چپچپی آنکھیں اور آنکھ کی نگہداشت

اپنے بچے کی آنکھوں کا تحفظ کریں

نومولود بچوں اور چھوٹے بچوں میں اس وقت 'چپچپی آنکھیں' عام ہیں جب ان کی آنسو کی نالیاں بن رہی ہوں۔ آپ آنکھوں کے گوشے میں کچھ چپکنے والی چیز دیکھ سکتے ہیں یا ان کی پلکیں باہم چپک سکتی ہیں۔

یہ عام طور پر خود ہی ٹھیک ہوجاتا ہے، لیکن آپ کو اپنے بچہ کی آنکھیں نم سوتی اون سے مستقل صاف کرنے کی ضرورت ہوسکتی ہے۔ صاف، ٹھنڈا کیا ہوا ابلا پانی استعمال کریں۔

ہر آنکھ کو ناک کے کنارے کے پاس سے باہر کی طرف صاف کریں۔ ہر بار صفائی کے لئے سوتی اون کا ایک صاف ٹکڑا استعمال کریں۔ پہلے اور بعد میں اپنے ہاتھ دھونا نہ بھولیں اور انفیکشن پھیلنے کو روکنے کے لئے تولیے کے استعمال میں کسی اور کو شریک کرنے سے پرہیز کریں۔

آنکھوں کے ٹیسٹ اور جانچیں

آپ کے بچے کی آنکھوں میں مسائل کی کسی نشانی کا پتہ لگانا اہم ہے۔ معمول کے آنکھ کے ٹیسٹ نومولود بچوں اور بچوں کو ان کی نشو و نما میں کسی مسئلے کو بر وقت شناخت کرنے کے لئے پیش کئے جاتے ہیں۔ موقع بہ موقع، خاص طور پر جب نومولود بچے تھکے ہوئے ہوں تو، ان کی آنکھوں کا 'کراس' ہو جانا بالکل نارمل ہے۔ تاہم اگر تین ماہ کی عمر کے بعد اگر آپ اپنے بچے میں اسے پیش آتا ہوا دیکھیں تو اپنے جی پی سے بات کریں۔ لا علاج چھوڑ دینے پر، لیزی آئی فروغ پا سکتی ہیں۔

یوں تو بچپن میں بینائی کے سنگین مسائل شاذ و نادر ہیں، مگر بروقت ٹیسٹنگ یقینی بناتی ہے کہ کسی مسئلے کا پتہ چل جاتا ہے اور جتنا پہلے ممکن ہو ان کا نظم ہو جاتا ہے۔

آشوب چشم

'چپچپی آنکھوں' کی علامات پر کبھی کبھی 'آشوب چشم' نام کے ایک انفیکشن کا دھوکا ہوسکتا ہے۔ آشوب چشم سے آنکھوں کا سفید حصہ سرخ ہو جاتا ہے اور ایسے زرد یا سبز چپکنے والے مادے کی مقدار بڑھ جاتی ہے جو برابر نکلتا رہتا ہے۔ اگر آپ اسے دیکھیں اور یہ 24 گھنٹے سے زیادہ دیر تک جاری رہے تو اپنے معائنہ کار صحت یا جی پی سے رابطہ کریں۔ یہ بآسانی دوسروں تک منتقل ہوسکتا ہے، اس لئے اپنے ہاتھ دھولیں اور اپنے بچہ کے لئے الگ تولیہ استعمال کریں۔

معائنہ کار صحت کہتے ہیں

کچھ بچوں کی آنکھوں سے پانی بہتا ہے۔ آنسو کی نالیوں کو مالش کرنے سے ان آنسوؤں کو اپنی جگہ سے ہٹانے میں جو آپ کے بچہ کے آنسو کی نالی کے اوپری حصہ میں جمع ہو گئے ہیں، اور اسی طرح آنسو کی نالی کی نشو و نما میں مدد ملتی ہے۔ یہ اپنی صاف، انگشت شہادت سے ہلکا سا دباؤ ڈالتے ہوئے اور آپ کے بچہ کی آنکھ کے باہری کنارے سے اس کی ناک کی طرف مالش کرتے ہوئے کیا جا سکتا ہے۔ چند مہینوں تک دن میں کئی بار دہرائیں۔ اگر یہ ایک سال گزرنے تک برقرار رہتا ہے تو آپ کے بچہ کو علاج کے لئے آنکھ کے کسی ماہر ڈاکٹر کے پاس بھیجا جانا چاہئے۔

ماخذ: NHS چوائسز

1

کیا آپ کے بچہ کی آنکھ کے گوشہ میں کوئی چیز نکلتی ہے اور کیا ان کی پلکیں باہم چپکی ہوئی لگتی ہیں؟

2

چپچپی آنکھیں ایک عام عارضہ ہے جو زیادہ تر بچوں کو متاثر کرتا ہے، اپنے معائنہ کار صحت سے بات کریں۔

3

ہر بار صفائی کے لئے سوتی اون کے ایک صاف ٹکڑے پر ٹھنڈا کیا ہوا ابلا پانی استعمال کریں۔