



Department
of Health

ابتدائی مدد

مثبت فرق پیدا کرتی ہے!



ابتدائی معاونت کا پروگرام (Early Intervention Program)

آپ اپنے بچے کو بہترین طور پر جانتے ہیں۔ کیا آپ کو اپنے ننھے یا نوخیز بچے کے کھیلنے، سیکھنے، بولنے، کام کرنے یا حرکت کرنے کے طریقے کے حوالے سے کوئی تشویش لاحق ہے؟ جلد مدد حاصل کرنے سے مثبت فرق پڑتا ہے! اپنے بچے کو نیو یارک ریاست کے ابتدائی معاونت کے پروگرام کے پاس بھیجیں۔

کیا مدد دستیاب ہے؟

نیو یارک ریاست کا ابتدائی معاونت کا پروگرام تین سال سے کم عمر کے ایسے اہل ننھے یا نوخیز بچوں کو خدمات فراہم کرتا ہے، جو دوسرے بچوں کی طرح نشوونما نہ پا رہے ہوں۔ آپ اپنے بچے کو جانچ کے لیے بھیج سکتے ہیں۔ اگر آپ کا بچہ خدمات کا اہل ہو جاتا ہے، تو آپ کا مقامی پروگرام خدمات حاصل کرنے میں آپ کی مدد کرے گا۔ یہ خاندانوں کے لیے بلامعاوضہ ہے۔

خدمات میں شامل ہو سکتی ہیں:

- بول چال، جسمانی اور پیشہ ورانہ تھراپی کی خدمات
- خصوصی تدریس
- آڈیالوجی (سماعت) اور بصارت کی خدمات
- فیملی سپورٹ (سماجی کام، گروپس، تربیت)

کن بچوں کو ابتدائی مدد کی ضرورت ہوتی ہے؟

تین سال سے کم عمر کا کوئی بھی بچہ جو نشوونمائی تاخیر یا کسی معذوری کی وجہ سے دوسرے بچوں کی طرح نشوونما نہ پا رہا ہو، تو اسے مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

درج ذیل صورتوں میں، آپ کا بچہ ابتدائی معاونت کا اہل ہو سکتا ہے:

نشوونما میں تاخیر:

نشوونما میں تاخیر کا مطلب ہے کہ بچہ اپنی نشوونما کے کسی شعبے، مثلاً بڑھوتری، سیکھنے، سوچنے یا بات چیت شروع کرنے میں تاخیر کا شکار ہو۔

معذوری:

معذوری کا مطلب یہ ہے کہ بچے میں کسی ایسے جسمانی یا ذہنی مسئلے کی تشخیص ہوئی ہو، جو اس کی نشوونما کو متاثر کر رہا ہو۔

نیو یارک ریاست کے ابتدائی معاونت کے پروگرام کی خدمات گھر پر، بچوں کی دیکھ بھال کی جگہ پر یا جہاں بھی آپ کا بچہ اپنا دن گزارتا ہو، وہاں پر فراہم کی جا سکتی ہیں۔

اس سے آپ اور آپ کی فیملی کو درج ذیل معاونت ملے گی:

- معاونت اور آپ کے بچے کی نشوونما کا فروغ
- اپنے بچے کو خاندان اور کمیونٹی کی سرگرمیوں میں شامل کرنا

"بڑھتے ہوئے بچوں کے لیے چیک لسٹ" میں وہ علامات تلاش کریں، جن میں آپ کے ننھے یا نوخیز خوار بچے کو اضافی مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ اگر آپ کو اپنے بچے کی نشوونما کے بارے میں خدشات لاحق ہیں، تو آپ جتنی جلدی مدد حاصل کریں گی اتنا ہی بہتر ہے!

بڑھتے ہوئے بچوں کے لیے چیک لسٹ

بچوں کی نشوونما کے سنگ میل وہ چیزیں ہیں، جو زیادہ تر بچے ایک خاص عمر تک کر سکتے ہیں۔ ذیل میں دیکھیں کہ اس عمر میں زیادہ تر بچے کیا کرتے ہیں:

2 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- جب بات کی جائے یا اٹھایا جائے تو پرسکون ہو جاتا ہے
- آپ کے چہرے کو دیکھتا ہے
- جب آپ اس سے بات کرتے ہیں یا مسکراتے ہیں، تو وہ جواباً مسکراتا ہے
- رونے کے علاوہ بھی آوازیں نکالتا ہے
- تیز آوازوں پر ردعمل ظاہر کرتا ہے
- جب آپ حرکت کرتے/کرتی ہیں، تو آپ کو دیکھتا ہے
- کھلونے کو کئی سیکنڈ تک دیکھتا ہے
- پیٹ کے بل ڈالنے پر سر کو اوپر رکھتا ہے
- دونوں بازوؤں اور دونوں ٹانگوں کو حرکت دیتا ہے
- ہاتھ کھولتا اور بند کرتا ہے

4 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- جب آپ ہنسانے کی کوشش کرتی/کرتے ہیں، تو قہقہے لگاتا ہے (ابھی تک مکمل ہنسی نہیں)
- آپ کی طرف دیکھتا ہے، حرکت کرتا ہے یا آپ کی توجہ حاصل یا برقرار رکھنے کے لیے آوازیں نکالتا ہے
- "اووو" اور "آآہ" (غوں غوں کرنا) جیسی آوازیں نکالتا ہے
- آپ کی آواز کی جانب اپنا سر موڑتا ہے
- چیخنے جیسی آوازیں نکالتا ہے
- اگر بھوک لگی ہو، تو چھاتی یا بوتل دیکھ کر منہ کھولتا ہے
- اپنے ہاتھوں کو دلچسپی سے دیکھتا ہے
- پیٹ سے کمر کی جانب لڑھکتا ہے
- جب آپ انہیں تھامے ہوئے ہوتی/ہوتے ہیں، تو بغیر سہارے کے سر کو مستحکم رکھتا ہے
- اگر آپ اس کو کھلونا دیں، تو ہاتھ میں پکڑتا ہے

6 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- واقف لوگوں کو جانتا ہے
- خود کو آئینے میں دیکھنا پسند کرتا ہے
- عام آواز کے ذریعہ کی طرف مڑتا ہے
- اووہ اووہ جیسی آوازیں نکالتا ہے (زبان باہر نکال کر آوازیں نکالتا ہے)
- آپ کی آوازوں کی نقل اتارتا ہے
- سطح پر رکھی ہوئی چھوٹی چیزوں کو جھٹکا دیتا ہے
- اپنا من پسند کھلونا لینے کے لیے اس تک پہنچتا ہے
- یہ ظاہر کرنے کے لیے ہونٹ بند کر لیتا ہے کہ وہ مزید کھانا نہیں چاہتا
- کمر سے پیٹ کی جانب لڑھکتا ہے
- بغیر سہارے کے تھوڑی دیر تک بیٹھتا ہے
- چھوٹی اشیاء کو پورے ہاتھ سے اٹھاتا ہے
- کھلونا ایک ہاتھ سے دوسرے میں منتقل کرتا ہے

9 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- اپنے چہرے پر کئی تاثرات دکھاتا ہے، جیسے خوش، غمگین، ناراض اور حیران
- آپ کے جانے پر ردعمل ظاہر کرتا ہے (پیچھے سے دیکھتا ہے، نظر میں رکھتا ہے یا روتا ہے)
- جب آپ اس کا نام پکارتے ہیں، تو آپ کو دیکھتا ہے
- "آپ کا کمر کہاں ہے؟" جیسی باتیں سن کر آس پاس دیکھتا ہے۔
- "ماماما" اور "بابابابا" جیسی مختلف آوازیں نکالتا ہے
- نظروں سے اوجھل ہونے پر اشیاء (مثلاً اس کا چمچ یا کھلونا) تلاش کرتا ہے
- چھین چھپائی یا تا تے جیسے کھیل کھیلتا ہے
- ہاتھوں اور گھٹنوں کے بل رینگتا ہے
- بغیر سہارے کے بیٹھتا ہے
- بیٹھتا اور کھڑا ہوتا رہتا ہے
- جان بوجھ کر اشیاء کو نظر انداز کرتا ہے
- اپنی طرف کھانا "اکٹھا" کرنے کے لیے انگلیوں کا استعمال کرتا ہے

12 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- "نہیں" کو سمجھنا ہے (جب آپ اسے کہتے ہیں تو مختصر طور پر رک جاتا ہے)
- الوداع کہنے کے لیے ہاتھ ہلاتا ہے
- اشاروں کے ساتھ ہدایات پر عمل کرتا ہے، مثلاً حرکت کرنا اور کہنا، "مجھے دو (کوئی چیز)"
- والدین کو "ماما" یا "بابا" یا کسی اور خاص نام سے پکارتا ہے
- برتن وغیرہ میں کچھ رکھتا ہے، مثلاً کپ میں ایک بلاک
- ان چیزوں کو تلاش کرتا ہے جو وہ آپ کو چھپاتے ہوئے دیکھتا ہے، مثلاً کمبل کے نیچے کھلونا
- بغیر سہارے کے کھڑا ہوتا ہے
- چلنا، فرنیچر کو پکڑ کر (دھیمی رفتار سے)
- کھانا پکڑ لینا اور کھاتا ہے
- شہادت کی انگلی اور انگوٹھے کے ساتھ چھوٹی اشیاء اٹھاتا ہے

15 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- کھیلتے ہوئے دوسرے بچوں کی نقل کرتا ہے، مثلاً جب کوئی دوسرا بچہ کھیلتا ہو، تو ڈبے وغیرہ سے کھلونے نکالتا ہے
- بغیر ڈھکن کے کپ سے پینا مگر کبھی کبھار گرا سکتا ہے
- آپ کو پیار دکھاتا ہے (گلے لگانا، چمٹنا یا آپ کو بھوسہ دینا)
- کچھ مانگنے یا مدد حاصل کرنے کے لیے اشارہ کرتا ہے
- ناموں کے علاوہ بھی 3 الفاظ استعمال کرتا ہے
- چیزوں کو صحیح طریقے سے استعمال کرنے کی کوشش کرتا ہے، جیسے فون، کپ یا کتاب
- جب آپ کچھ کہتے ہیں، تو ارد گرد دیکھتا ہے مثلاً "آپ کی گیند کہاں ہے؟" یا "آپ کا کمبل کہاں ہے؟"
- سیڑھیاں چڑھتا ہے
- چیزیں لینے کے لیے آلتی پالتی مار کر بیٹھتا ہے
- کھانے پینے کے لیے انگلیوں کا استعمال کرتا ہے

18 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- آپ سے دور ہو جاتا ہے، لیکن یہ یقینی بنانے کے لیے دیکھتا رہتا ہے کہ آپ قریب موجود ہوں
- آپ کو کچھ دلچسپ دکھانے کے لیے اشارہ کرتا ہے
- جب اسے لباس پہنایا جا رہا ہو، تو مدد کرتا ہے مثلاً شرٹ میں بازو ڈالتا ہے یا پینٹ پہننے کے لیے اپنا پاؤں اوپر اٹھاتا ہے
- جسم کے 2 حصوں کی شناخت کر سکتا ہے
- کم از کم 5 مانوس اشیاء کو نام سے پکارتا ہے
- آپ کے کام کاج کی نقل اتارتا ہے، مثلاً جھاڑو سے صفائی کرنا
- کھلونوں سے سادہ انداز میں کھیلتا ہے، مثلاً کھلونا کار کو دھکیلنا
- کھڑے ہو کر ایک چھوٹی گیند پھینک سکتا ہے
- ہاتھ سے پکڑ کر ہر سیڑھی پر 2 بار قدم رکھتے ہوئے سیڑھیاں چڑھتا ہے
- پیچھے کی طرف چلتا ہے
- چمچ استعمال کرنے کی کوشش کرتا ہے
- کاغذ پر ٹیڑی میڑی شکلیں بناتا ہے
- بغیر کسی اشارے کے سادہ ہدایات پر عمل کرتا ہے، مثلاً جب آپ کہتے ہیں "یہ مجھے دے دو"، تو وہ آپ کو کھلونا دے دیتا ہے

24 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- جب دوسروں کو کوئی تکلیف ہو یا پریشان ہوں، مثلاً جب کوئی رو رہا ہو، پریشان یا اداس ہو، تو اس کا اثر لیتا ہے
- آپ کے چہرے کو دیکھتا ہے کہ کسی نئی صورتحال میں کیسے ردعمل ظاہر کیا جائے
- دوسرے بچوں کے ساتھ کھیلتا ہے
- کم از کم دو الفاظ ایک ساتھ کہتا ہے، جیسے "زیادہ دودھ۔"
- کھلونے پر موجود سوئچ، نوبز یا بٹن استعمال کرنے کی کوشش کرتا ہے
- ایک ہی وقت میں ایک سے زیادہ کھلونوں کے ساتھ کھیلتا ہے، مثلاً کھلونا پلیٹ میں رکھ کر کھلونا کھانا ڈالنا (کھیل میں کھلونوں کو آپس میں جوڑتا ہے)
- چلتا ہے
- مدد کے ساتھ یا اس کے بغیر چند سیڑھیوں پر چل کر چڑھتا ہے (پکڑ کر نہیں)
- گیند کو لات مارتا ہے
- چمچ سے کھاتا ہے

30 ماہ کی عمر کے سنگ میل

- جھوٹ موٹ کے طور پر چیزوں کا استعمال، مثلاً گڑیا کو کھانے کے طور پر کوئی بلاک کھلاتا ہے
- خود سے کچھ کپڑے اتار سکتا ہے، مثلاً پینٹ ڈھیلی کر لینا یا جیکٹ کھول لینا ہے
- جب آپ کسی کتاب میں اشارہ کر کے پوچھتے ہیں کہ "یہ کیا ہے؟" تو اس میں موجود چیزوں کا نام لینا ہے
- کام کرنے کے ایک لفظ کے ساتھ دو یا دو سے زیادہ الفاظ ملا کر بولتا ہے، مثلاً "ڈوگی دوڑتا ہے"
- یہ ظاہر کرتا ہے کہ اس کو کم از کم ایک رنگ کا علم ہے، مثلاً جب آپ پوچھتے ہیں کہ "ان میں سے کون سا لال ہے؟" تو وہ لال کریوں کی طرف اشارہ کرتا ہے
- سادہ مسائل حل کرنے کی مہارتیں رکھتا ہے مثلاً کسی چیز تک پہنچنے کے لیے چھوٹے اسٹول پر کھڑے ہونا
- دو مراحل پر مشتمل ہدایات پر عمل کرنا شروع کر دیتا ہے مثلاً "کھلونا نیچے رکھو اور دروازہ بند کر دو۔"
- بنا گئے مکمل طور پر دوڑتا/بھاگتا ہے
- ایک پاؤں کے بعد دوسرے کا استعمال کر کے سیڑھیاں چڑھنا شروع کر دیتا ہے
- ہاتھوں کا استعمال کر کے چیزوں کو موڑنا مثلاً دروازے کے تالوں کو گھمانا اور ڈھکن کھولنا
- کانٹے کے ساتھ کھانا کھاتا ہے
- پورے ہاتھ کے بجائے صرف انگلی اور انگوٹھے سے کریوں پکڑتا ہے
- 50 کے قریب الفاظ بولتا ہے

اگر آپ کے بچے کو یہ چیزیں کرنے میں دشواری ہو رہی ہو، تو اس بارے میں کسی سے بات کر کے اپنے ذہن کو پرسکون بنائیں۔
جلد مدد حاصل کرنے سے مثبت فرق پڑتا ہے!
اپنے ڈاکٹر سے بات کریں اور اپنے مقامی ابتدائی
معاونت کے پروگرام کو کال کریں۔

اس چارٹ میں تحریری مواد درج ذیل وسائل سے اخذ کیا گیا تھا:

1. The Centers for Disease Control and Prevention. (2023, June 6). CDC's developmental milestones. 6 نومبر 2023 کو اخذ کردہ: <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>

2. Hagan JF, Shaw JS, Duncan PM, eds. Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents [pocket guide]. 4th ed. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics; 2017

والدین کہاں سے مدد حاصل کر سکتے ہیں؟

اپنے بچے کے لیے مدد طلب کرنے کے لیے، اپنی رہائش کی کاؤنٹی میں ابتدائی معاونت کے پروگرام سے رابطہ کریں۔ health.ny.gov/EICounty

اپنی کاؤنٹی کے ابتدائی معاونت کے پروگرام کا فون نمبر حاصل کرنے کے لیے، نیویارک ریاست کی "گروئنگ اپ ہیلتھی (Growing Up Healthy)" کی 24 گھنٹے ہاٹ لائن کو 1-800-522-5006 پر کال کریں۔ نیویارک شہر کے اندر، 311 پر کال کریں۔

نیویارک ریاست کے بچوں کے لیے ابتدائی معاونت کے پروگرام کے بارے میں مزید جاننے کے لیے ہماری ویب سائٹ ملاحظہ کریں: health.ny.gov/EIFamilies

ای میل: beipub@health.ny.gov
فون: 518-473-7016



Department
of Health