

بچے اور ذیابیطس

آپ کا بیٹا یا بیٹی وہ واحد بچہ نہیں ہے جسے ٹائپ 1 ذیابیطس تشخیص ہوئی ہے۔ ہمارے ملک میں ہر سال 300 سے زیادہ بچوں کو یہ بیماری تشخیص ہوتی ہے اور کل ملا کر 15 سال سے کم عمر کے ٹائپ 1 ذیابیطس کے مریضوں کی تعداد 2500 سے زیادہ ہے۔ چاہے یہ تشخیص کتنی ہی بوجھل محسوس ہو: آپ سے پہلے بہت سے لوگ اسی راستے کے راہی بن چکے ہیں۔

جن بچوں کو ذیابیطس ہو، ان میں سے بیشتر کو ٹائپ 1 ذیابیطس ہوتی ہے۔ اس بیماری میں لبلبہ بہت تھوڑے عرصے میں ہی انسولین بنانا چھوڑ دیتا ہے لہذا جسم مکمل طور پر اس چیز کا محتاج ہو جاتا ہے کہ خون میں شوگر گھٹانے والا یہ ہارمون جسم میں داخل کیا جائے۔ پین یا پمپ سے۔ انسولین بنانے کا قدرتی عمل جس کیلئے اب تک ایک صحتمند جسم خود مکمل طور پر ذمہ دار تھا، اچانک ایک ایسا کام بن جاتا ہے جس کیلئے بچے کو۔ اور کافی حد تک والدین کو بھی۔ ذمہ دار بننا پڑتا ہے۔ ہر روز۔ دن رات کے 24 گھنٹے۔ تمام عمر۔

ذیابیطس کے ساتھ زندگی میں ہر چیز کا تعلق ہر چیز سے ہو جاتا ہے: آپ کیا، کتنا، اور کتنی مرتبہ کھاتے اور پیتے ہیں، آپ کے جسم میں کونسے کاربوائیڈریٹس (نشاستے) پہنچتے ہیں، ورزش، ذہنی دباؤ، شدید جذبات، بلکہ محبت بھی۔۔۔ نہ تو کوئی ایک دن دوسرے دن جیسا ہوتا ہے اور نہ ہی ایک شخص کی زندگی کسی دوسرے شخص جیسی ہوتی ہے۔ جو چیز آج درست ہے، ضروری نہیں کہ کل بھی درست ہو۔ جو چیز دوسرے لوگوں کو راس آتی ہے، ممکن ہے آپ وہ حل نہ اپنا سکیں۔ دوسری طرف بہت سی چیزیں مشترک ہوتی ہیں، بیماری یکساں ہے۔ لہذا ذیابیطس کے ساتھ بخوبی زندگی گزارنے کا تعلق بہت زیادہ اس سے ہے کہ عمومی علم اور خود اپنا تجربہ حاصل کیا جائے۔ اور دونوں کو ملا کر استعمال کیا جائے۔

ذیابیطس کے ساتھ اچھی زندگی گزارنے۔ اور ذیابیطس کے بغیر مستقبل۔ کیلئے متحد

جب ایک بچے کو ذیابیطس لاحق ہونا ثابت ہو جائے تو بالعموم بچے کو بھی اور باقی سارے خاندان کو بھی صورتحال بوجھل اور مشکل لگتی ہے: سکول میں، بارنے باگے میں، دوستوں کی سنگت میں، سالگرہ پارٹیوں میں، چھٹیوں میں اور سیر سپاٹے پر، دوستوں کے گھرات گزارنا کیسے چلے گا۔۔۔؟ ہم بائوپوگلائیسیمیا (خون میں شوگر کی کمی) سے کس طرح بچ سکتے ہیں؟

والدین کو بھی ایک دم یہ سب نہایت بوجھل محسوس ہو سکتا ہے لیکن اس صورت میں یہ اور بھی اہم ہو جاتا ہے کہ سکون برقرار رکھا جائے اور بچے کیلئے ایک ایسی کیفیت کا اچھا آغاز یقینی بنایا جائے جس کے ساتھ اب اسے باقی تمام عمر رہنا ہو گا۔ بچے کو نئی صورتحال میں اعتماد اور علم حاصل ہونا چاہیے۔ اور اس کا آغاز خراب نہیں ہونا چاہیے۔ قدرتی طور پر اس میں طبی عملے کا کردار اہم ہے لیکن سب سے اہم بچے کے سرپرست ہی ہیں۔



نارویجن ڈائیبیٹیز ایسوسی ایشن اس مقصد کیلئے کام کرتی ہے کہ جب آپ کو ذیابیطس کے بارے میں معلومات اور مدد، روک تھام، علاج اور تحقیق کی تلاش ہو تو ایسوسی ایشن قدرتی طور پر آپ کا پہلا انتخاب ہو۔ diabetes.no ویب سائٹ پر آپ کو ہمیشہ تازہ معلومات ملیں گی۔ جن لوگوں کے بچے کو ذیابیطس ہو، ان کیلئے ہم diabetes.no/barn پیج (نارویجن میں) تجویز کرتے ہیں۔ یہاں آپ یہ دیکھ سکتے ہیں:

کیا آپ ذیابیطس میں مبتلا کسی بچے کو جانتے ہیں؟

بچوں کے حقوق

کیا آپ کے بچے کو حال ہی میں ذیابیطس تشخیص ہوئی ہے؟

اس بیماری کے ساتھ کیسے بخوبی نبٹا جائے؟

کیا آپ اپنے جیسے حالات رکھنے والے کسی گھرانے سے بات کرنا چاہتے ہیں؟

آغاز بلوغت کا مشکل دور

ذیابیطس کے ساتھ میرا سکول کا دن

diabetes.no/leksikon/ (نارویجن میں) پر آپ کو ذیابیطس کے بارے میں یقینی معیار کی معلومات ملیں گی۔

ماہرین سے پوچھیں!

نارویجن ڈائیبیٹیز ایسوسی ایشن کی ڈائیبیٹیز لائن رہنمائی دینے والی سروس ہے جس سے آپ ذیابیطس کے بارے میں سوالات پوچھ سکتے ہیں۔ سوالات کا جواب فرسٹ لائن سروس دیتی ہے جس میں تجربہ کار صلاح کار شامل ہیں، یا ماہرین کا پینل (سیکنڈ لائن) جواب دیتا ہے جو طبی عملے پر مشتمل ہوتا ہے۔ نارویجن کے ساتھ ساتھ انگلش، اردو، پنجابی، ترکی، صومالی اور عربی زبانوں میں جوابات حاصل کرنا بھی ممکن ہے۔

diabetes.no/linjen/ پر ڈائیبیٹیز لائن کے بارے میں مزید پڑھیں۔

ہم ذیابیطس کنبے کے افراد اپنے کنبے میں آپ کا خیر مقدم کرتے ہیں۔

نیک تمناؤں کے ساتھ

Nina Skille، سربراہ نارویجن ڈائیبیٹیز ایسوسی ایشن