بچوں کا غیرفطری برتاؤ: علامات اور اصلاح

گریما گرگ

بچوں کے برتاؤ کا غیرفطری ہونا ان کے مستقبل کو اندھیرے میں دھکیل سکتا ہے۔ والدین غلط برتاؤ کو چند باتوں پر توجہ دے کر درست کر سکتے ہیں۔ چھوٹے بچوں کو صحیح باتوں کو سکھانا اور ان کے برتاؤ کو مثبت بنانا والدین کی ذمہ داری ہوتی ہے۔ وہیں اگر ان کا برتاؤ منفی ہونے لگے اور اگر وہ غلط برتاؤ کا مظاہرہ کرنے لگیں تو اس کی وجہ سے ان کی شخصیت پر غلط اثر پڑ سکتا ہے۔ اسی کے ساتھ لوگ والدین کی پرورش پر بھی انگلی اٹھا سکتے ہیں۔ کئی بار بچوں کے اندر موجود تناؤ غلط برتاؤ کا سبب بنتا ہے۔ اس کی وجہ سے بچے ضدی ہوجاتے ہیں اور ان کے برتاؤ میں منفی رویہ شامل ہونے لگتا ہے۔ بچوں کے غیر فطری برتاؤ کے اسباب کیا ہوسکتے ہیں اور انہیں کیسے تبدیل کیا جائے، اسے جاننا ضروری ہے۔

بچوں کے غیر فطری برتاؤ کی علامات: بچوں کا جھوٹ بولنا۔ چوری کرنے کی کوشش کرنا۔ غلط الفاظ کا استعمال کرنا۔ اپنے سے بڑی عمر کے لوگوں کو دھمکی دینا، ان کے ساتھ زبان درازی کرنا۔ پالتو جانوروں کو نقصان پہنچانا۔ غلط چیز جیسے تمباکو نوشی، شراب نوشی اور اس طرح کی دیگر اشیا کی طرف متوجہ ہونا۔ لکھنے پڑھنے میں دل کا نہ لگنا۔ ہر وقت سست رہنا اور بہانے بنانا۔ مہنگی چیزوں کو توڑنا۔ یہ سب بچوں کے غلط برتاؤ کی علامات ہیں۔ اگر بچوں میں ان میں سے کوئی علامت نظر آئے تو فوراً اس کی طرف متوجہ ہوں۔ بچوں کی اصلاح کے لئے ذیل کی باتوں کو اپنا سکتے ہیں۔

غصہ نہ کریں: اکثر والدین اپنے بچوں کے غلط برتاؤ پر ان سے ناراض ہوتے ہیں یا جلد کوئی فیصلہ لے لیتے ہیں حالانکہ یہ طریقہ غلط ہے۔ زیادہ غصہ کرنے یا طیش میں آنے کا بچوں کی ذہنی حالت پر برا اثر پڑ سکتا ہے۔ اس لئے جب بھی بچے غلط برتاؤ کریں تو اس وقت ان پر نہ غصہ ہوں اور نہ ہی کوئی ردعمل ظاہر کریں۔

بچوں سے بات کریں: جب بھی بچے غلط کام کرتے ہیں یا غلط رویہ ظاہر کرتے ہیں تو اس وقت والدین بچوں سے بات نہ کرکے خود ہی فیصلہ لے لیتے ہیں۔ جب کہ ممکن ہے کہ بچے کسی سبب سے ایسا کر رہے ہوں۔ لہٰذا بچوں سے والدین کا بات کرنا ضروری ہے۔ اس کے بعد ہی ان کی زندگی سے متعلق معاملات پر فیصلہ لیں۔

بچوں کو وقت دیں: اگر بچوں میں کسی قسم کی تبدیلی نظر آئے تو ممکن ہے کہ اس کے پس پردہ ذہنی تناؤ یا کوئی سنجیدہ معاملہ ہو۔ ایسی صورت میں بچوں کا غلط برتاؤ کسی معاملہ میں ان کے تنہا پڑ جانے یا ان کی تنہائی کو بھی بیان کرتا ہے۔ والدین کی ذمہ داری ہے کہ وہ اپنے بچوں کو تنہائی کا احساس نہ ہونے دیں اور زیادہ سے زیادہ اپنے بچوں کو وقت دیں۔ اس سے بچوں کو اپنائیت کا احساس ہوگا۔

بچوں کو انعام دیں: اگر آپ کے بچے غلط برتاؤ کر رہے ہیں اور آپ کے سمجھانے پر وہ اچھا برتاؤ کرنے لگیں تو ایسی صورت میں بچوں کو انعام دینا بیحد ضروری ہے، ایسے بچوں کو انعام ضرور دیں۔ ایسا کرنے سے بچوں کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے اور مزید اچھے کام کرنے کے لئے وہ اپنے اندر حوصلہ پاتے ہیں۔

مار پیٹ کا نہ لیں سہارا: کچھ ماں باپ ایسے ہوتے ہیں جو بچوں کے غلط برتاؤ کرنے پر فوراً ان پر ہاتھ اٹھا دیتے ہیں اور مار پیٹ کا سہارا لیتے ہیں۔ انہیں لگتا ہے کہ یہی ایک راستہ ہے جس سے ان کے بچوں کی اصلاح ہوسکتی ہے لیکن ایسا ہوتا نہیں ہے۔ کبھی کبھی مار پیٹ سے بچے مزید ضدی بن جاتے ہیں اور اس کام کو بار بار دہراتے ہیں۔ ایسی صورت میں والدین کو چاہئے کہ وہ بچوں کی اصلاح کے لئے مار پیٹ کا سہارا نہ لیں۔

ضبط سے کام لیں: جن والدین کے بچے غلط برتاؤ اور غلط صحبت کا شکار ہوجاتے ہیں، ان کو تھوڑا ضبط سے کام لینا چاہئے۔ فوری طور پر اور جذباتی انداز سے لیا گیا فیصلہ بچوں کے مستقبل اور والدین کی زندگی دونوں پر منفی اثر ڈال سکتا ہے۔ ایسی صورت میں بچوں کو سمجھانے کے دوران ضبط سے کام لیں۔ اگر آپ کے بچے آپ کی بات نہیں سمجھ پا رہے ہیں تو دوبارہ یا پھر کسی دوسرے طریقہ سے انہیں اپنی بات سمجھائیں۔

بچوں کو پیار دیں: بچوں کو پیار کرنا بھی ضروری ہے۔ اکثر والدین اپنے بچوں کی بنیادی ضروریات کو تو پورا کردیتے ہیں اور یہ سمجھ لیتے ہیں کہ ان کی ذمہ داری پوری ہوگئی، پر ایسا ہے نہیں۔ بچوں کو پیار کرنا بھی ضروری ہے۔ ان کے لئے ضروری سامان لادینا یا اچھے اور مہنگے اسکول میں تعلیم دلانا ہی کافی نہیں ہے، انہیں پیار کرنا بھی ضروری ہے۔ اس طرح سے بچے ذہنی طور پر صحت مند ہوں گے اور ان کا غلط برتاؤ بھی بدل جائے گا۔ یہاں یہ بات صاف ہوجاتی ہے کہ بچوں کے غلط برتاؤ کے پس پشت کئی اسباب ہوسکتے ہیں۔ ایسی صورت میں والدین سب سے پہلے اپنے بچوں کے غلط برتاؤ سے متعلق علامات کو پہچاننے کی کوشش کریں اور اس کے بعد مذکورہ باتوں کو اپنا کر انہیں درست کرنے کی کوشش کریں۔ ■

موسمی تغیرات: آفات سے 140 ملین افراد متاثر

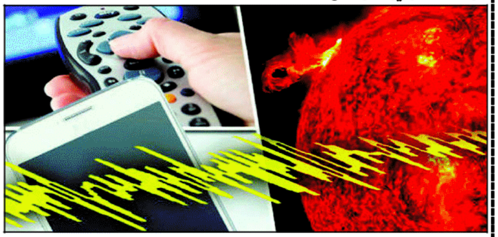
عام وبا نے معاشروں کو موسمی بحرانوں کے برخلاف کہیں زیادہ بے یارومددگار چھوڑا ہے۔ موسمی تغیرات کے باعث آنے والی آفات سے 140 ملین افراد متاثر ہوئے ہیں۔ رونما ہونے والی قدرتی آفات سے بڑی تعداد میں لوگ لقمہ اجل بنے ہیں۔ بین الاقوامی ریڈ کراس اور ہلال احمر انجمنوں کی فیڈریشن آئی آر ایف سی کا کہنا ہے کہ عام وبا کے آغاز سے لیکر اب تک رونما ہونے والی آفات سے 140 ملین افراد متاثر ہوئے ہیں جبکہ 17 ہزار سے زیادہ موت کے منہ میں گئے ہیں۔ فیڈریشن کی موسمی تغیرات کے اثرات کے حوالے سے جاری کردہ رپورٹ میں اس جانب توجہ مبذول کرائی گئی ہے کہ وبا نے معاشروں کو موسمی بحرانوں کے برخلاف کہیں زیادہ بے یارومددگار چھوڑا ہے۔ رپورٹ کے مطابق 681 ملین انسانوں کو شدید گرم موسم کا سامنا کرنا پڑا تو مجموعی طور پر 140 ملین افراد بدلتے ہوئے حالات سے متاثر ہوئے ہیں۔ فیڈریشن کے صدر فرانسیسکو روکا نے اقوام متحدہ کے مرکزی دفتر میں پریس بریفنگ میں کہا ہے کہ ”کرۂ ارض کو موسمی تغیرات اور عام وبا کے باعث اس سے قبل کبھی مشاہدہ میں نہ آنے والے انسانی بحران کا سامنا ہے۔ انہوں نے ماہ نومبر میں اسکاٹش شہر گلاسگو میں منعقد ہونے والی اقوام متحدہ موسمی تغیرات کانفرس سے قبل عالمی سربراہان سے گرین ہاؤس گیسوں کے اخراج میں کمی لانے کے لیے فی الفور لازمی تدابیر اختیار کرنے کی اپیل کی ہے۔ ■

> کرۂ ارض کو موسمی تغیرات اور عام وبا کے باعث اس سے قبل کبھی مشاہدہ میں نہ آنے والے انسانی بحران کا سامنا ہے — : فرانسیسکو روکا

سورج میں اٹھتا طوفان انٹرنیٹ کیلئے خطرہ؟

شتاکشی استھانہ

آسمان پر دکھنے والے سب سے خوبصورت نظاروں میں Aurora بھی ہیں جنہیں NortherLights اور Southern Lights کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔ فوٹو گرافر سے لے کر ماہرین فلکیات (Astronomers) تک کے لئے یہ نہ صرف دلکش نظارے ہوتے ہیں بلکہ سائنسی نظریہ سے بھی بیحد دلچسپ ہوتے ہیں۔ اس رنگین روشنی سے زمین ہی نہیں، سورج کے مدار کے بارے میں بھی ہمیں اہم معلومات حاصل ہوتی ہیں۔ کیا آپ کو معلوم ہے کہ آسمان کو جادو کی سی صورت بنانے والی یہ روشنی دراصل سورج پر اٹھنے والے طوفانوں سے آتی ہے۔ کیسے پیدا ہوتے ہیں یہ طوفان اور زمین پر ان کے کیا کیا ہوتے ہیں اثرات، آیئے جانتے ہیں۔



رنگین روشنی کا نظارہ: امریکی خلائی ایجنسی NASA کے مطابق عام طور پر سورج کے طوفان 10-20 لاکھ میل فی گھنٹہ کی رفتار سے چلتے ہیں۔ یہ دراصل سورج کے Coronal Holes سے آتے ہیں جہاں سورج کی باہری پرت ٹھنڈی، گھنی اور اندھیری ہوتی ہے۔ سورج کی ہواؤں کے ساتھ ہمارے سب سے قریبی ستارے سے نکلا ریڈی ایشن Charged Particles کو زمین پر لاتا ہے۔ وہیں سورج میں دھماکے ہونے سے ان سے Coronal Mass Ejection بھی نکلتے ہیں۔ اس کی وجہ سے فضا میں Charged Particles گھومتے ہیں اور بیحد تیز رفتاری سے زمین کی طرف آتے ہیں۔ جب یہ زمین کے مقناطیسی خطہ سے ٹکراتے ہیں تو روشنی کی شکل میں انرجی نکلتی ہے۔ انہیں Aurora کہتے ہیں۔ Northern Lights یا Aurora Borealis اور Southern Lights یا Aurora Australis آسمان میں کسی لیزر لائٹ شو جیسی لگتی ہیں۔

زمین پر اثر: زمین کا مقناطیسی خطہ یوں تو انسانوں کو سورج سے آنے والے خطرناک ریڈیشن سے بچاتا ہے لیکن سورج کے طوفانوں کا اثر سیٹلائٹ پر مبنی ٹکنالوجی پر ہوسکتا ہے۔ سولر ونڈ کی وجہ سے زمین کا باہری مدار گرم ہوسکتا ہے جس سے سیٹلائٹ پر اثر ہوسکتا ہے۔ اس سے جی پی ایس نیویگیشن، موبائل فون سگنل اور سیٹلائٹ ٹی وی میں خلل پڑ سکتا ہے۔ پاور لائنس میں کرنٹ تیز ہوسکتا ہے جس سے ٹرانسفارمر بھی اڑ سکتے ہیں۔ ایسے طوفان بہت نادر ہوتے ہیں۔ 1859 اور 1921 میں زمین پر ان کا اثر دیکھنے میں آیا تھا۔ اسی طرح 1859 میں آئے مشہور سب سے طاقت ور جی اومیگنیٹک طوفان نے یوروپ اور امریکہ میں ٹیلی گراف نیٹ ورک کو تباہ کردیا تھا۔ اس دوران کچھ آپریٹرس نے بتایا کہ انہیں الیکٹرک کا جھٹکا لگا ہے جب کہ کچھ دیگر نے بتایا کہ وہ بنا بیٹری کے اپنے آلات کا استعمال کرپا رہے ہیں۔ ناردن لائٹ اتنی تیز تھی کہ پورے شمال مغرب امریکہ میں رات کے وقت لوگ اخبار پڑھ سکتے تھے۔ کم طاقت کا ایک سورج کا طوفان 1989 میں بھی آیا تھا۔

پانی کے نیچے کیبل پر اثر: ان کے الیکٹریکل گریڈ اور انٹرنیٹ پر اثر کے ذریعہ ان کی طاقت کو سمجھا جاسکتا ہے۔ ایک ریسرچ کے مطابق ایشیاء پر اثر کم ہوگا کیونکہ یہاں سنگاپور پانی کے نیچے بچھے کیبلس کا ہب ہے اور یہ ایکویٹر پر ہے لیکن یہاں سے دور اٹلانٹک اور بحراوقیانوس (Pacific Ocean) پر بچھے کیبلس پر اثر زیادہ ہوگا۔ سائنس دانوں کا کہنا ہے کہ دور حاضر میں کمپیوٹر اور آٹومیشن پر دنیا بہت زیادہ منحصر ہوگئی ہے۔ ایسی صورت میں گزشتہ طوفانوں کے مقابلے اس مرتبہ سورج کے طوفان کے نتائج زیادہ خطرناک ہوسکتے ہیں۔ سورج کے طوفان کے آنے پر ہمارے خلاء میں چکر لگا رہیں سٹلائٹس متاثر ہوسکتی ہیں اور اس سے ہمارا مواصلاتی اور جی پی ایس نظام بند ہوسکتا ہے۔ ■

دل پر رنجیدہ ہونے کا پڑتا ہے اثر؟

یشاسوی ماتھر

ہم اکثر مذاق میں کہتے ہیں کہ دل ٹوٹنے پر درد ہوتا ہے، حقیقت میں یہ سچ ہے۔ رنجیدہ ہونے کا دل پر بھی اثر پڑتا ہے۔ یہ کسی شاعر کا خیال نہیں واقعتاً ایک جسمانی مسئلہ ہے۔ اگر آپ رنجیدہ ہیں تو سینے میں درد ہوسکتا ہے، سانس پھولنے کا احساس ہوسکتا ہے، کچھ لوگوں کو الٹی یا کمزوری کا احساس ہوتا ہے۔ طبی اصطلاح میں اسے بروکن ہارٹ سنڈروم کہتے ہیں۔ رنجیدہ دل کی علامات اور علاج پر بات کرتے ہیں۔

دل پر کیا اثر پڑتا ہے؟: اکثر ہم لوگوں کو یہ کہتے ہوئے سنتے ہیں کہ دل ٹوٹ گیا، آخر ذہنی تکلیف اور دل کے درمیان باہمی تعلق کیا ہے۔ سائنسی نقطۂ نظر سے بروکن ہارٹ سنڈروم دل کے تناؤ کی ایک کیفیت ہے۔ جب آپ رنجیدہ ہوتے ہیں تو دل کی رگیں ڈھیلی پڑ جاتی ہیں۔ اس کی وجہ سے سینے میں درد ہوتا ہے اور ایسا محسوس ہوتا ہے کہ دل کا دورہ پڑا ہے۔ اس صورت میں دل وقتی طور پر بڑا ہوجاتا ہے اور صحیح طریقہ سے پمپ نہیں کرتا۔ بروکن ہارٹ سنڈوروم کی علامات دل کے دورہ کی ہی طرح ہوتی ہیں اس لئے آپ کو اس کی جانچ کروانی چاہئے۔

وہ علامات جنہیں نظرانداز نہیں کرنا چاہئے: رنجیدہ ہونے پر آپ کو یہ علامات نظر آسکتی ہیں، ان کے نظر آنے پر علاج ضرور کرائیں۔ سینے میں درد ہونا، گلے یا بائیں بازو میں درد ہونا، سانس پھولنا، الٹی آنے کا احساس ہونا، کمزوری محسوس ہونا وغیرہ۔

کس عمر کے لوگوں کو برتنی چاہئے احتیاط؟: رنجیدہ ہونے پر یوں تو کسی بھی عمر میں دل میں شکایت ہوسکتی ہے لیکن اگر آپ کی عمر 80-50 کے درمیان ہے تو آپ کو دل سے متعلق علامات پر خاص طور پر توجہ دینے کی ضرورت ہے۔ اس عمر میں خواتین کو دل سے وابستہ بیماریوں کا خطرہ زیادہ رہتا ہے اسلئے انہیں زیادہ تناؤ میں نہیں رہنا چاہئے۔

رنجیدہ دل کا علاج: کبھی نہ کبھی ہر انسان رنجیدہ ہوتا ہے پر ذہنی تکلیف کو کم کرنے کے لئے آپ کچھ آسان طریقوں کو اختیار کرسکتے ہیں۔ اگر آپ کسی بات سے رنجیدہ ہیں تو اپنی غذا اور روزمرہ کی مصروفیات پر توجہ دیں، آپ کو صحت مند زندگی بسر کرنی چاہئے۔ آپ کو ورزش کے فائدے تو معلوم ہی ہیں، جب دل رنجیدہ ہو تو یوگا اور میڈیٹیشن کا سہارا لینا چاہئے۔ جسم میں آکسیجن کی کمی ہونے کی وجہ سے دل پژمردگی محسوس کرتا ہے، اس لئے اپنے آکسیجن کی سطح کو برقرار رکھیں اور ضروری مقدار میں پانی کا استعمال کرتے رہیں۔ کھانے میں زیادہ تلی بھنی چیزیں نہ لیں، دل کے رنجیدہ ہونے پر فائبر والی غذا جیسے تازے پھل اور سبزیوں کا استعمال کریں۔

رنجیدہ ہونے پر یہ غلطیاں نہ کریں: اگر آپ رنجیدہ ہیں تو ایسے ماحول میں نہ رہیں جو منفی ہو۔ تنہائی میں رہنے سے دل مزید رنجیدہ ہوتا ہے، اس لئے ایسا کرنے سے بچیں۔ اس دوران فاسٹ فوڈ کے استعمال سے گریز کرنا چاہئے، اس سے آپ کی طبیعت خراب ہوسکتی ہے۔ رنجیدہ ہونے پر سینے میں درد کا ہونا معمولی بات نہیں ہے، اس کی شکایت ہونے پر خود کو فوراً ڈاکٹر کو دکھانا چاہئے۔ ■

پلاسٹک کی آلودگی

شبھم سنگھ

دور حاضر میں پوری دنیا کا سب سے بڑا اور قابل تشویش مسئلہ ’پالیوشن‘ یعنی آلودگی کا ہے اور اس کا سب سے اہم سبب ’پلاسٹک پالیوشن‘ ہے۔ پلاسٹک کچرا بہت ہی سست رفتاری سے ختم ہونے والا کچرا ہے۔ اس وجہ سے یہ کچرا جتنا ختم نہیں ہوتا اس سے زیادہ پیدا ہوجاتا ہے۔ شہروں میں نالیوں اور نالوں میں جمع ہونے والا پلاسٹک کچرا متعدد بیماریوں کا سبب بنتا ہے۔ یہ کچرا سڑتے گلتے بہتے ہوئے ندیوں میں پہنچتا ہے اور اس کی وجہ سے ندیاں آلودہ ہوتی ہیں۔ زمین پر بسنے والے سبھی جانداروں کے لئے صحت مند ماحول بہت ضروری ہے۔ ان سطروں میں آلودگی کی سب سے بڑی وجوہات میں سے ایک پلاسٹک آلودگی کے نقصاندہ اثرات کے بارے میں جاننے کی کوشش کی جائے گی۔ ہمارے ماحول میں پھیلا ہوا پلاسٹک سے پیدا کچرا ہی پلاسٹک پالیوشن کہلاتا ہے۔ زمین، ندی، نالوں اور تالابوں میں جمع ہونے والی پلاسٹک آلودگی میں اضافہ کا بڑا سبب بنتی ہے۔ پلاسٹک ایسے اجزاء سے تیار ہوتی ہے جنہیں مکمل طور پر ختم ہونے میں 500 برس تک لگ جاتے ہیں۔ پلاسٹک کچرے سے ہمارا ماحولیاتی نظام بہت تیزی سے آلودہ ہورہا ہے۔ اس کچرے کے زمین پر جمع ہونے سے ہماری زمین دھیرے دھیرے بنجر ہوتی جارہی ہے۔ پلاسٹک کچرے سے ہونے والی کیمیکل زمین، پانی اور ہوا میں مل کر آلودگی پھیلاتی ہے۔ پلاسٹک کا ضرورت سے زیادہ استعمال انسانی زندگی پر منفی اثر ڈال رہا ہے۔ پلاسٹک کی چیزوں میں رکھی جانے والی کھانے پینے کی اشیاء کے استعمال سے کینسر جیسی خطرناک بیماریاں ہوسکتی ہیں۔ زمین کے ساتھ ساتھ سمندر میں پھیل کر پلاسٹک کی آلودگی نے خطرناک شکل اختیار کرلی ہے۔ یہ ملک کے لئے ہی نہیں دنیا کے لئے خطرہ بن چکی ہے۔

پلاسٹک سے بنی شیشیاں، ڈبے، ہنڈ بیگ اور پولوتھن اور اس طرح کی دیگر چیزیں پلاسٹک آلودگی کا سبب ہیں۔ دنیا کی آبادی میں ہونے والا اضافہ بھی اس آلودگی میں اضافہ کا سبب بنا ہے۔ ہر سال سمندر میں پھینکا جارہا تقریباً 8 ملین میٹرک ٹن پلاسٹک کچرا پانی میں پائی جانے والی زندگیوں پر خطرناک اثرات ڈال رہا ہے۔ اس آلودگی کی وجہ سے ہر سال سمندر میں رہنے والی 10 کروڑ سے زائد زندگیاں ختم ہوجاتی ہیں۔ پلاسٹک کو جلانے پر اس سے اسٹائرین گیس نکلتی ہے جو کہ بہت زیادہ زہریلی ہوتی ہے۔ پلاسٹک آلودگی زمین کے ماحولیات کو بری طرح سے نقصان پہنچارہی ہے۔ یہی نہیں بلکہ گائے، بھینس اور دیگر چوپائے اور پرندے غذا کی تلاش میں پلاسٹک کھا لیتے ہیں جو ان کی موت کی وجہ بنتا ہے۔ اس وجہ سے ہمیں چاہئے کہ ہم نقصاندہ پلاسٹک کی جگہ جلد تلف ہونے والے (Biodegradable) مادوں سے بنی اشیاء کا استعمال کریں۔ انسان کے عمل کی وجہ سے زمین پر تو آلودگی پھیلی ہی ساتھ ہی سمندر میں بہائی جانے والی پلاسٹک آلودگی آج بھیانک شکل اختیار کرچکی ہے۔ اس آلودگی پر قابو پانے کے لئے سبھی ممالک کے ایک ساتھ کام کرنے کی ضرورت ہے۔ ضروری ہے کہ زندگی کے تحفظ کے لئے فطرت کو اس کی اصل حالت پر باقی رکھا جائے۔ پلاسٹک آلودگی کو کم کرنے کیلئے یہ بھی ضروری ہے کہ پلاسٹک کو کوڑے دان میں ڈالنے کی جگہ اس کو دوبارہ استعمال (Recycle) کیلئے کام میں لایا جائے۔ ■

دانت نکلوانا کب ضروری...؟

ڈاکٹر رانا محمّد اطہر رضا

عموماً مریض دانت کی شدید تکلیف کے باعث ڈینٹل کلینکس جا کر دانت نکلوانے پر اصرار کرتے ہیں۔ اب یہ معالج پر منحصر ہے کہ آیا وہ دانت، جڑ سے نکال دیتا ہے یا پھر کسی خاص طریقۂ علاج کے ذریعے دانت بچانے کی کوشش کرتا ہے۔ دانت، اللہ تعالیٰ کی ایک بہت بڑی نعمت ہیں، جنہیں کسی خاص وجہ کے بغیر نکلوادینا قطعاً عقل مندی نہیں۔ یاد رکھیے، دانت صرف اس صورت میں نکلوانا چاہیے، جب وہ انتہائی بوسیدگی کا شکار ہوچکا ہو یا اس میں مکمل طور پر کیڑا (Grossly Carious) لگ چکا ہو۔ جس صورت میں دانت سلامت رہنا ممکن نہیں رہتا۔

اس کے علاوہ اگر دانت حساسیت سے متاثر ہو، جسے طبّی اصطلاح میں acute pulpitis کہتے ہیں اور روٹ کینال یا پلپ تھراپیز بھی مؤثر ثابت نہ ہوں، شدید نوعیت کا پائیوریا، جس میں دانت کو ایک مخصوص طریقۂ علاج Apicoectomy کے ذریعے بچایا نہ جاسکے (اس طریقۂ علاج میں جبڑے کو کاٹ کر دانت کی جڑ کو چیرا لگایا جاتا ہے)، تو دانت نکلوانا ہی واحد حل رہ جاتا ہے۔ علاوہ ازیں، دانت نکلوانے کی بعض میکینکل وجوہ بھی ہوسکتی ہیں۔

مثلاً دانت کا خول، مصنوعی بتیسی یا برج وغیرہ۔ بعض کیسز میں مریض کے دانت اتنے زیادہ باہر کی جانب نکلے ہوئے ہوتے ہیں کہ علاج کے ضمن میں دانت نکلوانا ناگزیر ہوجاتا ہے، تو کبھی Traumatized ہوجانے کے سبب دانت بچانا ناممکن ہوجاتا ہے۔ اسی طرح اگر کسی دانت کی جڑ ٹوٹ جائے یا کسی حادثے کے نتیجے میں دانت کسی بھی فریکچر لائن کی زد میں آجائیں، تو ہر صورت نکلوانے ہی پڑتے ہیں۔

علاوہ ازیں، ایسے دانت بھی، جو مسوڑھوں کی نرم جگہ کو مسلسل زخمی کررہے ہوں، کسی وجہ سے اوپری حصے (Crown portion) سے مکمل طور پر ٹوٹ چکے ہوں اور صرف ان کی جڑیں مسوڑھوں میں پیوست ہوں، نکال دیئے جاتے ہیں۔ جب کہ دودھ کے ایسے دانت، جو بروقت نہ ٹوٹنے کی وجہ سے پختہ دانت کے لیے اصل جگہ سے نکلنے میں رکاوٹ بن رہے ہوں، انفیکشن کا شکار ہوں یا کسی وجہ سے جڑ سے باہر نہ نکلے ہوں یا پھر مسوڑھوں میں دانتوں کے اوپر یا نیچے (جنہیں طبّی اصطلاح میں supernumerary ہیں) ہوں یا روٹ کینال کے بعد کوئی سِسٹ بن جائے تو بھی دانت نکلوا دینا ہی بہتر ہے۔

یاد رہے، بعض صورتوں میں دانت نکلوانے کی سختی سے ممانعت کی جاتی ہے۔ مثلاً دِل کے مخصوص عوارض رہیومیٹک ویلویلر، ایکیوٹ پیری کارڈیٹس یا خون کے امراض جیسے انیمیا، ہیموفیلیا اور خون کا سرطان لاحق ہو، ذیابطیس، ہیپاٹائٹس کے امراض میں مبتلا ہونے کی صُورت میں یا کوئی مریض کارٹی زون تھراپی پر ہو یا کوئی اور متوّرم کیفیت ہو۔ بہرحال، ایک مستند ڈینٹیسٹ کی حتی المقدور یہی کوشش ہوتی ہے کہ دانت کو کسی نہ کسی صُورت بچالیا جائے کہ مصنوعی دانت اس نعمت غیر مترقبہ کا نعم البدل ہرگز ثابت نہیں ہوسکتے۔ ■

ترتیب و پیشکش:
عبدالاوّل برکت اللہ