیا احتیاطی تدابیر کی جا سکتی ہیں؟
4 دل کی بناوٹ شکل بنا کر واضح کریں۔
5. خشک حرارت سے جلنے کے اثرات لکھیں۔

حصہ (ج) کل نمبر 70

مندرجہ ذیل سوالوں کے جواب مفصل لکھیں۔ ہر سوال کے دس نمبر ہیں۔

ا. خون کی ساخت اور گردش کے بارے میں مفصل تحریر کریں۔
2. اعصابی نظام کے متعلق تفصیل سے لکھیں نیز عضلات کی اقسام تحریر کریں۔
3. عمل تنفس کے بارے میں مفصل لکھیں۔
4. بجلی سے جلنے سے بچاؤ کے لیے کیا تدابیر اختیار کرنا چاہیے نیز بتائیں کہ بجلی سے جلنے کی صورت میں کیا طبی امداد دی جا سکتی ہے؟
5. لو لگنے کی وجوہات اور بچاؤ کے طریقے مفصل تحریر کریں۔
6. جلنے کی اقسام کے صرف نام لکھیں نیز کیمیائی حرارت سے جلنے کے بارے میں مفصل لکھیں۔
7. دوران لمفادیہ (Lamphatic system) اور نظام انہضام کے بارے میں مفصل لکھیں۔