

## چچی انکھاں تے انکھاں دی دیکھ بہال

اپنے بال دی انکھاں دی حفاظت کرو

نوزائیدہ بالوں تے نکے بالوں اچ اونہاں دی آنسو دی نالیاں دی نشوونما دے دوران 'چچی انکھاں' دا ہونا اک عام گل اے۔ تہانوں انکھاں دے کنارے اچ کجھ چچی مادہ نظر آسکدا اے یا اونہاں دی پلکاں آپس اچ چپک سکدیاں نیں۔

ایہہ عام طور تے آپے ای صاف ہو جاندا اے، لیکن تہانوں اپنے بال دی انکھاں نوں نمدار روئی نال باقاعدگی توں صاف کرنا پے سکدا اے۔ صاف، ٹھنڈا کیتا ابلیا ہویا پانی ورتو۔

ہر انکھ نوں نکڑ توں لے کے نک دے بار آلے پاسے تائیں صاف کرو۔ ہر واری صاف کرن لئی روئی دا اک صاف ٹکڑا ورتو۔ ایس عمل توں پہلاں تے بعد اچ اپنے ہتھوں نوں دھونا یاد رکھو تے انفیکشن دے پھیلن نوں روکن لئی تولیے دا سانجھا کرن توں گریز کرو۔

### انکھاں دے ٹیسٹ تے معائنے

ایہہ ضروری اے کہ تسی اپنے بال دی انکھاں اچ کسے وی قسم دے مسئلاں دی علامتاں لئی غور کرو۔ نوزائیدہ تے وڈے بالوں نوں اونہاں دی نشوونما دے شروع اچ ای کسے وی مسئلاں دی نشاندہی کرن لئی انکھاں دے معمول دے ٹیسٹ پیش کیتے جاندے نیں۔ نوزائیدہ بالوں دی انکھاں دا کدی کدی 'اک زاویے اچ نہ ہونا' اک عام گل اے، خاص طور تے جدوں او تھکے ہوئے ہوندے نیں۔ فیر وی، جے تسی اپنے بال دی تین مہینے دی عمر دے بعد وی ایہہ ہونا محسوس کر دے او تاں اپنے جی پی نال گل کرو۔ جے علاج نہ کیتا جاوے، کم نظری (لیزی آئی) پیدا ہو سکدی اے۔

بہانویں بچن اچ بصارت دے سنگین مسئلے بہت گھٹ ای ہوندے نیں، لیکن ابتدائی معائنے یقینی بناندا اے کہ کسے وی مسئلاں دا جینا چھیتی ہو سکے پتہ لایا جاندا تے علاج کیتا جاندا اے۔

### آشوب چشم

کدی کدی 'چچی انکھاں' دی علامتاں نوں 'آشوب چشم' نامی انفیکشن سمجھیا جا سکدا اے۔ آشوب چشم نال انکھاں دی سفیدی سرخ ہو جاندی اے تے زیادہ پیلے یا سبز چچی مادہ موجود ہوندا اے جیہڑا باقاعدگی توں واپس آندا رہندا اے۔ جے تسی ایس دا مشاہدہ کر دے او تے ایہہ 24 گھنٹیاں توں ودھ ویلے تائیں جاری رہندا اے، اپنے ہیلتھ وزیٹر یا جی پی نال رابطہ کرو۔ ایہہ بوہتی اسانی توں منتقل ہو سکدی اے، ایس لئی اپنے ہتھ دھوؤ تے اپنے بال لئی علیحدہ تولیہ ورتو۔

### ہیلتھ وزیٹر کہندے نیں

کجھ بالوں دی انکھاں وچوں پانی آندا اے۔ آنسو دی نالیاں دا مساج کرن توں آنسوواں دے نکلن اچ مدد ملدی اے جیہڑے تہاڈے بال دے آنسو آلی نالی دے اتلے حصے اچ جمع ہو جاندے نیں، تے ایہدے نال ای آنسو دی نالی دے نشوونما کرن اچ وی حوصلہ افزائی ہندی اے۔ ایس عمل نوں تہاڈی صاف، شہادت دی انگلی دی مدد توں ہلکا دباؤ پا کے تے تہاڈے بال دی نک آلے پاسے نوں اونہاں دی انکھ دے بار آلے کونے توں مساج کر کے کیتا جا سکدا اے۔ کجھ مہیناں تائیں دن اچ کئی بار دہراؤ۔ جے ایہہ اک سال توں آگے تائیں جاری رہندا اے، تہاڈے بال نوں علاج لئی انکھاں دے ڈاکٹر کول لے کے جانا چائیدا اے۔

ماخذ: NHS چرائسز

کی تہاڈے بال دی انکھ دے کنارے اچ مادہ ہوندا اے تے کی اونہاں دی پلکاں آپس اچ چپکی ہوئی معلوم ہوندىاں نیں؟

بالوں دے جنم/پیدائش (تے اوس دے بعد) توں والدین تے دیکھ بہال کرن آلیاں لئی اک گائیڈ  
بالوں دی عام بیماریاں تے تندرستی

NHS ہیووڈ، ملٹن تے روشڈیل کلینیکل کمیشننگ گروپ

2

چپچی انکھاں اک عام کیفیت اے جیہڑی زیادہ تر بالان نوں متاثر کر دی اے، اپنے ہیلتھ وزیٹر نال گل کرو۔

3

ہر واری صاف کرن لئی روئی دے صاف ٹکڑے نوں ٹھنڈے ابلے ہوئے پانی اچ بھگو کے استعمال کرو۔



بالان دے جنم/پیدائش (تے اوس دے بعد) توں والدین تے دیکھ بھال کرن آلیاں لئی اک گائیڈ  
بالان دی عام بیماریاں تے تندرستی

**NHS** ہیووڈ، مڈلٹن تے روشڈیل کلینیکل کمیشننگ گروپ