



See The Possibilities

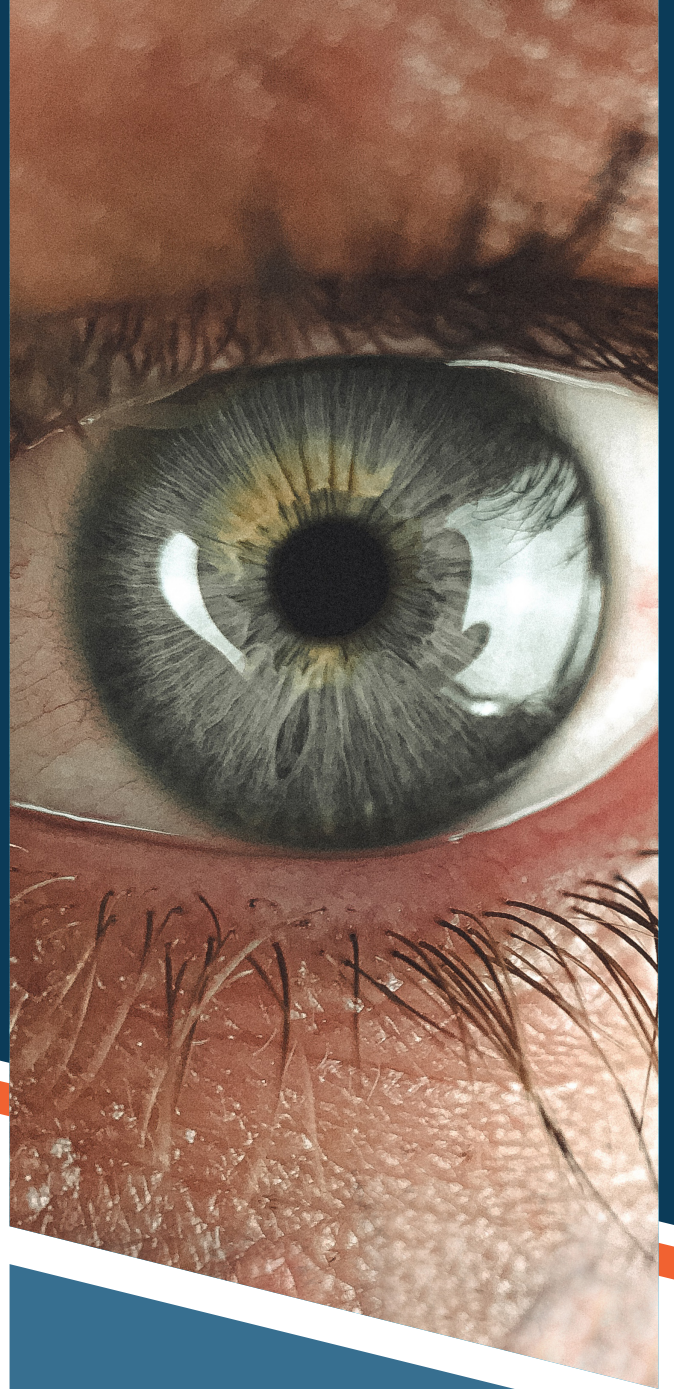
اکھاں دے پنچ وڈے تے گھمبیر مسلے

اکھاں دی سٹ

اکھاں دیاں سٹاں بڑی عام گل اے تے ایہدی وجہا توں نظر گھٹ
سکدی اے یاں تسین انھے وی ہو سکدے او۔

ممکنہ طور تے اکھ دی گھمبیر سٹ دیاں علامتاں:

- اکھ چ مسلسل پیڑھ
- ویکھن اچ مسلا
- اک اکھ اوہنی چنگی طراں حرکت نئیں کر رئی جیویں دوجی کر رئی اے
- کٹیا/پھٹیا پیوٹا
- ایک اکھ اپنے خانے توں بوبتی باہر نکلی ہوئی اے
- اکھ دی پتلی دا سائز یاں شکل معمول توں ہٹ کے اے
- اکھ دے وچ کچھ پے گیا اے جہڑا اتھروواں/پلکاں جھپکن نال وی نئیں
نکل رھیا
- اکھ دے صاف حصے وچ لہو



اکھاں دی سٹ کیہ اے؟

اکھاں دیاں سٹاں بڑی عام گل نئیں تے ایہناں وچ کارنیا تے خراش توں لے
کے نظر گھٹ جاؤنا، بلکہ انھا پن وی شامل اے۔ جے تہانوں ایہہ لگے کہ
کوئی ماڑی جہی سٹ اے یاں تہانوں پکا نئیں پتا کہ سٹ لگی سی یاں
نئیں، تے چنگا تے ایہہ اے کہ تسین اوہنوں کسے اکھاں دے ڈاکٹر نوں
وکھاؤ۔ عام طور تے، ماڑیاں موٹیاں خراشاں یاں اکھاں چ گڈھ توں علاوہ
کوئی وی شے ممکنہ طور تے گھمبیر مسلا ہو سکدی اے۔



خطرے دے کارن

تہانوں اکھاں تے سٹ لگن دا خطرہ ودھ سکدا

اے جے کر:

- تسیں کوئی کھیڈ کھیڈدے او، خاص طور تے کوئی ایہو جہی کھیڈ
- جہدے وچ دوجیاں نال رابطہ ہوندا اے
- عمارتاں بنان دا کم کردے او یاں کسے کارخانے وچ کم کردے او
- کیمکلز دے آلے دوالے کم کردے او
- اکھاں نوں بچاؤن لئی کوئی حفاظتی سمان
- نئیں پاؤندے

اکھاں نوں سٹاں کیویں لگدیاں نیں؟

اکھاں نوں سٹاں لگن دے عام کارن ایہہ نیں:

- اکھ تے کچھ وچ جاناں (جیویں گینداں یا ہتھ)
- دھماکے یاں کارخانے وچ کم دے دوران کوئی
- اڈدی شے اکھ چ پے جاناں
- ڈارٹس، آتش بازی، گولیاں
- کیمکل دیاں چھیٹاں





اکھاں دی سٹ دی تشخیص کیویں ہوندی اے؟

تہاڈی تشخیص دے لئی ڈاکٹر کھڑے ٹیسٹ کرن گے ایہدا انحصار ایس گل تے اے کہ تہاڈیاں اکھیاں نوں کیہ ہویا اے۔ پہلاں تے تہاڈا ڈاکٹر ایہہ پتا لاؤں دی کوشش کرے گا کہ تہاڈی اکھ نوں ہویا کیہ اے۔ ایہدے نال اوہناں نوں ایہہ فیصلا کرن وچ مدد ملے گی کہ تہاڈی تشخیص لئی کھڑے ٹیسٹاں دی لوڑھ اے۔

بیٹھاں کجھ ٹیسٹ نیں جھڑے تہاڈی اکھ دی سٹ دی تشخیص کرن لئی اکھاں دا ڈاکٹر کر سکدا اے۔

نظر دا ٹیسٹ

ایس ٹیسٹ نال تہاڈے ڈاکٹر نوں ایہہ ویکھن وچ مدد ملدی اے کہ تہاڈی نظر وچ کوئی فرق تے نئیں آیا۔ تہانوں اکھاں دا اک چارٹ دکھایا جاوے گا جہدے اتے وکھرے وکھرے سائز دے اکھر لکھے ہوں گے۔ تہاڈے ڈاکٹر اک ویلے تے اک اکھ نوں جانچن گے، تے دوجی اکھ ڈھکی ہووے گی۔

سلٹ لیمپ معائنا

سلٹ لیمپ ایک آلا اے جہدی مدد نال تہاڈا ڈاکٹر تہاڈی اکھاں دے وکھرے وکھرے حصیاں نوں کولوں دی ویکھ سکدا اے۔ ایس آلے نوں ”سلٹ لیمپ“ ایس لئی آکھیا جاندا اے کیوں جے ایہدے وچ اک تیز چمکن آلی بتی ہوندی اے جھڑی اکھیاں دے وکھرے وکھرے حصیاں نوں روشن کر کے دکھاؤندی اے۔

اکھ دے پردے دا معائنا

تہاڈا ڈاکٹر سٹ دا اندازا لاؤں لئی تہاڈی اکھ دے پردے دا معائنا کرے گا۔ اکھ دی پتلی نوں وڈا کرن لئی تہاڈیاں اکھیاں وچ قطرے پائے جاوے گے۔ فیر تہاڈا ڈاکٹر اک آلا استعمال کرے گا جہنوں آیتھلمو سکوپ آکھیا جاندا اے تاں جے تہاڈی اکھ دے پردے نوں چنگی طراں ویکھ سکے۔

اکھیاں دے داغ دا فلوروسین ٹیسٹ

ایہہ ٹیسٹ ایس لئی کیتا جاندا اے تاں جے ویکھیا جا سکے کہ تہاڈے کارنیا تے کوئی خراشاں تے نئیں پٹیاں۔ تہاڈی اکھاں دا ڈاکٹر گاڑھے مالٹے رنگ دے قطرے تہاڈیاں اکھیاں دے متاثرہ حصے وچ پاوے گا جہناں نوں فلوروسین کیہا جاندا اے۔ فیر اوہ اک خاص نیلے رنگ دی بتی تہاڈیاں اکھیاں وچ پاوے گا یاں پاوے گی۔ جے کسے حصے نوں نقصان پہونچیا ہووے گا تاں اوہ برے رنگ دا ہو جاوے گا۔

ایکسرے

کجھ صورتاں وچ تہاڈا ڈاکٹر ایکسرے کران دی صلاح دے سکدا اے۔ ایہدے نال اوہناں نوں ایہہ جانن وچ مدد ملے گی کہ تہاڈی اکھ دی ہڈی تے تے سٹ نئیں لگی، یاں تہاڈیاں اکھیاں وچ کوئی باہرلی شے تے نئیں پے گئی۔

الٹراساؤنڈ

جے تہاڈی اکھاں دے ڈاکٹر نوں تہاڈی اکھاں دا پچھلا حصا نظر نئیں آ رہیا، تاں ہو سکدا اے کہ اوہ الٹرا ساؤنڈ کراؤن دا وی آکھن۔ ایس ٹیسٹ وچ ہائی فریکوئنسی کرناں استعمال کیتیاں جاندیاں نیں تاکہ تہاڈی اکھ دے پچھلے حصے دی تصویر بنائی جا سکے۔



اکھ دی سٹ دا علاج کیویں کیتا جاؤندا اے؟

تھاڈی اکھ دی سٹ دا علاج کیویں کیتا جاؤندا اے، اوہدا انحصار ایس گل تے اے کہ تہانوں کیہو جہی سٹ لگی اے تے اوہ کئی شدید اے۔ بیٹھان کجھ عام رہنما ہدایتاں دسیاں گئیاں نیں۔

اکھان تے خراشاں اتے کارنیا اتے رگڑاں

اکھان دیاں بوہتیاں خراشاں اور کارنیا تے لگن والیاں رگڑاں نکیاں ہوندیاں نیں تے اوہ آپو آپ کجھ دناں یاں ہفتیاں وچ ٹھیک ہو جاندیاں نیں۔ فیر وی، جے تھاڈی اکھ تے خراش لگ جاوے تان چنگی گل تے ایہو ای اے کہ تسیں کسے اکھان دے ٹاکٹر نوں وکھاؤ۔ جے تہانوں بوہتی پیڑھ ہو رٹی یاں تہانوں ویکھن اچ کوئی مسلا اے تے سب توں ودھ ضروری گل ایہہ اے کہ تسیں فوری طور تے اوہنوں کسے نوں وکھاؤ تان جے تھاڈی اکھان دا چھیتی جائزہ لیتا جاوے۔

تھاڈا اکھان دا ڈاکٹر بیٹھان دتے گئے علاج وچوں کسے دی صلاح دے سکدا اے یاں دے سکدی اے:

- اکھان لئی انٹی بائیوٹک قطرے یاں انفیکشن دے علاج لئی ملم
- سوچ دا علاج کرن لئی اکھان واسطے اسٹیرائیڈ قطرے
- تھاڈیاں اکھیاں نوں گیلا رکھن لئی اکھان دے قطرے

اکھان وچ نکے نکے ذرے

ساڈیاں اکھان اتھروواں یاں پلکاں جھپک کے ریت یاں مٹی ورگے قدرتی ذرے کڈھن اچ بوہت ماہر نیں۔ عام طور تے ایہہ ایک ایمرجنسی نئیں ہوندی۔ پر بندیاں دے بنائے ذرے جیویں دھات، شیشے ورگیاں شیواں پریشانی دا کارن بن سکدیاں نیں۔ ایس قسم دے ذرے اکھیاں وچ چپک جاندے نیں تے مستقل نقصان پہونچا سکدے نیں۔

جہڑا وی ذرہ ہووے، جے تہانوں اوہدی وجہا توں ایہہ محسوس ہووے کہ میری اکھ وچ کجھ ہے، تان فوری طور تے اپنے اکھان دے ڈاکٹر نوں ملو، یاں اپنے قریبی ایمرجنسی روم اچ جاوو۔

اکھان وچ بے جاؤن والیاں ذریاں نال

نبڑن لئی عام صلاحواں:

- آپنیاں اکھان نوں بالکل ناں ملو
- کوشش کرو کہ تھاڈے قدرتی اتھروواں دے راہیں اوہ ذرے باہر نکل آؤن؛ بار بار اکھان جھپکن دی کوشش کرو
- نمک الے پانی یاں نلکے دے پانی نال اپنیاں اکھان دھوو



اکھ تے کوئی شے وج جاؤنا

جے کر تہاڈی اکھ تے نیل پیا اے یاں تہانوں کوئی پیڑھ ہو رئی اے یاں تہاڈی نظر وج کجھ فرق آیا اے - بھانویں بولی جہی سٹ لگی ہووے - تاں فوری طور تے اکھاں دے ڈاکٹر نوں وکھاؤ یاں ایمرجنسی چ جاوو۔

جے کر تہاڈی اکھ تے کجھ وج جاوے تاں اوہدے نال نیڑن

لئی عام صلاحواں:

- چھیٹاں پے جاؤنا/کیمکل نال اکھ سڑھ جاؤنا
- جے کر تہاڈی اکھاں وچ کسے کیمکل دیاں چھیٹاں پے جاون یاں کیمکل نال تہاڈی اکھ سڑھ جاوے تاں ایہناں ہدایتاں تے عمل کرو:
- فوری طور تے آپنی اکھ نوں بوہتے سارے صاف پانی نال دھو لوو
- فوری طور تے ایمرجنسی مدد لوو
- ایہہ پتا لاؤن دی کوشش کرو کہ کیمکل دا نال کیہ اے - ایہدے نال تہاڈے ڈاکٹر نوں تہاڈی اکھ دا علاج کرن اچ مدد ملے گی

• اپنی اکھ اتے کسے طراں دا زور ناں پاؤ

• سوچ تے پیڑھ گھٹاؤن لئی اکھ دے اتے بولی بولی ٹھنڈیاں پتیاں

ضرور رکھو

اکھ تے چیرا یاں پھٹ لگ جاؤنا

جے کر تہاڈی اکھ تے چیرا یاں پھٹ لگ جاوے تاں فوری طور تے آپنے اکھاں دے ڈاکٹر نوں ملو یاں فوری طور تے طبی مدد لوو۔

دھیان دے نال اکھ دے اتے حفاظتی خول رکھو (جیویں کہ کسے کاغذ دے کپ دے تھلڑے حصے نوں اکھ دے آل دوالے ٹیپ نال جوڑ لوو)؛ ایس گل دا دھیان رکھیو کہ ایہہ حفاظتی خول تہاڈی اکھ دے نال جڑیا نال ہووے۔

بیٹھاں دسیاں گئیاں گلاس بالکل ناں کرو:

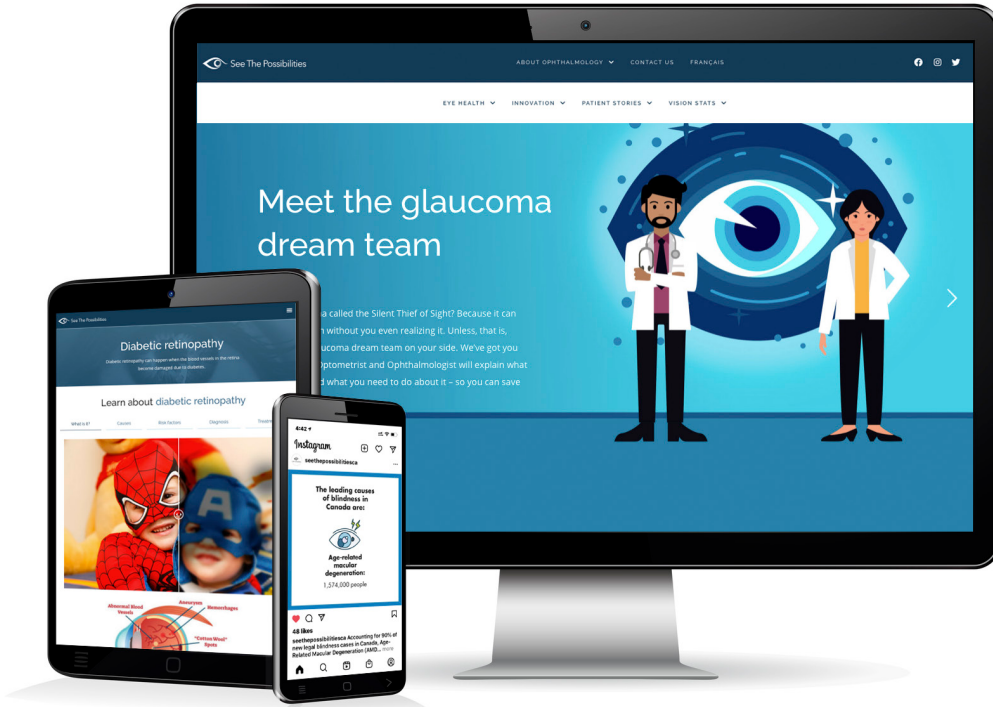
- اپنی اکھ ملناں یاں اوہدے تے زور پاؤنا
- آپنی اکھ نوں پانی نال دھونا
- آپنی اکھ وچ پٹی شے آپنے آپ کڈھن دی کوشش کرناں
- اسپرین، آئبوپروفین، نیپراکسن یاں سوچ گھٹاؤن لئی کوئی ہور انٹی اسٹیرائیڈ دوا، کیوں جے ایہدے نال تہاڈی اکھ وچوں ہور وی بوبتا لہو وگ سکدا اے



Canadian Ophthalmological Society

دے بارے اچ

Canadian Ophthalmological Society (COS)
 سوسائٹی (سی او ایس) ایک قومی تے کنیڈا اچ منیا پرمینا ادارہ اے جہڑا
 اکھیاں تے نظر دی دیکھ بھال لئی جانیہ جاؤندا اے۔ اکھاں دے ڈاکٹر تے
 سرجن ہون کارن، اسین کنیڈا دیاں ساریاں لوکاں نوں ودھیا توں ودھیا علاج
 اتے سرجیکل علاج دیاں سہولتاں دین لئی جتے ہوئے آں۔



See The Possibilities

ایہہ کنیڈا دے لوکاں لئی اکھاں دی صحت تے
 اکھاں دیاں وڈیاں چاریاں دے بارے چ معلومات
 نیں، اتے اوہناں نوں ایس بارے دسن لئی کے
 ساریاں لوکاں لئی اکھاں دی صحت نوں بڑھاوا
 دین لئی سی او ایس (COS) کپہ کر رئی اے۔



See The Possibilities

www.seethepossibilities.ca

seethepossibilitiesca

seethepossibilitiesca

