علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ انوائرمنٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل سائنسز)

کورس: ابتدائی طبی امداد I (218) **سمسٹر: خزاں، 2022ء**

سطح: میٹرک

بستہ برائے طلبہ

عزیز طلبہ! السلام علیکم

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

1- درسی کتاب

2- امتحانی مشق نمبر 1 تا 2

3- رہنمائے طلبہ برائے میٹرک

4- رہنمائے طلبہ برائے ابتدائی طبی امداد

5- تعارفی پمفلٹ

6- فارم برائے امتحانی مشق (دو سیٹ)

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

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

(الف) شعبہ مراسلاتی خدمات، علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، سیکٹر H-8، اسلام آباد

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

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ انوائرمنٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل سائنسز)

کورس: ابتدائی طبی امداد I (218)

رہنمائے طلبہ

عزیز طلبہ! السلام علیکم

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

- ☆ کورس کی تفصیل
- ☆ سمعی و بصری مواد
- ☆ امتحانی مشقیں
- ☆ آخری امتحان

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

کورس کی تفصیل

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

امتحانی مشقیں

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

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

آخری امتحان

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

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

کورس رابطہ کار

علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد

(شعبہ انوائرمینٹل ڈیزائن، ہیلتھ اینڈ نیوٹریشنل سائنسز)

وارننگ

عزیز طلبہ! آپ یہ بات ذہن نشین کرلیں کہ:

1 - اگر آپ اپنی امتحانی مشق میں کسی اور کی تحریر میں سے مواد چوری کر کے لکھیں گے یا آپ اپنی امتحانی مشق کسی دوسرے طالبعلم سے لکھوائیں گے تو آپ اپنے سرٹیفکیٹ یا ڈگری سے محروم ہوسکتے ہیں خواہ اس کا علم کسی بھی مرحلہ پر ہوجائے۔

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

کورس: ابتدائی طبی امداد (218) **سمسٹر: خزاں، 2022ء**

سطح: میٹرک

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

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

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

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

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

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

کل نمبر: 100 **کامیابی کے نمبر: 40**

امتحانی مشق نمبر 1

(یونٹ 1 تا 2)

حصہ (الف) **(کل نمبر 10)**

درج ذیل جوابات میں سے درست جواب کا انتخاب کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

ا۔ ابتدائی طبی امداد دینے کا وہی شخص مجاز ہے.

جو طاقت ور ہو / جو تعلیم یافتہ ہو / جس نے باقاعدہ تربیت حاصل کی ہو

2. پاکستان میں ابتدائی طبی امداد...............کے توسط سے دی جاتی ہے.

یونیسف / ہلال احمر / عالمی ادارہ صحت

3. مریض کو کسی بھی حالت میں کوئی............... چیز نہیں کھلانی چاہیئے

گرم / ٹھنڈی / نشہ آور

4. مریض کی منتقلی کے لیے انسانی بیساکھی والا طریقہ اس وقت استعمال کیا جاتا ہے جب...............

فرسٹ ایڈر اکیلا ہو / جب مریض بے ہوش ہو / جب مریض اپنی کچھ مدد کر سکتا ہو

5. مریض کی منتقلی کے لیے آگے پیچھے ہو کر لے جانے والا طریقہ اس وقت استعمال کیا جاتا ہے جب جگہ................ ہوتی ہے

کھلی / تنگ / پتھریلی

6. مریض کو سٹریچر پر ڈالنے کے لیے..................افراد کی ضرورت ہوتی ہے.

دو / تین / چار

7. کولہے کی پٹی کے لیے...............تکونی پٹیوں کی ضرورت ہوتی ہے.

دو / تین / چار

8. بڑی گل پٹی کس لیے استعمال ہوتی ہے.

خون کو بند کرنے کے لیے / زخمی حصے کو سہارا دینے کے لیے / ٹوٹے ہوئے حصے کو جوڑنے کے لیے

9. درد اور سوجن کو کم کرنے کے لیے..............پٹیاں استعمال کی جاتی ہیں.

ٹھنڈی / گرم / کریپ

10. کھپاچیں................کی بنی ہوتی ہیں.

مضبوط دھات / مضبوط کاغذ / مضبوط لکڑی

حصہ (ب) **کل نمبر 20**

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

1. مریض کی جان کو کن صورتوں میں خطرہ ہو سکتا ہے؟

2. مریض اگر قے کر رہا ہو تو فرسٹ ایڈر کو کیا کرنا چاہیئے؟

3. دو ہاتھوں کی نشت بنانے کا طریقہ لکھیں۔

4. جراثیم کش ادویات کے بارے میں مختصراً لکھیں.

5. کالراور کف کی گل پٹی کے بارے میں مختصراً لکھیں.

حصہ (ج) (کل نمبر 70)

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

1. مریض کی جان کو کن صورتوں میں خطرہ ہوسکتا ہے؟ ابتدائی طبی امداد دینے کے کیا مقاصد ہوتے ہیں؟

2. مرض کی تشخیص کے لیے فرسٹ ایڈر کے پاس کون سے ذرائع ہوتے ہیں نیز فرسٹ ایڈر کے لیے خصوصی ہدایات تحریر کریں۔

3. مریض کی منتقلی ایک جگہ سے دوسری جگہ کیسے کی جاتی ہے؟ مفصل لکھیں۔

4. سٹریچر کی تیاری کیسے کی جاتی ہے نیز مریض کو سٹریچر پر ڈالنے کا طریقہ تحریر کریں۔

5. فرسٹ ایڈ باکس کے فوائد تحریر کریں۔ اس میں کن اشیاء کا ہونا ضروری ہے؟

6. مختلف قسم کی پٹیاں بنانے کے بارے میں مفصل تحریر کریں۔

7. گل پٹیوں کی اقسام مفصل لکھیں۔

کل نمبر:100 کامیابی کے نمبر:40

امتحانی مشق نمبر 2

(یونٹ 3 تا 4)

حصہ (الف) (کل نمبر 10)

درج ذیل جوابات میں سے درست جواب کا انتخاب کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

ا. عمل تنفس...............مراحل میں مکمل ہوتا ہے۔

دو / تین / چار

2. پسلیوں کی ہڈیوں کے............جوڑے ہوتے ہیں۔

بارہ / چودہ / سولہ

3. سینے کی ہڈی............ہوتی ہے۔

تکون نما / چکور / خنجر نما

4. کولہے کی ہڈی............کی حفاظت کرتی ہے۔

مثانہ / حرام مغز / پیٹ میں موجود اعضاء

5. جن نالیوں کے ذریعے خون واپس دل میں آتا ہے انھیں................کہا جاتا ہے۔

وریدیں(veins) / شریانیں (Arteries) / عروق شعریہ (capillaries)

6. جسم میں سرخ جسیموں کی تعداد سفید جسیموں کی تعداد کی نسبت................ہوتی ہے۔

کم / زیادہ / برابر

7. سفید جسیمے ....میں مدد دیتے ہیں۔

خون کے بہاؤ / خون کے جمنے / خون کے بننے

8. تیزاب اور الکلی وغیرہ سے جلنے کو..........کہتے ہیں۔

خشک حرارت سے جلنا / کیمیائی حرارت سے جلنا / جھلسنا

9. نارمل جسمانی درجہ حرارت.................فارن ہائیٹ ہوتا ہے۔

78.6 / 88.6 / 98.6

۱۰. درمیانی درجے کے جلنے کی صورت میں جلد ....

پر ابلے پڑ جاتے ہیں / پر سوجن ہو جاتی ہے / صرف سرخ ہوتی ہے

حصہ(ب) **کل نمبر 20**

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

۱. شکل کی مدد سے سانس کی نالی کی وضاحت مختصراً کیجیے۔

2. نظام انہضام کیا ہے مختصراً لکھیں۔

3. دل کی بناوٹ کی وضاحت شکل کی مدد سے کریں۔

4. خشک حرارت سے جلنے کے اثرات تحریر کریں۔

5. ٹھنڈ کے اثرات لکھیں۔

حصہ(ج) **(کل نمبر 70)**

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

1. نظام تنفس پر مفصل نوٹ تحریر کریں۔
2. جسم میں خون کس طرح گردش کرتا ہے نیز خون کی ساخت بھی تحریر کریں۔
3. اعصابی نظام کیا ہے نیز عضلات کی اقسام مفصل لکھیں۔
4. پسلیاں اور سینے کی ہڈیوں کے بارے میں مفصل تحریر کریں۔
5. جھلسنے سے کیا مراد ہے نیز جلنے کے درجے اور جلنے کی عمومی علامات کے بارے میں مفصل لکھیں۔
6. لو اور گرمی کی وجوہات اور اثرات مفصل تحریر کریں۔
7. گھر پر آگ لگنے سے بچاؤ کے لیے کیا احتیاطی تدابیر اختیار کی جاسکتی ہیں؟