تربيتي ڪتاب

شراڪتدارن جي گائيڊ

ڪميونٽي بنيادن تي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ

شڪلين جي فهرست

شڪل1:تجويز ڪيل سي اي آر ٽي تنظيم........18
شڪل2:پي ڊي آر اي قدم........21
شڪل3:ڪميونٽي خطره نقشو........22
شڪل 4:وين ڊاياگرام........26
شڪل 5:تجويز ڪيل سي اي آر ٽي تنظيم........43
شڪل 6: گرڊ سرچ........77
شڪل 7:لائين سرچ........77
شڪل 8:پيراميٽرسرچ........78

ٽيبلز جي فهرست

ٽيبل1: خطره سانچو........23
ٽيبل 2:تاريخي پس منظر........23
ٽيبل 3:موسمي ڪيلينڊر........23
ٽيبل 4:حساسيت جي تشخيص (تباهي) سانچو........25
ٽيبل 5:حساسيت جو اندازو(سماجي اقتصادي)........25
ٽيبل 6:ڪمزور گروپس تي روشني........27
ٽيبل 7:ڪميونٽي صلاحيتي وسيلا نقشا (پنهنجا)........28
ٽيبل 8: ڪميونٽي صلاحيتي وسيلا نقشا (سرڪاري)........28
ٽيبل 9: ڪميونٽي صلاحيتي تشخيص جي مباحثن جا سوالنامو........29
ٽيبل 10:خطره تجزياتي سانچي جو نمونو........30
ٽيبل 11:يونين ڪائونسل جي خطره تجزياتي نمونو........30

پيش لفظ

پي ڊي ايم اي سنڌ، صوبي جي ماڻهن کي درپيش خطرن کي گھٽائڻ لاءِ منظم، تربيت يافته ۽ چڱي ريت پڙهيل ڪميونٽيز جي اهميت جو سوچي رهي آهي، تنهنڪري ڪميونٽي بيسڊ ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ (سي بي ڊي آر ايم) کي هٿي وٺرائڻ پراونشل ڊزاسٽر مينيجمينٽ اٿارٽي سنڌ جي انتهائي اهم مقصدن مان هڪ آهي. پي ڊي ايم اي سنڌ جي سي بي ڊي آر ايم نقطه نظر تائين پهچڻ لاءِ ڪميونٽي اندر امڪاني خطرن بابت معلومات حاصل ڪرڻ لاءِ ڪميونٽي ڪم ڪار ۾ هم آهنگي پيدا ڪرڻ، حساسيت جي سڃاڻ ڪرڻ، خطرن کي منهن ڏيڻ لاءِ سرگرمين جي ڪوشش وٺڻ جي سلسلي ۾ نقشا ناهڻ جي صلاحيت، لاڳاپيل ردعمل جون مهارتون، مقامي ذريعن جي دستيابي ناهڻ ۽ خطرا گھٽائڻ جي اُپائن جي مستقل مزاجي کي يقيني بڻائڻ تمام ضروري آهي. اهڙي ريت هنگامي ردعمل سي بي ڊي آر ايم جو اهڙو حصو آهي جيڪو خاص طور تي صوبي جي ڏورانهن علائقن (ڳوٺن) لاءِ انتهائي ضروري آهي جتي پيشيوراڻو هنگامي ردعمل وارن ادارن ۽ صحت مرڪزن/اسپتالن تائين فوري پهچ ميسر نه هوندي آهي.

ماضيءَ ۾، ڪيترن ئي سرڪاري ۽ غيرسرڪاري ادارن ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ-ڊي آر ايم ۽ ايمرجنسي ريسپانس-اِي آر (شروعاتي طبي امداد، باهه وسائڻ، ڳولا ۽ بچاءَ) جوڙڻ توڙي سکيا جو مواد ۽ برادرين کي سکيا فراهم ڪرڻ لاءِ ڪم ڪيو. جيئن ته پي ڊي ايم اي سنڌ ڏٺو ته اِهو ڪم التوا ۾ پيل آهي ۽ تربيتي مواد جي معيار ۽ اسٽينڊرڊز جي سلسلي ۾ مختلف اسٽيڪ هولڊرس وچ ۾ ٿورڙي اتفاق جي ضرورت آهي، اهو نتيجو نڪتو ته مختلف تربيتي مواد، تربيتي مدو، تربيتي معيار ۽ نتيجا خاص طور تي هنگامي رد عمل (شروعاتي طبي امداد، باهه وسائڻ ۽ ڳولا ۽ بچائڻ) بابت سڄي صوبي ۾ ڄاڻ، قابليتون ۽ مهارتون خصوصي طور تي منسلڪ آهن.

تنهنڪري، سڄي صوبي ۾ برادرين ۽ برادري سطح جي تنظيمن جي سکيا لاءِ مستقل مزاجي، معيار ۽ اعليٰ معياري ڊزاسٽر مينيجمينٽ ۽ ايمرجنسي ريسپانس (شروعاتي طبي امداد، باهه وسائڻ ۽ ڳولا ۽ بچائڻ) جو قيام يقيني بڻائڻ لاءِ پي ڊي ايم اي سنڌ عالمي بينڪ جي شراڪتداري سان ڪم ڪري رهي آهي. پي ڊي ايم اي سنڌ، سڄي صوبي ۾ موثر ڊزاسٽر/ايمرجنسي مينيجمينٽ سسٽم جي قيام لاءِ پوري سنڌ ۾ وليج/يونين ڪائونسل ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽيون وِي/يوسي ڊي ايم سي ۽ تربيت يافته ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيمون (سِي اِي آر ٽيز) ٺاهڻ جو ارادو رکي ٿي.

اهڙي ريت برادرين جي متحرڪ ۽ صلاحيتون وڌائڻ لاءِ اعليٰ معياري نصاب جي روشني ۾ ڪميونٽيز جي سکيائي ضرورتن جي نشاندهي ۽ صورتحال جو جائزو وٺڻ لاءِ وڏي پيماني تي مشاورت ڪئي وئي. اها ڄاڻ (سکيائي مواد مينوئل ۾ شامل آهي جيڪا صلاح مشورن ۽ جائزن جي نتيجن تي ٻڌل آهي. ٻيو اهو ته سکيا مواد سنڌ صوبي جي خاص طور تي شهري ۽ ٻهراڙيءَ جي برادرين جي ضرورتن مطابق تيار ڪيو ويو آهي. پهرئين مرحلي ۾ 2019-20ع دوران سنڌ جي 6 انتهائي حساس ضلعن ۾ پائليٽ پروجيڪٽ تي عملدرآمد ٿي ويندو. اهو تصور ڪيو ويو ته پائليٽ پي ڊي ايم اي سنڌ کي اُهي بنياد فراهم ڪندو جنهن جي بنياد تي مواد جي نظرثاني ۽ وڌيڪ بهتر بڻائڻ سميت سرگرميون شروع ڪري سگھبيون ته جيئن سڄي صوبي ۾ ڪميونٽي جي ضرورتن جي پوراءَ لاءِ اعليٰ معياري ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ اينڊ ايمرجنسي ريسپانس جو نصاب لاڳو ڪري سگھجي.

سي بي ڊي آر ايم تربيتي ڪتاب _ شراڪتدارن جي گائيڊ ڪميونٽي سطح تي تباهي جي خطرن کي گھٽائڻ ۽ هنگامي صورتحال جي انتظام بابت معلومات ۽ رهنمائي فراهم ڪري ٿي، هي ڪتاب ٻن حصن تي مشتمل آهي، پهريون حصو خاص طور تي ڪميونٽي کي متحرڪ ڪرڻ، تباهي جي خطري جي سڃاڻ ۽ منصوبه بندي جي معلومات بابت آهي،

جڏهن ته ٻيو حصو ڪميونٽي سطح تي گهربل فوري امداد، باهه وسائڻ، ڳولا ۽ بچاءَ جي مهارت بابت معلومات فراهم ڪرڻ بابت آهي. هن ڪتاب ۾ موجود معلوماتي مواد سموري ديهي ۽ شهري برادرين خاص ڪري سنڌ جي برادرين لاءِ آهي، تنهن هوندي به رهنمائي هيٺ مهارت سکڻ جي تربيت سان گڏوگڏ ميونئل جي حصي ٻئي ۾ ڏنل هنگامي ردعمل (بنيادي فوري امداد، باهه وسائڻ، تلاش ۽ بچاءَ) جي معلومات حاصل ڪرڻ به ضروري آهي.

جائزو

1. **سي بي ڊي آر ايم تربيتي ڪتاب- شراڪتدارن جي رهنمائيءَ جو مقصد**

هن مينوئل جو بنيادي مقصد اهو آهي ته ڪميونٽيز ۾ خطرن (خطرا ۽ خطري جي صورتحال) جي نشاندهي ڪرڻ لاءِ برادرين کي تيار ڪيو وڃي ۽ اجتماعي طور تي ان کي گهٽ ڪرڻ جو ارادو ڪيو وڃي، جڏهن ته مقامي دستياب صلاحيتن ۽ وسيلن تي به غور ڪيو وڃي جيڪي تباهي جي خطرن کي گهٽ ڪرڻ ۾ استعمال ٿي سگهن ٿا.

2. **مقصد سي بي ڊي آر ايم- ٽريننگ مينوئل، شراڪتدارن لاءِ گائيڊ**

ڳوٺ ۽ يونين ڪائونسل جي سطح تي تباهي جي خطري جي تشخيص ۽ منصوبه بندي ڪرڻ لاءِ گهربل علم ۽ مهارت فراهم ڪرڻ

1) ڳوٺ/يونين ڪائونسل جي سطح تي ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽيون (يو سي/وي ڊي ايم سي) ٺاهڻ ۽ ڪميونٽي سطح تي هنگامي ردعمل ٽيمون جوڙڻ ۾ ڪميونٽيز جي مدد ڪرڻ
2) ڪنهن زخمي يا بيماري فرد کي فوري طور تي (ابتدائي طبي امداد) جي سارسنڀال فراهم ڪرڻ لاءِ هنگامي ردعمل جي بنيادي مهارت سکارڻ
3) باهه تي ضابطو ۽ بنيادي باهه وسائڻ جي باري ۾ معلومات فراهم ڪرڻ

3. **مشمولات**

CBDRM ڪتاب- شراڪتدارن جي گائيڊ تباهي جي خطرن کي گهٽ ڪرڻ ۽ هنگامي صورتحال جي انتظام بابت معلومات ۽ رهنما اصول فراهم ڪري ٿي، هي ٻن حصن تي مشتمل آهي: پهريون حصو خصوصي طور تي ڪميونٽي جي سطح تي ڊي آر ايم بابت ڄاڻ لاءِ آهي جڏهن ته ٻيو حصو ڪميونٽي جي سطح تي ضروري هنگامي ردعمل جي مختلف مهارتن تي ٻڌل آهي.

1) **حصو پهريون ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ _ ڊي آر ايم**

- سيڪشن -1 ڪميونٽيز لاءِ آسان ڊي آر ايم ۽ تعريفون
- سيڪشن -2 سي بي ڊي آر ايم سان تعارف ۽ ڪميونٽي سطح تي ان جو عمل
- سيڪشن -3 سنڌ صوبي ۾ ڪميونٽيز کي منظم ڪرڻ
- سيڪشن -4 شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ تشخيصي عمل
- سيڪشن -5 شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ ڊي آر ايم منصوبا بندي

2) **حصو ٻيو هنگامي ردعمل (بنيادي ابتدائي طبي امداد، باهه وسائڻ، ڳولا ۽ بچاءُ)**
- سيڪشن -1 سي اي آر ٽي تنظيم، ڪردار ۽ فوري امداد جون ترجيحون
- سيڪشن -2 سي اي آر ٽي فوري امداد _ ڪارروايون ۽ ترجيحون
- سيڪشن -3 سي اي آر ٽي ٿوري ڳولا ۽ بچاءُ جو عمل ۽ ترجيحون
- سيڪشن -4 سي اي آر ٽي باهه وسائڻ ۽ باهه تي قابو پائڻ جا قدم ۽ ترجيحون

4. 4. ضروري پڙهندڙ/ پڙهندڙ

ڪتاب ۾ ڏنل معلومات خاص طور تي سنڌ جي ٻهراڙي ۽ شهري ڪميونٽيز جي سمورن ميمبرن لاءِ اهي، تنهن هوندي بہ هگامي ردعمل (بنيادي ابتدائي طبي امداد، باهه وساڻ، تلاش ۽ بچاءُ) جي هنرمندانہ مهارت سکڻ جي سيشنز سان گڏوگڏ مينوئل جي حصي ٻئي ۾ ڏنل معلومات بہ ضروري آهي.

5. 5. ڪميونٽي سطح تي تربيتي ڪورس جا شرط

ڪنهن بہ جنس جي ڪميونٽي ميمبر ميٽرڪ جي تعليم سان گڏ جن جي عمر گهٽ ۾ گهٽ 22-45 سال آهي، جيڪي ڪنهن واپار، مهارت يا فن ۾ 4 کان 5 سال جو تجربو رکن ٿا، هن تربيت ۾ شرڪت لاءِ موزون آهن. اها اميد ڪئي وڃي ٿي تہ شراڪتدارن جي برادري ۾ ساک، ٻين جي مدد ڪرڻ ۽ رضاڪاراڻہ جذبو رکندڙ هجي.

6. برادري جي سطح تي ڪورس جو عرصو

هن ڪتاب تي ٻڌل تربيتي ڪورسز کي 4-5 ڏينهن لاءِ ڊيزائن ڪرڻ جو مشورو ڏنو ويجي ٿو. تربيتي ڪورس ۾ ابتدائي 3 ڏينهن ڪميونٽي کي متحرڪ ڪرڻ، تباهي جي خطري جي سڃاڻ ۽ منصوبابندي بابت سکڻ ۽ ضروري معلومات جي فراهمي لاءِ رکيا ويندا جڏهن تہ چوٿون ۽ پنجون ڏينهن هنگامي ردعمل (بنيادي ابتدائي طبي امداد، باهہ وسائڻ، ڳولا ۽ بچاءُ) مهارت وڌائڻ جي سيشنز ۽ عملي مشقن لاءِ هوندا.

7. متاثرن جي سارسنڀال / هنگامي ردعمل اُپاءُ ٻڌل آهن:

1) آمريڪن هارٽ ايسوسئيشن سي پي آر جا رهنما اصول، 2015
2) فرسٽ ايڊ لاءِ آمريڪي ريڊ ڪراس جا رهنما اصول
3) ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم _ سي اي آر ٽي بنيادي تربيت _ فيڊرل ايمرجنسي مينيجمينٽ ايجنسي فيما، 2011

7. سي بي ڊي آر ايم تربيتي ڪتاب- شراڪتدارن جي گائيڊ جو حصو ٻيو سيکارڻ لاءِ اهليت

- هڪ مجيل اداري جهڙوڪ: ريڊ ڪراس/ڪريسنٽ، ريسڪيو 1122، سول ڊفينس ۽ ٻيا مان جديد فرسٽ ايڊ/سِي پي آر- ٽرينر جو سرٽيفڪيٽ
- هڪ مجيل اداري جهڙوڪ: ريڊ ڪراس/ڪريسنٽ، ريسڪيو 1122، سول ڊفينس ۽ ٻيا مان هنگامي ردعمل (باهه وسائڻ اينڊ ڳولا ۽ ريسڪيو) ٽرينر سرٽيفڪيٽ
- ايمرجنسي ميڊيڪل ريسپانس ٽرينر سرٽيفڪيٽ جهڙوڪ: ڪنهن مجيل اداري مان ايڊوانسڊ لائيف سپورٽ- اَي ايل ايس/بيسڪ لائيف سپورٽ بي ايل اس ٽرينر سرٽيفڪيٽ
- ايمرجنسي نرسن/پيراميڊڪس ۾ تصديق شده ٽرينر
- هنگامي طبي ردعمل لاءِ انسٽرڪٽر جي تصديق سان گڏ ڊاڪٽر

- پي ڊي ايم اي سنڌ جو تصديق ڪيل ڪميونٽي ليول سي بي ڊي آر ايم ٽريننگ سرٽيفڪيٽ

ڪميونٽي بنيادن تي آفتن ۽ خطرن ڪي سنڀالڻ جو انتظام
سي بي ڊي آر ايم تربيتي ڪتاب – سنڌ لاءِ شراڪتدارن جي گائيڊ

حصو پهريون ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ – ڊي آر ايم

- سيڪشن -1 ڪميونٽيز لاءِ آسان ڊي آر ايم ۽ تعريفون
- سيڪشن -2 سي بي ڊي آر ايم سان تعارف ۽ ڪميونٽي سطح تي ان جو عمل
- سيڪشن -3 سنڌ صوبي ۾ ڪميونٽيز ڪي منظم ڪرڻ
- سيڪشن -4 شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ تشخيصي عمل
- سيڪشن -5 شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ ڊي آر ايم منصوبا بندي

حصو ٻيو ايمرجنسي ريسپانس

بنيادي طبي امداد، باهه وسائڻ، ڳولا ۽ بچاءُ

- سيڪشن -1 سي اي آر ٽي تنظيم، ڪردار ۽ فوري امداد جون ترجيحون
- سيڪشن -2 سي اي آر ٽي فوري امداد _ ڪارروايون ۽ ترجيحون
- سيڪشن -3 سي اي آر ٽي ٽوري ڳولا ۽ بچاءُ جو عمل ۽ ترجيحون
- سيڪشن -4 سي اي آر ٽي باهه وسائڻ ۽ باهه تي قابو پائڻ جا قدم ۽ ترجيحون

مخفف

سي بي ڊي آر ايم	ڪميونٽي بيسڊ ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ
سي بي او	ڪميونٽي بيسڊ آرگنائيزيشن
سي اي آر ٽي	ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم
سي پي آر	ڪارڊيو پلمونري ريسوسيٽيشن
سي ايس او	سول سوسائٽي آرگنائزيشن
ڊي ايم سي	ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽي
ڊي ايم	ڊزاسٽر مينيجمينٽ
ڊي آر آر	ڊزاسٽر رسڪ رڊڪشن
اي آر	ايمرجنسي ريسپانس
اي ڊبليو ايس	ارلي وارننگ سسٽم
ايف اِي ايم اي	فيڊرل ايمرجنسي مينيجمينٽ ايجنسي
ايڇ وي سي اي	هيزرڊ ولنربلٽي ڪيپيبلٽي اسيسمينٽ
اين ڊي ايم اي	نيشنل ڊزاسٽر مينيجمينٽ اٿارٽي
اين جي او	نان گورنمينٽ آرگنائزيشن
پي ڊي ايم اي	پراونشل ڊزاسٽر مينيجمينٽ اٿارٽي
پي ڊي آر اي	پارٽيسيپيٽري ڊزاسٽر رسڪ اسيسمينٽ
پي پي اي	پرسنل پروٽيڪٽو ايڪيوپمينٽ
پي آر اي	پارٽيسپيٽري رسڪ اسيسمينٽ
ايس آر اي	سرچ اينڊ ريسڪيو
يوسي	يونين ڪائونسل
يو سي ڊي ايم سي	يونين ڪائونسل ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽي
يو اين	يونائيٽيڊ نيشن
يو اين ڊي پي	يونائيٽيڊ نيشنس ڊولپمينٽ پروگرام
وي ڊي ايم سي	وليج ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽي
ڊبليو اي ايس ايڇ	واٽر، سينيٽيشن اينڊ هائجين
ڊبليو اي ٽي ايس اي اين	واٽر اينڊ سينيٽيشن

ڪميونٽي بنيادن تي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ
سي بي ڊي آر ايم

شراڪتدارن جو رهنما ڪتاب، براءِ سنڌ

حصو پهريون
ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ

سيڪشن -1

آسان ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ ڪميونٽيز لاءِ تشريحون

سيڪشن سکڻ جا مقصد

پهرئين سيڪشن جو مقصد پڙهندڙن جي سمجهڻ لاءِ آهي.

⇐ **ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ ۾ بنيادي تصورن ۽ اصطلاحن جو استعمال**

هيٺ ڏنل شرطن کي تمام سولائي ۽ آسان ٻولي ۾ بيان ڪيو ويو آهي ته جيئن انهن کي مقامي ڪميونٽيز آسانيءَ سان سمجهي سگهن.

ڪنيل: گڏيل قومن جي جنرل اسيمبلي، آفت جي خطري ۾ گهٽتائي بابت اشارن ۽ اصطلاحن بابت رپورٽ:پهرئين ڊسمبر 2016

اصطلاح	تعريف
صلاحيت	تباهي جي خطرن کي منهن ڏيڻ ۽ انهن کي گهٽائڻ لاءِ هڪ ڪميونٽي اندر مضبوطي، قابليتون ۽ وسيلن جي دستيابي
ايمرجنسي	اهڙي صورتحال جيڪا ماڻهن جي معمول واري زندگي ۾ رخنو وجهڻ جي صلاحيت رکندي هجي ۽ اها طبعي نقصانن جو سبب بڻجي سگهي ٿي، پر ان کي مقامي وسيلا استعمال ڪندي منظم ۽ ڪنٽرول ڪري سگهجي ٿو.
صلاحيت جو اندازو	مضبوط ۽ ڪمزوريون ڄاڻڻ لاءِ موجوده صلاحيتن جي نشاندهي ۽ رڪارڊ ناهڻ
مصيبت	هڪ تباه ڪن ۽ نقانده واقعو جيڪو ڪنهن پيماني تي ڪنهن ڪميونٽي جي ڪم ڪار کي سنگين طور تي متاثر ڪري ٿو، جيڪو ڪميونٽ جي پنهنجي وسيلن جي بنياد تي سنڀالڻ جي صلاحيتن کي وڌائيندو آهي.
آفتن جو خطرو	ڪميونٽ اندر ٿيندڙ تباهي، زندگي جي ضيان ۽ زخمي ٿيڻ جو امڪان
آفتن جي خطري جو اندازو	خطرن جو تجزيو ۽ خطري بابت حالتن جو جائزو وٺندي تباهي جي خطرن جي نوعيت ۽ حد جو تعين ڪرڻ جو عمل
آفتن جي خطري ۾ گهٽتائي	سماج ۾ موجود خطرن کي گهٽ ڪرڻ ۽ روڪڻ
ڪميونٽي تي ٻڌل ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ	مقامي سطح تي تباهي جي رسڪ مينيجمينٽ جي ڪوشش ۾ ڪميونٽيز جي شموليت، ڪميونٽي جي سطح تي تباهي جي خطري کي گهٽائڻ لاءِ گڏيل مقامي ڪارروائي
خطرو	هڪ خطرناڪ واقعو، مادي، انساني سرگرمي يا حالت جيڪا زندگي جي ضيان، ڏک يا ٻين صحت جي اثرن، ملڪيتن کي نقصان، روزگار ۽ ماحولياتي نقصان جو سبب بڻجي سگهي ٿو، اهي قدرتي يا انساني ٻه ٿي سگهن ٿا.
ابتدائي خبرداري نظام	خطرن جي نگراني، اڳڪٿي ۽ انتباهي خطرن کي گهٽ ڪرڻ لاءِ مناسب قدمن لاءِ خبرداري اطلاع کي وقت سر نشر ڪرڻ جو نظام
تخفيف	ڪنهن خطرناڪ واقعي جي ناڪاري اثرن کي گهٽ / گهٽ کان گهٽ ڪرڻ

تياري	ڪميونٽي سطح تي هر قسم جي هنگامي حالتن ۽ آفتن ڪي اثرائتي انداز ۾ منهن ڏيڻ جي سرگرمين لاءِ ضروري صلاحيتن کي وڌائڻ
روڪٿام	موجوده ۽ نئين تباهي جي خطرن کان بچڻ لاءِ سرگرميون ۽ اُپاءَ
لچڪ	خطري جي اثرن کان ڪامياب تحفظ لاءِ ڪميونٽي جي صلاحيت
ردعمل	زندگيون بچائڻ، زخمين جي گهٽتائي ۽ نقصانن کان بچڻ/گهٽ ڪرڻ لاءِ ڪنهن به آفت کان اڳ، دوران ۽ بعد ۾ ورتل اُپاءَ
ڪمزوري	اهڙا شرط ۽ عمل جن سان خطري جي ناڪاري اثر فرد يا هڪ ڪميونٽي جي حساسيت وڌائي سگهن ٿا، اُهي جسماني، سماجي، معاشي ۽ ماحولياتي به ٿي سگهن ٿا.

سڪڻ ۽ عڪاسي

سوال 1 : آفت ڇا آهي؟

....

....

....

سوال 2: ڪمزوري ڇا آهي؟

....

....

....

سوال 3: خطرو ڇا آهي؟

....

....

....

سيڪشن -2

سي بي ڊي آر ايم جو تعارف ۽ ان جو ڪميونٽي سطح تي عمل

سيڪشن سکڻ جا مقصد

هن سيڪشن جو مقصد پڙهندڙن کي سمجهائڻ لاءِ آهي.

- ⇐ ڪميونٽي بنيادن تي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ جو تصور
- ⇐ سي بي ڊي آر ايم عمل ۾ شامل مختلف اُپاءَ
- ⇐ سنڌ صوبي ۾ ڪميونٽيز لاءِ سي بي ڊي آر ايم جي اهميت، ضرورت ۽ فائدا

1. ڪميونٽي ڇا آهي؟

ڪميونٽي بن لاطيني لفظن جو مجموعو آهي. "ڪيم" جو مطلب گڏ آهي ۽ "ميوني" جو مطلب خدمت آهي. ڪيم مون – گڏجي خدمت ڪرڻ.

ڪميونٽي جون ڪيترين ئي تعريفون ۽ وضاحتون موجود آهن، البته هيٺيون سئولو مطلب ۽ مقصد هوندو.

تعيف:

"هڪ برادري هڪ جڳهه تي رهندڙ ماڻهن جو هڪ گروهاهي جهڙوڪ شهر، قصبو، قبيلو يا ڳوٺ، جتي هر ميمبر جي روزانو جي زندگي هڪ ٻئي سان جڙيل ۽ انحصار شامل هجي ٿي."

ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ – ڊي آر ايم جي حوالي سان "ڪميونٽي" جي اصطلاح مان مراد آهي:

هڪ ئي جاگرافيائي علائقي ۾ رهندڙ ۽ عام طور تي گڏيل مفادن ۽ هڪ ٻئي تي ڀاڙيندڙ ماڻهن جو هڪ گروپ، اُهي اصل ۾ ساڳوئي نسل، مذهب، ٻولي ذات ۽ عقيدي سان تعلق رکندا هجن.

وڏي ڪميونٽيز اندر ننڍي ڪميونٽيز موجود آهن جهڙوڪ ڳوٺ يونين ڪائونسلن اندر يوسيز ضلعن اندر اهڙي ريت ضلعا هڪ صوبي اندر، ان جي ماڳ تي ٻڌل آهي ته اها ڪميونٽي شهر يا ڳوٺاٽي ٿي سگهي ٿي.

مثال:

ڳوٺاٽي ڪميونٽي ٿرپارڪر

شهري برادري ڪراچي

2. ڪميونٽي بنيادن تي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ- سي بي ڊي آر ايم

تعريف

“ڪميونٽي سطح تي آفتن جي خطري کي گهٽ ڪرڻ لاءِ پنهنجي صلاحيتن کي وڌائيندي ۽ پنهنجي حساسيت کي گهٽ ڪرڻ لاءِ ڪميونٽي پاران کڻيل مقامي ڪارروايون”

هنگامي صورتحال ۽ بحران دوران انفرادي طور تي يا باضابط يا غيررسمي گروهن ۾ ماڻهن جي هڪ ٻي جي مدد ڪرڻ جو تصور ڪو نئون تصور ناهي.
اهو هڪ اهڙو عمل آهي جنهن ۾ ڪميونٽيز اجتماعي طور تي تباهي جي خطرن جي سڃاڻ، تجزيي، نگراني، جائزو وٺڻ ۽ ان کي گهٽ ڪرڻ لاءِ مصروف عمل آهن، عمل دوران ڪميونٽيز پنهنجي ڪمزورين کان آگاهه ٿي وڃن ٿا يون ۽ پنهنجي طاقت ۽ صلاحيتن کي سمجهڻ شروع ڪنديون آهن.
سڌن لفظن ۾ جڏهن هڪ برادري جا سمورا فرد اجتماعي طور تي سوچيندا آهن، منصوبو ٺاهيندا آهن ۽ ان تي عملدرآمد ڪندا آهن جنهن جي نتيجي ۾ اُهي پنهنجي پاڻ، پنهنجي گهر، انجي روزگار جي ذريعي ۽ برادري ملڪيتن کي محفوظ بڻائيندا آهن ان ساري عمل کي سي بي ڊي آر ايم يعني ڪميونٽي بنيادن تي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ چئبو آهي.

1

2

اهم نوٽ: گهٽي پاڳي ڪمزور سماجي گروهن جي شموليت ڪي عورتن، بزرگن، ٻارڙن، نسلي اقيلتين ۽ معذور ماڻهن کي شامل ڪرڻ سي بي ڊي آر ايم عمل ۾ انتهائي اهم سمجهيو وڃي ٿو.

3. سي بي ڊي آر ايم نقط نظر جي اهميت ۽ ضرورت

اهميت ۽ ضرورت:

1) ڪميونٽي خيالن ۽ مقامي معلومات تي ٻڌل
2) ان سان برادري وچ ۾ هم آهنگي ۽ سهڪار کي هٿي ملندي آهي
3) پنهنجي وسيلن تي برادري جي ڀروسي کي هٿي ملندي آهي
4) برادرين کي ڀهريان جواب ڏيندڙ طور تيار ڪرڻ
5) اها ڪميونٽيز جو قدر ڪندي آهي
6) خطري گهٽائڻ جي قدمن جي استحڪام کي هٿي
7) قابل قدر ۽ قيمتي فائديمند آهي.

1.3. ڪميونٽي خيالن ۽ مقامي معلومات تي ٻڌل

- انهن ڪميونٽيز کي پنهنجي مخصوصي حالتن ۽ ماحول لاءِ موزون خطرن ۽ روايتي منهن ڏيڻ جي طريقيڪار بابت مقامي ڄاڻ حاصل آهي
- مقامي ڪمزورين ۾ اضافو ڪرڻ جا عمل
- مقامي معلومات ۽ صلاحيت
- مقامي سطح جون ترجيحون ۽ فڪر
- ماضي جون آفتون ۽ انهن جا اثر
- خطري ۾ مبتلا علائقا ۽ موسمي نمونا

سي بي ڊي آر ايم عمل معلومات کي دستاويزي شڪل ڏيڻ ۾ مدد ڪندو آهي، جيڪا سرڪاري اختيارين ۽ غيرسرڪاري ادارن جي ڪميونٽي ۾ آفتن جي خطري کي گهٽائڻ ۽ ترقي لاءِ وڌيڪ باخبر ۽ عملي طور حڪمت عمليون ناهڻ مدد ڪندي آهي.

2.3. هي برادري وچ ۾ هم آهنگي ۽ سهڪار کي هٿي ڏئي ٿو

بحران جي صورتحال ۾ ڪميونٽيز پاڻ ۾ گڏجي اتفاق سان ڪم ڪري رهيون هجن اهو واقعي جي ناڪاري اثرن کي منهن ڏيڻ جو هڪ بهتر موقعو آهي ۽ اُهي وڌيڪ موثر ڪارڪردگي جو مظاهرو ڪندي آهي.
سي بي ڊي آر ايم ڪميونٽيز کي مقامي حڪومتي ادارن ۽ سماجي ڍانچن سان گڏ رابطي کي وڌيڪ موثر بڻائڻ لاءِ هڪ پليٽ فارم فراهم ڪري ٿو.

3.3 - ڪميونٽي جي پنهنجي وسيلن تي ڀاڙڻ کي هٿي وٺرائي ٿو.

- ٻاهرين امداد جو ڪنجڻ ۽ الڳ ٿلڳ تي وڃڻ ڪنهن آفت جي صورت ۾ ڪميونٽيز ۽ ماڻهن لاءِ تباهه ڪن ثابت ٿي سگهي ٿو، سي بي ڊي آر ايم جي رسائي ڪميونٽيز جي پنهنجي وسيلن تي ڀاڙڻ کي هٿي وٺرائي ٿي.
- جيسيتائين ٻيشي وراڻ مدد پهچي مقامي معلومات ۽ وسيلن (مقامي دفاعي حڪمت عملي) جو استعمال ان جي هنگامي ضرورتن ۽ آفتن جي اثرن کي نمايان طور تي گهٽ ڪري ڪميونٽي کي پرڏيهي امداد تي ڀاڙڻ کي نمايان طور تي گهٽ ڪري ڇڏي ٿو.

- وڏيڪ اهو ته بحالي جي دوران جڏهن سمورا پرڏيهي ادارا هليا ويندا آهن ته اهي مقامي ڪميونٽيز آهن جيڪي پنهنجي برادري جي نئين سر تعمير لاءِ جدوجهد ڪنديون آهن اهڙي صورتحال ۾ انهن جو پنهنجي وسيلن تي ڀاڙڻ تمام ضروري ٿي ويندو آهي.

4.3 ڪميونٽي کي پهريون جواب ڏيندڙ طور تيار ڪري ٿو.

خطرن سان ويجهڙائي هئڻ سبب مقامي برادري پهريون امڪاني متاثر آهن ۽ فوري طور تي جواب ڏيندڙ ۽ خطري جي خراب اثرن کي منهن ڏيڻ ۾ به وڌ کان وڌ ذميواريون سنڀاليندا آهن. پرڏيهي ادارن جي مدد پهچڻ کان اڳ مقامي ڪميونٽيز پهريان جواب ڏيندڙ آهن سي بي ڊي آر ايم نقطہ نظر ڪميونٽي کي موثر انداز ۾ جواب ڏيندڙ لاءِ تيار ڪندو آهي.

ڪنهن تباهي بعد محدود رسائي، اچ وڃ ۽ معلومات يا واقعي جي رفتار ۽ اوچتو جي ڪري، ڪنهن تباهي جي فورن بعد ابتدائي مدت (عام طور تي 2-3 ڏينهن) متاثره طبقي کي پنهنجي وسيلن تي ڀاڙڻ جي ضرورت پئي سگهي ٿي.

.5.3 ان سان برادري جو قدر ٿيندو آهي.

سي بي ڊي آر ايم نقطہ نظر تي زور ڏيندو آهي ته ڪميونٽيز صرف وصول ڪندڙ ۽ متاثرن جو هڪ گروپ ناهي پر مجموعي طور تي خطرن جي گهٽتائي ۽ روڪٿام ۾ هڪ سرگرم اسٽيڪ هولڊر آهن.

.6.3 خطرو گهٽائڻ جي قدمن جي استحڪام کي هٿي وٺرايندو آهي.

سي بي ڊي آر ايم نقطہ نظر ان ڳالھ تي زور ڏيندو آهي ته جيڪڏهن ڪميونٽيز پنهنجي ڪمزوري جو ازالو نہ ڪيو ته انهن کي تمام گهڻو وڃائڻو پوندو، جڏهن ته ٻئي طرف انهن کي وڌ کان وڌ فائدو ٿيندو آهي جيڪڏهن اهي تباهي جي اثرن کي گهٽ ڪري سگهن ٿا ته ان جي نتيجي ۾ ڪميونٽي جي پائيدار خطي ۾ گهٽتائي جو عملي منصوبو ٺاهي سگهن ٿا.

.7.3 قابل قدر ۽ قيمتي فائدي مند

ترقي پذير ملڪن ۾ گهٽ باقي ناقص معيشتن ۾ سي بي ڊي آر ايم تباهي جي خطرن کي گهٽائڻ لاءِ مقامي طور تي دستياب سستي حل جي خيال کي تي ڏيندو آهي.

.4 CBDRM جي ذميواري

تباهي جي خطري کي گهٽ ڪرڻ جي پهرئين ۽ اهم ذميواري
برادري جي سمورن ميمبرن تي آهي.

جيتوڻيڪ اها حڪومت آهي جنهن تي آفتن ۽ بحرانن جي صورت ۾ پنهنجي شهرين جي جان، جائيداد ۽ روزگار جي تحفظ جي بنيادي ذميواري لاڳو ٿئي ٿي، پر ڪنهن به تباه ڪن واقعي ۾ سڀ کان اڳتي رهندڙ ماڻهو ۽ برادرين کي اهو احساس ڪرڻو پوندو ته ”پهرين ۽ ڪميونٽي سطح تي هنگامي ردعمل جي تياري جي سڀ کان وڏي ذميواري ڪميونٽي جي سمورن ميمبرن تي لاڳو ٿئي ٿي“.

.5 ڪميونٽي تي ٻڌل ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ، سي بي ڊي آر ايم عمل

سي بي ڊي آر ايم نقط نظر جي ضرورت آهي ته ڪميونٽي جي امڪاني خطرن بابت معلومات حاصل ڪرڻ لاءِ ڪميونٽي هم آهنگي سان ڪم ڪري، خطرن بابت حفاظتي قدمن جي منصوبہ بندي لاءِ ڪمزورين جو اندازو ڪن، صلاحيتي نقشہ سازي ڪن، جوابي مهارت ڪي سکن، مقامي وسيلن جي موجودگي بڻائين. ۽ خطرن ڪي گهٽ ڪرڻ جي اُپائن جي تسلسل ڪي يقيني بڻائين (تياري، روڪٿام ۽ ھنجو ڏيڻ جا قدم)

سي بي ڊي آر ايم عمل

هڪ ٽيم جي صورت ۾ گڏجي ڪم ڪرڻ جو عمل

1) شراڪتي خطري جي تشخيص

* ڪميونٽي ۾ امڪاني خطرن بابت معلومات حاصل ڪريو
* ڪمزوري جي تشخيص شروع ڪرڻ
* صلاحيت ۽ وسيلن جي نقشہ سازي ڪرڻ

2) خطرو گهٽائڻ جي گڏيل منصوبابندي

* خطري بابت مخصوص حفاظتي ڪارروائيون ۽ خطرو گهٽائڻ جي قدمن جو منصوبو ٺاهڻ ۽ شروع ڪرڻ

3) ڪميونٽي جي انتظام هيٺ عملدرآمد

* خطرن ڪي گهٽائڻ لاءِ ڪم ڪرڻ لاءِ تيار ڪيو ۽ لاڳاپيل ردعمل جون مهارتون سکو
* تباهي جي خطرن جي تياري، گهٽ ڪرڻ ۽ روڪٿام لاءِ مقامي صلاحيتن ۽ وسيلن ڪي دستياب ڪرڻ.

1.5- شراڪتي خطره تشخيص (پي آر اي)

خطري جي نشاندهي لاءِ هي هڪ تشخيصي عمل آهي جيڪو ڪميونٽي کي درپيش آهي، ۽ ماڻهو انهن خطرن تي ضابطو ڪيئن ڪري رهيا آهن. ان عمل ۾ خطرن جي تشخيص، ڪمزورينون ۽ صلاحيت جو اندازو شامل آهي. تشخيص ڪرڻ ۾، ماڻهن جي خطري جي باري ۾ تاثرات تي غور ڪيو ويندو آهي شراڪتدار خطري جي تشخيص بابت تفصيل بعد جي اجلاس ۾ ايندا.

2.5- شراڪتي آفت جي خطري ڪي گهٽ ڪرڻ جي منصوبا بندي _ ڊي آر آر پلاننگ

شراڪتدار خطري جي تشخص جي نتيجن جي تجزيي ڪانپوءِ اها ڳالھ سامهون ايندي آهي، ماڻهو پنهنجو پاڻ خطري ۾ گهٽتائي جي اهڙن قدمن جي نشاندهي ڪندا آهن جو خطرن ڪي گهٽ ۽ صلاحيتن ۾ اضافو ڪندا. هي اُهي خطرا گهٽ ڪرڻ جا قدم آهن جن ڪي ڪميونٽي تباهي جو خطرو گهٽائڻ جي منصوبي جو نالو ڏنو ويو آهي.

3.5 برادري جي انتظام هيٺ عملدرآمد

ڊي آر آر جي منصوبا واري عمل جي بنياد تي ڪميونٽي ڊي آر آر پلان ۾ تجويز ڪيل ڊي آر آر (تباهي جو خطرو گهٽ ڪرڻ) جي سرگرمين ڪي عملي شڪل ڏيارڻ لاءِ اڳيرائي ڪندي آهي، اهڙي مرحلي ۾ هي انتهائي اهميت رکي ٿو، ته پروجيڪٽ جي پڄاڻي واري مرحلي تي مالڪي حاصل ڪرڻ طور ڪميونٽي ڪي پرپور نموني شامل ٿيڻ گهرجي.

4.5 شراڪتدار نگراني ۽ تشخيص

اهو هڪ ڪميونيڪيشن سسٽم آهي جنهن ۾ ڊي آر آر جي جاري سرگرمين جي اڳڀرائي ۽ مڪمل ڪمن جي نتيجن بابت معلومات پروجيڪٽ ۾ شامل سمورن ماڻهن وچ ۾ سرشتو هلندو آهي. يعني برادري جي ميمبرن، عملدرآمد ڪندڙ عملو، مددي ادارا، لاڳاپيل سرڪاري ۽ امدادي ادارا.

5.5 تسلسل ۽ استحڪام ڪي يقيني بڻائڻ

مشمول ۽ شراڪتدارن جي نقطي نظر ذريعي ڪميونٽي نه رُڳو منصوبي ۽ فيصلو ڪرڻ جو حصو بڻجندي آهي پر عملدرآمد (تياري، روڪٿام ۽ تخفيف جي قدمن) ذريعي نگراني ۽ اندازو لڳائڻ سڌو سنئون مالڪي ڪي هٿي ونرائيندو آهي جيڪو طري ۾ گهٽتائي جي ڪوشش جي تسلسل ۽ تحفظ ڪي يقيني بڻائڻ جو سبب بڻجندو آهي.

6. برادرين لاءِ سي بي ڊي آر ايم جا فائدا:

1.6 شراڪتداراڻ نقط نظر _ گڏجي ڪم ڪرڻ جا فائدا:

- ڪميونٽي سطح جي غير رسمي ڪميٽيون ۽ ٽيمون منظم ۽ جوڙيون ويون
- برادري جا سمورا ميمبرن عمل ۾ شامل آهن اُهي غير رسمي ڪميونٽي ڪميٽين يا ٽيمن جو حصو نه به هجن
- مخصوص گروپس جي شرڪت ۽ شموليت، جهڙوڪ عورتون، بزرگ، ٻارڙا، معذور ۽ نسلي اقليتيون
- هڪ وسيع اسٽيڪ هولڊرز جي شموليت (گهرو ۽ ٻاهرين ٻئي) ڪي ممڪن بڻايو ويو آهي.

سي بي ڊي آر ايم واسطيدار
1. فائدو وٺندڙ برادري 2. سماج ۾ فائديمند گروپس جهڙوڪ خطري ۾ مبتلا ماڻهو 3. سروس فراهم ڪندڙ جهڙوڪ مقامي ۽ مرڪزي حڪومي ادارا 4. غيرسرڪاري تنظيمون (اين جي اوز) ۽ بين الاقوامي غيرسرڪاري تنظيمون 5. ڪميونٽي آرگنائزيشن يعني سي ايس، ايل ايس اوز، سي بي اوز 6. صحت، سماجي ڀلائي، تعليم ۽ مذهبي ڪاتا ۽ تنظيمون 7. ٻطرفه / گهڻ ڌري امدادي ادارا جهڙوڪ بين الاقوامي ترقياتي ادارا ۽ گڏيل قمون
پنهنجي ڪميونٽي ۾ اسٽيڪ هولڊرز جا نالا -1 -2 -3

2.6 خطري جي حساسيت ۽ صلاحيتن جي سڃاڻ (رسڪ اسيسمينٽ) جو فائدو

* خطري جي سڃاڻ لاءِ شراڪتدارن جي قنط نظر جو استعمال خطري جي سڃاڻ جي ماهراڻ معلومات سان گڏ ڪميونٽي جي حساسيت ۽ صلاحيتن جي شموليت ڪي يقيني بڻائڻ آهي

جيتوڻيڪ ڪميونٽي خطرن جي حساسيت ۽ صلاحيتن جي سڃاڻ ۾ اڳڀرائي ڪندي آهي تنهن هوندي سائنسي ۽ معروضي خطري جي سڃاڻ ۽ منصوبابندي جيذريعن جي اهميت ڪي نظر انداز نٿو ڪري سگهجي

3.6 مصيبت جي خطري کي گھٽ ڪرڻ جي شراڪتي منصوبہ بندي جا فائدا (خطري بابت حفاظتي ۽ حساسيت گھٽ ڪرڻ جا قدم)

- ڪميونٽيز خطرن ۾ گھٽتائي جي سرگرمين جي فيصلہ سازي (منصوبابندي) جي دل هوندي آهي ۽ انهن کي خطري جي بنيادي سببن کي منهن ڏيڻ لاءِ وڌيڪ رسائي ۽ ڪنٽرول ڏيندي آهي
- مقامي ڪميونٽي جي خدشن کي خطرن جي گھٽتائي جي رٿابندي ۾ ضم ڪري رهيا آهن ۽ اُهي فعال طور تي عملدرآمد ۽ نگراني ۽ تشخيص ۾ شامل آهن

اقوام متحده ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ جي هڪ مشترڪ پروگرام تحت زميني استحڪام (اين ڊي ايم اي/ يو اين ڊي پي پاڪستان)

4.6 تياري، روڪٿام ۽ منهن ڏيڻ جي ڪارروائين جا فائدا

- جامع ۽شراڪتدار جي نقط نظر جي ذريعي ڪميونٽي نہ رڳو منصوبابندي ۽ فيلو ڪرڻ جو حصو بڻجي ويندي آهي پر عملدرآمد (تياري، روڪٿام ۽ تخفيف جي ڪارروائين) ۽ نگراني توڙي جائزي ذريعي براه راست مالڪي حاصل ڪندو آهي اهڙي طرح خطرن ۾ گهٽتائي جي ڪوشش جي تسلسل ۽ تحفظ ڪي يقيني بڻائيندو آهي
- اهو نقط نظر ضمانت ڏيندو آهي تہ ڪميونٽي جي حقيقي ضرورتن ۽ وسيلن تي غور ٿي رهيو آهي ۽ تباهي جي خطري گهٽ ڪرڻ ۽ بحرانن ڪي منهن ڏيڻ جي روايت موجود رهندي آهي
- ڪميونٽي ضرورتن ۽ منصوبابندي مقصدن موجب تربيت ۽ صلاحيتن جي تعمير پرڏيهي ادارن جي معلومت سان ڪئي پئي وڃي.
- روڪٿام ۽ خطرو گهٽ ڪرڻ سان معاشي حيثيت بهتر ۽ اثاثن ۾ واڌ ٿيندي آهي ڪميونٽي لاءِ اضافي ترقياتي موقعا پيدا ٿيندا آهن

سکڻ ۽ غور ڪرڻ

سوال 1 : ڪميونٽي بنيادن تي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ سي بي ڊي آر ايم ڇا آهي؟

....

....

....

سوال 2: اسان کي سي بي ڊي آر ايم جي ضرورت ڇو آهي؟

....

....

....

سوال 3: سي بي ڊي آر ايم ۾ ڪهڙا قدم شامل آهن؟

....

....

....

سوال 4: سي بي ڊي آر ايم جا ڪهڙا فائدا آهن؟

....

....

....

سيڪشن -3

سنڌ صوبي ۾
ڪميونٽيز کي منظم ڪرڻ

سيڪشن سکڻ جا مقصد
هن سيڪشن جو مقصد پڙهندڙن کي سمجهائڻ لاءِ آهي.

⇐ ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڊي ايم ڪميٽين ۽ ايمرجنسي ريسپانس _ اي آر ٽيمز جي جوڙجڪ عمل جو
⇐ ڪميونٽي سطح تي ڊي ايم ڪميٽيز ۽ اي آر ٽيمن جا فرض، ڪردار ۽ ڪم

1. تعارف

بحران کان اڳ ۽ دوران ماڻهن کي انفرادي طور تي يا باضابط يا غير رسمي گروهن ۾ مدد ڏيڻ جو تصور ڪو نئون ناهي. ڪنهن به تباه ڪن واقعي کانپوءِ ڪميونٽي جي طرز عمل جي گهٽڻ ئي مطالعن مان پتو پوي ٿو ته ڪميونٽيز بحرانن جي صورتحال کي گڏجي ڪم ڪندڙ ماڻهن کي ان واقعي جي ناڪاري اثرن کي منهن ڏيڻ جو بهتر موقعا ملندو آهي ۽ اُهي وڌيڪ موثر انداز ۾ انجام ڏيندا آهن. منظم يونٽ جي حيثيت سان برادري کي گڏجي ڪم ڪرڻ تباهي جي خطرن کي گهٽ ڪرڻ ۽ زخمي ٿيڻ جي نقصانن، جانين جي ضيان ۽ ملڪيتن جي نقصان کي گهٽ ڪرڻ لاءِ پنهنجي پاڻ کي تيار ڪري سگهي ٿو. وڌيڪ اهو ته اها حقيقت به آهي ته ڪميونٽي سطح تي تباهي جي خطري جي انتظام ڊي آر ايم جا قدم وڌيڪ موثر طريقي سان ڪم ڪندا آهن، جيڪڏهن اُهي برادري جي مقامي سماجي ۽ سياسي ڍانچي ۽ بين موجوده هينئين سطح جي تنظيمن يعني سي ايس اوز ۽ سي بي اوز سان گڏ جڙيل آهن.

2. ڪميونٽي موبلائزيشن

ماڻهن/برادري جي ماڻهن کي پنهنجي زندگي ۾ مثبت تبديلي آڻڻ ۾ پنهنجي اهميت کي تسليم ڪرڻ گهرجي، اُهي تبديلي جا سڀ کان قوي ايجنٽ آهن جيڪي پنهنجي ماڻهن جي اجتماعي طاقت ذريعي تبديلي آڻي سگهن ٿا. برادري کي متحرڪ ڪرڻ جي عمل ۾، ڪميونٽي پنهنجي ترجيحن، مسئلن، ضرورتن جي اجتماعي طور تي نشاندهي ڪندا اهن ۽ سڌو سنئون يا نمائندگي ذريعي حل تجويز ڪندا آهن اُهي گڏجي ڪم ڪندي ڪميونٽي اندر ڪجهه ميمبرن/گروپن جي تقرري/نامزد/تجويز ڪندا آهن ۽ انهن کي ڪميونٽي جي گڏيل خدشن ۽ پريشانن کي منهن ڏيڻ لاءِ بااختيار بڻائيندا آهن اهو عمل برادري جي تحرڪ جي نالي سان سجاتو ويندو آهي. ڪميونٽي ۾ متحرڪ ٿيڻ هينن اصولن تي ٻڌل آهي.

- ماڻهو تبديلي جا بنيادي ڪارڪن آهن: ڪميونٽي ۾ رهندڙ ماڻهو پنهنجي زندگين ۾ سماجي تبديلي آڻڻ جا مرڪزي ڪردار آهن. تنهنڪري سمورن قدمن کي ماڻهن جي ڪردار جي ان اهميت کي تسليم ڪرڻ گهرجي جيڪڏهن ٻاهرين ماڻهن طرفان ڪو قدم ماڻهن جي رضامندي ۽ مڪمل شرڪت کانسواءِ تبديلي آڻڻ جي ڪوشش ندو ته ان جي نتيجي ۾ منفي تبديليون يا اڻ لاڳاپيل ۽ ناپسنديده تبديليون ٿي سگهن ٿيون.
- منظم ڪرڻ هڪ ذريعو آهي حل نه: ان اصل جو مطلب اهو آهي ته صرف ڪنهن ڪميونٽي جي تنظيم جو قيام ئي ڪافي ناهي، اهو صرف ان مقصد کي حاصل ڪرڻ جو هڪ ذيعو آهي جيڪو ڊزاسٽر مينيجمينٽ لاءِ تباهي کي منهن ڏيڻ واري ڪميونٽي آهي
- سهڻي شروعات: ان جو مطلب برادري جي تنظيم جو ڍانچو آسان رکڻ ۽ سرگرمين کي ننڍو رکڻ

- ماڻهن جي اجتماعي طاقت اهم آهي: مسئلي جي نشاندهي ڪرڻ ۽ مناسب حل ڳولڻ لاءِ وڌ کان وڌ اسٽيڪ هولڊرز جي شموليت جي حوصلہ افزائي ڪرڻ گهرجي.
- احتساب ۽ شرڪت: ڪميونٽي جي سطح جي تنظيمن کي سمورن ڪميونٽي ميمبرن جي شرڪت ۽ جوابده هئڻ جي حوصلہ افزائي ڪرڻ گهرجي
- سمورن گروپن جي برابر نمائندگي: هم آهنگي جي تعمير ۽ سمورن ميمبرن جي خدشن ۽ معاملن حل ڪرڻ لاءِ ضروري آهي تہ سمورن گروپن/ هڪ ڪميونٽي جي اندر ماڻهن جي برابر نمائندگي هجي.

3. ڳوٺ سطح جي ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽيون ۽ ايمرجنسي ريسپنس ٽيمن جي تنظيم

جيتوڻيڪ ڪميونٽي جا سمورا گهراڻا ۽ ميمبر سي بي ڊي آر ايم عمل جو لازمي حصو آهن، تنهن هوندي بہ ڪميونٽي جي هر فرد کي خطري ۾ گهٽتائي جي منصوبابند ڪاررواين تي عملدرآمد کي يقيني بڻائڻ لاءِ ذميوار نہ ٿو بڻائي سگهجي هڪ ئي وقت ۾ اسانکي برادري جي هر ميمبرن جي حدن ۽ صلاحيت کي تسليم ڪرڻو پوندو.

1.3 موجوده سماجي معاشي ڍانچي / تنظيمن جي نشاندهي ڪرڻ

پهرين قدم طور اهو ضروري آهي تہ ڪميونٽي اندر پهران کان موجود تنظيم (تنظيمن) جي نشانده ڪئي وڃي اهي ثقافتي، سماجي يا ترقياتي گروپ/تنظيم ٿي سگهي ٿي. تباهي جي خطري جي انتظام کي فعال بڻائڻ لاءِ موجوده مقبول گروپ کي استعمال ڪرڻ جي چونڊ برادري تي ڇڏيل آهي. چوتہ اهو گروه پهريان کان ئي اتفاق راءِ پيدا ڪرڻ ۽ اجتماعي قدمن لاءِ ڪميونٽي پنڌال جي حيثيت سان خدمتون انجام ڏئي رهيو آهي ۽ حڪومت يا غيرسرڪاري تنظيمن، خاص طور تي مقامي طور تي آفتن جي انتظام ڪرڻ لاءِ انهن سان منسلڪ ٿي سگهي ٿو، تنهنوندي بہ جيڪڏهن مووده غيررسمي گروپ/تنظيمون موجود ناهن تہ وي ڊي ايم سي کي منظم ڪرڻ گهرجي. ڪميٽي کي اهڙن ميمبرن تي ٻڌل هئڻ گهرجي جيڪي برادري جي مختلف حصن ۾ سٺي نمائندگي ۽ ساک رکندا آهن، تنهنڪري تجويز ڪيو وڃي ٿو تہ اهي ڪميونٽي غير رسمي گروپن کي نامزد ڪري ۽ ان کي مڪمل اعتماد سان گڏ ڪم ڪرڻ يا انهن طرفان نامزد ڪري.

برادري ۾ موجود ڪميونٽي سماجي ڍانچي /تنظيمن جي نشاندهي ڪريو.
1
2
3

1.1.3 ڳوٺ جي ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽي _ وي ڊ ايم سي

قدرتي آفتن کي منهن ڏيڻ واري ڪميٽي ذريعي تباهي جو بهتر انتظام مقامي سطح تي سموري ڪميونٽي پاران ڪري سگهجي ٿو، ڪميٽي ان ڳالهہ کي يقيني بڻائيندي تہ ڪميونٽي ڊي آر ايم پلان تي عملدرآمد جي ذريعي خطرن کي گهٽ ڪيو وڃي تنهنڪري ضروري آهي تہ اهڙيون ڪميٽيون جوڙيون وڃن تہ جيئن برادري کي متحد ٿي ڪري ان مسئلي جي منظم طريقن سان حل ڪري سگهجي ۽ استحڪام کي يقيني بڻائي سگهجي. ڳوٺ جي سطح تي ان ڪميٽي کي ولیج ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽي وي ڊي ايم سيز ۽ يو سي سطح تي يونين ڪائونسل ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽي (يو سي ڊي ايم سي) چئي سگهجي ٿو. برادري جي اڳواڻ ، ڪميٽي ميمبرن ۽ رضاڪارن جي

سڪيا ۽ صلاحيت ۾ واڌ ضروري جز آهن ته جيئن برادرين کي منظم انداز ۾ ٽيننڊز آفتن جي نتيجن کي گهٽ ڪرڻ جي قابل بڻائي سگهجي.

2.1.3 وي ڊي ايم سيز، ۽ يو سي ڊي ايم سيز جا امڪاني ميمبر

وي ڊي ايم سي لاءِ ميمبرن جي چونڊ ڳوٺ کان ڳوٺ تائين مختلف ٿي سگهي ٿي ۽ سي بي ڊي آر ايم جي ڊزائن ڪيل پروجيڪٽ جي ضرورت موجب برادري جي تاثرن کي سمجهي سگهن ٿا، موثر جواب لاءِ هڪ مضبوط ۽ سٺي نمائندگي ۽ منظم ڳوٺن جي ڪميٽي ضروري آهي ڳوٺن جي آبادي جي لحاظ سان، وي ڊي ايم سي ميمبرن کي وڌائي ۽ گهٽ ڪري سگهجي ٿو، تنهن هوندي ته متوازن وي ڊي ايم سي ۾ گهٽ ۾ 15 کان 20 ميمبر هئڻ گهرجن، وي ڊي ايم سي جا تجويز ڪيل/امڪاني ميمبر هي ٿي سگهن ٿا:

وليج ڊي ايم سي	يو سي ڊي ايم سي
وليج ڊي ايم سي جا امڪاني ميمبر 1. ڳوٺ جا بزرگ/قابل احترام شخص/بااثر 2. مقامي اسڪول جو استاد 3. مسجد جو پيش امام يا مذهبي نمائندو 4. ليڊي هيلٿ ورڪر-ايل ايچ ڊبليو، عورت/مدوائيف 5. نوجوانن جو صلاحڪار 6. هاري/ماهيگير/ڪاڻ ڪوٽينڊڙ/شڪاري/جمع ڪندڙ/راڪو/ڪاروباري مالڪ/هاري نمائندو 7. عورتن، اقليتي ۽ معذور ماڻهن جهڙن حساس گروپ مان هڪ ٻه نمائندا	**يوسي ڊي ايم سي جا امڪاني ميمبر ٿي سگهن ٿا:** 1. يونين ڪائونسل سيڪريٽري 2. گهٽ ۾ گهٽ هڪ عورت نمائنده سان گڏ هر وي ڊي ايم سي جا 2-4 ميمبر 3. مقامي حڪومت جو عملدار 4. انچارج ميڊيڪل آفيسر، بي ايچ يو/ڊسپينسري ميمبر 5. اسڪول نمائندو، هاءِ اسڪول/مڊل مان ميمبر 6. سول سوسائٽي تنظيمن جو نمائندو 7. مذهبي اڳواڻ/پيش امام 8. ڪمزور گروپ عورتن، اقليتن ۽ معذورن جو نمائندو 9. برادري جي ضرورت موجب ميمبرن کي وڌيڪ شامل يا گهٽ ڪري سگهجي ٿو.

3.1.3. ڪميونٽي ڊي ايم ڪميٽي جا ڪردار ۽ ذميواريون

وي ڊي ايم سي ۽ يوسي ڊي ايم سي اهم ڪردار ادا ڪري سگهن ٿا ڇوته ڪميٽي جا ميمبر مقامي هوندا آهن ۽ آفتن خلاف سڀ کان اڳتي هوندا آهن.

ذميواريون:
• اتفاق راءِ سازي ۽ اجتماعي خطرن ۾ گهٽتائي جي منصوبابندي لاءِ هڪ پليٽ فارم طور خدمت ڪنديون آهن • ڪميونٽي جي سطح تي ڊي آر ايم منصوبا بندي ۽ خطري م گهٽتائي جي سرگرمين جي نفاذ جي قيادت • منصوبابندي ۾ سهڪار لاءِ ڪميونٽي جي ٻين ميمبرن کي راضي ۽ حوصلہ افزائي ڪرڻ • مقامي حڪومت جي اختيارين، اين جي اوز ۽ آءِ اين جي اوز جي مقامي آفتن جي ڪارروائي جي منصوبابندي جي عمل سان ترقي پذير رابطا رکڻ • مقامي خطريص ۾ گهٽتائي ۽ ترقياتي ڪمن لاءِ وسيلن کي مختص ڪرڻ • يوسي ڊي ايم سي ضلعن ۽ تعلق ڊزاسٽر مينيجمينٽ اٿارٽي، ڪميٽين ۾ ڪميونٽيز جي مطالبن جي حمايت ۾ اهم ڪردار ادا ڪري سگهن ٿيون • منصوبابندي ۽ عملدرآمد ۾ ڪميونٽي جي سمورن طبقن ڪمزور گروپن جي خدشن سان گڏ ضم ڪرڻ کي يقيني بڻايو • وي ڊي ايم سيز ۽ يو سي ڊي ايم سي ميمبر ۽ ڪميونٽي رضاڪارن لاءِ بنيادي، ٽريننگ آف ٽرينرز ۽ تازه ڪورسز جو انتظام ڪريو

- باقاعده اجلاس ڪريو ۽ اجلاس جا منٽس مقامي حڪومت ۽ ٻين اهم اسٽيڪ هولڊرز ۽ لاڳاپيل وي ڊي ايم سي ۾ ورهايو
- هنگامي ردعمل ڪٽس جو ذخيرو ۽ برقرار رکو ۽ گهربل سامان جي فراهمي ذريعي ان کي جديد بڻايو.
- وغيره

ڪردار ۽ فرض:
• ٽوري ڳولا ۽ بچاءَ • بنيادي باھ وسائڻ ۽ روڪٿام • هنگامي طبي امداد جنهن ۾ متاثرن کي ابتدائي طبي امداد ۽ جسماني مدد بہ شامل آهي • وڏي پيماني تي حادثي جي انتظام ۾ مدد ڪرڻ • متاثرن جي اچ وڃ • ڪميونٽي سطح تي سڃاڻ سروي جي ضرورت • مقامي صحت جي سهولت جي تياري • اڳواٽ انتباھ • ڪميونٽي جي محفوظ ماڳ منتقلي • کائڻ پيئڻ ۽ غير خوراڪ شين جي فراهمي • عارضي پناھ گاھ جي دستيابي • تباهي کانپوءِ اهم سهولتن جي هنگامي مرمت، يعني پلون، رستا ۽ ٽيليفون • ان ڳالھ جو يقيني بڻائڻ تہ ڪميونٽي اثاثا خطرن جي اثرن کان محفوظ آهن • حفاظتي قدم، وڇايل ميمبرن جي ڳولا ۽ خاندانن کي ٻيهر ملائڻ • جاري پروگرامن/منصوبن جي نگراني • ٻين تنظيمن ۽ پاڙيسري ڪميونٽيز سان گڏوگڏ ڪميونٽي جي مشق ۽ نقلي مشقون منظم ڪرڻ • سمورين سي بي ڊي آر ايم بابت منصوبن ۽ رضاڪارن جي برادري جي سطح تي رڪارڊ کي برقرار رکو • وغيره.

.4.1.3 VDMC / UCDMCجون هيٺيون ڪميونٽيون

اهي وي ڊي ايم سي ۽ يو سي ڊي ايم جي گهرج ۽ ضرورت تي منحصر آهي تہ اُهي پاڻ وٽ وڌيڪ هيٺيون ڪميٽيون رکي سگهن ٿيون مثال طور فرسٽ ايڊ سب ڪميٽي، سرچ اينڊ ريسڪيو سب ڪميٽي، فوري اطلاع واري سب ڪميٽي، شيلٽر مينيجمينٽ سب ڪميٽي، منتقلي سب ڪميٽي، پروٽيڪشن سب ڪميٽي وغيره اهڙي طرح يونين ڪائونسل آف ڊزاسٽر مينيجمينٽ ۾ سب ڪميٽيون جوڙي سگهجن ٿيون، مثال طور تي ڪميٽيون: نگراني ۽ منتقلي سب ڪميٽي، رابطہ سب ڪميٽي، صلاحيت سازي سب ڪميٽي، ڪوآرڊينشن سب ڪميٽي ۽ فنڊ گڏ ڪرڻ واري ذيلي ڪميٽي وغيره.

.2.3 ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيمون، سي اي آر ٽي

جيتوڻيڪ رياست يا حڪومت تي پنهنجي شهري جي جان، مال روزگار جي تحفظ جي بنيادي ذميواري عائد ٿئي ٿي، تنهن هوندي بہ اڪثر وقتن ۾ سڀ کان اڳتي رهندڙ برادرين کي انهن جو مقابلو ڪرڻو پوي ٿو، ڪنهن بہ تباهي کانپوءِ محدود رسائي، آمدرفت ۽ معلومات يا ان واقعي جي رفتار ۽ اچانڪ ٿيڻ ڪري ڪنهن تباهي کانپوءِ فورن بعد ابتدائي

مدو (عام طور تي 2-3 ڏينهن) متاثر طبقي کي پنهنجي وسيلن تي پاڙڻ جي ضرورت پئجي سگهي ٿي تنهنڪري ڪنهن آفت جي وقت ٻاهرين امدد کان الڳ ٿلڳ ۽ ڪٽجي وڃڻ ڪميونٽيز ۽ ماڻهن لاءِ تباه ڪن ثابت ٿي سگهي ٿو ۽ جيڪڏهن اُهي منظم ۽ تيار نہ هجن.

ڪميونٽي جي سطح تي هنگامي ردعمل جي تياري جيسيتائين پيشيوراڻہ امداد پهچي مقامي علم ۽ وسيلن کي استعمال ڪندي آهي انهن جي هنگامي ضرورتن ي گهٽ کان گهٽ ڪري ڪميونٽي جي ٻاهرين امداد تي پاڙڻ گهٽائيندي آهي ۽ آفتن جي اثرن کي نمايان طور تي گهٽ ڪندا آهن. تيمارداري ذريعي وقتائتي ۽ موثر هنگامي ردعمل جي اهيمت کي ڏسڻ جو هڪ ٻيو نظريو تہ خاندان جي فردن ۽ ڪميونٽي جي ساٿين جي قيمتي جانين کي بچايو وڃي.

1.2.3- ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيمن جي جوڙجڪ، سي اي آر ٽي

سي اي آر ٽي وليج ڊزاسٽر مينيجمنٽ ڪميٽي يا يو سي ڊي ايم سي جن هينين ڪميٽين جي شڪل آهي. ڪميونٽي جي تربيت يافتہ رضاڪارن جو اهو سرشار گروپ تباهي دوران ۽ ان کانپوءِ زندگي بچائڻ جي بنيادي ڪم انجام ڏيڻ لاءِ تيار ۽ منظم رهندو آهي. سي اي آر ٽي جي هڪ ٽيم ڪميونٽي جي ضرورت ۽ گهرج مطابق گهٽ ۾ گهٽ 10 کان 15 يا ان کان وڌيڪ ميمبرن تي مشتمل ٿي سگهي ٿي

2.2.3. امڪاني ميمبر

هنگامي ردعمل جون سرگرميون ڏکيون ۽ سخت ٿي سگهن ٿيون، تنهنڪري ان عنصر تي غور ڪندي سي اي آر ٽي ميمبرن جي چونڊ ڪئي ويندي آهي.

- ڪين پختگي هئڻ گهرجي ۽ ذميواري جو احساس هجي
- اهي گهٽي پاڳي جوان ۽ سٺي جسامت وارا ماڻهو هجن جن ۾ زندگي بچائڻ جي قدمن لاءِ قابليت هجي.
- ڪين انساني زندگي جو احترام ۽ مشڪلاتن ۾ همدردي هئڻ گهرجي.

3.2.3 . CERT جا ڪردار ۽ ذميواريون

ٽيمون پنهنجي قائد تحت منظم انداز ۾ گڏجي ڪم ڪنديون آهن ۽ هيٺ ڏنل فرض انجام ڏيندا آهن.

- واقعي واري هنڌ جو تعين- ابتدائي تشخيص ڪريو ۽ واقعي جو اندازو ڪريو
- سهولتون جهڙوڪ بجلي ۽ قدرتي گيس تائين پهچو ۽ انهن کي بند ڪريو
- ننڍي باهہ وسايو
- ٿوري ڳولا ۽ بچاءَ جو آپريشن شروع ڪريو
- اسٽارٽ_ سادي نموني چڪاس ڪريو ۽ فوري علاج شروع ڪريو
  - طبي ضرورتون، زخمي/ڏکن جي تعداد ۽ زخمي جي قسمن جو اندازو ڪريو
  - متاثر/مريض جي سڃاڻ- اي بي سي (ايئرويز بريٽنگ سرڪيوليشن)
  - جان ليوا زخمن جو علاج
- متاثرن جي تحفظ لاءِ مدد يا پيشيوراڻہ مدد
- مدد لاءِ ڪال ڪريو
- جيڪڏهن ضرورت هجي تہ پيشيوراڻہ جواب ڏيندڙن جي مدد ۽ سهڪار ڪريو

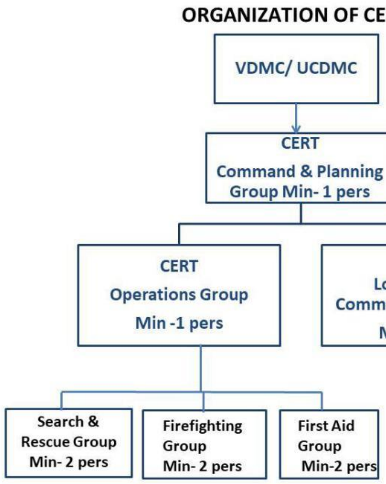
4.2.3- سي اي آر ٽي تنظيم

برادري جي سطح تي مختلف گروهن ۾ وڌيڪ ورهائي سگهجي ٿو.

1. ڪمانڊ اينڊ پلاننگ گروپ
2. آپريشن گروپ
3. لاجسٽڪ اينڊ ڪميونڪيشن گروپ

آپريشن گروپ: مختلف ڪم انجام ڏينوآهي يعني ڳولا ۽ بچاءُ، ايس آر فوري امداد ۽ باهه وسائڻ، تنهنڪري ان جي هينين گروپن جا وڌيڪ مختلف قسم آهن

1) ڳولا ۽ بچاءَ گروپ (پاڻي کان بچاءَ، عمارت ڪرڻ کان بچاءَ، ٻوڏ کان بچاءَ)
2) فوري امداد/ طبي ردعمل گروپ
3) باهه وسائيندڙ گروپ



شڪل نمبر-1: تجويل ڪيل سي اي آر ٽي تنظيم

نوٽ: هن تنظيم ڪي گهٽ ۾ گهٽ نظر ۾ رکندي هر ٽيم جا (ضروري)10 رضاڪار تجويز ڪيا ويا آهن. جيڪڏهن انساني ۽ مادي وسيلا اجازت ڏين ٿا ته انهن گروهن جو واڌارو ڪري سگهجي ٿو. مثال طور تي ڪمانڊ ۽ منصوبابندي جي ڪم لاءِ به الڳ گروپ جوڙي سگهجن ٿا، اهڙي ريت رسد ۽ مواصلاتي ڪمن لاءِ به الڳ الڳ گروپ جوڙي سگهجن ٿا، وڌيڪ اهو ته ڳولا ۽ بچاءَ، باهه وسائڻ ۽ فوري امداد ۾ رضاڪارن جي انگ ڪي به موجودگي ۽ شرطن جي انحصار تي واڌ ڪري سگهجي ٿي. هن ڪتاب جي ٻئي حصي ۾ ڳولا ۽ بچاءَ ۽ باهه وسائڻ ۽ فوري طبي امدادي گروپس جي مخصوص ڪم ۽ ذميوارين تي غور ڪيو ويندو.

3.2.5. ايمرجنسي ريسپانس تربيت ۽ صلاحيتن ۾ واڌ جي اهميت

تباهي ڪانپوءِ جي مدي ۾ هنگامي ردعمل ڪي اثرائتي طريقي سان انجام ڏيڻ لاءِ ڪميونٽيز ڪي تيار ڪرڻ لاءِ فوري تربيت ۽ صلاحيتن ۾ واڌ جي ضرورت آهي تربيت يافته ۽ اوزارن سان گڏ ڪميونٽ جي رضاڪار گروپس ۽ ڪميونٽي تي ٻڌل تنظيمن جا ميمبر هڪ اهم وسيلي طور (سڀ يا ڪجهه) ڪم ڪري سگهن ٿا اُهي هنگامي ردعمل جا ڪم جن جو مٿي ذڪر ڪيو ويو آهي.

سکڻ ۽ غور ڪرڻ

سوال 1 : اسان ڪميٽين ۽ ٽيمن ۾ ڪميونٽي جو انتظام چو ڪندا آهيون؟

....

....

....

سوال 2: ولیج ڈزاسٽر مينيجمينٽ جا مختلف ڪردار ۽ ذميواريون ڪهڙيون آهن؟

....

....

....

سوال 3: ايمرجنسي ريسپانس ٽيم جا ڪردار ۽ ذميواريون ڪهڙيون آهن؟

....

....

....

سيڪشن -4
شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ تشخيصي عمل

سيڪشن سکڻ جا مقصد
هن سيڪشن جو مقصد پڙهندڙن کي سمجهائڻ لاءِ آهي.

⇐ ڪميونٽي سطح تي شراڪتي آفتن جي خطري جي تشخيص جو عمل
⇐ خطرن جا قسم، ڪميونٽي سطح تي آفتن جي خطري جي سڃاڻ عمل ۾ ڪمزورين ۽ صلاحيتن جو اندازو لڳائڻ جون شيون

1. تعارف
سنڌ ۾ انتهائي قدرتي واقعا نہ رڳو ڪميونٽيز کي درپيش تباهي جي خطري جو هڪ سبب اهن انهن خطرن ۽ متلف خطرن جو مقابلو خطري کي وڌائڻ ۾ بہ اهم ڪردار ادا ڪندو آهي. انهن قدرتي واقعن سبب هڪ طرف آب و هوا جي تبديلي سبب وڌندڙ تعداد ۽ قدرتي خطرن جي فريڪوئنسي جي نتيجي ۾ سنڌ صوبي ۾برادرين اثاثن ۽ بنيادي ڍانچي جي اعليٰ نمائش تي رهي آهي، ٻئي طرف اهي سماجي اقتصادي ۽ ماحولياتي حالتن جي مختلف حدن ۽ انهن جي خطرن کي وڌائي ڇڏيندا آهن. تنهنڪري تباهي ۽ خطرا بہ اهم ڪيفيتون آهن جيڪي معاشري جي سطح تي تباهي جي خطري جي تشخيص ڪرڻ وقت ان جو بنيادي تجزيو ڪرڻ گهرجي.

2. ڪميونٽي سطح تي ٿيندڙ تباهي جي خطري جي تشخيص
ڪميونٽي سطح تي اجتماعي طور تي ڪميونٽي کي درپيش خطرن جو تعين ڪرڻ شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ اسيسمينٽ_ پي ڊي آر اي جي نالي سان سڃاتو ويندو آهي، اهو هڪ گڏيل تحقيقاتي عمل آهي جيڪو ڪميونٽيز لاءِ تيار ڪيو ويو آهي تہ جيئن اُهي خطرن جي نشاندهي ڪن ۽ انهن جو اندازو ڪن، انهن جي خطري کي سڃاڻن ۽ انهن جي صلاحيتن کي ڄاڻن جيڪي وٽن موجود خطري يا خطرن جي اثرن کي منهن ڏيڻ لاءِ آهن. ڪميونٽيز ، ڳوٺن، قصبن يا شهرن کي درپيش طرن جي نشاندهي ڪرڻ هڪ طريقيڪار آهي ۽ انهن خطرن تي ضابطو آڻڻ جو طريقو.

1.2 پي ڊي آر اي عمل جي قدمن ۾ شامل آهن:

1) خطرن جي نشاندهي ۽ انهن جو اندازو لڳائڻ لاءِ خطره تشخيص
2) انهن جي ڪمزورين کي سڃاڻڻ لاءِ ڪمزوري جو اندازو
3) صلاحيتن کي جاچڻ لاءِ صلاحيت جو اندازو
4) ڪميونٽي کي درپيش خطرن جو تجزيو ۽ ترجيح

-2.2 خطري ۾ عناصر

هن ڪميونٽي جي عمل ذريعي اسان ڪميونٽي ۾ خطري ۾ پوندڙ عنصرن تي امڪاني ناڪاري اثرن کي سمجهي سگهون ٿا.

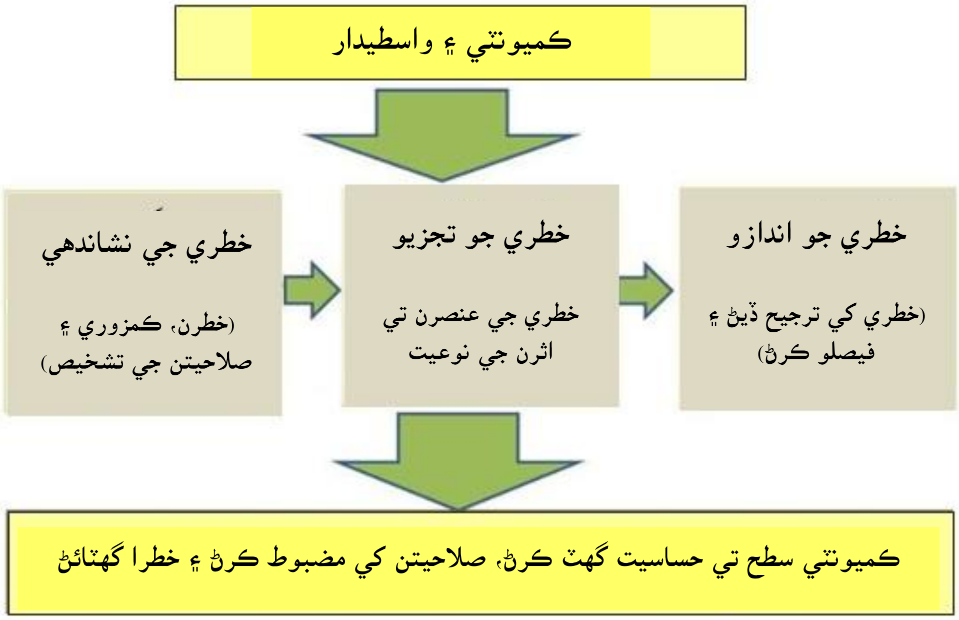
خطري جا عناصر **ڪميونٽي ۾ خطري جا عناصر** 1) ڪميونٽي جا ٻارڙا، مرد ۽ عورتون، پوڙها، بيمار، معذور اقليتيون وغيره ۾ رهندڙ ماڻهو 2) طبعي بنيادي ڍانچا، جهڙوڪ گهر، شيڊز، ٻوڏ جا بند، پيڙهه، آبپاشي جا چينلز وغيره 3) سرڪاري سهولتون جهڙوڪ اسڪول ۽ اسپتال وغيره 4) روزگار ۽ معاشي وسيلا جهڙوڪ فصل جي زمين، چوپايو مال، دڪان ، ٽريڪٽر ٻيڙيون وغيره. ڪميونٽي وسيلا جهڙوڪ فصل جون مشينون، مال، مال چارڻ جا هنڌ ۽ ٻيلا وغيره مواصلاتي بنيادي ڍانچو جنهن ۾ رسائي جا رستا ۽ پليون وغيره شامل آهن.

اوهان جي ڪميونٽي ۾ خطري تي عناصر جا مثال

1) ....
2) ....
3) ....

3. پي ڊي آر اي عمل جا قدم

شڪل 2:ڪميونٽي سطح تي آفت جي خطري جي تشخيص



1.3 خطره تشخيص

خطرو	ڪ خطرناڪ واقعو، مادي، انساني سرگرمي يا حالت جيڪا زندگي جي ضيان، زخم يا ٻئي صحت جي اثرن، ملڪيتن کي نقصان، روزگار ۽ ماحولياتي نقصان جو سبب بڻجي سگهي و، اهو قدرتي يا انساني پيدا ڪيل بہ ٿي سگهي ٿو.

خطره تشخيص خطرن يا خطرن جي جسماني خاصيتن جي کوج ڪري رهيو آهي تنهنڪري اسانکي خطرن جي نوعيت ۽ طرز عمل جي نشاندهي ڪرڻ جي ضرورت اهي، هينين رُخن جي تفصيل سان تحقيقات ڪئي وئي آهي:

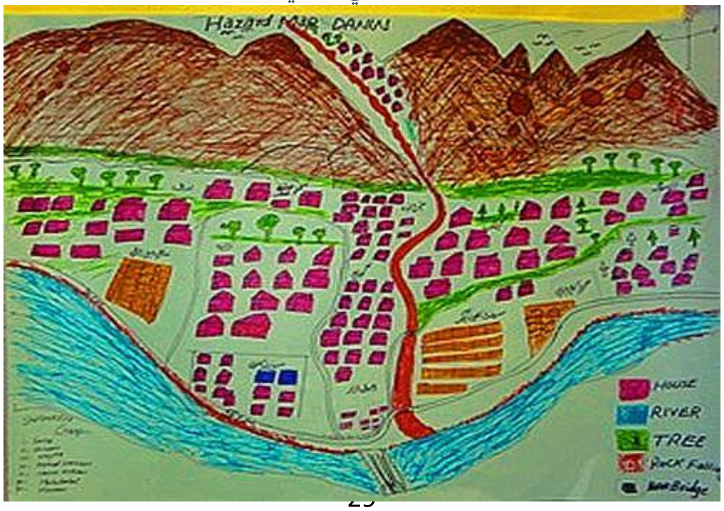
- شدت ۽ وسعت
- آغاز جي رفتار
- ڳاٽيتو
- ڪڏهن (سال جي آخر ڪنهن وقت)
- مدو
- اڳوات نشانيون، اشارا ۽ نشان
- ڇا ڪا پيش قدمي (انتهائي علماتن ۽ خطرن جي اثرن وچ ۾ وقت) آهي؟

گهڻا ئي پي آر اي ٽولز آهن جيڪي خطرن جي تشخيص ۾ مدد ڪري سگهن ٿا، پي آر اي جا ٽول موجود آهن تنهن هوندي بہ سڀ کان وڌيڪ عام طور تي استعمال ٿيندڙ اوزارن ۾ هينيان شامل آهن:

ڪميونٽيز لاءِ خطره تشخيصي سامان	**خطري جو نقشو**: نقشو خطري جي اثرن ۽ خطري ۾ پوندڙ عناصرن جو تعين ڪندڙ امڪاني علائقي جي نشاندهي ڪرڻ لاءِ تيار ڪيو ويو آهي . **سماجي تاريخي پروفائيل يا ٽائيم لائين**: اهو ٽول اسانجي مدد ڪري سگهي ٿو تہ وقت سان گڏوگڏ خطرا ڪيئن بدلجندا آهن، ماضي ۾ ڪهڙا خطرا رونما ٿيا يا خاص طور تي خطري جي موجودگي جي شروعات وغيره. **موسمي ڪئلينڊر**: اهو خاص اوزار خطرن وقت، ڳاٽيتي ۽ وقت جو تصور ڪندو آهي.

- خطري جي تشخيص اسانکي اها ڳالهہ سمجهڻ جي قابل بڻائيندي آهي تہ ڪميونٽي جو مخصوص گروپ يا گروپس مخصوص خطرن لاءِ ڇو وڌيڪ حساس آهن، ۽ جڏهن تہ ٻيا گهٽي پاڳي متاثر ناهن.
- هن عمل دوران اسان ڪميونٽي جي منهن ڏيڻ جي طريقيڪار ۽ ڪميونٽي ۾ موجود وسيلن جي نشاندهي بہ ڪيون ٿا.

شڪل 3 : ڪميونٽي خطري جو نقشو



ٽيبل 1 خطره ميٽرڪس

خطري جا قسم	شدت	انتباهي نشانيون	آغاز جي رفتار	ڪثرت	مدو	ڪڏهن	اڳوات انتباهه	متاثر علائقا
ٻوڏ								
ڏڪر								
زلزلا								
مٽي جون چڀون								
آلودگي								
هيٽ ويو								
طوفان								

ٽيبل 2 تاريخي پس منظر

خطري جا قسم	سال/موسم	مهينو	فصلن جو نقصان	ٻيڙيون تباه	گهر ڪريا	موت/ زخمي	شدت	مدو
ٻوڏ								
ڏڪر								
زلزلا								
مٽي جون چڀون								

ٽيبل 3: موسمي ڪئلينڊر

خطري جا قسم	جنوري	فيبروري	مارچ	اپريل	مئي	جون	جولاءِ	آگسٽ	سيپٽمبر
ٻوڏ									
ڏڪر									
زلزلا									
مٽي چڀون									
آلودگي									

2.3 ڪميونٽي حساسيت جي تشخيص

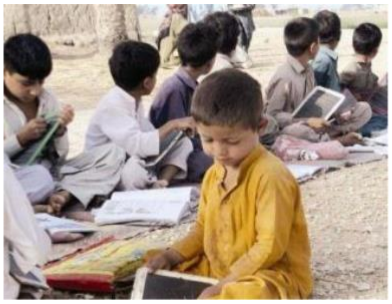
حساسيت	اهڙيون حالتون ۽ اعمال جيڪي خطرن جي خراب اثرن لاءِ ڪنهن فرد ڪميونٽي جي حساسيت وڌائي سگهن ٿيون جن جا قسم طبي، سماجي اقتصادي ۽ ماحولياتي آهن.

قسم	• طبعي • سماجي • اقتصادي • ماحولياتي

معاشي

طبعي

ماحولياتي


سماجي

اهي عمل مختلف خطرن لاءِ خطري ۾ مبتلا عناصرن جي حساسيت جو مشاهدو ڪرڻ ۽ انهن جي ڪمزوري پٺيان سببن جو تجزيو ڪرڻ جو عمل آهي.

- ڪمزوري جو تخمينو فزيڪل (طبعي)، جغرافيائي، معاشي، سماجي، سياسي ۽ نفسياتي عملن کي سامهون رکندو آهي جيڪي ڪجھ برادرين کي خطري لاءِ وڌيڪ حساس بڻائيندا آهن جڏهن تہ ٻيا گھٽي پاڳي محفوظ رهندا آهن.
- غربت جي حيثيت، تعليم
- غربت جي حيثيت، تعليم، مواصلات ۽ نقل و حمل جي نظام ، عوامي وسيلن جي رسائي جهڙا جهنگ جي پيداوار سرڪاري سهولتن ۽ پيئڻ ي پاڻي، ۽ زرعي بينڪن/ڪريڊٽ بينڪن، اين جي اوز ۽ ٻين خدمتن جي فراهمي جي ادارن جي موجودگي کي ڪنهن علائقي جي خطرن جو اندازو ڪرڻ لاءِ استعمال ڪري سگھجي ٿو. اهو عمل اسانکي هيءَ ڳالھ سمجھڻ جي قابل بڻائيندو آهي تہ ڪميونٽي جا مخصوص گروپ يا گروپس مخصوص خطرن لاءِ ڇو وڌيڪ حساس آهن ۽ جڏهن تہ ٻيا نسبتاً متاثر نہ آهن.
- شراڪتي آفت جي خطري جي تشخيص مقامي اختيارين جي طرفان مقامي ماڻهن، ڪميونٽي اڳواڻن ۽ موضوع جي ماهرن جي موجودگي ۾ ڪئي ويندي.
- خطري جي تشخيص ۾ ڪميونٽي جي شموليت کي يقيني بڻائڻ لاءِ ڪيترائي سامان استعمال ڪيا ويندا آهن عام طور تي ستعمال ٿيندڙ ڪجھ اوزار هيٺيان آهن:

ڪميونٽي لاءِ حساسيت جي تشخيص جا اوزار	1. **خطري جا نقشا**- خطري ۾ پوندڙ عناصرن و تصور ڪرڻ ۾ مدد ڪندا آهن، خطري جا نقشا خطري جي اثر ۽ خطري وارن عنصرن سان تعامل جي ذريعي احاطو ڪندڙ امڪاني علائقي جي ڳولا ڪرڻ لاءِ تيار ڪيو ويو آهي. 2. **خطري ۾ مبتلا ميٽرڪس**- هنڌ ۽ نقصانن جي توسيع جي نشاندهي ڪرڻ ۾ مدد ڪندو آهي 3. **ٽرانسيڪٽ واڪ(زمين تي تراشڻ)**: ڪميونٽي جي نقشي جي بهتر سمجھ حاصل ڪرڻ ۾ مدد ڪندو آهي ۽ جسماني/مادي ڪمزوري تي وڌيڪ سوال پڇڻ جو موقعو فراهم ڪندو آهي. 4. **موسمي ڪئلينڊر**: دباءُ، بيمارين، بک، قرض، وغيره جي دورن تي بصيرت ڏيندو آهي. 5. **روزگار جو تجزيو**: مختلف گھراڻن ۽ گروپن تي خطرن جي مختلف اثرن جي تصوير پيش ڪندو آهي. 6. **وين ڊايا گرام**- تنظيمن ۽ سرڪاري ادارن يا قائدانہ نمونن وچ ۾ هم آهنگي جي حالت کي ظاهر ڪري ٿو 7. **ڪميونٽي ڊرامو**- ماڻهن کي آفتن دوران چا ٿيندو آهي ۽ ڇو ان جو اظهار ڪرڻ جي قابل بڻائيندو آهي. 8. **ترجيحي درجہ بندي جي پريشاني**: خطرن جو پاڻ ۾ تعلق ظاهر ٿيندو آهي ۽ ان سان ڪميونٽي کي قابل بڻائيندو آهي تہ اهي ان جي حل لاءِ ترجيحي خطرن جو اظهار ڪن.

ٽيبل 4 حساسيت جي تشخيص (خطره) ميٽرڪس

خطراتي عناصر	ٻوڏ	ڏڪر	زلزلا	مٽي جون ڇپون	طوفان	گرمي جي لهر	حساسيت جو سبب	هنڌ/علائقو
ماڻهو								
گھر								
پليون								
اسڪول								
صحت مرڪز								
فصل								
ٻيڙيون								

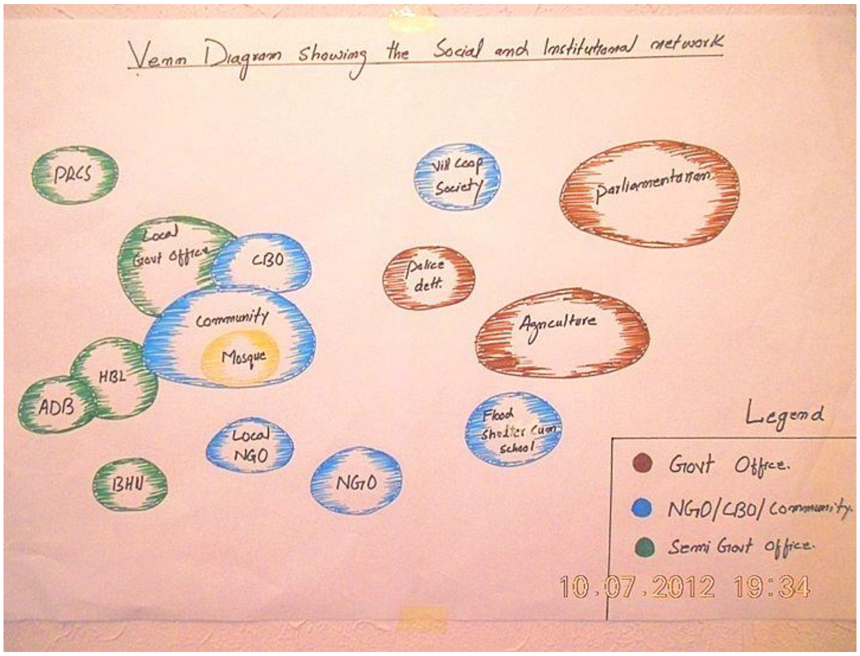
ٽيبل: 5 ڪمزوري جو اندازو (سماجي ۽ معاشي)

حساسيت جا اشارا	حساس سهولتن کان بغير ماڻهن جي انگ جي شرح علائقو/هنڌ علائقو/هنڌ علائقو/هنڌ علائقو/هنڌ علائقو/هنڌ				
روڊ تائين رسائي					

پيئڻ جو پاڻي					
صحت جي سهولت					
تعليم					
سهولت					
بيت الخلا					
بجلي					
ٽيليفون /موبائيل					
ٽيلي ويزن					

ماڳن جو صورتي نقشو: اسان هن ٽول ذريعي اداراجاتي ۽ سوشل نيٽ ورڪ تجزيو ڪري سگهون ٿا، اهو تنظيمن ۽ سرڪاري ادارن وچ ۾ هم آهنگي جي حالت، رهنمائي نمونن ۽ متي جاٽايل برادرين سان لاڳاپن ڪي ظاهر ڪندو آهي، شڪلي نقشي ذريعي تباهي جي خطري ۾ گهٽتائي بعد واري مرحلي تي اسٽيڪ هولڊرز ۽ ڪميونٽيز وچ ۾ فاصلي کي گهٽ ڪرڻ/پري ڪرڻ ۾ مدد ملي ٿي.

شڪل 4: ماڳن جون صورتون



ٽيبل 6: ڪمزور گروپن کي اجاگر ڪرڻ

ڪجھ اهم سوال جيڪي ڪميونٽي ۾ ڪمزور گروهن کي اجاگر ڪرڻ لاءِ ڪارائتا آهن ۽ وسيلن جي نقشه سازي دوران به استعمال ٿي سگهن ٿا.
• ڇا ڳوٺ ۾ برادري جي سطح تي ڪا سماجي/ترقياتي/مذهبي تنظيم آهي • ڇا عورتن ۽ معذور ماڻهو تنظيم جو حصو آهن • ڇا هر شخص کي زمين تائين برابر پهچ حاصل آهي؟ • ڇا غريبن کي زمين تائين رسائي حاصل آهي؟ • زمين جي مختص ڪرڻ جو فيصلو ڪير ڪندو آهي؟ • ماڻهو پاڻي ڪٿان کان جمع ڪرڻ ويندا آهن؟ • پاڻي ڪير جمع ڪندو آهي؟ • ماڻهو ڪاٺيون جمع ڪرڻ ڪاڏي ويندا آهن؟ • ڪير ڪاٺيون جمع ڪندو آهي؟ • ماڻهو چوپائي مال کي چارڻ لاءِ ڪاڏي ويندا آهن؟ • اوهان پوري طرح ڪهڙي طرح جون ترقياتي سرگرميون انجام ڏيندا آهيو • اوهان کي ڪهڙي وسيلي کان سڀ کان وڌيڪ پريشاني آهي؟ • ڇا ڪميونٽي ۾ مرد، عورتون ۽ ٻارڙا معذور آهن؟ • انهن جي ضرورتن جي سارسنڀال ڪير ڪندو آهي؟ • ڇا اُهي سماجي/گروهي سرگرمين ۾ حصو وٺندا آهن؟ • ڇا معذور ٻارڙا اسڪول ويندا آهن؟ • ڇا مرد مقامي طور تي ڪم ڪندا آهن يا ڪميونٽي کان ٻاهر ڪم ڪندا آهن • ڇا ڪميونٽي ۾ مذهبي يا نسلي اقليت موجود آهي؟ • ڇا اُهي گڏ يا ڪميونٽي هائوس ڪلسٽر کان پري رهن ٿا؟ • اقليتون ڇا نوڪري/ڪم/پيشو انجام ڏيندا آهن؟

3.3. صلاحيت جو اندازو

صلاحيت	تباهي جي خطرن کي سنڀالڻ ۽ گهٽ ڪرڻ لاءِ برادري اندر موجود قوتن، قابليت ۽ وسيلن جي دستيابي
قسم	▪ **جسماني/مادي**: نقدي جي صورت ۾ رقم ۽ سون، زمين، سامان، خوراڪ، نوڪري، يا ڪريڊٽ تائين رسائي شامل آهن. ▪ **سماجي/تنظيمي**:خاندان کان خاندان ۽ پاءُ کان پاءُ، ڀيڻ کان ڀيڻ ۽ سوٽ کان سوٽ جو رستو، ويجهي سوشل نيٽ ورڪنگ، قيادت، سارسنڀال جا قومي ۽ مقامي ادارا موجود آهن، ۽ جتي ماڻهو پاڻ وٽ موجود طبعي وسيلا وقف ڪندا آهن. ضرورت وقت ان جي زنده رهڻ جو امڪان وڌيڪ هوندو آهي. ▪ **سرگرم/ذهني طور تيار**:هن ۾ صلاحيتن ۽ اعتماد سميت، بحرانن مان نڪرڻ جي طاقت، رُڳو وزن تي نہ ڀاڙڻ، ڪاميابي لاءِ سخت جدوجهد، واقعن تي

ضابطو رکڻ جو مضبوط احساس ۽ انهن جي حالت کي تبديل ڪرڻ جي طاقت وغيره.	

صلاحيت هڪ سماج جي حقيقي يا ممڪنو صلاحيت آهي جيڪا مادي ۽ انساني وسيلن جي موجودگي ذريعي آفتن کي منهن ڏيڻ لاءِ آهي جيڪي آفتن کان بچاءَ ۽ موثر ردعمل ۾ مددگار آهي. هي ماڻ وٽ موجود وسيلن ۽ هنر، قابليتون جن ۾ اهي ترقي ڪري سگهن ٿا، متحرڪ ڪري سگهن ٿا يا انهن تائين رسائي حاصل ڪري سگهن ٿا، جن جي مدد سان اُهي پنهنجي مستقبل کي ناهڻ تي وڌيڪ ڪنٽرول حاصل ڪري سگهن.

صلاحيت جي سڃاڻ هڪ عمل آهي ج يڪو ان ڳالهه جو تعين ڪرڻ لا بحران جي وقت ماڻهو خطري جي نقصانده اثرن کي گهٽ ڪرڻ لاءِ تيار ڪندا آهن:

- ماڻهن جي خطرن سان گذريل تجربن کي سمجهڻ جنهن کين مقابلو ڪرڻ جي حڪمت عملي تيار ڪرڻ جي قابل بڻائي ڇڏيو
- تجزيو ڪرڻ ته ڪهڙا وسيلا موجود آهن ۽ ڪميونٽي پاران خطرن کي منهن ڏيڻ لاءِ استعمال ٿين ٿا، انهن وسيلن تي ڪنهن جي رسائي ۽ انهن کي ڪير ڪنٽرول ڪري ٿو.
- خطري ۾ ماڻهن جي صلاحيتن جي سڃاڻ ڪميونٽي آفت جي خطري کي گهٽ ڪرڻ لاءِ حڪمت عملي جي چونڊ ۽ صلاحيت جي تعمير لاءِ هڪ تمام اهم قدم آهي.

صلاحيت جي تشخيص لاءِ اڪثر وسيع پيماني تي استعمال ٿيندڙ اوزار

ڪميونٽيز لاءِ صلاحيت جي اندازي جا اوزار	1) تاريخي پسمنظر: خطرن جي سڃاڻ کان ع لاوه تاريخي پروفائيل صلاحيت جي تشخيص لاءِ استعمال ڪري سگهجن ٿا، مثال طور اسان ڪميونٽي کي مقابلو ڪرڻ جو طريقيڪار ڏسي سگهون ٿا، جنهن کي ماضي ۾ انهن آفتن کي منهن ڏيڻ لاءِ استعمال ڪيو هو، ان سان انهن وسيلن جي فهرست بڻائڻ ۾ به مدد ملندي جيڪي ماضي ۾ ڪاميابي سان استعمال ٿيا هئا. 2) موسمي ڪئلينڊر: موسمي ڪيلينڊر مخصوص موسم ۾ تباهي خلاف جدوجهد ڪرڻ جو طريقيڪار ڳولڻ ۾ مدد ڪندو آهي 3) وسيلن جي نقشه سازي: هن ٽول جو استعمال نقشه ناهڻ لاءِ استعمال ڪيو ويندو آهي جنهن ۾ مقامي وسيلن ۽ صلاحيتون ڏيکاريون وينديون آهن جنهن تي ڪميونٽيز آفتن جي وقت پروسو ڪري سگهن ٿيون ۽ ان جي نشاندهي ڪري سگهن ٿيون ته ڪهڙا وسيلا آساني سان آفتن کان متاثر ٿين ٿا.

ٽيبل 7 ڪميونٽي جي صلاحيتي وسيلن جي نقشه سازي (پنهنجي)

وسيلا	ڪائيون	عمارت/ ڪوٽڻ جا اوزار	گاڏيون/ٽريڪٽرز ٽراليون/بسون، موٽرسائيڪل وغيره	ٻيڙيون	رضاڪار تربيت يافته/ غير تربيت يافته	جنريٽر/ بارڻ	غذائي شيون	طبي فراهمي	ڪميونٽي فنڊز	ڪجهه ٻيو
هتڏ										
هتڏ										

ٽيبل 8: حڪومت سان گڏجي ڪميونٽي جي اهليت جي وسيلن جي نقشه سازي

وسيلا	ريتي جا ٿيلها	اوزار	گاڏيون	ٻيڙيون	پاڻيءَ وارا نلڪا	منتقلي مرڪز	خيما	اين ايف آءِ	هنگامي نقدي	طبي فراهمي
هتڏ										

هنڌ										

ٽيبل 9: ڪميونٽي صلاحيتي تشخيص مباحثي جي سوالنامي جو نمونو

- مصيبت جي ردعمل / آگاهي تي ڪم ڪندڙ ڪميونٽي جي سماجي ۽ مذهبي تنظيمن جو انگ
- تباهي جي ردعمل ۽ آگاهي تي ڪم ڪندڙ پرڏيهي ادارن يعني اين جي اوز ۽ انٽرنيشنل اين جي اوز جو انگ
- فوري انتباهي سسٽم، ڪلاڪن ۾ وقت
- وارننگ سسٽم جي رسائي ۾ ايندڙ گهرن جو انگ
- اڻ پڙهيل وڏن (مرد/عورتن) جو انگ
- معذور ماڻهو (بالغ، ٻارڙن، عورتن/مردن) جو انگ
- اليڪٽرانڪ ميڊيا ٽي وي، ريڊيو تائين رسائي آهي يا نه
- هنگامي ريسپانس پلان موجود آهي يا نه
- منتقلي جو منصوبو موجود آهي يا نه
- تباهي کان ڪجهه ڪلاڪ پهريان انتباهه دستياب آهي
- فوري انتباهه جي رسائي وارن گهرن جو تعداد
- برادري هنگامي ردعمل ٽيمن جو انگ
- پي آر سي ايس رضاڪارن/ ٽيمن جو انگ
- هنگامي ردعمل تي ڪم ڪندڙ عورت رضاڪارن جو انگ
- هنگامي ردعمل تي ڪم ڪندڙ مذهبي/فلاحي تنظيم جي نيٽ ورڪس جو انگ
- پرڏيهي ادارن يعني اين جي اوز ۽ انٽرنيشنل اين جي اوز جو تعداد جيڪي هنگامي ردعمل تي ڪم ڪري رهيا آهن
- ڇا پاڪ فوج ايمرجنسي ريسپانس ۾ شامل آهي؟ يا نه.
- صحت جون سهولتون ۽ عملي جو انگ
- منتقلي جا مرڪز/منتقلي مرڪزن طور استعمال ٿيندڙ اسڪولن جو انگ
- گذريل سال ٻوڏ متاثر آبادي جو انگ
- انشورنس ۽ قرض جهڙو خطرن جي منتقلي جو طريقيڪار موجود آهي يا نه.

نوٽ: فهرست تشخيص جي ضرورت، داره ڪار ۽ مقصد مطابق تيار ڪري سگهجي ٿي. خدمتن جي فراهمي جي ادارن، بينڪاري تنظيمن، انساني وسيلن، ميڊيا جي حيثيت، ۽ آفتن جي تيارين جي خدمتن ۽ اوزارن جي دستيابي سان ڪنهن برادري جي صلاحيت جي عڪاسي ٿيندي.

4. ڪميونٽي خطري جو تجزيو

خطرو، ڪمزوري ۽ صلاحيت جي تشخيص ڪرڻ کانپوءِ خطري جو تجزيو ڪرڻ ضروري آهي. خطري جي تجزيي سان ڪميونٽي ۽ مقامي عملدار خطري جي مختلف واقعن جي ممڪنہ اثرن کي سمجهڻ جي اهل ٿي ويندا.
خطرن جي تجزيي مان خطري بابت حاصل ڪيل معلومات، انهن جي ٿيڻ ۽ شدت ۽ عناصرن مان خطري جي باري ۾ حاصل ڪيل معلومات جي بنياد تي خطري جي منظرنامن جي ترقي شامل آهي. خطري جي تجزيي دوران اسان شناخت ڪندا آهيون تہ خطري جي مختلف خطرن وارن عناصرن تي ڪهڙي ريت اثر پوندو. جهڙوڪ، ماڻهو،گهر، فصل، عمارتون رستا، اسڪول وغيره. اهي اثر جي حد جي بہ سڃاڻپ ڪندا آهن، جهڙوڪ ڪيترا ماڻهو مارجي سگهن ٿا، ڪيتري زخمي ٿي سگهن ٿا، ڪيترا ويڪٽر ايراضي بري طرح متاثر ٿيندي يا ٻڏي ويندي. تنهن هوندي بہ ڪجهه

برادرين کي هڪ ئي وقت هڪ کان وڌيڪ خطرا لاحق ٿي سگهن ٿا. اهڙي صورتحال يا علائقي ۾ هر طرح جي خطرن يا ايندڙ خطرن سان ٿيندڙ امڪاني نقصان جي نشاندهي ڪرڻ اهم هوندو،
اهو سمجهيو ويو آهي ته ڪميونٽيز سان گڏ ڪم ڪندي ديسي علم تمام ضروري اهي پر ان صورتحال ۾ سائنسي انگ اکر به اهم آهن جڏهن ڪميونٽي کي اجا تائين خطرو ناهي ٿيو، جيئن مستقبل ۾ ڪنهن خاص ڪميونٽي تي آب وهوا يا ان جا اثر ڪميونٽي جي ويجهو ندين جي نظام تي ڊيم ناهڻ يا سونامي خطري بابت ڪميونٽيز کي آگاهه ڪرڻ جو به اجا تائين ناهي ٿيو.

1.4. خطري جا نقشا

ڪميونٽي ۾ موجود وسيلن ۽ مختلف عنصرن لاءِ ڪمزوري جي طبعي رُخن کان تباهي جي خطري جي نقشن ۾ شموليت ذريعي خطري جي نقشي جي صورت ۾ هڪ گرافڪ وزيوئل پرزنٽيشن تيار ڪري سگهجي ٿي، اهي خطراتي نقشا ڪميونٽي سطح جي صلاحيتن جي طبعي ڪمزوري ۽ دستياب وسيلن تي مشتمل آهن، جيڪي خطري جو تجزيو ڪرڻ ۾ انتهائي مددگار ٿي سگهن ٿا، اهڙي ريت تصويري رسڪ تجزيي سان ٻنهي خطرن ۽ ڪمزوري تجزيي جا نتيجا ظاهر ٿيندا آهن ۽ ڪميونٽي جي سطح تي ان کي خطري جي تجزيي جو هڪ اهم ذريعو سمجهيو ويندو آهي.

2.4. خطري جو امڪان ۽ نقصان جو قابل (ميٽرڪس)

هن جو هڪ ٻيو طريقو خطره امڪاني (خطرو) ۽ امڪاني نقصان (ڪمزوري) ميٽرڪس آهي جهڙي ريت هيٺ ڏنل ٽيبل ۾ ڏيکاريو ويو آهي.

ٽيبل 10: خطره تجزيہ قالب جو نمونو

امڪاني / نقصان	تمام گهٽ	گهٽ	وچولو	وڏو	تمام وڏو
تمام گهٽ	وي ايل آر	وي ايل آر	ايل آر	ايل آر	ايل آر
گهٽ	وي ايل آر	ايل آر	ايل آر	ايم آر	ايم آر
وچولو	ايل آر	ايل آر	ايم آر	ايچ آر	ايچ آر
وڏو	ايل آر	ايم آر	ايچ آر	وي ايچ آر	وي ايچ آر
تمام وڏو	ايل آر	ايم آر	ايچ آر	وي ايچ آر	وي ايچ آر

ايچ - هاءِ، ايل- لو، ايم-ميڊيم، آر- رسڪ، وي- ويري، (ڪنيل: سنگهه ۽ انبالگان 2001)

ٽيبل 11- يونين ڪائونسل ۾ نمونورسڪ تجزيو

سيريل	ڳوٺ جو نالو	خطري جو امڪان، ايچ پي	امڪاني نقصان- ڊي پي	خطرو – (ايچ پيx ڊي پي)
1	اي اي اي	ايچ-ايچ پي	ايچ - ڊي پي	ايچ آر
2	بي بي بي	ايل- ايچ پي	ايچ - ڊي پي	ايم آر
3	سي سي سي	وي ايچ- ايچ پي	وي ايل- ڊي پي	ايل آر
4	ڊي ڊي ڊي	وي ايچ- ايچ پي	ايچ – ڊي پي	وي ايچ آر

وي ايچ آر: ويري هاءِ رسڪ، ايچ آر: هاءِ رسڪ، ايم آر: ميڊيم رسڪ، ايل آر: لو رسڪ، وي ايل آر: ويري لو رسڪ

.5 خطره ڪے اندازه

آخري قدم جيڪو خطري جي تجزيي ڪانپوءِ ٿيندو آهي اُهو خطري جو اندازو هوندو آهي، ان جو سڀ کان اهم مقصد مستقبل جي حڪمت عملين جو فيصلو ڪرڻ ۽ ان جي منصوبه بندي ڪرڻ آهي، جيڪي معاشري ۾ موجود تباهي جي خطرن کي گهٽ ڪرڻ لاءِ عمل ڪرڻ گهرجن، اهي خطري جي مختلف خطرن کي ترجيح ڏيندي ڪيا ويندا آهن جيڪي آهي يا جيڪي مستقبل ۾ سماج کي خطري ۾ وجهي سگهن ٿا. وڌيڪ اهو ته خطري جي تشخيص سڀ کان ڪمزور علائقي، ميونسپلٽي جي علائقي يا برادري جي ترجيح ڏيڻ يا درجه بندي ڪرڻ ۾ به ڪارائتي آهي. هن عمل سان برادري کي وڌ کان وڌ گهربل هنڌ تي وسيلن جو رُخ موڙڻ يا اڪثر طور تباه ڪن خطرن يا خطرن جي اثرن کي گهٽ ڪرڻ جي اهل بنائيندو آهي.

سکڻ ۽ غور ڪرڻ

سوال 1 : آفت جي خطري جي شراڪتي تشخيص جا ڪهڙا مختلف قدم آهن؟

....

....

....

سوال 2: خطري جي تشخيص لاءِ ڪهڙا مختلف اوزار استعمال ٿيندا آهن؟

....

....

....

سوال 3: حساسيت جي تشخيص لاءِ ڪهڙا مختلف قسمن جا اوزار استعمال ٿيندا آهن؟

....

....

....

سوال 4: صلاحيتن جي اندازي لاءِ ڪهڙا مختلف قسمن جا اوزار استعمال ٿيندا آهن؟

....

....

....

سوال 5: اوهان جي ڪميونٽي ۾ حساس ماڻهن ۽ گروپس جا مختلف قسم ڪهڙا آهن؟

....

....

....

سيڪشن -5
شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ-
ڊي آر ايم منصوبا بندي

سيڪشن سکڻ جا مقصد
هن سيڪشن جو مقصد پڙهندڙن کي سمجهائڻ لاءِ آهي.

⇐ ڪميونٽي سطح تي شراڪتي آفتن جي خطري جو انتظامي عمل ۽ ان جو خطري جي تشخيص سان تعلق
⇐ ڪميونٽي سطح تي عملي طور ڊي آر ايم منصوبا بندي جا قدم ۽ مواد

1. خطري جو انتظام- ڊي آر ايم منصوبابندي

ڊي آر ايم منصوبابندي ڪي خطري ۾ مبتلا ڪميونٽيز ڪي هڪ خطري ڪي مهن ڏيڻ واري ڪميونٽي بڻائڻ ۾ تبديلي لاءِ هڪ خاڪو، روڊ ميپ رهنما طور بيان ڪري سگهجي ٿو، ان سان تباهي مان حفاظت، لچڪ ۽ پائيدار ترقي جي حاصل ڪرڻ ۾ سماج جي ترقي ۾ مدد ملندي آهي.

2. شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ جي منصوبابندي

شراڪتي تباهي جي خطري جي تشخيص ۾ هڪ برادري ۾ خطرن، ڪمزورين ۽ صلاحيتن جو جائزو وٺڻ ۽ انهن جو تجزيو ڪرڻ شامل آهي. جڏهن ته شناخت ٿيل خطري ڪي گهٽ ڪان گهٽ ڪرڻ لاءِ جوڳو ايڪشن پلان جي صورت ۾ حڪمت عملي تيار ڪرڻ ڪي ڊي آر ايم پلاننگ جي نالي سان سڃاتو ويندو آهي.
ان ساري عمل ڪي ڊي آر ايم منصوبا بندي چوندا آهن ۽ عمل جي نتيجن ڪي ڊي آر ايم منصوبو چئبو آهي.

1.2 ڊي آر ايم منصوبا بندي جو مقصد

ڪميونٽي جي سطح تي ڊي آر ايم منصوبو تيار ڪرڻ جو بنيادي مقصد ڪميونٽي ۾ شناخت يا امڪاني خطرن ثانوي خطرن ۽ خطري جي مختلف قسمن جي حساس صورتحال جي جواب ۾ خطرن ڪي گهٽ ڪرڻ لاءِ عملي قدمن جي نشاندهي ڪرڻ آهي، جڏهن ته مقامي دستياب صلاحيتن ۽ وسيلن تي به غور ڪرڻو آهي جن ڪي تباهي جي خطري ڪي گهٽ ڪرڻ ۾ استعمال ڪري سگهجي ٿو.

2.2 قدم شامل آهن:

ڪميونٽيز ڪي محفوظ، پاڻ تي ڀاڙڻ ۽ متحرڪ بڻائڻ لاءِ ڊي آر ايم منصوبا بندي بهترين چوند آهي، ڪميونٽيز هينئين قدمن لاءِ حڪمت عملي جي انداز سان گڏجي ڪم ڪن ٿيون.

(1) حقيقت ۾ خطري جي نشاندهي ڪرڻ ۽ ان جو اندازو لڳائڻ (جنهن ڪي رسڪ اسيسمينٽ به چيو ويندو آهي)
(2) تباهي جي خطري ڪي گهٽائڻ جون ڪارروايون/اُپاءَ دوران ۽ ان ڪانپوءِ جي منصوبابندي تي گڏيل اتفاق ڪندا هجن
(3) نمائش ڪان هٽي خطرن ڪي گهٽ ڪرڻ لاءِ مقامي وسيلن ۽ صلاحيتن جي استعمال تي غور ڪرڻ

3. ڳوٺ/يونين ڪائونسل سطح تي ڊي آر ايم منصوبن جو تجويز ڪيل خاڪو

اهو تجويز ڪيو ويو آهي تہ برادري کي ٻاهرين ماڻهن سان گڏجي تحريري دستياز جي شڪل ۾ هڪ ڊي آر ايم منصوبو تيار ڪرڻ گهرجي جيڪو عملدرآمد، نگراني ۽ جاچ جي مرحلن دوران رهنما اصول فراهم ڪندو آهي، ڳوٺ/يونين ڪائونسل سطح جي منصوبن لاءِ تجويز ڪيل خاڪو هينيون تي سگهي ٿو.

1) ڳوٺ/يونين ڪائونسل جي تفصيل جنهن ۾ واقعي، جغفرايائي، ارضيات، آبادي جي ورڇ، آب و هوا، معاشي ۽ سماجي خصوصيتون ۽ روزگار جا ذريعا وغيره شامل آهن.
2) خطري جي تشخيص ۽ شڪي تشخيص جي نتيجن جو خلاصو
3) ڊي آر ايم پلان جو مقصد
4) ڳوٺ / يونين ڪائونسل جي سطح تي خطرن جي گهٽتائي جي حڪمت عملي ۽ سرگرميون:
5) ماڻهو، ڪميٽيون، سب ڪميٽيون ۽ رضاڪارن جا ڪردار ۽ ذميواريون:
6) خطرو گهٽائڻ جي تجويز ڪيل سرگرمين جو شيڊول ۽ ٽائيم لائينز

ضميمن ۾ شامل آهن

- شراڪتي خطري جي تشخيص ۽ ڊي آر آر جي منصوبہ بندي سان نقشہ، ٽيبلز ۽ ميٽرڪ
- ڪميونٽي جي رهواسين جي فهرست، تنظيمن جي ڊائريڪٽري ۽ اهم مقامي حڪومت ۽ ميڊيا رابطہ، ڪميونٽي تباهي جي ردعمل بابت تنظيم جي ميمبرن جي فهرست
- تياري جي سرگرمين لاءِ ڪميونٽي اثاثن جي اهم وسيلن جي انوينٽري
- آپريشنل طريقي ڪار ۽ پاليسيون جهڙوڪ راءِ، ذخيره اندوزي ۽ انوينٽري جي طريقي ڪار رپورٽنگ جون ضرورتون ۽ فارميٽس، ڪميونٽي هنگامي فنڊ جو استعمال ۽ ٻيهر ادائگي
- ذخيرو ۽ فهرست
- مختلف ڪميٽين جي ڪمن جو تفصيل
- انخلا مرڪز ۽ /يا ايمرجنسي آپريسن سينٽر وغيره جي انتظام ۾ منتقلي جو طريقيڪار ۽ رستا
- حدون، ڪمي ۽ ڪوتاهي

4. منصوبا بندي جا اهم تحفظات

اهو انڪري هڪ شرڪاتي عمل آهي: منصوبہ بندي دوران ضروري آهي تہ سڄي ڪميونٽي کان ورتل رائن کي مربوط ڪيو وڃي، ترجيحي طور تي ڳوٺ / يونين ڪائونسل ڊزاسٽر مينيجمينٽ ڪميٽين ذريعي

- منصوبہ بندي جي عمل دنرا خطري کي گهٽائڻ جا آپشن هوندا آهن تہ ان کي روڪيو يا گهٽ ڪريو يا سپ هڪ مهل، انهن آپشنز تي ماهر جي رهنمائي هيٺ ڪميونٽي جي ميمبرن سان گڏجي خيالن جي ڏي وٺ ڪرڻ گهرجي
- ڊي آر ايم منصوبابندي جي عمل دوران متاثر ڪميونٽيز کي ٻاهرين (ماهرين) سان گڏجي منصوبو ناهڻو پوندو ۽ آفتن جي خطرن کي گهٽ ڪرڻ کان اڳ درميان ۽ پوءِ جي قدمن جي نشاندهي ڪرڻ تي راضي ٿيڻو آهي.
- ڪميونٽيز اندر آفتن کي منهن ڏيڻ لاءِ مقامي ديسي مهارت جي کا کوٽ ناهي تنهن هوندي بہ منصوبابندي جي عمل کي ان جي فيصلي ۽ چوندٔ کي بڻڻ ۽ منصوبابندي ندر ضم ڪرڻ گهرجي.
- ڊي آر آر ماهرن جي صورت ۾ ٻاهرين امداد جي موجودگي رهنمائي جو عمل شروع ڪرڻ ۽ ڪميونٽيز کي سکيا ڏيڻ لاءِ اهم تي سگهي ٿو، تنهن هوندي بہ اهو لازمي ناهي.

- جيڪڏهن ڪميونٽيز ڊي آر ايم جي منصوبہ بندي ۾ تربيت يافتہ هوندي آهي تہ اهي عام طور تي منصوبابندي پاڻ ئي موثر انداز ۾ انجام ڏئي سگهن ٿيون.
- جڏهن منصوبابندي ٿي رهي هجي تہ ڪمزور حساس گروپن جي خصوصي ضرورتن تي غور ڪرڻ اهم آهي جهڙوڪ عورتون، ٻارڙا، بزرگ، معذور ۽ اقليتون وغيره.

ڳوٺ/ يونين ڪائونسل ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ پلان چيڪ لسٽ جونمونو

ڳوٺ/ يونين ڪائونسل ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ پلان چيڪ لسٽ

ڳوٺ جو نالو.......................يونين ڪائونسل .... تاريخ ------------

حصو 1- وليج موبيلائزيشن، چيڪ لسٽ نمونو

سيريل	سرگرمي	ٿي ها/نہ	نالو فهرست هٿو	وسيلا/ڳوٺ جي سطح جي فهرست	وسيلا /ضروري صلاحيتون	وسيلا/حڪومتي صلاحيتوڻ فهرست	وسيلا/اين جي او/آءِ اين جي او صلاحيتون،فهرست
1	وي ڊي ايم سي						
2	فرسٽ ايڊ ٽيم						
3	ڳولا ۽ بچاءُ ٽيم						
4	باهہ وسائيندڙ ٽيم						
5	اي ڊبليو ايس ٽيم						
6	لاجسٽڪ ايند ايڊمن ٽيم						
7	انخلا ٽيم						
8	ڪا ٻي ٽيم						

حصو 2- اڳواٽ ڊزاسٽر ايڪشن پلان چيڪ لسٽ نمونو

سيريل	سرگرمي	ٿي وئي	نہ ٿي	ڪڏهن طئي ٿي	ڪنهن جي پاران
1	ڪميٽي ميمبرن جي مهارت سازي ۽ سکيا				
2	ايس اي آر ۽ فائرفائيٽنگ ٽيم لاءِ هنرن جي سکيا				
3	فرسٽ ايڊ ٽيم لاءِ هنرن جي سکيا				
4	ٽيمن جي هنگامي ردعمل ڪٽس				
5	برادري جي ميمبرن وچ ۾ ڪوآرڊينيشن				
6	خطري، ڪمزوري، صلاحيت ۽ خطري جي تشخيص				
7	ڳوٺ لاءِ ڊي آر ايم ۽ تياري جي منصوبابندي				
8	حڪومت ۽ اين جي اوز سان ڪوآرڊينيشن				

9	ابتدائي انتباهي قدم ۽ ٽيمون				
10	انخلا مرڪز/پناه گاهون				
11	تباه ٿيل رستا، واه، شاخون وغيره جي مرمت				
12	هنگامي فنڊ جو قيام				
13	اناج ۽ ٻين کاڌي پيتي جي شين جو ذخيرو هئڻ				
14	ٻيون/مختلف				

حصو 3- مصيبت دوران ايڪشن پلان چيڪ لسٽ نمونو

سيريل	سرگرمي	ٿي وئي	نہ ٿي	ڪڏهن طئي ٿي	ڪنهن جي پاران
1	تڪڙي وارننگ جاري ڪرڻ				
2	سمورين ڪميونٽي ٽيمن وچ ۾ ڪوآرڊينيشن				
3	منتقلي ۽ اچ وڃ				
4	عارضي ڪيمپ جي تعمير جيڪڏهن پهريان دستياب نہ هجي				
5	متاثر ماڻهن کي ريسڪيو خدمتن جي فراهمي				
6	متاثر ماڻهن جي ابتدائي طبي امداد فراهم ڪرڻ				
7	حڪومت سان ڪوآرڊينيشن				
8	متاثر ماڻهن کي خوراڪ ۽ تحفظ جي فراهمي				
9	متاثر ڳوٺن لاءِ ڪيمپ مينيجمينٽ				
10	چوپائي مال جي منتقلي				
11	صاف کاڌو ۽ پيتو جمع ڪرڻ				
12	رات جي وقت روشني جو اهتمام ڪرڻ				
13	سڪيورٽي کي منظم ڪرڻ				
14	عورتن لاءِ نجي ۽ محفوظ جڳهہ جو بندوبست ڪرڻ				
15	امدادي سامان جي مناسب ورڇ				
16	ٻيو				

حصو 4-مصيبت کانپوءِ ايڪشن پلان چيڪ لسٽ نمونو

سيريل	سرگرمي	ٿي وئي	نہ ٿي	ڪڏهن طئي ٿي	ڪنهن جي پاران

1	بي گهر ٿيندڙ آبادي جي واپسي				
2	ڪچري کي ضايع ڪرڻ ۽ ڪچري دانن جو انتظام ڪرڻ				
3	نقصان ۽ ضروري تشخيص				
4	نقصانن يعني گهرن، پلن، رستن، واهن وغيره جي مرمت				
5	ڊي واٽرنگ پمپس (نلڪن) جو بندوبست ڪيو				
6	بحالي وارني شين جي برابر ۽ منصفاڻي ورڇ				
7	مڇردانين، دوائن وغيره جو بندوبست ڪيو				
8	پيئڻ جي پاڻي جي ذريعن کي ختم نہ ڪيو				
9	ٻارن کي تعليم ۽ صحت جي فراهمي کي يقيني بڻائڻ				
10	بحالي ۽ امداد لاءِ غيرسرڪاري تنظيمن سان ڪوآرڊينيشن				
11	بحالي ۽ امداد لاءِ حڪومت سان ڪوآرڊينيشن				
12	ٻيون /مختلف				

سوال 1 : شراڪتي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ جي منصوبابندي ڇا آهي؟

....

....

....

سوال 2: ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ جي منصوبا بندي جا مختلف قدم ڪهڙا آهن؟

....

....

....

سوال 3: وليج/يونين ڪائونسل سطح جي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ جي منصوبہ بندي جي خاڪي ۾ ڇا شامل آهي؟

....

....

....

سوال 4: آفت کان اڳ، وچ ۽ بعد جي اُپائن جا مختلف قسم ڪهڙا آهن جيڪي ڳوٺ جي سطح تي وٺي سگهجن ٿا، ¾ اُپائن جي وضاحت ڪريو؟

....

....

....

حوالا ۽ وڌيڪ پڙهڻ لاءِ - حصو پهريون

- ايشيائي آفتن بابت تياري مرڪز ٿائيلينڊ (2011) ؛ ڪميونٽي بيسڊ ڊزاسٽر رسڪ رڊڪشن تي شراڪتدارن جو ڪتاب www.adpc.net تي دستياب آهي.
- ايف اي او پاران "ڪنڊڪٽنگ اي پي آر اي ٽريننگ اينڊ موڊي فائينگ پي آر اي ٽولز ٽو يوئر نيڊس"-1999.
- پارٽيسيپٽري رورل اپيريشل ٽولز اينڊ ٽيڪنڪس: اي گائيڊ ٽو پي آر اي (2010)
- سسٽينبلٽي آف ڪميونٽي بيسڊ ڊزاسٽر مينيجمينٽ (سي بي ڊي ايم) يوئرس گائيڊ، اقوام متحده جو علائقائي ترقياتي مرڪز (يو اين سي آر ڊي) 2004
- نيشنل ڊزاسٽر مينيجمينٽ اٿارٽي اسلام آباد پاڪستان (2019) سي بي ڊي آر ايم ٽريننگ ٽول ڪٽ.
- ورلڊ فوڊ پروگرام اسلام آباد پاڪستان (2011) ڪميونٽي بيسڊ ڊزاسٽر رسڪ مينيجمنٽ بابت تربيتي ڪتاب
- نيشنل ڊزاسٽر مينيجمينٽ اٿارٽي اسلام آباد (2012) اين ڊي ايم پي جلد ٽيون تحت شايع ڪيل ڪميونٽي تي ٻڌل ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ بابت انسٽرڪٽرز جو رهنما لڪٽيون"-

ڪميونٽي بنيادن تي ڊزاسٽر رسڪ مينيجمينٽ
سي بي ڊي آر ايم

شراڪتدارن جو رهنما ڪتاب، براءِ سنڌ

حصو پيو

بنيادي طبي امداد، باھ وسائڻ
ڳولا ۽ بچاءُ

سيڪشن -1

ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم
تنظيم، ڪردار ۽ ترجيحون

سيڪشن سکڻ جا مقصد

ڪميونٽي سطح تي هنگامي ردعمل جي اهميت ڄاڻڻ لاءِ

⇐ هنگامي حالتن ۾ ڪردار، ذميواريون ۽ سي اي آر ٽي تنظيم کي سمجهڻ لاءِ

⇐ سي اي آر ٽي ايمرجنسي ريسپانس ڪٽ ۾ شامل شين جي نشاندهي ڪرڻ

1. تعارف

جيتوڻيڪ رياست يا حڪومت تي پنهنجي شهري جي جان، مال روزگار جي تحفظ جي بنيادي ذميواري عائد ٿئي ٿي، تنهن هوندي بہ اڪثر وقتن ۾ سڀ کان اڳٽي رهندڙ برادرين کي انهن جو مقابلو ڪرڻو پوي ٿو، ڪنهن بہ تباهي کانپوءِ محدود رسائي، آمدرفت ۽ معلومات يا ان واقعي جي رفتار ۽ اچانڪ ٿيڻ ڪري ڪنهن تباهي کانپوءِ فورن بعد ابتدائي مدو (عام طور تي 2-3 ڏينهن) متاثر طبقي کي پنهنجي وسيلن تي ڀاڙڻ جي ضرورت پئجي سگهي ٿي تنهنڪري ڪنهن آفت جي وقت ٻاهرين امداد کان الڳ ٿلڳ ۽ ڪٽجي وڃڻ ڪميونٽيز ۽ ماڻهن لاءِ تباه ڪن ثابت ٿي سگهي ٿو ۽ جيڪڏهن اُهي منظم ۽ تيار نہ هجن. تنهنڪري ڪميونٽي سطح تي هنگامي ردعمل جي تياري جي ٻهرئين ۽ اهم ذميواري برادري جي سمورن ميمبرن تي آهي.

ڪميونٽي تي ٻڌل هنگامي ردعمل جي سرگرمين جو علم ۽ هنر جنهن ۾ طبي فوري جواب (فرسٽ ايڊ، گولا ۽ بچاءَ ۽ ٻاهر وسائڻ شامل آهن، ڪميونٽيز کي عام طور تي عام طبي حالتن ۽ زخمن جو جواب ڏيڻ لاءِ تيار ڪرڻو آهي، جيڪي ڪنهن بہ آفت دوران ۽ بعد ۾ ٿي سگهن ٿيون. انفرادي سطح تي شروع ڪندي، جيڪڏهن ڪو بيمار ٿي وڃي يا زخمي ٿي وڃي تہ ان تي قدمن يا فوري علاج لاءِ اسان پنهنجي خاندان جي ميمبرن کي سڪيا ڏئي سگهون ٿا، تنهن ہ وندي بہ ڪميونٽي جا سمورا گهراڻا هڪ منظم يونٽ سي اي آر ٽي جي حيثيت ۾ گڏجي ڪم ڪندا آهن، جن کي گڏجي ڪم ڪرڻ لاءِ تيار ۽ سکيا ڏئي سگهجي ٿي، اهڙي گڏيل ڪارروائن سان زخمن، جانين ۽ ملڪيتن کي نقصان کي موثر طريقي سان گهٽائي سگهجي ٿو.

2. برادري سطح تي هنگامي ريسپانس جي اهميت

جيتوڻيڪ تباهي جو شڪار ماڻهن جي بقا جو انحصار اڪثر طور متاثر ماڻهن جي زخمن تي هونداو آهي، انهن جي اثرن کانپوءِ ٻاهريان اعمال جهڙوڪ گرمي پد ۽ ماحول ۽ متاثر ماڻهن تائين پاڻي جي پهچ، مطالعا ان ڳالهہ جي تصديق ڪن ٿا تہ ڪنهن آفت کان متاثر ماڻهن جي اڪثريت عام طور تي پهريان 72 ڪلاڪن اندر ختم ٿي وينديون آهن، جيڪڏهن وقت تي علاج نہ ڪيو وڃي، ان سلسلي ۾ اصطلاح "سنهري ڪلاڪ" هڪ مشهور اصطلاح آهي جيڪو اسپتال جي عملي ۽ هنگامي طبي خدمتن (اي ايم ايس) فراهم ڪندڙ استعمال ڪندا آهن. ان جو مطلب اهو آهي تہ ڪنهن زخمي مريض جي قطعي سارسنڀال لاءِ زخم جي وقت کان 60 منٽ (هڪ ڪلاڪ) جو وقت هوندو آهي جنهن بعد عارضو ۽ موت جي امڪانن ۾ نمايان اضافو ٿيندو آهي. ان اصطلاح کي "گولڊن آور" عام طور تي بالٽيمور جي ٽراما انسٽي ٽيوٽ ڊاڪٽر آر ايڊمز ڪاوِلي سان منسوب ڪيو ويندو آهي. 1975 ۾ پنهنجي هڪ مضمون ۾ هن بيان ڪيو تہ "زخم کانپوءِ پهريون ڪلاڪ شديد طور تي زخمي ٿيندڙ شخص جي بقا جي امڪانن جو تعين ڪندو".

ان سان تباهي/هنگامي متاثرن جي سارسنڀال جي باري ۾ مناسب اسپتال ڪان پهريان جو علم سکڻ ذريعي برادرين جي وقتائتي ۽ مربوط جواب جي اهميت کي اجاگر ڪيو ويندو آهي. اهڙي ريت گهريلو باهه ڪميونٽيز ۾ زخمي ۽ موتن جو سڀ کان وڏن سببن مان هڪ آهي باهه لڳڻ سان اڪثر ڪافي معاشي نقصان ٿيندو آهي، اها ڳالهه مشهور آهي ته باهه کان بچاءُ ۽ حفاظت جي باري ۾ علم و تربيت باهه بابت انساني ۽ مادي نقصان ٻنهي کي بهتر بڻائڻ لاءِ سڀ کان موثر طريقو ثابت ٿي سگهي ٿي. تنهنڪري ڪميونٽي جي سمورن فردن جي ذميواري آهي ته اُهي ان اهم موضوع کان پنهنجي پاڻ کي واقف ڪن.

3. ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم _ سي اي آر ٽي

سي اي آر ٽي وليج ڊزاسٽر مينيجمنٽ ڪميٽي يا يو سي ڊي ايم سي جن هينين ڪميٽين جي شڪل آهي. ڪميونٽي جي تربيت يافته رضاڪارن جو اهو سرشار گروپ تباهي دوران ۽ ان کانپوءِ زندگي بچائڻ جي بنيادي ڪم انجام ڏيڻ لاءِ تيار ۽ منظم رهندو آهي. سي اي آر ٽي جي هڪ ٽيم ڪميونٽي جي ضرورت ۽ گهرج مطابق گهٽ ۾ گهٽ 10 کان 15 يا ان کان وڌيڪ ميمبرن تي مشتمل ٿي سگهي ٿي

1.3- CERT جا ڪردار ۽ ذميواريون

ٽيمون پنهنجي قائد تحت منظم انداز ۾ گڏجي ڪم ڪنديون آهن ۽ هيٺ ڏنل فرض انجام ڏيندا آهن.

- واقعي واري هنڌ جو تعين- ابتدائي تشخيص ڪريو ۽ واقعي جو اندازو ڪريو
- سهولتون جهڙوڪ بجلي ۽ قدرتي گيس تائين پهچو ۽ انهن کي بند ڪريو
- ننڍي باهه وسايو
- ٿوري ڳولا ۽ بچاءَ جو آپريشن شروع ڪريو
- اسٽارٽ_ سادي نموني چڪاس ڪريو ۽ فوري علاج شروع ڪريو
  - طبي ضرورتون، زخمي/ڏکن جي تعداد ۽ زخمي جي قسمن جو اندازو ڪريو
  - متاثر/مريض جي سڃاڻ- اي بي سي (ايئرويز بريٿنگ سرڪيوليشن)
  - جان ليوا زخمن جو علاج
- متاثرن جي تحفظ لاءِ مدد يا پيشيوراڻ مدد
- مدد لاءِ ڪال ڪريو
- جيڪڏهن ضرورت هجي ته پيشيوراڻ جواب ڏيندڙن جي مدد ۽ سهڪار ڪريو

ٻيا ڪم

تربيت يافته ۽ اوزارن سان گڏ ڪميونٽي جي رضاڪار گروپس سي اي آر ٽي ۽ ڪميونٽي تي ٻڌل تنظيمن جا ميمبر هڪ اهم وسيلي طور تي ڪم ڪري سگهن ٿا جيڪي هنگامي طور تي ردعمل جي ڪيترن ئي ٻين ڪمن کي انجام ڏيڻ جي قابل ٿا آهن.

- وڏي پيماني تي جاني نقصان جي انتظام ۾ مدد
- متاثرن جي منتقلي
- ڪميونٽي جي سطح تي ضرورت تشخيص سروي
- مقامي صحت جي سهولت جي تياري
- ڪميونٽي انخلا
- خوراڪ، پاڻي جي فراهمي غير غذائي شين جي فراهمي

- عارضي پناهه جي دستيابي
- آفت ڪانپوءِ اهم سهولتن جي هنگامي مرمت يعني پلون، روڊ ۽ ٽيليفون
- حفاظتي انتظام، گمشده ميمبرن جي ڳولا ۽ وڇڙيل خاندان سان ٻيهر ملائڻ

2.3 سي اي آر ٽي تنظيم

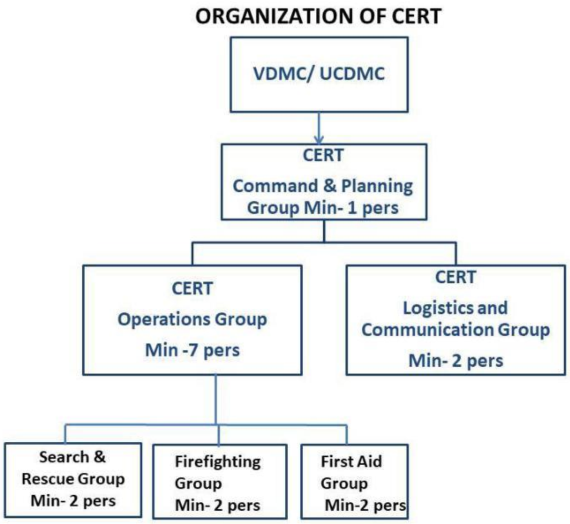
برادري جي سطح تي مختلف گروهن ۾ ورهائي سگهجي ٿو.

4. ڪمانڊ اينڊ پلاننگ گروپ
5. آپريشن گروپ
6. لاجسٽڪ اينڊ ڪميونڪيشن گروپ

آپريشن گروپ: مختلف ڪم انجام ڏينوآهي يعني ڳولا ۽ بچاءُ، ايس آر فوري امداد ۽ باهه وسائڻ، تنهنڪري ان جي هيٺين گروپن جا وڌيڪ مختلف قسم آهن

4) ڳولا ۽ بچاءَ گروپ (پاڻي کان بچاءَ، عمارت ڪرڻ کان بچاءَ، ٻوڏ کان بچاءَ)
5) فوري امداد/ طبي ردعمل گروپ
6) باهه وسائيندڙ گروپ

شڪل 5 :تجويز ڪيل سي اي آر ٽي تنظيم



نوٽ: هن تنظيم کي گهٽ ۾ گهٽ نظر ۾ رکندي هر ٽيم جا (ضروري) 10 رضاڪار تجويز ڪيا ويا آهن. جيڪڏهن انساني ۽ مادي وسيلا اجازت ڏين ٿا ته انهن گروهن جو واڌارو ڪري سگهجي ٿو. مثال طور تي ڪمانڊ ۽ منصوبابندي جي ڪم لاءِ به الڳ الڳ گروپ جوڙي سگهجن ٿا، اهڙي ريت رسد ۽ مواصلاتي ڪمن لاءِ به به الڳ الڳ گروپ جوڙي سگهجن ٿا، وڌيڪ اهو ته ڳولا ۽ بچاءَ، باهه وسائڻ ۽ فوري امداد ۾ رضاڪارن جي انگ کي به موجودگي ۽ شرطن جي انحصار تي واڌ ڪري سگهجي ٿي.

4. ايمرجنسي ريسپانس ڪٽ (سرچ اينڊ ريسڪيو ۽ فرسٽ ايڊ ڪٽس) سي اي آر ٽي لاءِ

سي اي آر ٽي لاءِ اهو ضروري آهي ته اها پنهنجي سامان (سرچ اينڊ ريسڪيو ۽ فرسٽ ايڊ ڪٽس) جو بندوبست ڪري ته جيئن ڪنهن به هنگامي صورتحال کي منهن ڏيڻ لاءِ استعمال ٿئي ۽ ڪميونٽي جي سطح تي ٿيندڙ ڏکن زخمين ۽ بيمارين جو علاج ٿي سگهي. سي اي آر ٽي جي سمورن ميمبرن کي ڪٽس تائين رسائي هئڻ گهرجي، خاص طور تي اُهي ماڻهو جيڪي ان کي استعمال ڪرڻ لا چڱي ريت سکيا ورتل آهن. ولیج ڊي ايم سي جي رهنمائي ۾ ڪٽ کي صحيح طريقي سان اسٽور ۽ سنڀالڻ ضروري آهي. برادري جي سطح تي ڪٽس ۾ هيٺيون شيون شامل آهن:

1.4. فرسٽ ايڊ ڪٽ ۾ شامل:

سي اي آر ٽي سطح تي، فرسٽ ايڊ ڪٽس ۾ ڪميونٽي جي سطح تي ابتدائي طبي امدد فراهم ڪرڻ لاءِ هيٺيون ضروري سامان هئڻ گهرجي، تنهن وندي به ابتدائي طبي امداد جي ڪٽ جو انگ دستياب وسيلن ۽ سي اي آر ٽي سطح تي تربيت يافته رضاڪارن جي انگ تي منحصر آهي.

فرسٽ ايڊ ڪٽ ۾ شامل سامان:

1. چيڪڻ واري ٽيپ
2. بيهوشي وارو اسپري
3. جيوڙن ڪان پاڪ گوزپيڊ
4. پٽيون
5. الرجي جي خاتمي واري دوا
6. دستانا
7. اينٽي بائيوٽڪ ڪريم
8. اڻ چيڪندڙ پيڊ
9. جيبي ماسڪ
10. واسيپ
11. ڪپهه
12. ريسي ايبل اوون بيگ
13. سيفٽي پن (وڏيون ۽ ننڍيون)
14. ٿرماميٽر
15. قينچي
16. چمٽي

2.4. ڳولا ۽ بچاءُ واري ڪٽ جو سامان

جيتوڻيڪ ڪميونٽي سطح ت سي اي آر ٽي ميمبر تباهي جي ردعمل ۾ اهم ڪردار ادا ڪندا آهن تنهن هوندي به انهن کان تربيت يا توقع ناهي ڪئي ويندي ته اُهي پيشيور/تصديق ٿيل جواب ڏيندڙن جهڙو ڳولا ۽ بچاءُ جو ڪم انجام ڏين، تنهنڪري سي اي آر ٽي سرچ اينڊ ريسڪيو ڪٽ بنيادي طور تي بنيادي شين تي ٻڌل آهي.

ٻوڏ ۾ بچاءَ واري ڪٽ جو سامان

ٻوڏ

1	لانگ هينڊل سان گڏ هيوي ڊيوٽي اسٽيل ڪٽر
2	هٿوڙو
3	مجموعہ چمٽا سيٽ
4	اسڪريو ڊرائيورز سيٽ
5	سوئس ڪيسي ۾ رکڻ وارو چاقو
6	ربر جا جوتا
7	ميگافونز
8	حفظان صحت ڪٽ (پنهنجي مرضي موجب)
9	GPS
10	سخت ٽوپيون (لوگو سان گڏ)
11	ضرورت مطابق اشارا (اردو ۽ سنڌي)
12	چمڪندڙ چڙي
13	اسٽريچرز
14	زپ لاڪ بيگس
15	مينهن جو ڪوٽ (PDMA) لوگو سان گڏ
16	سي پي آر ماسڪ
17	سي پي آر ڪي چين شيلڊ
18	سليپنگ بيگ
19	ٽورنڪيٽ
20	ذاتي ٿرماس
21	هنگامي رابطہ پيڪٽ
22	سيٽي
23	لاش لاءِ ٿيلها
24	جيبي فرسٽ ايڊ ڪٽس
25	فلوٽس (ترڻ لاءِ)
26	پاڻي صاف ڪندڙ اسٽراس

زلزلو

1	رسي
2	ٽيپ (ماسڪنگ، پيڪنگ، ڊڪٽ)
3	قينچيون
4	هٿوڙا
5	لوهه جي ڪسني
6	ڪيسي سان گڏ گنجي (PDMA لوگو سان گڏ)
7	حفاظتي عينڪ
8	ماسڪ (پي ڊي ايم اي لوگو سان گڏ)
9	اينٽي اسٽيٽڪ دستانا
10	دستانا (جراحي)
11	حفظان صحت ڪٽ
12	هٿ سان هلندڙ رابطي جو اوزار (موٽرولا)
13	تعميراتي چيلهه جو پٽو
14	جمپنگ شيٽ
15	هنگامي بقا جو ڪمبل

سيڪشن -2

ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم
بنيادي طبي امدادي ڪارروايون ۽ ترجيحون

سيڪشن سکڻ جا مقصد

⇐ واقعي واري هنڌ تي تشخيص ۽ START کي شامل ڪرڻ لاءِ شروعاتي طبي امداد جون ترجيحون ڄاڻڻ لاءِ
⇐ اڪثر عام هنگامي حالتن کي سنڀالڻ لاءِ فوري امدادي مهارتون سمجهڻ ۽ سکڻ لاءِ

1. تعارف

هن سيڪشن ۾ ڪورس جي شراڪتدارن- سي اي آر ٽي ميمبرن کي ابتدائي طبي امداد کان آگاهه ڪيو ويندو اُهي مظاهري ۾ شريڪ ٿيندا ۽ شروعاتي طبي امداد جون مهارتون سکڻ لاءِ مشقن ۾ حصو وٺندا.

2. فرسٽ ايڊ جي وضاحت (هنگامي طبي ردعمل)

فرسٽ ايڊ ابتدائي فوري طور پر امداد يا علاج آهي جيڪو ڪنهن اهڙي شخص کي ڏنو ويندو آهي جيڪو ايمبولينس، ڊاڪٽر يا ٻئي مناسب اهل فرد جي اچڻ کان اڳ زخمي ٿئي يا اچانڪ بيماري ٿي ويو هجي. هي ڪنهن ڊاڪٽر ياپيشيور تربيت يافته هنگامي طبي جواب ڏيندڙن جي اچڻ کان اڳ انجام ڏنو ويندو آهي. هي عام طور تي آسان ۽ امڪاني طور تي زندگي بچائڻ جي مهارت هڪ سلسلي تي مشتمل هوندي آهي جنهن سان فرد يا گروه کي گهٽ ۾ گهٽ سامان سان گڏ انجام ڏيڻ جي تربيت ڏئي سگهجي ٿي. برادري جي سطح تي فرسٽ ايڊ ڪنهن بيمار يا تباهي/هنگامي متاثرن لاءِ ابتدائي طبي نگهداشت جي فراهمي آهي جيڪا عام طور تي تربيت يافته ڪميونٽي جي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم سي اي آر ٽي ۽ ان جي ميمبرن ذريعي انجام ڏني ويندي آهي. ايسيتائين جو پيشيوراڻ سارسنڀال پهچي وڃي يا متاثر کي ويجهي ترين پيشي وراڻ صحت جي سهولت تائين منتقل نه ڪيو وڃي.

3. فرسٽ ايڊ جا هدف (ايمرجنسي ميڊيڪل ريسپانس)

- زندگي بچائڻ
- وڌيڪ نقصان نه ڪرڻ ۽ وڌيڪ نقصان کان روڪڻ
- صحتيابي کي هٿي وٺرائڻ لاءِ

"مقصد رُڳو زخمن جي ٽي نه زخمين/بيمارن جي سارسنڀال ڪرڻي آهي"

4. فرسٽ ايڊ جي فراهمي ۾ سي اي آر ٽي جو ڪردار

هيٺ ڏنل ڪجهه اهم نڪتا آهن جن بابت سي اي آر ٽي ميمبر آفت سٽيل ماڻهن جي فوري طبي امداد ڪري سگهن ٿا، جيئن ئي ڪو حادثو يا ڏک جو واقعو پيش اچي:

- واقعي واري هنڌ جو تعين ڪيو، ابتدائي تشخيص ڪريو ۽ واقعي جو اندازو ڪيو
- اسٽارٽ _ ساده نموني سان تپاسيو ۽ تڪڙو علاج شروع ڪريو
  - مريض جي ابتدائي تشخيص _ مريض جي شروعاتي تشخيص ڪريو
  - طبي امداد انجام ڏيو/بنيادي جاني سهڪار جيڪڏهن ضرورت هجي ته

- مدد لاءِ ڪال ڪريو
- پيشي ورانہ جواب ڏيندڙن جي مدد ۾ سهڪار ڪريو جيڪڏهن ضرورت هجي تہ

5. سي اي آر ٽي پاران واقعي واري هنڌ جي تشخيص

حادثي/هنگامي صورتحال تي پهچڻ تي سي اي آر ٽي کي هيٺين قدمن جي ضرورت آهي، تنهن هوندي بہ ڪنهن بہ حادثي يا هنگامي صورتحال جو جواب ڏيندي سڀ کان اهم پهلو آهي تہ اوهان پنهنجي حفاظت کي پهريان رکو ۽ هميشہ پنهنجي ذاتي حفاظتي سامان پهريو.(پرسنل پروٽيڪٽو اڪيوپمنٽ)

سي اي آر ٽي هنگامي ردعمل تشخيص
1) **حقيقتون جمع ڪريو**- ڇا ٿيو آهي؟ ڪيترا ماڻهو شامل نظر اچن ٿا؟ موجوده صورتحال ڇا آهي؟
2) **نقصان جو اندازو ۽ گفتگو ڪريو**: اهو ڄاڻڻ جي ڪوشش ڪريون تہ ڇا ٿيو آهي، هاڻ ڇا ٿي رهيو آهي ۽ واقعي ۾ ڪيتريون خراب شيون ٿي سگهن ٿيون، پيشي وراڻا جواب ڏيندڙن/ وي ڊي ايم سي کي ڪال ڪريو.
3) **امڪانن تي غور ڪريو**: ڇا ٿيڻ جو امڪان آهي؟ جهڙپن جي واقعن سان ڇا سگهي ٿو؟
4) **پنهنجي صورتحال جو اندازو ڪريو**: ڇا اوهان کي فوري خطرو آهي؟ ڇا اوهان کي صورتحال کي منهن ڏيڻ جي تربيت ڏني و ئي آهي؟ ڇا اوهان وٽ سامان آهي جنهن جي ضرورت آهي؟
5) **ترجيحون قائم ڪريو**: ڇا زندگيون خطري ۾ آهن؟ ڇا اوهان مدد ڪري سگهو ٿا؟ ياد رکو، زندگي جي حفاظت پهرئين ترجيح آهي!
6) **فيصلا ڪريو**. پنهنجي فيصلن تي مرحلي 1 کان 5 تائين جي جوابن مطابق ۽ ان مطابق ترجيحن سان گڏ جيڪي اوهان قائم ڪيون.
7) **ڪارروائي جو منصوبو تيار ڪريو**- اهڙو منصوبو تيار ڪريو جنهن سان اوهان پنهنجي ترجيحن کي پورو ڪري سگهو، ٽيم جي ميمبرن لاءِ سادو منصوبو زباني هدايت جو ٿي سگهي ٿو.
8) **ڪارروايون ڪريو**: پنهنجي منصوبي تي عملدرآمد ڪيو ۽ صورتحال جو درست طور تي وي ڊي ايم سي کي اطلاع ڏيو
9) **اڳيرائي جو اندازو ڪريو**: وقفن جي وقت، عملي منصوبي جي مقصدن جي پورائي ۾ پنهنجي اڳيرائي جو اندازو لڳايو تہ ان ڳالهہ جو تعين ڪريو تہ ڇا ڪم ڪري رهيا آهيو ۽ صورتحال کي مستحڪم ڪرڻ لاءِ اوهان کي ڪهڙيون تبديليون آڻيون پئجي سگهن ٿيون.

6. START - آسان آزمائش اور تیز علاج

ترﻳﺞ جو اصلاح فرانسيسي فعل ترائر مان نڪري ٿو، جنهن جو مطلب آهي الڳ، ڇانٽي، علحده يا پسند ڪرڻ، جديد ميڊيڪل ترائج ايجاد ڊاڪٽر ڊومينڪ جين ليري نيپولين جنگ دوران هڪ سرجن جي حيثيت سان ڪيو هو، جنهن جنگ ۾ زخمي ٿيندڙ ماڻهن جو علاج سندن زخمن جي گهرائي جو مشاهدو ڪندي ڪيو. هنگامي صورتحال ۾ اهلڪارن، رسد ۽ چرپر جي ڳاڙين جي ڪوٽ آهي ۽ امڪاني حد تائين متاثرن کي بچائڻ لاءِ طبي امداد ڏيندڙن کي وقت سان وڙهڻو پوندو آهي، تنهنڪري هنگامي طبي جواب ۾، ترائج جو مطلب آهي زخم يابيماري جي ڊگري ۽ سندس بچڻ جي امڪان مطابق طبي امداد لاءِ متاثرن جي ڇانٽي ڪرڻ ۽ ترجيح ڏيڻ آهي.

آزمائش جو مقصد اهو آهي جو گهٽ کان گهٽ وقت ۾ جان بچائڻ جي مداخلت جي ضرورت پوندڙ اهم زخمن جي نشاندهي ڪرڻ آهي. جيڪي معمولي يا مقامي زخمين کان متاثر ماڻهن کي واقعي واري هنڌ سارسنڀال فراهم ڪندا آهن تہ جيئن صحت جي سهولت شديد متاثرن وٽ پهچي سگهي، ان سان وقت جي بچت ٿيندي آهي ۽ صحت جي سهولتن تان بار پڻ گهٽبو آهي.

1.6. ٽرائيج جي درجا بندي

عام طور تي استعمال ٿيندڙ ٽريج سسٽم متاثرن/ مريضن جي طبي حالت کي چار سطحن ۾ درجه بندي ڪرڻو آهي. يعني فوري طور تي نگهداشت، دير سان سارسنڀال، غير ضروري يامعمولي ۽ مرده يا مرڻ جي ويجهو، مريضن ۽ متاثرن کي ترجيح ڏيڻ لاءِ ٽريج سسٽم جو استعمال سمورين ترتيبن ۾ ڪيو ويندو آهي. يعني هنگامي ڪاتن، اسپتال ۽ ايمرجنسي رومز ۾ سڄي دنيا ۾ مختلف ٽريج سسٽم مختلف نالن سان موجود آهن. تنهن هوندي به آفت ۽ هنگامي صورتحال ۾ استعمال ٿيندڙ ٽريج سسٽم کي ايم سي آءِ ٽريج يا ڊزاسٽر ٽريج جي نالي سان ڄاتو ويندو آهي ۽ ان سسٽم ۾ متاثرن جي بنيادي قسمن ۽ رنگين ڪوڊنگ عالمي سطح تي هڪجهڙي آهي. هيٺ ڏنل ٽيبل ايم سي آءِ/ڊزاسٽرٽريج ۾استعمال ٿيندڙ متاثرن جي مختلف قسمن ۽ اصطلاحن کي تفصيل سان ٻڌايوويو آهي.

ٽيبل 1 ايم سي آءِ ٽريج ڪيٽيگريز

زمرو	ڪلر ٽيگ	حالت	ريمارڪس
معمولي	سائو	انتظار، گهٽي پاڱي معمولي زخم	ڏينهن اندر حالت خراب ٿيڻ جو امڪان ناهي "گهمندڙ ڦرندڙ زخمي" معمولي علاج/ ابتدائي طبي امداد موقعي تي ڏني وئي
دير	پيلو	دير/مشاهدو- شديد ۽ امڪاني زندگي کي خطرو زخم سميت	اميد ناهي ته ڪيترن ئي ڪلاڪن دوران حالت نمايان طور تي بگڙجي ويندي. چرپر ۾ دير ٿي سگهي ٿي
تڪڙو	ڳاڙهو	زندگي بچائڻ لاءِ منٽن اندر فوري طبي نگهداشت جي ضرورت (60 منٽن تائين)	ايئر وي، ساهه کڻڻ ۽ سرڪيوليشن ۾ ڏکيائي سان ڳڌ مريض
امڪاني	ڪارو	امڪاني- زخمن جي شدت ۽ محدود طبي سهولتن جي دستيابي سبب بچڻ جو امڪان ناهي	افراتفري ۾ سور ختم ٿيڻ واري سارسنڀال ٿيڻ گهرجي

7. سي اي آر ٽي لاءِ ابتدائي طبي امداد جون ترجيحون

ڪنهن به آفت يا هنگامي صورتحال دوران، سي اي آر ٽي آفتن کان متاثر ماڻهن جون زندگيون بچائڻ لاءِ اهم ڪردار ادا ڪري سگهي ٿي، جيتوڻيڪ انهن جي پنهنجي جانين کي خطرو آهي، پر اهو به ضروري آهي ته اُهي پنهنجي جانين کي محفوظ رکڻ لاءِ پوري طرح سان احتياط ڪن ۽ تباهي جو شڪار ماڻهن جو به. هيٺ ترجيحن جو ذڪر ڪيو ويو آهي جن تي غور ڪرڻ جي ضرورت آهي جڏهن زخمي شخص کي ابتدائي طبي امداد فراهم ڏني پئي وڃي.

- فوري طور جلدي _ سي اي آر ٽي ميمبر بنا دير متاثر جي مدد لاءِ هڪ تربيت يافته پهريان مددگار طور فوري طور تي جلدي ڪرڻ گهرجي
- ذاتي حفاظتي سامان (پي پي اي) _ ٻين جي مدد کان پهريان ذاتي حفاظتي سامان (پي پي ايز) چيڪ ڪريو.
- تحفظ پهريان: ٻين سي اي آر ٽي رضاڪارن سان گڏجي واقعي واري هنڌ کي محفوظ بڻايو ائين ڪرڻ جي ڪوشش نه ڪريو جو شيون اوهان جي ڪنٽرول مان نڪري وڃن، منجهيل صورتحال ۾ پيشيوراڻ تربيت يافته ۽ تصديق ڪيل فرسٽ ايڊ فراهم ڪرڻ وارن کي شامل ڪرڻ بهتر آهي.
- تڪڙي ۽ سڪون سان صورتحال جو جائزو وٺڻ

- پنهنجي پاڻ ۽ زخمين کي وڌيڪ خطري کان بچايو
- شفقت ۽ همدردي
- زخمين کي پرسڪون رکو ۽ يقين ڏياريو
- سخت زخمي ۽ جان جي خطري واري زخمي/متاثر کي پهريان ڏسو.

عام طور تي هنگامي صورتحال جو انتظام ڪرڻ لاءِ ابتدائي طبي مهارتون
سي اي آر ٽي ذريعي ڪارروايون

1. پهرئين جوابدار ڏيندڙ پاران شروعاتي تشخيص، ڊي آر_ اي بي سي
2. ڪارڊيو پلمونري ريسوسيٽيشن (سي پي آر)
3. صدمو يا بيهوش مريض/متاثر
4. هوش ۾ دم گهٽجڻ وارو مريض
5. زخم ۽ ڏڪ
6. هڏي ڀڄڻ، مڙڻ ۽ موڙو
7. ڪرنگهي جي هڏي ڀڄڻ
8. سڙڻ جو زخم
9. پاڻي جي گهٽتائي ۽ هيٽ اسٽروڪ
10. نانگ جو ڪکڻ
11. ٻڏڻ

1. پهرئين جواب ڏيندڙ ذريعي ابتدائي تشخيص

پهرئين جواب ڏيندڙ ذريعي ابتدائي تشخيص

ڪنهن به هنگامي صورتحال دوران موقعي تي ٽي شرط آهن جيڪي فوري طور تي متاثرن جي زندگي خطري ۾ وجهندا آهن، اُهي اي بي سي جي نالي سان مشهور آهن جن جي پيروي هيٺ ڏجيتي.

- اي : ايئرويز
- بي: بريٿنگ
- سي : سرڪيوليشن

اي بي سي جي جاچ پڙتال لاءِ متاثره ماڻهو کي فوري امداد ۽ ابتدائي طبي امداد فراهم ڪرڻ لاءِ هيٺ ڏن هنگامي اُپاءَ (جهڙوڪ ڊي آر اي بي سي به چيو ويندو آهي) ڪري سگهجن ٿا.

واقعي واري هنڌ پهرئين پهچندڙ جي ڪارروائي[1] (DR-ABC)

ڊي:خطرو : صورتحال جو اندازو ڪريو: ڇا اوهان يا زخمي شخص لاءِ ڪو خرو آهي؟ جيڪڏهن آهي ته يا ته خطرو پري ڪريو يا زخمي کي خطري مان ٻاهر ڪيو

آر: ريسپانس: جواب ڏيڻ لاءِ فرد جي تشخيص ڪريو: ڇا هو اوهان جي آواز جو جواب ڏئي ٿو ۽ آهستگي سان لڏي وڃي ٿو؟ جيڪڏهن جواب نه ٿو ملي ته ايندڙ مرحلي تي وڃو

[1] فرسٽ ايڊ جي تربيت مدد دستياب

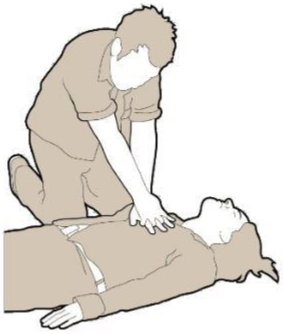
اي: ايئروي: ايئروي کي چيڪ ڪيو ۽ کوليو، مٿي تي هڪ هٿ رکو، مٿي کي پٺتي جهڪايو ۽ کاڏي کڻو.

بي: بريٿ(ساهه): ساهه کڻڻ جي جاچ ڪريو، ڏسو، ٻڌو ۽ ساهه کڻڻ کي محسوس ڪيو، سيني جي حرڪت ڳوليو، ساهه کڻڻ جو آواز ٻڌو ۽ پنهنجي ڳٽن تي ساهه کڻڻ کي محسوس ڪريو، ڏهه سيڪنڊ کان وڌيڪ وقت تائين ايئن نه ڪيو.

ڏسو، ٻڌو محسوس ڪيو

جيڪڏهن متاثر شخص عام طور تي ساهه کڻي رهيو آهي ته جان ونڌڙ زخمن جو جائزو وٺو ۽ پوءِ بحالي جي پوزيشن ۾ رکو ۽ کليل هوائي رستو برقرار رکو.

سي: دٻاءُ: جيڪڏهن هو عام طور تي ساهه نه ٿو کڻي ته پيشيوراڻه مدد لاءِ ڪال ڪريو ۽ ڪارڊيو – پلمونري ريسيٽيٽيشن (سي پي آر) شروع ڪيو، 30 سيني جا ڪمپريشن جي چڪرن ڪانپوءِ 2 ريسڪيو ساهه لڳايو يا رُڳو هڪ منٽ ۾ 100 ڪمپريشنس جي شرح سان سيني جي ڪمپريشن جاري رکو.



سي: سرڪيوليشن : رت جي پمپنگ يا ڪنهن زخم کي وهائڻ لاءِ ڏسو، سڌو سنئون دٻاءُ سان ان تي قابو رکو معمولي ٽشو جو رنگ تلاش ڪريو.

نوٽ: متاثر (جيڪڏهن هوش ۾ آهي) کان اجازت وٺو ۽ هميشه پنهنجو تعارف ڪرايو ۽ امداد لاءِ اجازت گهرو

ڪارڊيو پلمونري ريسوسي ٽيشن (سي پي آر)

2. ڪارڊيو پلمونري ريسوسي ٽيشن (سي پي آر)[2]

DR-ABC مهارت ڪانپوءِ جيڪڏهن ضرورت هجي ته سي پي آر کي ٽن آسان قدمن ذريعي انجام ڏئي سگهجي ٿو. سي اي بي (ڪيب) [3]

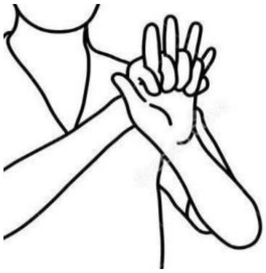
1) **سي : سرڪيوليشن، ڪمپريسنگ ۽ ڪال**
2) **اي: ايئر وي**
3) **بي: ساهه**

سي پي آر جو پهريون قدم متاثرن جو اندازو ڪرڻ ۽ جواب ڏيڻجي جاچ ڪرڻ آهي، عدم جوابيءَ تي متاثر کي چيڪ ڪريو، آهستي متاثر کي لوڏيو ۽ رڙ ڪيو "ڇا اوهان نيڪ آهيو" جيڪڏهن شخص جواب ڏئي ٿو ته سي پي آر جي ضرورت نه آهي، جيڪڏهن ڪو جواب نه اچي ته هو شخص جواب ڏيڻ جي قابل ناهي يا هوش ۾ ناهي ۽ فالج جو آثار ڏيکاري ٿو.

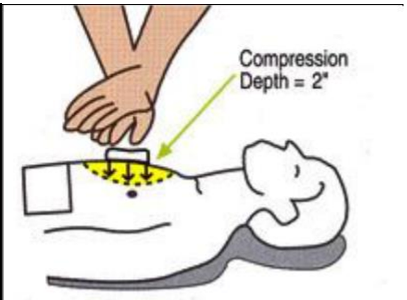
مدد لاءِ ڪال ڪريو (ايمرجنسي نمبر) ۽ متاثر وٽ واپس وڃو_ سي پي آر انجام ڏيو

جڏهن سيني کي دٻاءُ ڏيو ته هٿ جي مناسب جڳهه جو تعين تمام ضروري آهي، ساڄي هٿ جي پوزيشن حاصل ڪرڻ لاءِ ٻنهي آڱرين کي اسٽرنم تي رکو (سيني جي اُها جڳهه جتي هيٺيون پاسيريون ملنديون آهن) پوءِ پنهنجي ٻي هٿ جي ترِيءَ کي پنهنجي آڱرين سان گڏ رکو. هڪ هٿ کي ٻئي هٿ جي مٿان رکو ۽ آڱرين کي ڏار ڪريو، پنهنجي ڏوڏين کي لاڪ ڪيو ۽ پنهنجي جسم جو وزن استعمال ڪريو، متاثر جي سيني کي دٻايو.

آڱرين کي جوڙي ڇڏيو



هٿن جي صحيح پوزيشن



دٻاءُ جي گهرائي گهٽ ۾ گهٽ 5-6سينٽي ميٽر (2 انچ) هئڻ گهرجي، ياد رکو: 2 هٿ 2 انچ

وڏي آواز ۾ ڳڻيو چوته دٻاءُ جي شرح 2 سيڪنڊن ۾ اٽڪل 3 دٻاءُ ٿيندي آهي هر منٽ جي حساب سان اوهان 100 ڪمپريشن ڪيو ٿا.

مدد پهچڻ تائين 2 ساهه ۽ 30 پمپس سان گڏ جاري رکو

[2] *American Heart Association guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) and Emergency Cardiovascular Care (ECC) 2015*

[3] *The change from the traditional ABC (Airway, Breathing, Compressions) sequence in 2010 to the CAB (Compressions, Airway, and Breathing) sequence was confirmed in the 2015 AHA guidelines.*

ڪارڊيو پلمونري ريسوسي ٽيشن (سي پي آر)

سي ڪمپريشن_ سيني جو ڪمپريشن شروع ڪيو 1) سخت زور ڏيو: گهٽ ۾ گهٽ 2 انچ گهرائي(6سينٽي ميٽر) 2) جڏهن اوهان 30 ڀيرا دٻايو ته وڏي آواز ۾ ڳڻيو 3) تيزيءَ سان پش ڪريو: 100 کان 120 في منٽ 4) هر ڌڪي سان سيني کي پورو پنتي هٽڻ جوانتظار ڪيو 5) نه ٻيهو: جيڪڏهن ڪو اوهان سان گڏ آهي ته ايمبولينس اچڻ تائين هر 2 منٽن ۾ ايئن ڪيو.	هٿ جون ڏوڏيون بند ڪيو ۽ زور لڳايو
A -Airwayهوا جو رستو صاف ڪيو 1) هن شخص کي پنهنجي پُٺي تي مضبوط سطح تي رکو 2) پنهنجا گوڏا ان شخص جي ڪنڌ ويجهو رکو 3) مٿو جهڪايو ۽ ڪاڏي ڪٽندي ان شخص جي هوا جو رسو کوليو 4) پنهنجي ترِي شخص جي مٿي تي رکو ۽ آهستي هيٺ دٻايو 5) پوءِ ٻئي طرف کان، نرميءَ کان ڪاڏي کي اڳتي وڌائي ايئروي کوليو، معمولي ساهه کڻڻ لاءِ چيڪ ڪريو. 6) 10 سيڪنڊ کان وڌيڪ وقت ناهي وٺڻو. سيني جي حرڪت ڳوليو، ساهه کڄڻ جو آواز ٻڌو، ۽ پنهنجا ڳِٽا ۽ ڪن تي شخص جي ساهه جو احساس ڪريو.	ڏسو، ٻڌو ۽ محسوس ڪيو سهڪڻ کي عام ساهه تصور نه ڪيو جيڪڏهن هو شخص عام طور تي ساهه نه کڻي رهيو آهي يا اوهان کي يقين ناهي ته، وات مان ساهه کڻائڻ جي شروعات ڪيو
B - ساهه کڻڻ- ٻچاءَ جو ساهه کڻڻ 1) ٻچاءَ جا ساهه وات کان وات يا وات کان نڪ ذريعي ساهه کڻي سگهجي ٿو، جيڪڏهن وات کي شديد زخم پهتل هجي ته يا منهن نه کلي سگهندو هُجي. 2) وات کان وات ساهه کڻڻ لاءِ ناسُن جي کي چپٽي لڳايو ۽ سيل ٻڌائيندي شخص جو منهن پاڻ سان ڍڪيو 3) ٻه ريسڪيو ساهه ڏيڻ لاءِ تيار ٿيو 4) ڀيريون ريسڪيو ساهه ڏيو، هڪ سيڪنڊ تائين دير تائين رهو ۽ ڏسو جيڪڏهن سينو وڏي رهيو هجي ته. 5) جيڪڏهن اهو ايرندو هُجي ته ٻيو ساهه ڏيو 6) جيڪڏهن سينو نه ٿو ڪجي ته سر جهڪايو ڪاڏي کڻي ورجايو ۽ پوءِ ٻيو ساهه ڏيو.	ناسن کي چپٽي هڻو ٻه ساهه ٻه ساهه ۽ 30 پمپ*

***نوٽ:اهو تناسب هڪ فرد ۽ ٻن فردن واري سي پي آر لاءِ هڪجهڙو آهي، ٻن ماڻهن جي سي پي آر ۾ سيني جو پمپ لڳائيندڙ شخص رڪجي ويندو آهي جڏهن ٻيو وات مان ساهه ڏيندو آهي**

ايمرجنسي جي صورت ۾ ياد رکڻ جا نقطا

ناهي ڪرڻو....

* ....متاثر کي ڏسڻ بنا ڇڏي ڏيو.
* ....متاثره شخص کي ڪارايو پيئاريو.
* .... متاثره شخص جي چهري تي پاڻي هاريو
* .... متاثره شخص کي ويهڻ جي پوزيشن ۾ آڻيو
* .... متاثره شخص جي چهري تي چماٽ هڻو

نوٽ: 6/7 سال کان گهٽ عمر جي ٻارڙن ۽ 3 سال کان وڌيڪ عمر جي ٻارڙن لاءِ هڪ هٿ سي پي آر دٻائڻ لاءِ استعمال ڪيو

صدمو يا بيهوش مريض/متاثر

3. صدمو يا بيهوش مريض/متاثر

جهٽڪي جو سڀ ڪان عام سبب گهٽو رت يا جسم ۾ رطوبت جو نقصان آهي، اها جان ڪي خطري واري حالت هوندي آهي، جڏهن رت جو دورو گهٽجي وڃڻ سبب اهم عضون کي گهٽي آڪسيجن ناهي ملي سگهندي.

عام علامتون	سبب
1) تيزيءَ سان ڪمزور نبض 2) ساهه لٽل ۽ تيز آهي 3) هلڪو پورو رنگ جي چمڙي 4) پگهريلو، سرد ۽ نرم چمڙي 5) چپن جو اندريون حصو سرمئي آهي 6) بي چين ۽ فڪرمند 7) اُڃ يا اوڪارا اچي سگهن ٿا	1) پاٽياٽ ۽ رت جو نقصان 2) بجلي جو جهٽڪو يا ڏڪ 3) الرجڪ ردعمل 4) زهر جي اثر ۾ ٻه ڏنو ويندو آهي 5) دل ناڪاره

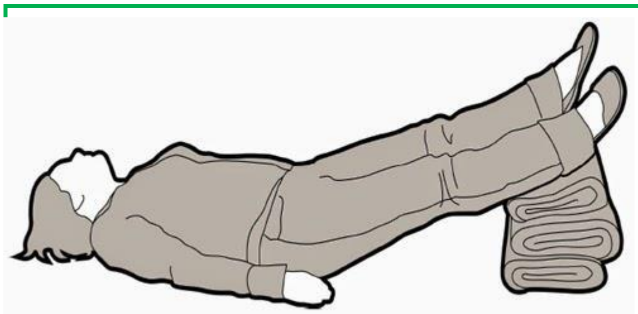
علاج_ ڪارروائي

1) ڊي آر – اي بي سي، خطره، ريسپانس، ايئروي، بريٿنگ، سرڪيوليشن (ڪال)
2) مٿو هيٺ ڪري پيرن کي ڪٽڻ
3) گرم ۽ آرامده ۽ پرسڪون رکو
بحالي جي پوزيشن
ڪائڻ پيئڻ لاءِ ڪجهه نه
پيشه وراڻهمدد لاءِ ڪال ڪريو
اسپتال وڃڻ جو انتظام ڪريو
هر وقت زخمي سان گڏ رهو

ايڪشنز--- مٿي پر پيرن کي ڪٽڻ

1) هن شخص کي سمهڻ ۾ مدد ڪريو
2) مٿو هيٺ ۽ پيرن کي مٿي ۽ ٽيڪ ڏيو
3) ڪنهن چڪيل ڪپڙي کي ڊل ڏيو ۽ زخمي کي يقين ڏياريو

مٿي پر پيرن کي ڪٽو



مقصد جسم ۾ جسم جي مٿين حصن جي اهم عضون لاءِ رت جو دورو بحال ڪرڻو آهي

بهتريءَ جي پوزيشن

جيڪڏهن ڪو بالغ يا ٻار بي هوش ٿي پر عام طور تي ساهه کڻي رهيو هجي ته انهن کي رڪوري جي پوزيشن ۾ پنهنجي طرف رکو

رڪوري پوزيشن

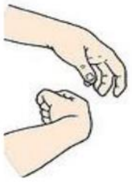
بهتري جي پوزيشن کي کهڙي ريت انجام ڏيو

A- مريض جي چيلهه تي، مريض سان گڏ گوڏا کوڙي ۽ ٻانهن رکو، مريض جي ڏکڻي ٻانهن کي براهِ راست سندس جسم کان ٻاهر رکو	
B- مريض جي ويجهي ترين ٻانهن کي سندس پوري سيني تي رکو، مريض جون ڄنگهون پڪڙيو، مريض جي ڄنگهه کڻو ۽ گوڏن جي ويجهو آڻي سندس پير فرش تي رکو ته جيئن ڄنگهه مڙيل هجي	
C- مريض کي پوزيشن ۾ ويڙهڻ- مريض کي پاڻ کان پري ان طرف آڻيو پورو وقت احتياط سان سندس مٿي ۽ ڪنڌ جي مدد ڪريو	
D- مريض جي چهري طرف گهمڻ کان بچڻ لاءِ مٿين ڄنگهه کي گوڏن سان گڏ زمين سان ڇهڻ تائين جهڪائي رکو، مريض جو هٿ سندس ڪاڏي هيٺان رکو ته جيئن پنهنجي سر کي جهڪاءَ کان روکي ۽ پنهنجي هوا جا رستا کليل رکو	

ساهه ٻوساٽجي رهيو هجي

4. هوش اُڏري رهيو هجي

ان صورتحال جڏهن متاثر ماڻهو کنگهي، ڳالهائي يا ساهه نه کڻي سگهندو هجي، هيٺين قدم کڻي سگهجن ٿا

 	1) پُٺيءَ کي 5 پيرا ٺپڪيون هڻو **فرد کي چيلهه جي اڳيان جهڪايو ۽ هڪ هٿ جي ترِيءَ سان ڪنڌ جي بليڊ وچ ۾ 5 ٺپڪيون ڏيو**
 	**2) پيٽ جا 5 زور ڏيو** شخص جي پيٽ جي وچ ڪان هيٺ، ڌُن ڪان بلڪل مٿان، آڱوٺي سان ڳَنڍ هڪ مٺ رکو پنهنجي ٻئي هٿ سان پنهنجي مٺ کي ڍڪيو. 5 تيز مٿي طرف پيٽ کي زور ڏيو **هن مهارت کي هيملچ پنتريبازي، يا پيٽ جا ٿرسٽ چيو ويندو آهي، پيٽ ۾ زور اوهان کي ڊاياڦرام کي ڪٽندو آهي ۽ اوهان جي ڦڦڙن مان هوا ڪيندوآهي. ان جو سبب هي آهي ته ٻاهري شيءِ کي اوهان جي هوا جي رستي ڪيڊيو وڃي**
	3) سار سنڀال جاري رکو 5 پُٺيءَ تي ٺپڪيون ۽ 5 پيٽ جا زور جاري رکو جيسيتائين: ڪا شيءِ ٻاهر اچي وڃي. شخص زبردستي کنگهي يا ساهه کڻي سگهي ٿو شخص بي هوش ٿي وڃي ٿو
	4) شخص بي هوش ٿي رهيو آهي سي پي آر شروع ڪيو وات يا نڙيءَ ۾ ڪنهن شيءِ کي ڏسو، جيڪڏهن اوهان ڏسو ته ڪيو وڌيڪ ڪو زور نه ڏيو جيسيتائين فرد پنهنجي طرفان ساهه نه کڻي يا امداد پهچي تيسيتائين سي پي آر ڪندا رهو.

ٻارن جو گهُٽجڻ

پنج سال کان گهٽ عمر جي ٻارن کي ٻيرن، انگور، سخت ڪينڊي ۽ ايسيتائين جو ڪيلي جهڙي سخت کائڻ پيئڻ جي شين تي دم گهٽجڻ جو خطرو تمام گهڻو هوندو آهي. جيتوڻيڪ ايترو وڏو/ڏگهو آهي ته اوهان ان کي ٻانهن تي نٽا ڪٽي سگهو. ته بالغن جي ساڳئي طريقيڪار تي عمل ڪريو، تنهن هوندي به دٻاءُ لڳائڻ وقت محتاط رهو، ڇاڪاڻ جو ٻارن ۾ نازڪ هڏي آهي جو اجا وڌي رهي آهي.

	مرحلو-1 ٻار کي پنهنجي پيٽ جي هينان رکو ۽ پنهنجي هٿ جي ترِيءَ سان ساڳيو ٻارڙن تي پنج تيز زور سان ٺپڪيون ڏيو.
	مرحلو-2 ٻارن جي ڇاتيءَ جي هڏي جي وچ ۾ ٻه آڱريون رکو ۽ پنج هيٺ طرف زور ڏيو
	مرحلو-2 جيڪڏهن اوهان کي ڪو ٻاهرين شيءِ نظر اچي ته واٹ ۾ ڏسو پنهنجي آڱرين سان اُها شيءِ پري ڪرڻ جي ڪوشش ڪيو رُڳو ان صورت ۾ جيڪڏهن اوهان اها شيءِ ڏسي رهيا هجو، آڱرين کي ڪڏهن به واٹ ۾ نه رکو، جيسيتائين اوهان ان شيءِ کي نه ڏسي سگهندا هجو.

نوٽ: 6/7 سال کان گهٽ عمر جي ٻارڙن ۽ 3 سالن کان وڌيڪ عمر جي ٻارڙن لاءِ هڪ هٿ سي پي آءِ دٻائڻ لاءِ استعمال ڪيو

دم گهُٽجڻ جي صورت ۾ ياد رکڻ جا نقطا

ناهي ڪرڻو.........

* متاثر جي وات يا ڳلي ۾ آڱريون نه وجهو
متاثر شخص کي ڪا شيءِ نه کارايو پيئاريو
متاثر شخص کي اڪيلو نه ڇڏيو

زخم ۽ ڌڪ – رت جو وهڻ

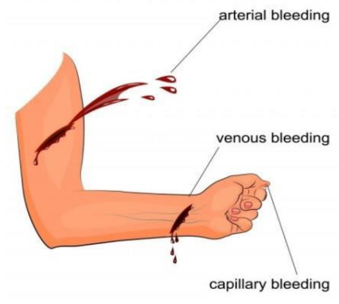
5. وهندڙ رت کي بيهارڻ

وهندڙ رت جيڪا اندرين زخمن سان گڏ ٻاهريون ٿي سگهي ٿو، يا ڪو قابل زخمي ناهي. شروع ۾ بي قابو رت وهڻ ڪمزوري جو سبب بڻجندو آهي. جيڪڏهن رت وهڻ تي ضابطو نه آندو ويو ته، ٿوري وقت اندر متاثر صدمي ۾ پئجي ويندو ۽ آخرڪار سندس موت ٿي ويندو. هڪ بالغ کي اٽڪل 5 ليٽر رت هوندو آهي. هڪ ليٽر وهڻ سبب موت اچي سگهي ٿو. رت وهڻ جا ٽي قسم آهن ۽ عام طور تي ان جي نشاندهي ڪري سگهجي ٿي ته رت ڪيترو تيزي سان وهي ٿو:

سبب _ اندروني رت	سبب _ ٻاهريون رت وهڻ
• سيني، پيٽ يا شريانن کي صدمو پهچڻ • هڪ ڪان وڏيڪ پاسيريون ٽٽڻ • پني يا ران جي هڏي جو ٽٽڻ • ڪجھ طبي حالتون	ڪنهن به قسم جي صدمي سان رت جي رڳن کي نقصان پهچڻ، وڍڻ يا ڦاٽي پوڻ

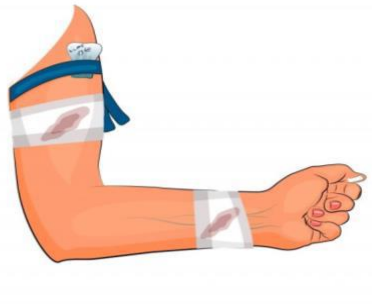
ٻاهرين رت وهڻ جا قسم

شريان مان رت وهڻ- شريان وڌيڪ دٻاءُ ۾ رت جي ترسيل ڪندا آهن، پُنيان رت وهڻ سان رت وهي رهيو آهي.
رڳن مان رت وهڻ – رڳون گهٽ دٻاءُ ۾ رت جي ترسيل ڪنديون آهن، رڳ مان رت وهي رهيو آهي.
سنهي رڳ مان رت وهڻ. سنهيون رڳون به گهٽ دٻاءُ ۾ رت وهائينديون آهن، ڪيپلريز مان رت وهڻ، گهاٽو ۽ نرم رت وهڻ



وهندڙ رت تي ڪنٽرول جا عمل

1. سڌو سنئون دٻاءُ وجهو
2. رت وهڻ واري جسماني حصي کي بلند ڪيو
3. پٽيون لڳايو
4. اڻ سڌو دٻاءُ



رت وهڻ کي روڪڻ جون ڪارروايون

* سڌو سنئون زور لڳايو، زخم مٿان صاف پٽي رکڻ بعد مضبوطي سان زور ڏيو

* جيڪڏهن پوري طرح سان آلي هجي تہ پهريان ڊريسنگ شامل ڪريو

* دٻاءُ واري پٽي سان زخم کي مضبوطي سان ويڙهي زخم تي ڊريسنگ ذريعي دٻاءُ برقرار رکو

* دٻاءُ 10 — 30 منٽن لاءِ تي سگهي ٿو

رت وهڻ واري جسماني حصي کي بلند ڪيو

* زخم کي دل جي سطح کان مٿان بلند ڪريو

* ايئن ڪرڻ سان سور، ڌڙڪن ۽ سوڄ گهٽ ٿيندي آهي.

پٽيون لڳايو

* ڪنٽرول لاءِ سڌو سنئون دٻاءُ ڪانپوءِ

* دٻاءُ واري پٽي سان زخم کي مضبوطيءَ سان ويڙهي زخم تي ڊريسنگ ذريعي دٻاءُ برقرار رکو

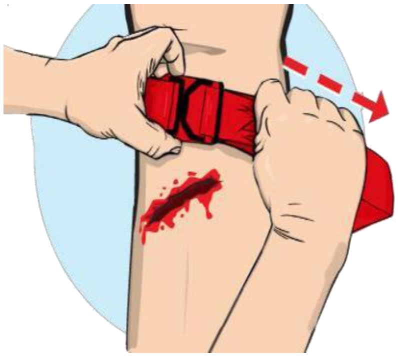
اڻ سڌو دٻاءُ/ ٽورنڪيٽ

* زُڳو شديد شريان مان رت وهڻ جي صورت ۾، مٿي ڄاڻايل طريقن سان ضابطو ناهي آندو ويندو.

* دٻاءُ ۽ بلندي سان گڏوگڏ مناسب جڳهہ تي دٻاءُ ڏئي بالواسطہ دٻاءُ ذريعي ڪنٽرول ڪيو

* جيڪڏهن ٻيا سمورا طريقا ناڪام ٿي ويا آهن تہ ٽورنيڪيٽ (رت بيهارڻ جو اوزار) زُڳو آخري حربي طور لاڳو ٿيندو آهي.

- زُڳو ان صورت ۾ استعمال ڪريو جيڪڏهن ٻانهن يا ٽانگ جزوي يا مڪمل طور تي وڍجي وڃي
- زخم ۽ ٽورنيڪيٽ وچ ۾ 5 سينٽي ميٽر جي جڳهہ ڇڏيو
- ڪڏهن ٽورنيڪيٽ نہ ڍڪيو
- ٽورنيڪيٽ لڳائڻ تي وقت لکو



وهندڙ رت تي ڪنٽرول ڪرڻ لاءِ اهم نقطا

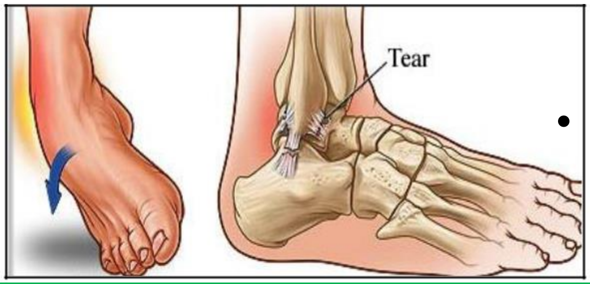
ٻين سمورن طريقن ۾ ناڪام رهيا آهيو ته ٽورنيڪيٽ رڳو آخري حربي طور لاڳو ڪيو ويندو آهي.
زخمي کي هڪ آرامده حالت ۾ هيٺ سمهاريو
ڌسو ۽ شاڪ لاءِ علاج ڪريو جيڪڏهن موجود هجي ته
وات، نڪ، ڪنن، آنڊن يا ٻين جو کلڻ اندروني رت وهڻ جون نشانيون آهن.
اندروني رت وهڻ جي صورت ۾ سور ۽ سوڄ گهٽ ڪرڻ لاءِ برف جو استعمال ڪريو - مدد لاءِ ڪال ڪريو

هڏي جو ڀڃڻ، جڳهه ڇڏڻ ۽ موڙو

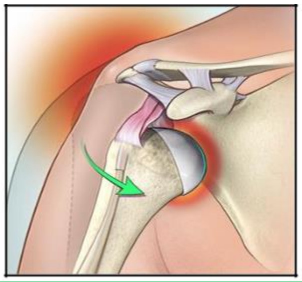
6. هڏي جو ٽٽڻ، جڳهه ڇڏڻ ۽ موڙو

- هڪ ڊس لوڪيشن اُها هوندي آهي، جتي هڪ جوڙ وٽان هڪ هڏي پنهنجي معمول جي جڳهه کان مڪمل طور تي يا جزوي طور هٽي وڃي
- هڪ فريڪچر اُهو آهي جڏهن ڪا هڏي ٽٽي چڪي هجي، اهي فريڪچرز اتي به ٿي سگهن ٿا جتان چمڙيءَ ۾ ڪو زخم ناهي هوندو ۽ کليل فريڪچرز اُهي هوندا آهن جتان هڏي چمڙيءَ ذريعي ٽٽي ويندي آهي.
- هڪ موڙو چاڪ ٿيڻ/ ڏڪ آهي يا هڏين ڪي جوڙيندڙ رڳن جي ڇڪ آهي جيڪا شديد سور ۽ سوڄ جو سبب بڻجندو آهي پر ان سان هڏي جو ڀڃڻ يا جڳهه ڇڏي ڏيڻ واقع ناهي ٿيندو.

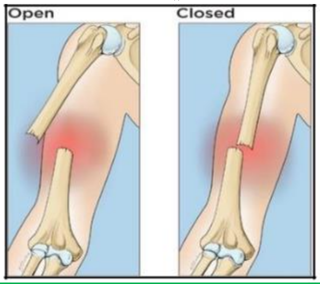
موڙو



مڙي وڃڻ



ٽٽي وڃڻ



نشان ۽ علامتون

- شديد سور
- سوڄ
- زخم واري حصي جو خراب ٿيڻ (جڏهن جسم جي غيرزخمي حصي سان مشابهت ڪئي وڃي)
- زخمي حصي جو معمول جو ڪم ڇڏي ڏيڻ
- چمڙيءَ جو جڳهه ڇڏڻ (يعني نيرو پن) يا داغ ٿيڻ
- جيڪڏهن نظر اچڻ وارو زخم هجي ته اهو هڪ کليل فريڪچر آهي.
- بدليل احساس _ يعني پن ۽ سئيون چڀجڻ _ جيڪڏهن ڪا نس دٻاءُ ۾ هجي
- جيڪڏهن زخمي هڏي ختم ٿي پاڻ ۾ رگڙجي رهي هجي ته هڪ ڪڙڪڙ جو احساس
- مريض ٿي سگهي ٿو ته هڏي ٽٽڻ ڪي ٻڌو هجي / محسوس ڪيو هجي

فوري طبي امداد جو مقصد

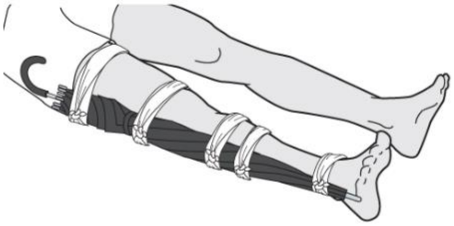
- سور ۽ تڪليف گهٽ ڪرڻ لاءِ
- وڌيڪ زخم ۽ نقصان گهٽ ڪرڻ لاءِ
- مريض کي صدمي کان بچائڻ لاءِ
- جيترو جلدي ٿي سگهي اسپتال پهچائڻ لاءِ

فوري طبي امدادي ڪارروايون _ هڏي ٽٽڻ يا موڙي ۾

- ايئرويءَ ۽ ساهه کڻڻ جي جاچ پڙتال ڪريو
- رت جو وهڻ بند ڪريو جيڪڏهن زخم تازو هجي ته
- متاثر عضون يا حصي کي چرپر کان بچايو
- سپورٽ ۽ بي حرڪت ڪرڻ لاءِ ويڪري پٽي، بينڊيج سان هارڊ بورڊ يا ڪاٺيءَ جي ٽڪرو استعمال ڪيو
- ٻانهن کي رکڻ لاءِ ٽرائي اينگيولر (ٽه رُخي) پٽي جو استعمال

- مدد پهچڻ تائين متاثر کي آرام پهچايو
- پيشيوراڻه مدد لاءِ ڪال ڪريو

متاثر عضون کي حرڪت کان روڪي ڇڏيو، ٻانهن کي اُڀلڻ لاءِ ٽراءِ اينگولر بينڊيج استعمال ڪريو



موڙو- ابتدائي طبي امداد جون ڪارروايون

آر: **آرام**

آءِ: **سور ۽ سوڄ گهٽائڻ لاءِ آئيس پيڪ رکو**

سي - **ڪمپريشن بينڊيج**

اي: **سوڄ جي صورت ۾ متاثر عضون کي بلند ڪريو**

ان کان علاوه متاثر عضون يا حصي کي غير متحرڪ ڪريو

جيسيتائين جو مريض ان کي پاڻ چڱي طرح حرڪت ۾ نه آڻي سگهي

هڏي ٽٽڻ ۽ هڏي جو جڳهه ڇڏڻ _ اهم نقطا

نه ڪيو

- متاثر حصي جي محفوظ ۽ سپورٽ ملڻ تائين مريض کي منتقل ڪريو
- ڀڳل هڏين تي سڌو سنئون دٻاءُ وجهڻ جي ڪوشش ڪريو جو جڳهه تان هٽي وڃن
- جڳهه ڇڏيندڙ جوڙ کي ان جي جڳهه تي واپس آڻڻ تي مجبور ڪرڻ جي ڪوشش ڪريو
- متاثر حصي کي غيرضروري منتقل ڪرڻ جي ڪوشش ڪريو
- متاثر / مريض کي ڪارائڻ پيئارڻ جو زور ڀريو

هميشه ياد رکو! اوهان هڏي ٽٽڻ، جڳهه ڇڏڻ ۽ موڙي اچڻ وچ ۾ فرق نه ٿا ٻڌائي سگهو

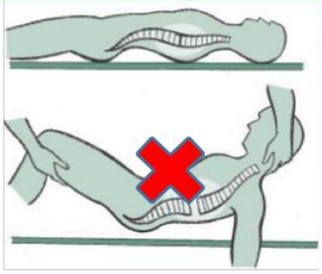
ڪرنگهي جي هڏيءَ جو ڌڪ

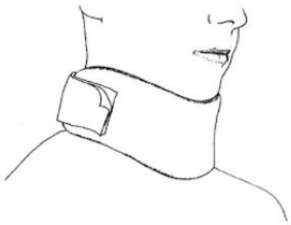
7. ڪرنگهي جي هڏيءَ جو ڌڪ

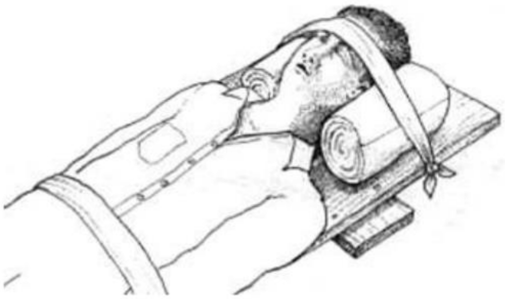
چيلهه ۾ لڳندڙ ڌڪ کي ڪرنگهي واري هڏيءَ جو ڌڪ سڏيو ويندو آهي، ڪرنگهي جي هڏي جي ڌڪ وارا متاثروڌيڪ خطري ۾ هوندا آهن، خاص طور تي روڊ حادثي، عمارت تان ڪرڻ ۾ متانهين ڪان ڪرڻ جي نتيجي ۾

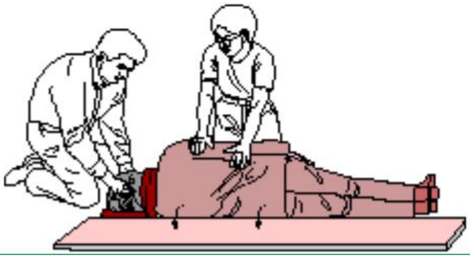
ابتدائي طبي امداد- ڪرنگهي جي هڏي جو ڌڪ(اسپائنل انجري)

- امڪاني ڪرنگهي جي هڏي جي ڌڪ کان متاثرشخص کي منتقل نہ ڪريو جيسيتائين سندس زندگي کي خطرو هجي يا بيهوش هجي.
- ڪيس سڌو رکو
- پهرئين ترجيح ڪنڌ واري ڪالر رکڻي آهي
- ان ئي وقت جاچيو ۾ ضرورت هجي تہ هوا جو رستو کوليو
- ٻنهي پيرن کي گڏ رکو ۽ متو اصل جڳهہ تي هجي
- شروني کي ڪنڌن سان جوڙي رکو _ غير متحرڪ
- اسپائين بورڊ نہ هجي تہ هارڊ بورڊ جو استعمال ڪندي متاثر کي منتقل ڪيو
- جيڪڏهن چرپر انتهائي ضروري هجي تہ رُڳولاگ رول طريقي سان ئي ٿيندي
- جيڪڏهن متاثر شخص حفاظتي هيلمٽ پاتل هجي تہ ان کي ڪڏهن بہ هٽائڻ جي ڪوشش نہ ڪريو
- رُڳو ان صورت ۾ هيلميٽ هٽايو جڏهن مريض اُلٽي ڪري رهيو هجي، سي پي آر جي ضرورت هجي يا اوهان کي متي جي ڌڪ جو خدشو هجي
- مدد لاءِ ڪال ڪريو ۽ مريض کي متي بيان ڪيل ترجيحن موجب ايمبولينس ذريعي منتقل ڪريو









سڙڻ جو زخم

.8 سڙڻ جو زخم

سڙڻ ۽ خارش سڀ کان وڌيڪ عام زخمي آهن جن ۾ هنگامي علاج جي ضروت هوندي آهي، خاص طور تي ٻارڙن ۾.

ڪارڻ

- باهہ
- گرم پاڻي/ٻاڦ
- ڪيميڪل
- بجلي
- تمام گرم گيسز ۽ ٻاڦ جو ابرڻ

سڙڻ جا قسم

پهرئين ڊگري. سطحي سڙڻ جنهن رُڳو چمڙيءَ کي نقصان پهچايو هجي، اهو گهڻي تڪليف ڏيندڙ جڳهون ۾ عام طور ڳاڙهو هوندو آهي.

ٻئي ڊگري-سڙڻ جو زخم وڌيڪ گهرو هوندو آهي ۽ ان ۾ داڻا ۽ زخم تي ويندا آهن.

ٽين ڊگري– پهرئين ۽ ٻئي ڊگري کان وڌيڪ سڙڻ، پٺن، هڏين، نسن کي نقصان پهتو آهي. سڙيل حصو ڪارو يا پورو آهي ۽ متاثر شخص کي سڙيل حصي ۾ سور ناهي ٿيندو

تڪڙي طبي امدادي ڪارروائي-سڙڻ جو زخم

- سڙڻ جي زخم ۾ صدمو پهچي سگهي ٿو خاص طور تي ٻارڙن ۾
- ٿڌو پاڻي هاريندي وڌيڪ نقصان کان بچڻ لاءِ جيترو جلد ٿي سگهي زخم کي ٿڌو ڪريو.
- صاف پيڊ سان زخمي حصي کي ڍڪي ڇڏيو
- متاثر سان گڏ رهو ۽ صدمي جي علامتن تي نظر رکو
- پيشي ورانہ مدد لاءِ ڪال ڪريو
- مريض کي اسپتال منتقل ڪريو

زخم جي حصي کي ڍڪيو

سڙندڙ جڳهہ کي ٿڌو ڪريو

پاڻيءَ جي گھٽتائي ۽ هيٽ اسٽروڪ

9. پاڻي جي گھٽتائي

پاڻي جي گھٽتائي جسماني پاڻيات ڪي تيزيءَ سان ضايع ڪندي آهي شايد ئي ڪو مريض ان گھٽتائي کي پورو ڪري سگھي ٿو. جيڪڏهن علاج معالج نہ ڪيو وڃي تہ پاڻي جي گھٽتائي جو شڪار ڪنهن بہ شخص جي گرمي ۽ صدمو وڌائي سگھي ٿو جيڪوڊيڪ سنگين آهي. تنهنڪري اهو يقيني بڻائڻ ضروري آهي تہ مريض پنهنجو پاڻ پاڻي جي گھٽتائي جلد کان جلد پوري ڪري

ڪارڻ

- گھڻو پگھر اچڻ _ عام طور ڊگھي عرصي کان گرم حالتن ۾ ڪام ڪرڻ سان
- بخار ۽ پگھر اچي رهيو هجي
- شديد دست ۽ الٽيون، خاص طور تي ٻارڙن ۾

نشانيون ۽ علامتون

- مٿي جو سور ۽ هلڪي بي چيني
- وات، اکين ۽ چپن جو خشڪ ٿيڻ
- گھري پيش جو ٿورو مقدار
- پٺن ۾ سور
- پرشڪن خشڪ چمڙي

پاڻي جي گھٽتائي جو علاج، ابتدائي طبي امداد جا عمل:

1) مريض کي ويھڻ ۾ مدد ڪريو ۽ پيئڻ لاءِ ڪافي مقدار ۾ پاڻي ڏيو
2) وات ذريعي پاڻي جي کوٽ پوري ڪرڻ جو حل _ او آر ايس ڏيڻ مريض جي لوڻيات ۽ ٻيا معدنيات واپس آڻڻ ۾ مدد ڏيندو، جيڪو هو اٽڪل اٽڪل گلاس هر 15 منٽن جي شرح سان وڃائي چڪو آهي. تمام گھٽي پاڻي جو تيز استعمال ڪرڻ سان گرمي جي بخار کان بچندڙ شخص ۾ اوڪارن ۽ الٽين جو سبب بڻجي سگھي ٿو.
3) ڪنهن تڪليف ڏيندڙ سور جي صورت ۾، کين آرام ڪرڻ جي ترغيب ڏيو، سندس پٺن کي ڊگھو ڪرڻ ۽ سندس مالش ڪرڻ ۾ مدد ڪريو جيڪي تڪليف ڏين ٿا.
4) مريض جي جاچ ڪندا رهو جيڪڏهن پاڻي جي گھٽتائي پوري ٿيڻ کانپوءِ بہ هو ناچاڪي محسوس ڪري رهيو هجي تہ پيشيوراڻہ مدد لاءِ ڪال ڪريو.

10. گرمي لڳڻ/ هيٽ اسٽروڪ

هيٽ اسٽروڪ جي نتيجي ۾ پاڻي جي گھٽتائي تيڻ سان گڏوگڏ عام طور بخار ظاهر ٿيندو آهي، هيٽ اسٽروڪ ان وقت ٿيندو آهي جڏهن جسم پنهنجي گرمي پد کي منظم ڪرڻ ۾ ناڪام ٿي ويندو آهي ۽ جسماني درجہ حرارت ۾ مسلسل واڌ ٿيندي رهندي آهي. جيڪو اڪثر 40 سينٽي گريڊ (104 بخار) يا ان کان وڌيڪ ٿي ويندو آهي.

گرمين ۾ هيٽ اسٽروڪ هڪ عام طبي هنگامي صورتحال آهي. اهو امڪاني طور خطرناڪ ٿي سگھي ٿو، ڪجھ وقتن ۾ فوري علاج سان گڏ بہ هي جان وننڌڙ ثابت ٿي سگھي ٿو يا سنگين ڊگھي مدي جا مونجھارا پيدا ڪري سگھي ٿو

ڪارڻ

گرمي جي موسم ۾ گرمائش ۾ مبتلا ٿيڻ بعد ماڻھن کي هيٽ اسٽروڪ لڳندا آهن، جڏهن ڪنهن کي پاڻي جي گھٽتائي ٿي ويندي آهي ان جو پگھر اچڻ بند ٿي ويندو آهي، جنهن جو مطلب آهي تہ سندس جسم پاڻ کي ٿڌو نٿو ڪري سگھي اهڙي صورتحال ۾ ڪيس هيٽ اسٽروڪ جي وڌڻ جا امڪان وڌيڪ هوندا آهن.

نشانيون ۽ علامتون-اهم شيون جن کي ڳولڻو آهي

جسماني گرمي پد 40 ڊگري سينٽي گريڊ (104 بخار) کان مٿي

ساهہ کڻڻ ۾ وچولي سخت ڏکيائي

الجھن، شديد بي چيني، اڳرائي رويو يا اضطراب

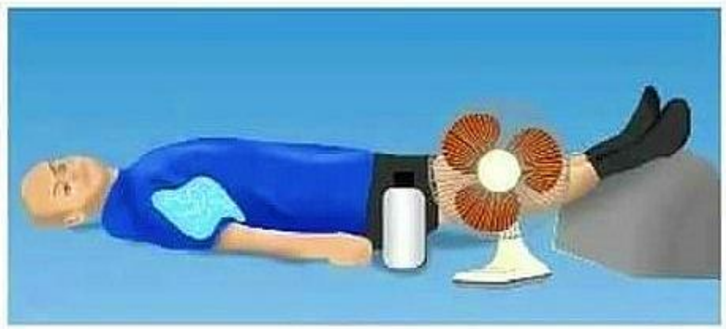
تيز دل جي ڌڙڪن/ مڪمل پابند نبض

گرمي ابرنڌڙ ۽ خشڪ چمڙي

جواب جي سطح ۾ تيزيءَ سان بگاڙ

ڏڪڻ (دورا)

التيون ڪرڻ



هيٽ اسٽروڪ جو علاج _ ابتدائي طبي امداد:

1) فوري طور تي مريض کي ٿڌي جڳھ ۽ سڌو سنئون سج جي روشني کان پري منتقل ڪريو
2) غير ضروري لباس لاهي ڇڏيو _ وڌ کان وڌ چمڙيءَ جي سطح کي هوا ۾ وائکو ڪيو
3) ان شخص جي سمڻ ۽ ڄنگھن کي مٿي رکڻ ۾ مدد ڪريو.
4) ٿڌو پاڻي لڳائڻ ۽ ڇڙڪڻ سان پوري جسم خاص طور تي مٿي منهن ۽ ڪنڌ کي ٿڌو ڪريو
5) جسم جي گرمي پد کي گھٽ ڪرڻ ۾ مدد لاءِ مريض تي پکو هلايو
6) هر بغل ۾ ۽ ڪنڌ جي پٺئين حصي ۾ برف جون ٿيلهيون ۽ ڪولڊ اسپنج هڻو

7) مريض کي ڏکڻ، بي هوش ۽ ساهه کڻڻ ۾ سخت تڪليف تي نظر رکو
8) جيڪڏهن متاثر ٻار آهي ۽ ساهه کڻڻ ڇڏي ڏنو آهي تہ بچاءَ جا ساهه ڏيڻ شروع ڪيو
9) مريض سان گڏ رهو، ان کي ٿڌو رکو ۽ پتلي شيءِ ونڻ ۾ مدد ڪريو
10) ڪيس پتري ونڻ ڪان پهريان محتاط رهو: يقيني بڻايو تہ مريض سڌو وينو آهي ۽ ڳهڻ لاءِ چوڪس آهي.
11) اسان پاڻي جي گهٽتائي پوري ڪرڻ لاءِ هڪ ڪان 2 ڪلاڪن ۾ 4-6 گلاس پاڻي (1_2 ليٽر) ڏئي سگهون ٿا. او آر ايس ڏيو جيڪو مريض جي لوڻياٺ ۽ ٻيا منرلز واپس آڻڻ ۾ مدد ڏيندو جيڪي هو اٽڪل اڌ گلاس هر 15 منٽن جي شرح سان وڃائي چڪو آهي. گهڻو پاڻي استعمال ڪرڻ سان گرمي جي بخار ڪان بچي ويندڙ شخص ۾ اوڪارا ۽ الٽي جو سبب بڻجي سگهي ٿو.
12) جيڪڏهن عام صورتحال ۾ بهتري نہ ٿي اچي درجہ حرارت وڌيڪ رهي ٿو تہ پيشي وراڻہ مدد لاءِ فوري طور تي ڪال ڪريو.

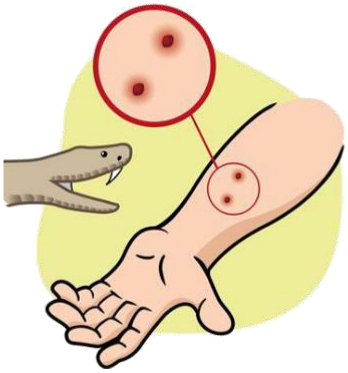
نانگ جو ڪکڻ

11. نانگ جو ڪکڻ

سنڌ جي ڪجھ ضلعن ۾ نانگ ڪکڻ جي هنگامي صورتحال گھٽي ۽ پاڳي عام آهي. نانگ ڪکڻ بعد ٿيندڙ اثر نانگ جي نسل ۽ جسامت ۾ مريض جي عمر ۾ صحت جي حيثيت، ڪکڻ واري جڳھ ۾ ان جي ابتدائي انتظام تي منحصر هوندي آهي. سنڌ ۾ ملندڙ عام زهريلا نانگ ڪوبرا، افعي ۽ ڪريٽس آهن.

نشانيون ۽ علامتون-اهم شيون جن کي ڳولڻو آهي

- ٻہ سوراخي زخم
- سوڄ ۽ ڪکڻ واري هنڌ جي آسپاس سور
- ڳاڙهي ۽ ڪکڻ واري جڳھ جي پرسان ڦلوسٽا
- ڇهري تي ٻي حسي، خاص طور تي وات ۾
- دل جي ڌڙڪن بلند
- ساھ کڻڻ ۾ دشواري
- چڪر اچڻ، ڪمزوري، متي جو سور، ڏنڌلو ڏسڻ
- ضرورت کان وڌيڪ پگهر اچي رهيو هجي، بخار
- اُڃ، اوڪارا، الٽيون
- ايذاءَ



هيٽ اسٽروڪ جو علاج، ابتدائي طبي امداد

1. پرسڪون رهو، گھبرايو نہ متاثر کي يقين ڏياريو
2. زخم کي ڌوئو
3. زيور، مُنڊي ۽ سخت لباس هٽايو
4. زهر جي پکيڙ کي سست ڪرڻ لاءِ (دٻاءُ سان نڪرندڙ) پٽي لڳايو
5. پٽي جي آرامده رکڻ لاءِهڪ آڱرآسانيءَسان پٽيءَهيٺان گذرڻ گھرجي
6. متاثرکي لاڳيتورکوجڏهن بلڪل ضروري هجي تہ ڪيس هلڻ گھرجي
7. ڪنهن شخص کي اهڙي جڳھ وني وڃڻ لاءِ اسٽريچر جو استعمال ڪيو جتي ڪيس صحت جي سهولت تائين وڃڻ لاءِ ٽرانسپورٽ دستياب هجي
8. الٽيون تي سگھن ٿيون، تنهنڪري فرد کي بهتري جي پوزيشن ۾پنهنجي ڪابي طرف رکو.
9. ايئروي ۽ ساھ کڻڻ جي ويجهي نگراني ڪيو ۽ جيڪڏهن ضروري هجي تہ ٻيهر تازه دم ڪرڻ لاءِ تيار رهو.
10. ٻيهر يقين ڏهاني ڪرايو
11. پيشي وراڻا مدد / ايمبولينس لاءِ ڪال ڪريو
12. جلد کان جلد اسپتال منتقل ڪريو

نہ کرو

1) آئس لگائیں

2) زخم کاٹ دو

3) سکشن لگائیں یا منہ سے چوسنا

4) ٹورنیکیٹ لگائیں

5) زخم کو جلادو یا بجلی کا جھٹکا استعمال کریں، جیسے کار کی بیٹری سے

6) جڑی بوٹیاں یا سیاہ پتھر کے زخم پر استعمال کریں

7) روایتی تندرستی پر جائیں

8) سانپ کو پکڑنے کی کوشش کرو

ٻڏڻ

12. ٻڏڻ

ٻڏڻ هڪ اهڙي صورتحال آهي جڏهن انسان ساهه کڻڻ کان قاصر ٿيندو آهي ڇاڪاڻ ته سندس نڪ ۽ منهن پاڻي ۾ يا ڪنهن ٻئي پاڻياٺ ۾ ٻڏي ويندو آهي. ان جي نتيجي ۾ متاثر شخص ساهه جي پٽي ذريعي پاڻي يا ڪنهن ٻي پاڻياٺ کي داخل ڪندو آهي. اهو زندگي کي خطري جي هنگامي صورتحال آهي ۽ متاثر ماڻهن جو بچڻ تڪڙي بچاءُ ۽ انتهائي نگهداشت تي منحصر ڪري ٿو.

ٻڏڻ واري فوري امداد

5 بچاءَ جا ساهه شروع ڪريو	
چاتيءَ تي 30 زور ڏيو	
بهتريءَ تائين سي پي آر جاري رکو	
ساهه واپس اچڻ تي ، رڪوري پوزيشن	

ٻڏڻ واري جي سار سنڀال

ٻڏڻ،ابتدائي طبي امداد جا اُپاءَ

جيئن ئي متاثر کي پاڻي مان بچايو ويو آهي.

1. **ساهه کڻڻ کي جاچڻ لاءِ**

پنڌي جهڪايو ۽ ڏسو، ٻڌو ۽ ساهه کڻڻ محسوس ڪيو، جيڪڏهن هو ساه نه کڻي رهيو آهي ته هيٺين مرحلن تي اڳتي وڌو

2. **هنگامي مدد لاءِ فوري طور تي ڪال ڪريو**
3. **پنج امدادي بچاءَ جون ڦوڪون ڏيو**

سندس مٿي کي جهڪايو، پنهنجو وات سندس وات تي مهر ڪري ڇڏيو، سندس نڪ جي چٽڪي لڳايو ۽ سندس وات ۾ ڦوڪ ڏيو، اهو پنج ڀيرا ورجايو.

4. **سيني جا 30 زور ڏيو (چيسٽ ڪمپريشن)**

مضبوطي سان سندس سيني جي وچ ۾ ڌڪا ڏيو ۽ پوءِ ڇڏي ڏيو، ان ڪي 30 ڀيرا ڪيو

5. **ٻه ريسڪيو ڦوڪون ڏيو سي پي آر جاري رکو**

مدد پهچڻ تائين 30 سيني جا دٻاءَ ۽ ٻه ريسڪيو ڦوڪن جي چڪرن سان گڏ جاري رکو

6. جيڪڏهن متاثر ڪنهن ٻه وقت ٻيهر ساهه کڻڻ شروع ڪري ڇڏي ته ڪنگهڻ، يقين ڏهاني ۽ بحالي جي پوزيشن ۾ اچڻ جي ترغيب ڏيو.
7. بهتر ٿيڻ تي گرمڪپڙي ۽ ڪمبل سان ڍڪيو، جيڪڏهن هو مڪمل صحتياب ٿي وڃي ته سندس آلن ڪپڙن کي خشڪ ڪپڙن سان تبديل ڪريو
8. مدد اچڻ تائين ساهه، نبض ۽ جواب جي سطح جي جاچ ڪندا رهو.

نوٽ: 6/7 سال کان گهٽ عمر جي ٻارڙن ۽ 3 سالن کان وڏيڪ عمر جي ٻارڙن لاءِ هڪ هٿ سي پي آءِ دٻائڻ لاءِ استعمال ڪيو

سيڪشن - 3

ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم
ٿوري ڳولا ۽ بچاءُ- ايس اي آر
ڪارروايون ۽ ترجيحون

سيڪشن سکڻ جا مقصد

- ⇐ ٿوري ڳولا ۽ بچاءُ – ايس اي آر بابت معلومات حاصل ڪرڻ
- ⇐ ڳولا ۽ بچاءُ جي ڪارروائي سکڻ جون بنيادي ضروتون
- ⇐ ٿوري ڳولا ۽ بچاءُ جي ڪارروواين ۾ استعمال ٿيندڙ تمام عام مهارتون ڄاڻڻ

1. تعارف

هنگامي صورتحال/آفتن دوران ۽ ان ڪانپوءِ سرچ ۽ ريسڪيو آپريشن جو بنيادي مقصد گهٽ کان گهٽ وقت ۾ سڀ کان وڌيڪ تعداد ۾ ماڻهن کي بچائڻ آهي، جڏهن ته بچائيندڙن لاءِ خطرو گهٽ ڪرڻو آهي. ان ڪم جي مخصوص نوعيت ڪري اڪثر سرچ اينڊ ريسڪيو ٽيمون پيشي ورانه طور تي تربيت يافته هونديون آهن. ايس اي آر آپريشنز کي انتهائي مهارت حاصل آهي ۽ ڪٺن موقعن تي ڳري مشينري، هوائي جهاز، هيلي ڪاپٽر، خصوصي ڪيمرا، صوتي سينسر ۽ ايسيتائين جو قاتل يا گمشده متاثرن جي تلاش ۽ بچاءُ ۾ شامل آهن. تنهن هوندي به برادري جي سطح تي عام طور تي سي اي آر ٽي کي منظم انداز ۾ هڪ ٽيم جي حيثيت سان ڪم ڪرڻ جي سکيا ڏني ويندي آهي ته اُهي پنهنجي برادري جي سطح تي ڪنهن گمشده يا قاتل متاثر جي سطحي تلاش ۽ بچاءُ ڪري سگهن. زمين جي ٿوري ڳولا ۽ بچاءُ سرچ اينڊ ريسڪيو آپريشن جي پيشه ورانه تربيت جي گهٽ ترين سطح آهي.

گذريل آفتن جي تجربي مان اهو ظاهر ٿئي ٿو ته هنگامي صورتحال حادثي يا تباهي جي فورن بعد قاتل نه بچي ويلن کي پهريون ردعمل عام طور تي آسپاس جا ماڻهو ڏيندا آهن. جان بچائڻ ۽ بچي ويندڙن کي آزاد ڪرڻ جي ڪوشش ۾ اهي بي ساخته ۽ غير تريت يافته ماڻهو (واهر ڪندڙ) حادثي/ عمارت ڪرڻ/مصيبت جي جڳهه تي پهچندا آهن. تنهن هوندي به بدقسمتيءَ سان، امدادي ڪمن جي انهن بي ساختگين سان عام طور تي غير تربيت يافته ماڻهن کي شديد زخم ايندا آهن، تنهنڪري ان ڳالهه کي ذهن ۾ رکڻو پوندو ته ڳولا ۽ بچاءُ جي ڪارروواين ۾ تربيت، منصوبابندي ۽ مشق جي ضرورت هوندي آهي.

2. ڳولا ۽ بچاءُ (ايس اي آر) جي تعريف

ڪميونٽي جي سطح تي ايس اي آر هڪ ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم جي رضاڪارن ذريعي هڪ آپريشن آهي جن جو ڪم ڪنهن ڏورانهن يا پهچ کان پري علائقي ۾ تڪليف، گمشده قاتل ۽ بيماري يا زخمي ٿيندڙن کي ڳولڻ آهي. بين لفظن ۾ سرچ اينڊ ريسڪيو گمشدگيءَ جو اطلاع ملندي ئي ان کي ڳولڻ ۽ بچائڻ لاءِ نڪرڻ جو هڪ منظم مشن آهي. ايس اي آر ۾ ٽي ڏار ڪارروايون شامل آهن.

1) تشخيص
2) ڳولا
3) بچاءُ

1.2 تشخيص (اندازو ڪرڻ)

سي اي آر ٽي جي هر ڪارروائي جيان ايس اي آر ڪي به آپريشن جي شروعات ۾ عقلمنداڻ ۽ محتاط تشخيص جي ضرورت هوندي آهي ۽ ان تشخيص کي پوري آپريشن ۾ جاري رکڻو پوندو آهي. تشخيص ۾ هينيان 9 قدم شامل آهن، جن تي سي اي آر ٽي ذريعي غور ٿيڻو آهي.

سي اي آر ٽي هنگامي ردعمل تشخيص
1) **حقيقتون جمع ڪريو**- ڇا ٿيو آهي؟ ڪيترا ماڻهو شامل نظر اچن ٿا؟ موجوده صورتحال ڇا آهي؟
2) **نقصان جو اندازو ۽ گفتگو ڪريو**: اهو ڄاڻڻ جي ڪوشش ڪريون ته ڇا ٿيو آهي، هاڻ ڇا ٿي رهيو آهي ۽ واقعي ۾ ڪيترين خراب شيون ٿي سگهن ٿيون، پيشي وراڻ جواب ڏيندڙن/ وي ڊي ايم سي کي ڪال ڪريو.
3) **امڪان تي غور ڪريو**: ڇا ٿيڻ جو امڪان آهي؟ جهڙپن جي واقعن سان ڇا سگهي ٿو؟
4) **پنهنجي صورتحال جو اندازو ڪريو**: ڇا اوهان کي فوري خطرو آهي؟ ڇا اوهان کي صورتحال کي منهن ڏيڻ جي تربيت ڏني و ئي آهي؟ ڇا اوهان وٽ سامان آهي جنهن جي ضرورت آهي؟
5) **ترجيحون قائم ڪريو**: ڇا زندگيون خطري ۾ آهن؟ ڇا اوهان مدد ڪري سگهو ٿا؟ ياد رکو، زندگي جي حفاظت پهرئين ترجيح آهي!
6) **فيصلا ڪريو**. پنهنجي فيصلن تي مرحلي 1 کان 5 تائين جي جوابن مطابق ۽ ان مطابق ترجيحن سان گڏ جيڪي اوهان قائم ڪيون.
7) **ڪارروائي جو منصوبو تيار ڪريو**- اهڙو منصوبو تيار ڪريو جنهن سان اوهان پنهنجي ترجيحن کي پورو ڪري سگهو، ٽيم جي ميمبرن لاءِ سادو منصوبو زباني هدايت جو ٿي سگهي ٿو.
8) **ڪارروايون ڪريو**: پنهنجي منصوبي تي عملدرآمد ڪيو ۽ صورتحال جو درست طور تي وي ڊي ايم سي کي اطلاع ڏيو
9) **اڳيرائي جو اندازو ڪريو**: وقفن جي وقت، عملي منصوبي جي مقصدن جي پورائي ۾ پنهنجي اڳيرائي جو اندازو لڳايو ته ان ڳالهه جو تعين ڪريو ته ڇا ڪم ڪري رهيا آهيو ۽ صورتحال کي مستحڪم ڪرڻ لاءِ اوهان کي ڪهڙيون تبديليون آڻيون پئجي سگهن ٿيون.

2.2. ڳولا ڪريو

ڳولا جي ترڪيبون متاثرن /زنده بچي ويلن جي ڳولا تي ڌيان ڏانهن هونديون آهن جيئن ڪنهن عمارت جي ڪرڻ کان بچي ويل ماڻهو/متاثرن جو اڪثر امڪان هوندو آهي ته اُهي تباهه ٿيل ڍانچي جي ملبي ۾ ڦاسي وڃن يا انهن جي ڦاٿل هنڌن کي ڪالعدم ڇيو ويندو آهي. ان ۾ اهڙيون جڳهون شامل آهن جيڪي متاثر پنهنجي حفاظت لاءِ حاصل ڪندا آهن (ڊيسڪن هينان، ڏاڪڻن هينان، الماريءَ ۾) پاڻي ۾ ٻڏڻ کان بچي ويل ٻوڏ سٽيلن يا سامونڊي طوفان کان بعد سمنڊ ۾ وڃايل ماهيگيرن جي به ڳولا ٿي سگهي ٿي. جڏهن امڪاني متاثرن جو پتو پوي ته بچاءُ آپريشن شروع ٿي سگهي ٿو.

3.2 بچاءُ

آپريشن جي ريسڪيو مرحلي دوران، ڦاٿل بچي ويل ماڻهن/متاثرن کي اوترو ئي محفوظ ۽ جلدي ڪڍيو ويندو آهي جيترو حالتون اجازت ڏينديون آهن، ۽ اسپتال پهچائڻ کان پهريان ضروري طور تي ابتدائي طبي امداد ڏني ويندي آهي. متاثرن کي ڪيڻ جو عمل وڏيڪ ڏکن کان بچڻ لاءِ ڊزائن ڪيو ويو آهي.اهڙي صورتحال جڏهن متاثرن جو هڪ وڏو انگ شامل هجي، اسٽارٽ _ ٽرائج (ساده نموني ٽپاسڻ ۽ فوجي علاج شروع ڪريو) جو طريقو جن کي ان جي وڏيڪ ضرورت هجي ترجيحاً استعمال ٿي سگهي ٿو.

بچاءُ جي ڪوشش ڪرڻ جو فيصلو ٽن عملن تي ٻڌل هئڻ گهرجي

(1) مجموعي طور تي مقصد وڏي تعداد جي ماڻھ لاءِ سنو ڪرڻ
(2) بچائڻ واري کي درپيش خطرا _ سي اي آر ٽي ميمبر
(3) وسيلا ۽ افرادي قوت دستياب آهي

مثال طور: اسان ٻيڙين کان سواءِ پاڻي ۾ سرچ اينڊ ريسڪيو آپريشن شروع نہ ٿا ڪري سگھون ۽ اهڙي ريت جاري طوفان دوران ايس اي آر کي انجام ڏيڻ بہ ناقابل ترديد آهي.

3. ڳولا ۽ هنڌ ڳولڻ جا مختلف طريقا

واقعي واري هنڌ جي تشخيص انجام ڏيڻ ڪانپوءِ، ايندڙ ترجيحي قدم لاپتا ۽ ڦاٿل زخمي ماڻھن کي ڳولڻ آهي سي اي آر ٽي ذريعي تباهي سٽيل ماڻھن جي ڳولا ۽ بچاءَ لاءِ هيٺيان طريقا لاڳائتا آهن.

1.3. هيلنگ سرچ (آواز ڏيڻ ذريعي)

جيئن تہ پتو پوي ٿو تہ ان ڳولا ڪرڻ جي طريقي ۾ متاثرن کي آواز ڏيئي سڏڻ جي ڳولا ڪرڻ آهي. وڏي پيماني تي ڪوجي ٽيم جي رهنما خاموشي جي اشاري ۽ زنده بچندڙن کي پڪاريو. هو اهڙي طرح جو آواز ڏيندو آهي"جيڪڏهن ڪو منهنجو آواز ٻڌي سگھي ٿو تہ هتي اچي يا جواب ڏئي سگھي ٿو" پڪارڻ بعد خاموش رهو ۽ جيڪو بہ جواب ڏئي رهيو هجي اُهو ٻڌڻ جي ڪوشش ڪريو. جيڪڏهن ڪو بچي ويل ٻارڙو اوهان وٽ اچي ٿو تہ ان سان ڪنهن اهڙي معلومات بابت پڇو جو ڪائنس عمارت جي باري ۾ هُجي يا ڪو ٻيو جيڪو ڦاٿل هجي، پوءِ ڪيس وڏيڪ هدايتون ڏيو جهڙوڪ "هتي ٻيهو" يا "ٻاهر انتظار ڪريو" (عمارت يا صورتحال جي حالت تي منحصر آهي) ياد رکو تہ جيڪي ماڻھو اوهان وٽ وڃڻ جي قابل آهن اُهي بہ صدمي ۽ پريشاني ۾ پئجي سگھن ٿا. زنده بچندڙن کي هدايتون ڏيڻ وقت سي اي آر ٽي ميمبرن کي زنده بچي ويلن کي سڌو سنئون ڏسڻ گھرجي. مختصر جملن ۾ ڳالھ ڪرڻ گھرجي ۽ انهن جي هدايت کي سئولو رکڻ گھرجي.

1.1.3. **آواز ٻڌو**، چرپر جو مشاهدو ڪرڻ ۽ بچي ويلن جي موجودگي جا آثار ڳولڻ لاءِ ڪثرت سان رکو

2.1.3- سڀني علائقي جو احاطو ڪرڻ لاءِ منظم منصوبي جو استعمال ڪريو هميشہ ان ڳالھ کي يقيني بڻايو تہ عمارت جي سمورن علائقن جو احاطو ڪيو وڃي، وقت ۽ ڪوششن کي ضايع ڪرڻ کان بچڻ لاءِ ٻهريان ئي تلاش شده علائقي کي نشان زد ڪيو.

* هيٺ کان مٿي / مٿي کان هيٺ
* ساڄي پت / کاٻي پت

3.1.3. **ٽہ طرفي**: اهو طريقو گھٽ ڏسي سگھڻ ۽ رات جي وقت استعمال ڪيو ويندو آهي جڏهن ڪنهن امڪاني زنده بچي ويل جي هنڌ کي ڍير ڪيو ويندو آهي زنده بچي ويل جي آواز سان رهنمائي ڪندڙ ٽي ماڻھو ان علائقي جي چوڌاري هڪ ٽہ وڪڙي (ٽرائي اينگولر) جوڙيندا آهن ۽ علائقي ۾ سڌو سنئون ٽارچ لائيٽ لڳائيندا آهن. مختلف حصن مان چمڪندڙ روشني پاڇي کي ختم ڪندي جيڪا ٻي صورت ۾ بچي ويلن کي لڪائي سگھي پئي، منظم تلاش جو نمونو استعمال ڪريو.

2.3. گرڊ سرچ

هي طريقو خاص طور تي ان وقت فائديمند آهي جڏهن ڪافي تربيت يافته ماڻهو موجود هجن ۽ هڪ وڏي کليل فليٽ جي علائقي جي ڳولا ڪئي وڃي مثال طور، هوائي طوفان ڪانپوءِ يا درياهه ڪناري يا ٻوڏ ڪانپوءِ لاپتا ماڻهن جي ڳولا لاءِ هجي.

- هن علائقي کي گرڊ (ڪڙو چاڙهي يا ڪتهڙو) طور ڏيکاريو ويندو آهي جن کي ڳوليندڙ ابتدائي طور گرڊ جي هڪ رُخ تي رکندا آهن.
- ڳولا ڪندڙن وچ ۾ فاصلو قابل نظر ۽ ملبي مطابق مقرر ڪرڻ گهرجي، تنهن هوندي هميشه اهو مشورو ڏنو ويندو آهي ته هر ڳوليندڙ ٻئي کي ٻڌي سگهي ۽ ڏسي سگهندو هجي.

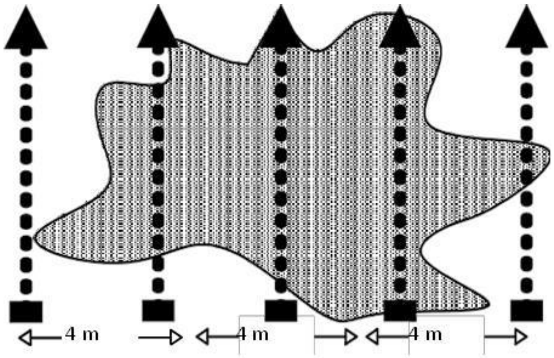
- ڳولا ڪندڙ پوري علائقي ۾ هر ممڪن حد تائين سڌي لائين کي برقرار رکندي اڳتي وڌي وڃن، جڏهن هر ڳولا ڪندڙ پوري علائقي ۾ پکڙبو آهي ته هو گرڊ جي پنهنجي نامزد قطار ۾ زنده بچي ويلن جي مکمل ڳولا ڪندا آهن.

شڪل 6 : گرڊ سرچ

3.3. لائين سرچ

هي هونءَ ته گرڊ سرچ جيان آهي: ڳولا ڪندڙن کي ڪنهن خاص گرڊ جو نامزد ناهي ڪيو ويندو جنهن کان هو پوري علائقي کي سڌو واڌاري واري قطار ۾ هڪ ٻئي سان گڏ ڳنڍيندا آهن. بچائيندڙ ڏنل حڪم جي آجيان ڪندا، ٻڌندا ۽ پوءِ حفاظت جي اجازت نامي طور اڳتي وڌندا. ان سان پوري ڊانچي جو گهيرو ٿيندو آهي اهو طريقو بند داخل خالي جڳهن لاءِ ڪارائتو آهي جتي ڪتهرا ناهن ٻڻجي سگهندا.

شڪل 7 : لائين سرچ



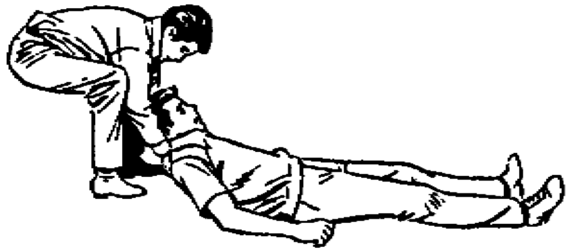
4.3 پيراميٽر سرچ (دائرو ناهي)

یہ طریقہ استعمال کیا جاتا ہے جب ٹوٹے ہوئے شیشے، گرنے والے ملبے، ملبے کے ڈھیر وغیرہ کی موجودگی کی وجہ سے کسی علاقے کی تلاش کرنا ممکن یا غیر محفوظ نہیں ہو۔ ایسی صورت میں چار متلاشی مقامات پر فائز ہوتے ہیں، جو تلاش کے علاقے کے ارد گرد بھی اتنے ہی فاصلے پر ہوتے ہیں۔ مناسب تلاش کے طریقہ کار کا استعمال کرتے ہوئے کے

بعد، تمام تلاش باری باری 90 ڈگری کلاک وائیز چکر لگائیں گے۔ اس عمل کو اس وقت تک دہرایا جاسکتا ہے جب تک کہ تمام متلاشی چار بار گھوم نہ جائیں، اپنے اصلی جگہ کی طرف لوٹ آئیں (ہر تلاش کنندہ تلاش کے علاقے کے گرد دائرہ مکمل کرے گا)

شڪل 8 دائرو ناهي (پيراميٽر سرچ)

4. بچاءَ جون بنيادي مهارتون

هڪ بچائيندڙ	
پيڏين کان ڇڪڻ	**پيڏين کان ڇڪڻ متاثر کي هموار سطح تي ٿورو فاصلي تي منتقلڪرڻ جوتيز ترين طريقو آهي.اهو مريضن لاءِ ترجيحي طريقو ناهي** 1. متاثر شخص کي ٻنهي پيڏين ۽ شلوار جي پاچن ذريعي پڪڙيو 2. پنهنجي جنگن سان ڇڪيو، پنهنجي پٺيءَ سان نہ. 3.پنهنجي پُٺ کي هر ممڪن حد تائين سڌو رکو 4.جيتروتي سگهي سڌوءِ لائين ۾ ڇڪڻ جي ڪوشش ڪيو 5.ان ڳالھ کان آگاه رهو تہ متو بغير سهاري جي آهي ۽ ان سان ٽڪراءَ ۽ سطحي خاميون بہ تي سگهن ٿيون
ڪلهن کان ڇڪڻ 	**پنين سان ڇڪڻ تي ڪلهن جي ڇڪ کي ترجيح ڏني ويندي آهي. هي متاثر جي مٿي کي سهارو ڏيندو آهي، منفي اهو آهي تہ ان کي بچائيندڙ جي ضرورت هوندي آهي تہ هو ڇڪڻ وقت چيلھ پر جهڪي وڃي** **1. متاثر کي ڪلهن جي هيٺئين لباس کان پڪڙيو** **2. پنهنجي ٻانهن کي مٿي جي ٻنهي طرف رکو** **3. مٿي کي سهارو ڏيو** **4. هر ممڪن حد تائين سڌو ۽ لائين ۾ ڇڪڻ جي ڪوشش ڪيو**
ڪمبل سان ڇڪڻ	متاثر کي گهلڻ لاءِ هي ترجيحي طريقو آهي. 1. متاثر شخص کي لاگرول يا ٽن ماڻهن جي مدد جو استعمال ڪري ڪمبل تي رکو 2. ڪمبل جي هڪ ڇيڙي کان اٽڪل ٻہ فوٽ متاثر کي مٿي سان گڏ رکڻو آهي 3. ڪمبل جا پاسا متاثر جي چوڌاري ويڙهي ڇڏيو 4. پنهنجي پٺي کي هر ممڪن حد تائين سڌو رکو. 5. پنهنجون جنگهون استعمال ڪيو، پنهنجي پُٺي نہ. 6. **هر ممڪن حد تائين سڌو ۽ لائين ۾ ڇڪڻ جي ڪوشش**

هڪ جٽي کي کڻڻ 	هي رُڳو ڪنهن ٻار يا انتهائي هلڪي شخص سان ڪم ڪندو آهي پنهنجي ٻانهن کي متاثر جي گوڏن هيٺان ۽ سندس پٺي جي چوڌاري رکو.
فائرفائيٽر ڪيري 	هيءَ ترڪيب ڪنهن متاثر کي ڊگهي مفاصلي تائين کڻي وڃڻ لاءِ آهي، انسان کي زمين کان ان هنڌ تائين پهچائڻ ڏاڍو ڏکيوآهي، متاثر کي ان پوزيشن ۾ کڻي وڃڻ لاءِ هڪ گهڻومضبوط ريسڪيوئر يا اسسٽنٽ جي ضرورت هوندي آهي. متاثر کي هڪ ڪُلهي تي ڪنيو ويندو آهي. بچائيندڙ جي ٻانهن، جنهن طرف کان متاثر کڻي وڃي رهيو آهي، متاثر جي ڄنگهن سان ويڙهيل آهي ۽ متاثر جي سامهون واري ٻانهن پڪڙيندو آهي
پيڪ اسٽريپ ڪيري پیٹھ پر اٹھانا 	جڏهن زخم فائرفائيٽر کي غير محفوظ کڻي وڃڻ تي مجبور ڪري ڇڏينديون آهن تہ هي طريقو ڊگهي دوري لاءِ هڪ فرد جي لفٽ کان بهتر آهي. 1. متاثر شخص جون ٻئي ٻانهون پنهنجي ڪلهن تي رکو 2. متاثر شخص جي مخالف ويٽي کي پڪڙيندي سندس ٻانهن کي پار ڪيو. 3. ٻانهن کي پنهنجي سيني جي ويجهو ڇڪيو 4. چيلهہ کي ٿورو موڙيندي ٿوڙا اڪڙجو ۽ پنهنجي ٻنڊڻن سان متاثر کي سوار ڪيو. 5.پنهنجي ٻنڊڻن تي بار کي متوازن ڪيو ۽ پنهنجي ڄنگهن سان متاثر کي سهارو ڏيو

ٻہ بچائڻ وارا

انساني بيساکي/ ٻن ماڻهن جو ڪڍڻ

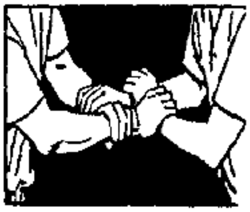
هوش واري متاثر لاءِ: اهڙي ڪڍي وڃڻ سان هوش واري متاثر لاءِ بيساکين جي جوڙي طور بچائيندڙن کي پنهنجي ڄنگهہ گهمائڻ جي سهولت ملندي آهي، هي متاثر کي فوري خطري مان ڪڍڻ جو هڪ تيز ترين ۽ سئولو طريقو آهي.

1. زمين تي ئي متاثر سان شروع ڪيو
2. بچائيندڙ ٻئي متاثر شخص جي سيني جي ٻنهي پاسي بيهن
3. پيرن جي ويجهو بچائيندڙ جو هٿ متاثر جي ويٽي کي ڇڪيندوآهي
4. بچائيندڙ جو ٻيو هٿ ڪلهي ويجهو لباس کي پڪڙيندو آهي.
5. متاثر جي ٻانهن کي ڇڪي ڪڍڻ، بچائيندڙ متاثر کي ويهڻ جي پوزيشن ۾ آڻيندا آهن.
6. هوش ۾ متاثر وري بچائيندڙ جي سهاري سان اٿي بيهندو
7. بچائيندڙ پنهنجا هٿ متاثر جي چيلهہ جي چوڌاري رکندا آهن
8. بي هوش متاثرلاءِ، بچائيندڙ متاثره جي لباس جي پٽي ياچيلهہ ٻڌندا
9. وري بچائڻ وارا هيٺ ويهندا.
10. متاثر جي ٻانهن کي پنهنجي ڪلهن تي رکو تہ جيئن متاثر کي ساڄي پاسي جو مقابلو ڪرڻو پوي.
11. وري، سندس ٽنگن جواستعمال ڪندي هو متاثر سان گڏ بيهندا.
12. بچائيندڙ وري متاثر جون ڄنگهون ڇڪيندي ٻاهر منتقل ٿي ويا.

چئن هٿن جي سيٽ

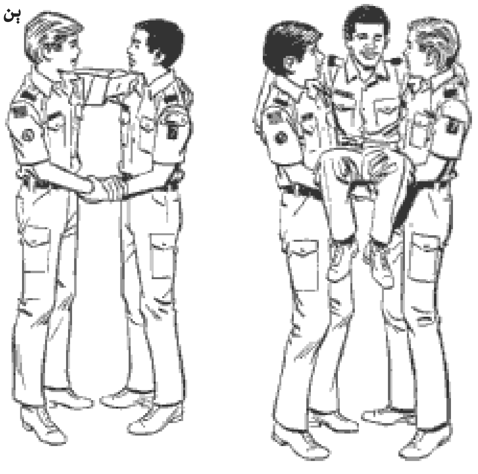
هيءَ ترڪيب باشعور ۽ هوشڪار متاثر ماڻهن کي وچولي فاصلي تائين وني وڃڻ لاءِ آهي. متاثر شخص منتقلي دوران بغير سهاري جي ويهڻ ۽ پنهنجو پاڻ کي سڌو رکڻ جي قابل هئڻ گهرجي.

1. گرافڪ ۾ اشاري مطابق هٿن کي پوزيشن ۾ رکو.
2. سيٽ کي هيٺ ڪريو ۽ متاثر کي ويهڻ ڏيو.
3. پنهنجي پنيءَ کي نہ پر پنهنجي ڄنگهن جو استعمال ڪندي نشست کي هيٺ ڪيو.
4. جڏهن متاثر ويهي تہ پنهنجون ڄنگهون استعمال ڪندي اٿي بيهو پنهنجي پني سڌي رکو.



چئن هٿن جي سيٽ

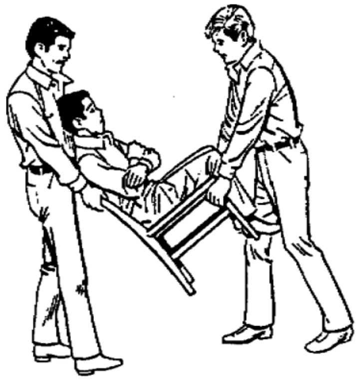
ٻن هٿن واري سيٽ



هيءَ ٽيڪنڪ ڪنهن متاثر کي ڊگهي دوري تائين کڻي وڃڻ لاءِ آهي، هيءَ ٽيڪنڪ ڪنهن بي هوش متاثر جي مدد ڪري سگهي ٿي.

1. ٻچائيندڙ متاثر شخص کي ٻنهي طرف ويهڻ سان کڻندا.
2. متاثر شخص جي ڪلهن ۾ گوڏن جي هيٺ وجو.
3. ٻئي ٻچائيندڙ جي ويٽي کي پڪڙيو.
4. ويهڻ سان سني کڻڻ جي مهارت سان بيهي رهو.
5. جاڏي متاثر ڏسي رهيو آهي ان طرف هلو

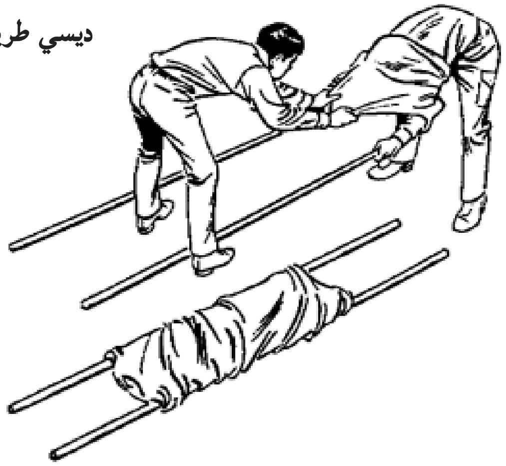
ڪرسي تي کڻڻ



متاثرن کي مٿي ۽ هيٺ ڏاڪڻين تي يا تنگ يا ناهموار علائقن ۾ کڻي وڃڻ لاءِ اهو هڪ سنو طريقو آهي

1. متاثرکي کڻو ۽ ان کي رکو ياڪيس ڪرسي تي ويهاريو
2. مٿي طرف وارو ٻچائيندڙ ڪرسي کي پٺين پاسن کان پڪڙيندو
3. مٿي طرف وارو وري ڪرسي کي ڄنگهن تي جهڪائيندو آهي
4. مختصر فاصلي يا ڏاڪڻين لاءِ، ٻئي ٻچائيندڙ کي ڪرسي جي ٽنگن آڏو هئڻ گهرجي ۽ ان کي گرفت ۾ ونڻ گهرجي.
5. ڊگهي فاصلي تائين ٻئي ٻچائيندڙ کي متاثر جون ڄنگهون ڏار ڪرسي تي رکڻ گهرجن، ۽ مٿي جي طرف واري جي حڪم تي ٻئي ٻچائيندڙ پنهنجي ڄنگهن جو استعمال ڪندي بيٺا آهن.

ديسي طريقو



هن ٽيڪنڪ ۾ متاثر ماڻهن جي وزن ۾ گهٽ کان گهٽ ٻن قميصن جو سهارو ڪرڻ لاءِ ٻن لڪڙن/پائيپس جي سخت ضرورت هوندي آهي

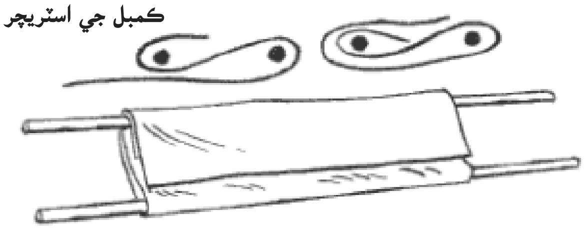
ياد رکو: امدادي ڪارڪنن کي لباس ڇڏڻ نہ گهرجي، جيڪڏهن ڪنهن سبب ڪري ان جي صحت، ڀلائي ۽ ترقي يا سندس موثر ٿيڻ کي گهٽ ڪري سگهي ٿو.

1. جڏهن ڀهريون ٻچائيندڙ پالڪي کي پنهنجي گرفت ۾ ونئي رهيو هجي تہ ٻيو ٻچائيندڙ ڀهرئين ٻچائيندڙ جي مٿي کان قميص کي ڇڪيندو آهي.

2.سمورا ٻٽڻ ڪالر ۽ ڪف جي امڪاني آجپ سان ٻٽڻ لڳايا وڃن

3.ٻچائيندڙ ٻيهر عمل کي اُبتو ڪن ۽ رُخن کي تبديل ڪن.

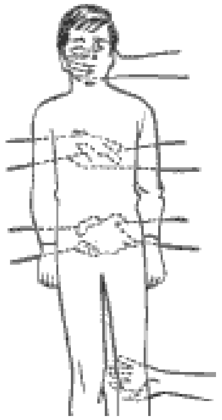
ڪمبل جي اسٽريچر



هن ٽيڪنڪ ۾ ٻن ڏنڊن ۽ ڪمبل جي ضرورت هجي ٿي.

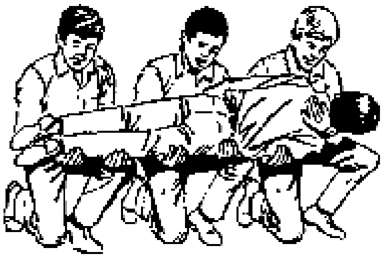
1. ڪمبل کي زمين تي رکو
2. هڪ ڏنڊو اٽڪل هڪ فوٽ ڪمبل جي وچ ۾ رکو
3. ڪمبل جي ننڍي ڇيڙي کي پهريان ڏنڊي تي جوڙيو.
4. ٻيو ڏنڊو اٽڪل 2 فوٽو پهرئين ڏنڊي کان پري رکو (اها وٿي متاثر يا ڪمبل جي ماپ کان مختلف ٿي سگهي ٿي)
5. ٻئي ڏنڊي مٿان ڪمبل جي ٻنهي حصن کي جوڙيو

ٽي يا وڌيڪ بچائڻ وارا



ٽي يا ان کان وڌيڪ بچائيندڙ متاثرکي ٻنهي طرفن کان ملي وڃن، سڀ کان مضبوط رُڪن هڪ طرف ۽ ٻيا ٻئي پاسي تي وڃن

1. متاثر جي هيٺين حصي تي پهچو ۽ سامهون بچائيندڙ جي ويٽي پڪڙيو
2. آخري ڇيڙي ۾ موجود ريسڪيوئر رُڳو سامهون واري ريسڪيوئر جي ويٽي پڪڙڻ جي قابل هوندو.
3. رُڳو هڪ ويٽي پڪڙيل ريسڪيوئر پنهنجي آزاد هٿن جو استعمال متاثر جي مٿي ۽ ڄنگهن/پيرن کي سهارو ڏيندو
4. بچائيندڙ ان بعد مٿي جي ويجهو واري شخص جي حڪم تي هيٺ ٿي متاثر کي کڻندو، ۽ ان کي کڻڻ جي مناسب ترڪيب جي استعمال کي ياد رکندا.

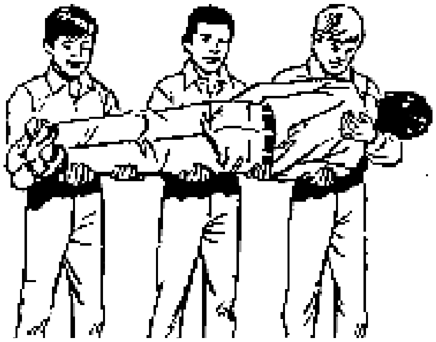


هيءَ ٽيڪنڪ ڪنهن مريض کي بستري يا اسٽريچر تي منتقل ڪرڻ لاءِ آهي، يا مختصر فاصلي تائين وني وڃڻ لاءِ آهي

* هر شخص متاثر جي پيرن جي ويجهو گوڏن پر ويهندو آهي
* مٿي وٽ موجود شخص جي حڪم تي،بچائيندڙ متاثر کي مٿي کڻندا آهن ۽ متاثر کي گوڏن تي رکندا آهن.

جيڪڏهن مريض کي هيٺين اسٽريچر يا پالڪي تي رکيو وڃي: مٿي وٽ موجود شخص جي حڪم تي مريض کي پالڪي/اسٽريچر تي رکيو ويندو آهي.

جيڪڏهن متاثر کي اونچي اسٽريچر/بستري تي رکڻو آهي يا وني وڃڻو آهي: ان مقامي تي، بچائڻوارا متاثر کي گهمائيندا ته جيئن متاثر بچائيندڙن جي سامهون هجي ۽ کيس سينن جي سامهون آرام ڪرائين



- مٿي جي طرف واري شخص جي حڪم تي، سمورا بچائڻ وارا بيهندا
- هلڻ لاءِ، سمورا ريسڪيوئرز هڪ ئي قدم تي هلندا، هڪ قطار ۾ سڌي رستي تي هلندا

سيڪشن - 4

ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم
باھ وسائڻ ۽ باھ دٻائڻ/قابو
ڪارروايون ۽ ترجيحون

سيڪشن سکڻ جا مقصد

- ⇐ باھ ، ان جي ڪيميسٽري، درجا ۽ عام سببن جي باري ۾ ڄاڻ
- ⇐ باھ وسائڻ ۽ باھ تي قابو جون بنيادي مهارتون سکڻ
- ⇐ باھ وسائيندڙ اوزار جي استعمال ڪي ڄاڻ
- ⇐ سي اي آر ٽي باھ وسائڻ جي حفاظتي ضابطن ڪي سمجھڻ

1. تعارف

ٻين قدرتي ۽ انسانيت ساخته خطرن جيان، سنڌ صوبي ۾ باھ جو خطرو پڻ آهي جيڪو قدرتي يا انساني لاپرواهي جي ڪري ڪثرت سان ٿئي ٿو. ڪراچي، سکر ۽ حيدرآباد جهڙن وڏن شهري علائقن ۾ باھ جا واقعا وڏيڪ ڏٺا ويندا آهن جتي ڪمزور واپاري ۽ رهائشي عمارتن ۾ شارٽ سرڪٽنگ، گيس ليڪيجچ ۽ سلينڊر ڌماڪا عام ڪارڻ آهن. اهڙي ريت اڪثر رهائشي ۽ واپاري عمارتن ۾ باھ جا حفاظتي انتظام ناڪافي آهن، جيڪي اڄ ڪلھ باقاعدگي سان باھ جي واقعن ڪي پڙڪائيندا آهن. سڄي سنڌ ۾ 12000 کان وڌيڪ صنعتي يونٽ موجود آهن، پر باھ جي واقعن جي روڪٿام ۽ ان ڪي منهن ڏيڻ جو انتظام هميشه ئي خراب رهيو آهي.[4]
اسان سڀني کي بلديه ٽائون ڪراچي، ڪپڙن جي فيڪٽري ۾ لڳل باھ جو افسوسناڪ واقعو ياد آهي جيڪو سيپٽمبر 2012 ۾ ٿيو هو.
اهڙي ريت، سنڌ جي ٻهراڙي ۾ باھ جا سانحا بہ امڪاني خطرو بڻجندا پيا وڃن جنهنڪري حفاظت جي باري ۾ معلومات ۽ روايتن جو فقدان آهي ان کان علاوه گهرن جي تعمير ۾ آتش گير شين جو استعمال، ڪليل چلهن جي باھ ۽ شديد گرم توڙي خشڪ موسم بہ ان خطري ۾ اضافو ڪن ٿا. مئي 2017 ۾، گهٽ ۾ گهٽ پنج سئو گهر تباھ ٿي ويا جڏهن تہ ضلعي ٿرپارڪر جي اسلام ڪوٽ ٽائون جي ويجهو ڳوٺ وڪڙيو ۾ باھ جو واقعو پيش آيو، باھ بجلي جي شارٽ سرڪٽ سبب لڳي ۽ تيز هوائن جي ڪري باھ ڳوٺ جي ڪکاون گهرن ۾ تيزيءَ سان پکڙجي وئي. گهٽ ۾ گهٽ 500 جهوپڙا ۽ سيمنٽ وارا گهر تباھ ٿي ويا.

---

[4] صوبائي ڊزاسٽر مينيجمينٽ اٿارٽي سنڌ؛ (2017) http://www.pdma.gos.pk/new/aboutus/history.php

2. باهه جي تشريح

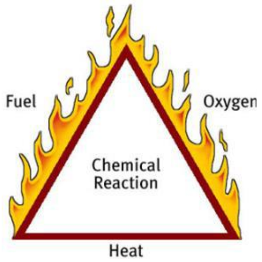
فني لحاظ کان هي هڪ اهڙو عمل آهي جنهن ۾مختلف مادا ڪيميائي طور تي هوا کان آڪسيجن سان ملي ويندا آهن ۽ عام طور تي چمڪندڙ روشني، گرمي، ۽ دونهون ڏيندا آهن. هي عمل (ڏُکڻ ۽ سڙڻ) گرمي، روشني، دونهون، بخارن کي جنم ڏيندو آهي.

3. باهه جي ڪيميا

ان عمل جو انحصار ٽن عناصرن جي وجود ۽ جاري رکڻ لاءِ آهي.

- **گرمي**: حرارت لازمي آهي ۽ ان کي ڪنهن مادي جو درجہ حرارت وڌڻ لاءِ انجي پڙڪڻ واري نقطي جي ضرورت هوندي آهي، سادن لفظن ۾ اسان چئي سگهون ٿا تہ گرمي جي نمائش وڌيڪ مواد کي آساني سان ساڙڻ جي قابل بڻائيندي آهي.
- **ٻارڻ**: باهہ کي موجود ۽ جاري رکڻ لاءِ ٻارڻ جي ضرورت هوندي آهي. ٻارڻ ٺوس، مادو، يا گيس تي سگهي ٿي، جيڪو ٻارڻ استعمال ڪري رهي آهي ان جو قسم ۽ مقدار اهو فيصلو ڪندو تہ ان کي ختم ڪرڻ/وسائڻ لاءِ ڪهڙي مهارت استعمال ڪرڻ گهرجي.
- **آڪسيجن**: باهہ لڳڻ ۽ جاري رکڻ لاءِ آڪسيجن جي ضرورت هوندي آهي . اسانجي ماحول ۾ ٻين گيسن سان گڏ 21 سيڪڙو آڪسيجن موجود آهي.

انهن ٽنهي عناصرن کي فائر ٽرينگل (باهہ ٽہ رُخي) سڏيو ويندو آهي، اهي هڪ ڪيميائي ردعمل پيدا ڪرڻ لاءِ ملي ويندا آهن، جنهن کي باهہ چئبو آهي.



باهہ جا درجا

باهہ جي مختلف قسمن کي سمجهڻ سان اسانکي باهہ وسائڻ ۽ ان تي ضابطي ۾ مدد ملندي آهي، باهہ ٻارڻ لاءِ استعمال ٿيندڙ ٻارڻ جي قسم جي بنياد تي درجن ۾ درجہ بندي ڪئي ويندي آهي. باهہ وسائڻ لاءِ صحيح طريقو ۽ ڪارگذار کي چونڊڻ لاءِ باهہ کي ٻارڻ ڏيڻ جي قسم جي نشاندهي ڪرڻ انتهائي ضروري آهي.

- **<u>اي درجي جي باهہ</u>**:عام پڙڪائڻ جو مواد جهڙوڪ ڪاغذ، ڪپڙو، ڪاٺي، ربڙ ۽ گهڻي پلاسٽڪ
- **<u>بي درجي جي باهہ</u>**: تيل، پيٽرول ۽ مٽي جي تيل جهڙوڪ آتشگير مادو، اهي ٻارڻ رُڳو زمين تي سڙبا آهن ڇاڪاڻ تہ آڪسيجن وهندڙ مادي ۾ داخل نہ ٿي ٿي سگهي.
- **<u>سي درجي جي باهہ</u>** : گيسن تي مشتمل باهہ جهڙوڪ قدرتي گيس، ميٿين ۽ ايل پي جي، متحرڪ بجلي جي سازو سامان (جهڙوڪ وائرنگ، موٽرون)
- **<u>ڊي درجي جي باهہ ڈی درجے کی آگ</u>**: پڙڪاءُ ڏيندڙ ڌاتو جهڙوڪ ايلمونيم، ميگنيشم، ٽائٽينيم
- **<u>اِي درجي جي باهہ</u>**: هلندڙ بجلي جي سامان جي باهہ، تنهن هوندي بہ جڏهن بجلي بند ڪئي ويندي آهي تہ باهہ ڪلاس جي باهہ بڻجي ويندي آهي.

- **ايف درجي جي باهہ:** گهرن، ڪاروباري ادارن ۽ ڊنڊي واري بورچي خاني عام طور تي پڪوان تيل ۽ چربي جي باهہ شامل آهي. ان ۾ باهہ وسائڻ تمام ڏکي آهي، ان جو سبب اهو آهي تہ ان ۾ اعليٰ گرمي پد شامل آهي.

4. باهہ جا عام ڪارڻ

ديهي ۽ شهري ٻنهي طرح جي، سنڌ ۾ باهہ جي واقعن جي اصل ڪارڻن ۾ شامل آهن:

- بجلي جي شارٽ سرڪٽنگ
- گيس ليڪيج،
- مادو پيٽروليم گيس، ايڪل پي جي / سي اين جي سلينڊر جا ڌماڪا
- پيٽرول پمپ جي باهہ
- ديهي علائقن ۾ ڪليل چلهن جي باهہ
- شهري علائقن ۾ ڪپڙي جون صنعتون
- پاڻياني پيٽروليم گيس ايل پي جي جو گهريلو استعمال ۽ واپاري ڪم

باهہ جو خطرو وڌي ويندو آهي جڏهن مٿين عملن سان گڏ اسانجي سماج جون هيٺيون صفتون ملي وينديون آهن.

- تماڪ واپرائڻ جي وڏي پيماني تي تهذيب
- حفاظتي اُپائن کان لاتعلقي ۽ غيرمحتاط رويا
- آگاهي جي کوٽ
- گهرن ۾ آساني سان آتشگير تعميراتي سامان جو استعمال
- گرم ۽ خشڪ موسم ۽ هوائون
- غيرمحفوظ ڪاڙو پچائڻ گرمي جي ڪمرشل سامان جو استعمال وغيره

5. ڪنٽرول ۽ باهہ وسائڻ جا اصول

اسان پهريان سکيو آهي تہ باهہ لڳڻ ۽ جاري رهڻ جا 3 شرط آهن جهڙوڪ ٻارڻ، آڪسيجن ۽ حرارت (يا ٻڙڪائڻ جو ذريعو) تنهنڪري جيڪڏهن اسان ان ۾ ڪنهن کي ٻاهر ڪيداسين يا جيڪڏهن هڪ حالت غائب تي تہ باهہ نہ لڳندي ۽ جيڪا باهہ دُکي رهي آهي اُها رُڪجي ويندي. انهن اصولن جي بنياد تي باهہ وسائڻ جي طريقن، مهارتن ۽ ايجنٽن تي غور ڪيو ويندوآهي:

- **ٿڌ:پاڻيءَ جو استعمال ڪري شعلا ٿڌا ڪرڻ**
- **گهُٽڻ/دٻائڻ: واري ۽ مٽي وغيره اُڇلائڻ ساندٻائڻ ذريعي شعلن کي گهٽ ڪرڻ، مقصد آڪسيجن کي بند ڪرڻ ۽ ڪم ڪرڻو آهي.**
- **فاقہ ڏيڻ: ٻارڻ هٽائڻ**

6. باهہ وسائڻ جون مهارتون

6.1. باهہ کي ٿڌو ڪرڻ

سي اي آر ٽي پاڻي جي نلين، /پائيپن جو استعمال ڪري سگهي ٿي، جيڪڏهن دستياب هجن تہ، ۽ باهہ تي قابو پائڻ ۽ وسارڻ لاءِ بالٽي استعمال ڪرڻ لاءِ مقامي ڪميونٽي سان گڏجي ٽيم ناهي سگهجي ٿي.

"ان ڳالهه کي يقيني بڻايو ته باهه تي پاڻي لڳائڻ سان پهريان بجلي بند ڪئي وئي آهي يا ڪاٽي وئي هجي"	

2.6. باهه کي گهٽ ڪرڻ

بيلچن، بالٽين يا ڪنهن بي مناسب شيءِ جي مدد سان ڍلي واري ۽ مٽي اُڇلائڻ باهه جو دم ٽوڙڻ سڌرائيندو آهي. اها ٽيڪنڪ خاص طور تي ديهي سنڌ خاص طور تي صحرا ۽ بنجر ضلعي ۾ تمام موثر آهي، جتي پاڻي جي دستيابي آسان ناهي جڏهن ته واري/مٽي جيڪا هر جڳهه دستياب آهي، ريتي ۽ مٽي جون بالٽيون آساني سان پيٽرول پمپ، سرڪاري حساس عمارت ۽ هوائي اڏن تي دستياب رکڻ هڪ عام رواج هو، اها تياري جي تمام موثر ٽيڪنڪ آهي ۽ ان جو هاڻي به سرڪاري عمارتن خاص طور فوج ۽ ڏورانهن علائقن جي آفيسن ۾ استعمال آهي.

"ڪڏهن به پرندڙ باهه جي ويجهو نه وڃو"	

3.6 بڪ ڏيڻ:

سي اي آر ٽي بارڻ کي هٽائڻ ۽ باهه تي ضابطو آڻڻ جي ڪوشش ڪندڙ ٽيم جي حيثيت سان ڪم ڪري سگهي ٿي، گهريلو باهه لڳڻ جي صورت ۾ ان کي گهر مان آسانيءَ سان ساڙڻ جي قابل سامان ڪڍي ڪري سگهجي ٿو. سي اي آر ٽي محفوظ فاصلي تي پري رهندي باس جي ڊگهي لڪڙي کي هڪس سان گڏ استعمال ڪري سگهي ٿي/بچائيندڙ سامان کي ڪڍي سگهي ٿو.جيڪڏهن باهه کليل جڳهه ۾ آهي ته سي اي آر ٽي جهاڙين، گاهه ۽ ننڍن وڻن کي وڏي باهه ٽاندا ٽيڻ واري حصي کي صاف ڪري سگهي ٿي. جيڪڏهن هن جڳهه کي صاف ڪرڻ ڏکيو آهي ته ٻيو رستو اهو آهي ته سنهي واري /مٽي کي هيٺ جي طرف روڪيو وڃي. مقصد ڪنهن به اهڙي شيءِ کي هٽائڻو آهي جيڪو باهه کي بارڻ ۾ مدد فراهم ڪري رهيو آهي، هڪ ڀيرو جڏهن بارڻ ختم ٿي ويندو آهي ته باهه پاڻ ڪئي دم ٽوڙي ڇڏيندي آهي.

"جوڙن ۾ ڪم ڪيو، ڪڏهن به پرندڙ عمارت ۾ اڪيلو داخل نه ٿيو"

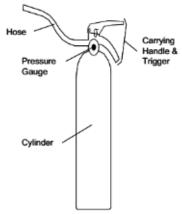
.4.6 مهارتن جو ڳانڍاپو

هي هميشہ مشورو ڏنو وڃي ٿو تہ باھ لڳڻ کي منهن ڏيڻ لاءِ ڪهڙو طريقو ڪارائتو ثابت ٿي سگهي ٿو ان ڪان پهريان تہ اهو فيصلو ڪيو. عام طور تي هڪ ڪان وڌيڪ طريقن جو استعمال ڪري سگهجي ٿو ۽ ڪارآمد آهن، مثال طور هڪ ڪان وڌيڪ سي اي آر ٽي ٽيمون باھ مان ٻارڻ روڪڻ (فاقہ ڪشي) جي ڪوشش ڪري سگهن ٿيون، جڏهن تہ ٻيا شعلن کي هموار ڪري سگهن ٿا، يا ٺڌو ڪري سگهن ٿا. هڪ ٽيم جي حيثيت سان گڏجي ڪم ڪرڻ، سي اي آر ٽي جو سڀ ڪان اهم ڪم ننڍي باھ کي دٻائڻ آهي.

" باھ لڳڻ ۾ شامل صورتحال مان ئي اندازو لڳي ويندو تہ ڇا باھ تي قابو پائڻ جي ڪوشش ڪئي ويندي؟
سي اي آر ٽي رُڳو ننڍي باھ کي دٻائڻ لاءِ تربيت يافتہ ۽ سامان سان پرپور آهي.

.5.6 باھ وسائيندڙ ايڪسٽنگشر جو استعمال

فائر ايڪسٽنگشر باھ کان بچاءَ جو هڪ فعال اوزار آهي جيڪو ننڍي ننڍي باھ وسائڻ يا ان تي ضابطو آڻڻ لاءِ استعمال ٿيندو آهي، اڪثر هنگامي صورتحال ۾. اهي قابو کان ٻاهر واري وڏي باھ تي استعمال ڪرڻ جو اوزار نہ آهي. جيڪا ڇت تائين پهچي چڪي آهي، يا صارف تي غالب ڪري چڏي. فائر ايڪسٽنگشر ۾ هٿ سان ٿاميل سلينڊريڪل پريشر وارو ٿانءُ تي ٻڌل هوندو آهي، جنهن ۾ هڪ ايجنٽ هوندو آهي جنهن کي باھ وسائڻ لاءِ خارج ڪري سگهجي ٿو.



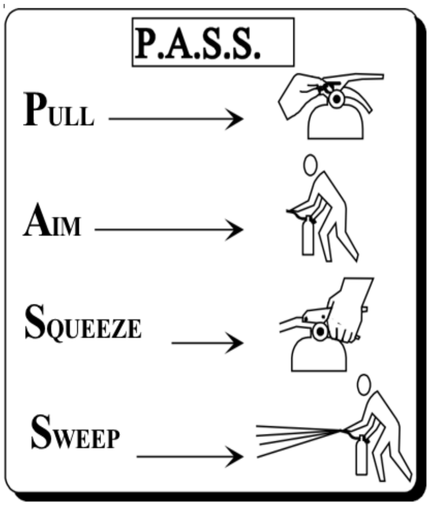
خاص طور تي شهري علائقن ۾ اڄ ڪلهہ باھ وسائيندڙ ان اوزار جو ستعمال ويڪ عام ٽيڪنڪ آهي. انهن کي سمورن سرڪاري آفيسن، واپاري عمارتن ۽ خاص طور صوبي جي وڏن شهرن ۾ شاپنگ مالز ۾ ڏسي سگهجي ٿو. باھ وسائيندڙ اوزار استعمال ڪرڻ ۾ آسان ۽ ننڍي باھ لاءِ چڱو ڪارائتو آهي. ڳوٺ جي سطح تي سي اي آر ٽي ڪميونٽي جي مختلف گڏيل هنڌن تي باھ وسائڻ جو ڪجهہ سامان فائر ايڪسٽنگشر رکي سگهي ٿو. جيڪو باھ جي ڪنهن بہ واقعي تي ضابطو آڻڻ لاءِ استعمال ٿيڻ لاءِ تيار آهي. اسان فائر ايڪسٽنگشر کي محفوظ طريقي سان هلائڻ جو طريقو بہ سکندا سين.

.1.5.6 فائر ايڪسٽنگشر جا چار قسم آهن

- پاڻي
- خشڪ ڪيميڪل
- ڪاربن ڊاءِ آڪسائيڊ
- اسپيشلائيزڊ فائر ايڪسٽنگشر

2.5.6- فائر ايڪسٽنگشر ڪيئن استعمال ڪيون؟

- فائر ايڪسٽنگشر کي اهڙا ماڻهو استعمال نہ ڪن جن کي استعمال ڪرڻ جي تربيت نہ ڏني وئي هجي.
- فائر ايڪسٽنگشر سان باهہ وسائڻ کان اڳ اوهان يا ڪو ٻيو پيشيوراڻہ مدد لاءِڪال ڪرڻ کي يقيني بڻائي
- فائر ايڪسٽنگشر استعمال ڪرڻ کان پهريان فائر الارم ڪٽو ۽ جڏهن اوهان باهہ کي منهن ڏيڻ جي ڪوشش ڪري رهيا هجو تہ سي اي آر ٽي جي ٻين ميمبرن کي ماڻهن کي ڪڍڻ ۾ مدد ڪرڻ گهرجي.
- فائر ايڪسٽنگشر جي استعمال ۾ عام طور تي هن تول کي پاس (PASS) طور هڪ ترڪيب چيو ويندو آهي. جنهن ۾ لاڳاپيل اوزار جي استعمال لاءِ 4 عمل آهن.

	**پي اي ايس ايس (PASS)** PULL: پن کي ڇڪيو: ان کي ڇيڙڻ سان مهر ٽٽي ويندي AIM: هيٺئين حصي جو باهہ جي بنياد تي نوزل يا نلي جي پوائنٽنگ ڪريو. فائر ايڪسٽنگشر جي CO2 هارن کي نہ ڇهو ڇو ته اهو گهٽي ٿڌ ڏيندو آهي ۽ چمڙيءَ کي نقصان پهچائي سگهي ٿو SQUEEZE:فائر ايڪسٽنگشر ايجنٽ کي ڇڏڻ لاءِ هينڊل کي مروڙيو SWEEP: جيستائين باهہ ختم نہ ٿي وڃي ان وقت تائين باهہ جي بنياد تي، ٻارڻ جي وسيلن تي سوئيپ ڪيو.

"ڪڏهن بہ سي اي آر ٽي صلاحيتن کان مٿانهين باهہ وسائڻ جي ڪوشش نہ ڪريو"
" هميشہ ياد رکو حفاظت پهرئين"

7. آگ بجھانے والے اوزار کے استعمال کا فیصله کرنا

باهه وسائڻ واري اوزار جي استعمال جو فيصلو ڪرڻ

چا مان جلدي ۽ محفوظ طور تي هن علائقي مان پهچي وڃان جيڪڏهن مان فائر ايڪسٽنگشر جي استعمال سان ٻه ڪامياب نه ٿيان ← نه ← **فوري طور وڃو**

⇓ **ها**

چا مونکي فائر ايڪسٽنگشر جو صحيح قسم آهي؟ ← نه ← **فوري طور وڃو**

⇓ **ها**

هي فائر ايڪسٽنگشر هن باهه لاءِ ڪافي آهي؟ ← نه ← **فوري طور وڃو**

⇓ **ها**

چاهي علائقو خطرناڪ مواد ۽ ڪرنڌڙ ملبي جهڙن ٻين خطرن کان پاڪ آهي؟ ← نه ← **فوري طور وڃو**

⇓ **ها**

چا باهه 5 سيڪنڊز ۾ وسامي وئي؟ ← نه ← **فوري طور وڃو**

⇓ **ها**

بيهو ۽ باهه جو جائزو وٺو جيڪڏهن علائقو محفوظ هجي

ذريعو:ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم بيسڪ ٽريننگ جو شراڪتي ڪتاب
تيارڪندڙ:قومي سي اي آر ٽي پروگرام فيما ڊپارٽمينٽ آف هوم لينڊ سڪيورٽي واشنگٽن، ڊي سي جنوري 2011

8. سي اي آر ٽي باهه وسائڻ جي تشخيص

تشخيص هڪ مستقل عمل آهي جيڪو سي اي آر ٽي کي فيصلو ڪرڻ ۽ مناسب جواب ڏيڻ جي قابل بڻائي ٿو، سي اي آر ٽي هنگامي ردعمل جي تشخيص جنهن ۾ 9 قدم شامل آهن. ڪنهن به هنگامي صورتحال ۾ استعمال ٿي سگهن ٿا.

سي اي آر ٽي ايمرجنسي ريسپانس تشخيص
1) **حقيقتون جمع ڪريو**- ڇا ٿيو آهي؟ ڪيترا ماڻهو شامل نظر اچن ٿا؟ موجوده صورتحال ڇا آهي؟
2) **نقصان جو اندازو ۽ گفتگو ڪريو**: اهو ڄاڻڻ جي ڪوشش ڪريون ته ڇا ٿيو آهي، هاڻ ڇا ٿي رهيو آهي ۽ واقعي ۾ ڪيتريون خراب شيون ٿي سگهن ٿيون، پيشي ورانه جواب ڏيندڙن/ وي ڊي ايم سي کي ڪال ڪريو.
3) **امڪانن تي غور ڪريو**: ڇا ٿيڻ جو امڪان آهي؟ جهڙپن جي واقعن سان ڇا سگهي ٿو؟
4) **پنهنجي صورتحال جو اندازو ڪريو**: ڇا اوهان کي فوري خطرو آهي؟ ڇا اوهان کي صورتحال کي منهن ڏيڻ جي تربيت ڏني وئي آهي؟ ڇا اوهان وٽ سامان آهي جنهن جي ضرورت آهي؟
5) **ترجيحون قائم ڪريو**: ڇا زندگيون خطري ۾ آهن؟ ڇا اوهان مدد ڪري سگهو ٿا؟ ياد رکو، زندگي جي حفاظت پهرئين ترجيح آهي!
6) **فيصلا ڪريو**. پنهنجي فيصلن تي مرحلي 1 کان 5 تائين جي جوابن مطابق ۽ ان مطابق ترجيحن سان گڏ جيڪي اوهان قائم ڪيون.
7) **ڪارروائي جو منصوبو تيار ڪريو**- اهڙو منصوبو تيار ڪريو جنهن سان اوهان پنهنجي ترجيحن کي پورو ڪري سگهو، ٽيم جي ميمبرن لاءِ سادو منصوبو زباني هدايت جو ٿي سگهي ٿو.
8) **ڪارروايون ڪريو**: پنهنجي منصوبي تي عملدرآمد ڪيو ۽ صورتحال جو درست طور تي وي ڊي ايم سي کي اطلاع ڏيو
9) **اڳيرائي جو اندازو ڪريو**: وقفن جي وقت، عملي منصوبي جي مقصدن جي پورائي ۾ پنهنجي اڳيرائي جو اندازو لڳايو ته ان ڳالهه جو تعين ڪريو ته ڇا ڪم ڪري رهيا آهيو ۽ صورتحال کي مستحڪم ڪرڻ لاءِ اوهان کي ڪهڙيون تبديليون آڻيون پئجي سگهن ٿيون.

9. فائر فائيٽنگ ۾ ڪميونٽي ايمرجنسي ريسپانس ٽيم جو ڪردار

ماڻهن ۽ سندن ڳوٺ کي باهه کان بچائڻ لاءِ هيٺيان ڪجهه اهم ڪردار ۽ ڪم سي اي آر ٽي انجام ڏئي سگهي ٿي.

- مقامي فائربرگيڊ ڊپارٽمينٽ سان ويجهو رابطو ۽ ڪوآرڊينيشن رکو
- گهريلو ۽ ڳوٺ جي سطح جي باهه وسائڻ ۽ روڪٿام لاءِ ڪميونٽي سان آگاهي اجلاس منعقد ڪيو
- ڪميونٽي ميمبرز/ٻارن جي شرڪت سان گڏ باهه وسائڻ/محفوظ رهڻ جي سلسلي ۾ مشقون ڪرايو
- فائر ايڪسٽنگشر ۽ ڪميونٽي سطح تي بنيادي باهه وسائڻ جي سامان جو انتظام ڪريو
- فائر ايڪسٽنگشر پرائڻ ۽ مرمت سان گڏوگڏ اوزارن جي ڪٽ باقاعدگي سان برقرار رکو
- ڳوٺ جي سطح تي ننڍي باهه تي ڪنٽرول ڪريو
- باهه دوران ٻارڻ جي ذريعن کي هٽائي اضافي باهه کي روڪڻ ۾ مدد ملندي آهي.
- انهن سهوليتن کي بند ڪريو جيڪي پڙڪڻ جو ذريعو بڻجي رهيون آهن

- يقين ڪري وٺو هڪ دفعو ٻار مڪمل طور وسي وئي آهي يا اڃا به ڏکي رهي آهي ان عمل کي اورهال چيو ويندو آهي.
- سي اي آر ٽي ٻار لڳڻ جي صورت ۾ ٿيندڙ نقصانن جو اندازو ڪرڻ ۾ مدد ڪري سگهي ٿي
- جتي ڪٿي به ضروري هجي منتقلي جي عمل ۾ ڪميونٽي جي مدد ڪرڻي آهي
- ڪنهن به ٻار جي واقعن ۾ مدد لاءِ ڪال ڪريو
- پيشيوراڻه امدادي ڪارڪنن جي مدد ڪريو، جيڪڏهن ضرورت هجي ته

10. سي اي آر تي لاءِ باهه وسائڻ جا فائديمند نقطا ۽ مهارتون

هيٺ ڪجهه عام مهارتون جيڪي گهرن ۾ ماڻهن کي باهه کان بچائڻ لاءِ گهريلو سطح تي استعمال ڪري سگهجن ٿيون.

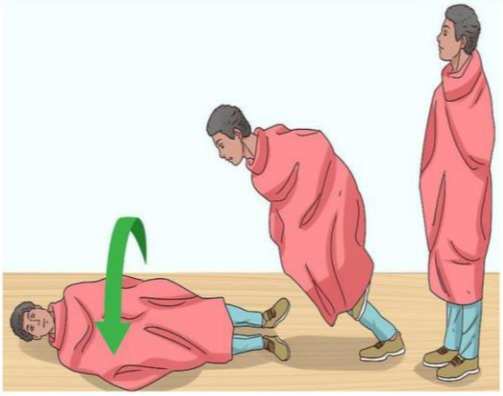
1.10 باهه وسائڻ لاءِ ڪمبل جو استعمال

ڪمبل جو استعمال

- هن ٽيڪنالاجي کي ننڍي پيماني تي باهه وسائڻ لاءِ استعمال ڪري سگهجي ٿو
- فائرڪمبل بنيادي طور تي گرم تيل جي باهه جهڙوڪ فرائي پان يا ننڍي گهري چربي جي فرائيرس تي استعمال ڪرڻ لاءِ آهي
- هي اهڙي شخص تي بہ استعمال ٿي سگهي ٿو جنهن جي لباس ۾ باهه لڳل هجي
- اها ٽيڪنڪ گهُٽڻ جي آهي، آڪسيجن جي رسائي کي روڪڻ ۽ باهه وسائڻ لاءِ

2.10 بيهو، ڪرو ۽ ويڙهيو

اها ٽيڪنڪ فرد لاءِ تمام ڪارائتي آهي جڏهن ان کي باهه لڳي ويندي آهي، پچڻ بدران بيهو، ڪرو ۽ ويڙهيو مهارت فائديمند آهي.



- بيهو- باهه کان متاثر شخص کي بيهڻ گهرجي، اهڙي هر حرڪت کي بند ڪرڻ گهرجي، جنهن سان باهه ڀڙڪي اٿي يا باهه وسائڻ جي ڪوشش ڪندڙ کي پريشان ڪري
- ڊراپ- باهه لڳڻ واري شخص کي زمين تي ڪرڻو پوندو، جيڪڏهن ممڪن هجي تہ هيٺ ڀيورهي، چهري تي زخم کان بچڻ لاءِ پنهنجي چهري کي هٿ سان ڍڪي ڇڏي
- رول-باهه سٽيل شخص کي آڪسيجن کان محروم رکي باهه وسائڻ جي ڪوشش ۾ زمين تي ويڙهڻو پوندو، جيڪڏهن متاثر ڪنهن قالين تي آهي يا ڪو ويجهو آهي تہ اهي شعلن کي وڌيڪ وسائڻ لاءِ پاڻ ڏانهن گهمائي رکي سگهي ٿو، جيسيتائين تہ شعلن کي وسايو نہ ٿو وڃي تيسيتائين ناهي رُڪڻو

11. باھ تي ضابطو آڻڻ جا حفاظتي قاعدا

هڪ سي اي آر ٽي ميمبر ۽ ٽيم جي حيثيت سان باھ جو ننڍو ضابطو آڻڻ اوهان جي ڪردار مان هڪ آهي، تنهن هوندي بہ اوهان جي ۽ ٽيم ميمبرن جي ذاتي حفاظت ڪي هميشہ اوهان جي اولين ترجيح هئڻ گهرجي.

باھ تي قابو پائڻ جا حفاظتي قاعدا هميشہ ياد رکو
1) **محتاط تشخيص**:- جيڪڏهن اوهان لاپرواھ تشخيص يا غير محفوظ ڪارروائين ذريعي زخمي ٿيا آهيو تہ اوهان ڪنهن جي مدد ڪرڻ ڪان قاصر ٿي ويندا.
2) پي پي اي (ذاتي حفاظتي سامان) هر وقت حفاظتي سامان جو استعمال ڪريو، پنهنجو هيلميٽ، چشما، دڙ ماسڪ، چمڙي جا دستانا ۽ مضبوط جوتا يا بوٽ پايو. جيڪڏهن پنهنجي ذاتي حفاظتي ڪي بچائڻ لاءِ ليس ناهي تہ عمارت ڪي ڇڏي ڏيو.
3) ٽيم ۾ ڪم ڪريو: اوهان جي جوڙي هڪ اهم مقصد جو پورائو ڪندي آهي هو اوهان جي زندگي جو تحفظ ڪندو آهي ڪڏهن بہ باھ سان اڪيلي وڙهڻ جي ڪوشش نہ ڪريو.
4) بيڪ اپ ٽيم رکو، جڏهن بہ ممڪن ٿي باھ ڪي ڪڏهن بہ گهٽ نہ سمجهو، بيڪ اپ ٽيم اوهان جي باھ دبائڻ جي ڪوششن ۾ سهارو بڻجي سگهي ٿي ۽ جيڪڏهن اوهان ڪي ضرورت هجي تہ مدد فراهم ڪري سگهي ٿي.
5) باھ جي علائقي ڪان ٻاهر نڪرڻ لاءِ هميشہ ٻہ رستا رکو، اوهان جي خيال سان ڪٿي وڏيڪ تيزي سان باھ پکڙجي وئي، جڏهن اوهان جو فرار ٿيڻ جو اهم رستو بند ٿي وڃي تہ هميشہ بيڪ اپ مان نڪرڻ جو منصوبو بڻايو.
6) دروازي ڪي ڏسو، جيڪڏهن دروازي هينيان هوا ڪي چوسيو پيو وڃي يا دروازي جي مٿين طرف دونهون نڪري رهيو آهي تہ دروازي ڪي نہ ڇُهو
7) هٿ جي پُٺئين حصي سان بند دروازو محسوس ڪريو، دروازي جي هينيان ڪان مٿي تائين ڪم ڪريو، دروازو محسوس ڪرڻ ڪان پهريان دروازي جي هينڊل ڪي هٿ نہ هڻو، جيڪڏهن دروازو گرم آهي تہ، ان جي پويان باھ آهي. داخلہ منع آهي! دروازو کولڻ سان باھ ڪي وڌيڪ آڪسيجن ملي ويندي.
8) دروازن ڪي بند ڪري ۽ بند رکندي، جڏهن بہ ممڪن ٿئي باھ تي ضابطو رکو.
9) زمين طرف هيٺ رهو، دونهون فطري طور تي وڌندو، زمين تي هيٺ رهڻ اوهان ڪي ساھ کڻڻ لاءِ تازي هوا فراهم ڪندو
10) محفوظ فاصلو برقرار رکو. پنهنجي باھ وسائڻ جي موثر حد ڪي ياد رکو، باھ وسائڻ لاءِ ضرورت ڪان وڌيڪ ويجهو نہ وڃو
11) بيڪ آئوٽ ڪرڻ وقت ڪڏهن بہ پنٺي باھ ڏي موڙو نہ ڏيو.
12) باھ تي ضابطو آڻيو ان ڳالھ جو يقين ڪرڻ لاءِ تہ اها وسامي وئي آهي ـ ۽ اجا بہ وسامي رهي آهي.