

# مارتھا دا اصول: جے تھانوں فکر اے کہ تھادے بچے دی حالت خراب ہو رہی اے تے سادے نال گل کرو۔

تسین اپنے بچے نوں کسے وی ہور بندے توں بہتر جانندے او۔  
ہو سکدا اے تسین دیکھ بھال کرن والی ٹیم توں پہلاں ای  
چھوٹیاں تبدیلیاں نوں ویکھ لوو۔ ایہ تبدیلیاں حالت خراب  
ہون دیاں پہلیاں علامتاں ہو سکدیاں نیں۔

## مارتھا دا اصول (Martha's Rule) کی اے؟

اساں مارتھا دا اصول (Martha's Rule) ایس لئی متعارف کرایا اے تاکہ حالت  
خراب ہون دیاں کسے وی غیر متوقع علامتاں دا چھیتی پتہ لگان وچ مدد مل  
سکے۔ مارتھا دا اصول (Martha's Rule) تھانوں ایہ حق دیندا اے کہ جے تھانوں  
فکر اے کہ تھادے بچے دی حالت خراب ہو رہی اے تے تسین فوری جائزے  
لئی آکھ سکدے او۔

## اسین تھادے بچے دی نگرانی کیوں کردے آن

جدوں تھادے بچہ ہسپتال وچ ہوندا اے، تے اسین باقاعدگی نال اوہناں دا بلڈ  
پریشر، درجہ حرارت تے دوجیاں اہم صحت دی پیمائشاں دی جانچ کردے  
آن۔ اسین ایہ کئی وار کرنے آن ایہدا انحصار تھادے بچے دی انفرادی حالت تے  
ضرورتاں لے اے۔ کدی کدار سانوں ایہ چیک کرن لئی اوہناں نوں جگنا وی  
پے سکدا اے۔ اس دے نال نال، اسی روزانہ کم از کم ایہہ وی پچھاں گے کہ  
اوہنوں اپنی طبیعت بہتر لگ رہی اے یا خراب۔ ایہ سبھ اوہناں دی حالت  
وچ کسے وی غیر متوقع تبدیلی دی نگرانی لئی کیتا جاندا اے۔

## تھاڈا کردار بہت اہم اے

حالت خراب ہون دیاں پہلیاں علامتاں دا پتہ لگان وچ ساڈی مدد کرن لئی، مہربانی کرکے سانوں دسوچے تھاڈا بچہ:

اوہنوں تیز بخار اے - پسینہ آ رہیا اے،  
کمب رہیا اے یا جدوں تسیں اوہنوں ہتھ  
لاؤتے اوہ معمول توں زیادہ گرم یا ٹھنڈا  
محسوس ہوندا اے



اوہدے رون دا طریقہ معمول توں وکھرا اے



اوہدی جلد (چمڑی) وچ کوئی تبدیلی آئی اے،  
مثال دے طور اُتے اوہ پیلا پے گیا اے یا اوہنوں  
چمڑی اُتے دانے نکالے نیں (کالی یا سانولی جلد اُتے ایہ  
ویکھنا مشکل ہو سکدا اے)، یا زخم یا چھالے



اوہ غیر معمولی طور اُتے سوتا ہويا اے یا  
اوہنوں جگانا مشکل اے



اوہ چڑچڑا یا بے چین اے



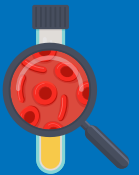
اوہ دُده پین، پانی پین یا کھان وچ دلچسپی  
نئیں لے رہیا



اوہ معمول توں تیز ساہ لے رہیا اے، ہر ساہ نال  
گھڑ گھڑ کر رہیا اے یا اوہدے ساہ وچ سیٹی  
دی آواز آ رہی اے



اوہ بہت گھٹ پیشاب کر رہیا اے یا اوہدے  
پاخلے وچ خون آ رہیا اے



یا تسیں سانوں کسے وی ہور گل بارے دس سکدے او جیہڑی  
تہانوں پریشان کردی اے۔

## جے تہانوں فکر ہووے تے کی کرنا اے

1 اپنے بچے دی دیکھ بھال کرن آلی ٹیم نال گل کرو۔

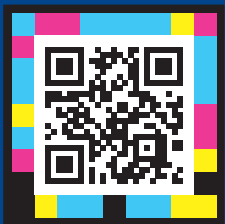
2 جے تہانوں حالے وی فکر اے تے تسیں محسوس کردے او کہ  
دیکھ بھال کرن والی ٹیم تہاڈے خدشیاں اُتے دھیان نئیں  
دے رہی، تے فوری جائزے لئی کال کرو۔ عملے دے کسے  
وی رکن توں پچھو کہ ایہ کیویں کرنا اے یا ساڈے مارتھا  
(Martha) دے اصول دے پوسٹراں نوں ویکھو جہناں تے  
فون نمبر اے۔

تھاڈی درخواست ساڈے ہسپتال وچ اک وکھری ٹیم نوں  
جاوے گی، جیہڑی بہت بیمار مریضاں دی دیکھ بھال وچ مہارت  
رکھدی اے۔ اوہ تہاڈے تے تہاڈے بچے دی دیکھ بھال کرن آلی ٹیم  
دے نال ملے کم کرن گے تاکہ کوئی وی علاج یا ہور جائزے دا  
بندوبست کیتا جا سکے۔

ایہ سروس دن وچ 24 گھنٹے، ہفتے دے 7 دن دستیاب اے۔

## ساڈا عزم

اسیں باقاعدگی نال تہاڈی رائے پچھاں گے تہاڈے خدشیاں نوں  
سنجیدگی نال لوان گے۔ اسیں تہانوں اوس دیکھ بھال وچ اک شراکت  
دار دے طور اُتے ویکھدے آن جیہڑی اسیں دیندے آتے چاہندے  
آن کہ تسیں اپنیاں ساریاں فکراں تے خدشیاں بارے گل کرو۔



مارتھا دے اصول  
(Martha's Rule) بارے  
ہور جانن لئی ایتھے  
سکین کرو۔

تسیں سانوں تنگ نئیں کر رہے - اسیں تہاڈی گل سُننا  
چاہندے آن۔

