Urdu
ウルドゥー語

کیا آپ اپنے بچے کی نشونما کے بارےمیں فکر مند ھیں ؟

ان والدین کے لئے جو جاپان میں اپنے بچوں کی پرورش کر رھیں ھیں۔

قومی مرکز برائے معزوری بحالی
نشونما کی خرابی کے شکار افراد کے لئے
معلومات اور تعاون کا مرکز

فہرست

اج کل جاپان میں رهنے والے غیر ملکی افراد اور ان کے بچوں کی تعداد میں اضافہ ھو رها هے۔
یہ کتابچہ غیر ملکی والدین کی مدد لئے تیار کیا گیا هےجو کہ

- ایک مختلف ثقافت اور طر ز زندگی والے ملک میں اپنے بچوں کی پرورش کےلئے جدوجهد کر رهےهیں۔
- زبان سے ناواقفیت کی بنا پر اپنے بچوں کی پرورش کے بارےمیں معلومات حاصل کرنے میں دشواری کاسامنا کر رہے ہیں۔
- اپنے بچوں کی نشونما کے بارےمیں فکر مند هیں۔
- اپنے بچوں کو پالنے کے لئے مدد کے درکار ہیں۔

اگر آپ اپنے بچوں کی پرورش کے بارےمیں فکر مند ہیں اور یہ نہیں جانتے کہ کہاں جانا ہے اور کس سے مدد طلب کرنی ہے تو یہ آپ کی پریشانیوں میں اضافہ کر سکتا ہے۔
جاپان بھر میں ایسے ادارے قائم ہیں جو کہایسے والدین کو مدد فراہم کرتے ہیں جو اپنے بچوں کی نشونما کےبارےمیں فکر مند ہیں۔ ہم امید کرتے ہیں کہیہ کتابچہ آپ کومطلوبہ معلومات اورتعاون مہیا کرنے میں مدد گار ثابت ہو گا ۔

نشونما کی خرابی کے شکار افراد کے لئے معلومات اور تعاون کا مرکز

فہرست

اپنے بچے کی نشونما کے بارےمیں جاننے کے لیے

کیا آپ نے مشاہدہ کیا کہ آپ کا بچہ 3

پیدائش سے ۳ سال تک 3

۳ سے ٦ سال کی عمر --- سکول جانے کی عمر--- 4

طبی معائنہ سے فائدہ اٹھائیں 5

معائنہ برائے نومولود 5

۱۸ ماہ کی عمرکےبچوں کا معائنہ 5

۳سال کی عمر کا معائنہ 6

اسکول جانے کی عمر کا معائنہ 7

اسکول میں داخلہ کے موقع پر 7

خاص ضرورت والے بچوں کی تعلیم کےلئے سکول کا انتخاب 8

اپنے بچے کی نشونما کے بارےمیں مشورہ کے لیے

مشاورت کی خدمات سے مستفید ہونا 9

آپ کی رہائش گاہ کے قریب مشاورت کی جگہ 10

نشونما کی خرابی کیا ہے

نشونما میں معذوری کے شکار افراد کو سہارا فراہم کرنے کا ایکٹ 12

نشونما کی خرابی اور معذور افراد کے لیے تعاون کا مرکز 12

معالج سے ملنے کے متعلق

معالج سے ملنے، تشخیص اور علاج 13

اگر آپ کے بچے میں ڈی ڈی ایس کی تشخیص ہو تی ہے تو 13

ادویات کا استعمال 14

کاپی برائے معذور افراد کے متعلق

معذوری کے سرٹیفکیٹ کے بارے میں جاننے کے لیے 15

کاپی برائے عقلی بحالی 16

کاپی برائے ذہنی معذوری 16

اضافی معلومات

غیر ملکی زبانوں میں مشاورت 17

ترجمہ کی ایپس 18

معلومات برائے سکول کی تعلیم 19

اپنے بچے کی نشونما کے بارےمیں

کیا آپ نے مشاہدہ کیا کہ آپ کا بچہ....

پیدائش سے ۳ سال تک

- بہت کم یا بالکل نظر نہیں ملاتا۔
- آغوش میں آنے کو پسند نہیں کرتا۔
- اپنے تاثرات کو تبدیل نہیں کرتا۔
- نام پکارنے پر ردعمل ظاہر نہیں کرتا۔

- تحرک نشونما میں تاخیر، جیسا کہ سر کا سیدھا رکھنا،بیٹھنا اور چلنا وغیرہ۔
- عضلات کا نرم ہونا یاجسم کو سیدھا رکھنے میں مشکل ہونا۔

- ہت بےچین ہونا۔
- ہمیشہ حرکت میں رہنے کے باعث مستقل نگرانی کا طلبگار ہونا۔
- آسانی سے توجہ کا ہٹ جانا۔

- ختلف آوازوں پر ردعمل ظاہر نہ کرنا۔
- آوازوں پر بہت حساس ہونا۔اپنے کانوں کو ڈھانک لینا وغیرہ۔

- بولنے میں تاخیر۔
- الفاظ کی ادائیگی کا رک جانا جو کہ وہ پہلے ادا کرتا تھا/کرتی تھی۔
- زبانی رابطہ میں مشکل محسوس کرنا یا یکطرفہ رابطہ ہونا۔
- ہمیشہ ایک ہی کھیل میں مشغول رہنا۔

- سی خاص چیز یا جگہ سے شدید نفرت یا نا پسندیدگی ظاہر کرنا۔
- یکسانیت کا شکار رہنا مثلا ا یکساں چیزیں،یکساں معمولات اور یکساں طریقہ کار۔

- کثر لمبے وقت کے لئے شدید غصہ کا اظہار کرنا۔
- باربار اپنے آپ کو نقصان پہنچانا مثلا ا سر پٹخنا یا بازو پر کاٹنا وغیرہ۔

- کئ ماہ تک رات کو شدید رونا۔
- دن کو نہ سونا یا پھر بہت مشکل سے سونا۔
- کھانے پینے کے معاملے میں بہت نقطہ چینی کرنا۔

۳ سے ٦ سال کی عمر --- اسکول جانے کی عمر ---

- ر بچوں میں دلچسپی نہ لینا یا اور بچوں کے ساتھ نہ کھیلنا۔
- دلچسپیوں کا محدود ہونا۔   مثلا ا خاص۔ رنگ،علامات،حروف اور ہندسوں وغیرہ میں
- یکساں سوال اور موضوع کو بار بار دھرانا۔
  اکثر اکیلے وقت گزارنا۔

- وانین اور وعدوں کی پابندی نہ کرنا۔
- یک طرفہ گفتگو کرنا یا دوران گفتگو اپنی مرضی سے رک جانا۔
- اپنے دوستوں کے ساتھ کھیل میں اچھا نہ ہونا یا ان کے ساتھ کھیل میں جھگڑنا۔
- بےچین رہنا یا مستقل حرکت میں رہنا۔
- اکیلے اپنی مرضی سے گھومنا پھرنا۔
- ھدایات اور وضاحتوں کو اختتام تک توجہ سے نہ سننا۔

- فتگو کے دوران بات کو نہ سمجھنا۔
- حروف اور اعداد کو اچھی طرح نہ سمجھنا۔
- کچھ کاموں میں بہت اچھا ہوناور کچھ کاموں میں بالکل اچھا نہ ہونا۔

- اجتماعی سرگرمیوں میں دیگر بچوں کی طرح عمل نہ کرنا۔
- تیاری یا صفائ میں لمبا وقت لگانا۔
- تصویر بنانے یا قینچی کے استعمال میں اچھا نہ ہونا۔
- چھونے کو پسند نہ کرنا۔
- طر ز زندگی کی عادات مثلا ا بیت الخلا جانے اور کپڑے تبدیل کرنے کے کاموں کو تاخیر سے سیکھنا۔

بچے کا مندرجہ بالا رویہ اور رحجان والدین کے لئے پریشانیوں کا باعث بن سکتا ہے۔

اس صورت حال سے ہو سکتا ہے کہ آپ اور آپ کی فیملی جھنجھلاہٹ محسوس کریں اور سوچیں کہ یہ بچہ باع ث زحمت ہے یاپریشان ہوں کہ شاید آپ کے سکھانے میں کچھ کمی رہ گئی ہے۔
ہو سکتا ہے کہ بچے کا یہ رویہ عارضی ہو اور یہ بھی ممکن ہے کہ آپ کا بچہ نشونما کے مسائل کا شکار ہو یا پھر معذور ہو۔

طبی معائنہ سے فائدہ اٹھائیں

ہر مقامی حکومت بچوں کے لئے مفت طبی معائنہ کی سہولت فراہم کرتی ہے۔ برائے مہربانی طبی معائنہ کی اس مفت سہولتکو ضرور استعمال کریں۔ کیونکہ اپنے بچے کی نشونما اور صحت سے آگاہی کا یہ ایک اہم موقع ہے۔

برائے مہربانی طبی معائنہ کے اوقات کار کے بارے میں اپنے مقامی صحت عامہ کے دفتر سے رابطہ فرمایں کیونکہ ہرعلاقہ کے مختلف اوقات کار ہیں۔

معائنہ برائے شیر خوار

کب معاینہ کروایا جائے؟ جب آپ کا بچہ 3 سے 4ماہ کی عمر کو پہنچ جائے۔

طبی معائنہ کا طریقہء کار

- معالج کے ذریعہ سے معائنہ۔
- قد اور وزن کی جانچ۔
- اگر آپ فکر مند ھیں تو کسی بھی صحت عامہ کی نرس سے رابطہ کر سکتے ہیں
- کسی بھی ماہر غذائیت سے بچے کی خوراک کے بارےمیں مشورہ کرسکتے ہیں۔

۱۸ماہ کی عمرکےبچوں کا معائنہ

کب معاینہ کروایا جائے؟ ۱۸ ماہ سے ۲۴ ماہ کی عمر تک

طبی معائنہ کا طریقہء کار

- معالج کے ذریعہ سے معائنہ۔
- دندان ساز (ڈینٹسٹ)سے معائنہ۔
- قد اور وزن کی جانچ۔
- اگر آپ فکر مند ھیں تو کسی بھی صحت عامہ کی نرس سے رابطہ کر سکتے ہیں۔

۳سال کی عمر کا معائنہ

کب معاینہ کروایا جائے؟ ۳سال سے ۴ سال تک کی عمر

طبی معائنہ کا طریقۂ کار

- معالج کے ذریعہ سے معائنہ۔
- دندان ساز(ڈینٹسٹ)سے معائنہ۔
- قد اور وزن کی جانچ۔
- پیشاب کا ٹیسٹ۔
- سماعت اور بصارت کا معائنہ۔
- اگر آپ فکر مند ھیں تو صحت عامہ کی نرس، ماہ ر غذائیات یا ماہ ر نفسیات سے مشورہکر سکتےہیں۔

نظر کا معائنہ

تقریب اا 6سال کی عمر تک آنکھ کی بصارت مسلسل بڑھتی ہے۔ابتدائی معائنہ کے ذریعہ سے نظر سے متعلقہ مسائل اور بھینگاپن کو تشخیص کر کے بہتر کیا جا سکتا ہے۔

معائنہ برائے سماعت

اس معائنہ کے ذریعہ سے تشخیص کیا جاسکتا ہے کہ بچے میں سماعت کا مسئلہ ہے یا کان کی کوئی بیماری۔

ابتدا میں ہی مرض کی تشخیص بہت اہم ہے کیونکہ سماعت کا اثر بولنے کی صلاحیت پر پڑتا ہے۔

- ☐ آپ کے بچے کی عمر کے مطابق ہر طبی معائنہ کی سہولت فراہم کی جاتی ہے۔
- ☐ ہر طبی معائنہ بلامعاوضہ فراہم کیا جاتا ہے،اور مشورہ کے لیے اضافی فیس نہیں لی جا تی۔
- ☐ اگر آپ معائنہ کی متعلقہ تاریخ پر پہنچ نہ سکیں تو برائے مہربانی اپنے مقامی صحت عامہ کے دفتر سے رابطہ کریں۔

اسکول جانے کی عمر کا معائنہ

کب معاینہ کروایا جائے؟

بچے کے اسکول جانے سے پہلے ستمبر میں آپ کو مقامی تعلیمی بورڈ کی جانب سے مطلعکیا جائے گابرائے مہربانی اس بات کا دھیان رکھنے کی ضرورت ہے کہ ایک غیر ملکی بچے کو جاپانی پرائمری اسکول میں داخلکروانے کے لیے درخواست مقامی تعلیمی بورڈ کے دفتر میں جمع کروائی جاتیہے۔

طبی معائنہ کا طریقۂ کار

اسکول جانے کی عمر کا معائنہ بچے کے پرائمری سکول میں ہی ہوگا۔

- معالج کے ذریعہ سے معائنہ۔
- دندان ساز(ڈینٹسٹ)سے معائنہ۔
- قد اور وزن کی جانچ۔
- سماعت اور بصارت کا معائنہ۔
- ذہانت جانچنے کے لئے مختصر ٹیسٹ۔

اسکول میں داخلہ کے موقع پر

مقامی تعلیمی بورڈ اور تعلیمی مرکز معذور بچوں اور بچوں کے پرائمری سکول کے بارےمیں فکر مند والدین کے لئے مشورہ کی سہولتفراہم کرتے ہیں۔چھوٹے بچوں کے سکول اور نرسری کےاساتذہ آپ کو بورڈ سے رابطہ کرنے کا مشورہ بھی دے سکتے ہیں۔
اسکول میں داخلہ کے موقع پر مشورہ لینے کے لیے وقت مقرر کرنا ہوگا۔ وقت مقرر کرنےکے لیے برائے مہربانی اپنے مقامی تعلیمی مرکزسے رابطہ کریں۔

○ معذور بچوں کے لیے تعلیم

تعلیمی بورڈ بچوں اور والدین کی رائے کا احترام کرتے ہوئے فیصلہ کرتا ہے کہ آپ کے بچے کے لئے کس قسم کا سکول بہتر ہو گا۔
پرائمری سکول میں خصوصی ضرورت کا کمرہ یا سہارا دینے کا کمرہ ہوتا ہے۔
اس کے علاوہ معذور بچوں کے لئے خصوصی ضروریات کے سکول ہوتے ہیں۔ آپ اسکول میں خصوصی ضرورت کے کمرہ یا خصوصیضرورت کے تعلیمی سکول کادورہ کر سکتے ہیں۔ برائےمہربانی مزید معلومات کے لیے آپ اپنے مقامی تعلیمی بورڈ سے رابطہ کریں۔

خصوصی ضرورت کے حامل بچوں کی تعلیم کےلئے سکول کا انتخاب

پرائمری اور سیکنڈری سکول

خصوصی ضرورت کا کمرہ

کلاس کاحجم چھوٹا ہوتا ہے۔
معزوری کی بناء پر 6 مختلف اقسام کی خصوصی ضرورتکی کلاسیں ہوتی ہیں۔
مثلا ا کمزور نظر،سماعت کی خرابی،ذہنپسماندگی،جسمانی معذوری،طبی کمزوری، خود فکری اور جذباتیریشانیکلاس کی قسم اور تعداد ہر سکول میں مختلف ہوتی ہے۔

نوٹ:بعض سکولوں میں سہارا دینے کا نظام یا خصوصی ضرورت کا کمرہ نہیں ہوتا۔

مرکزی کلاس کا کمرہ

شخصیت کی خصلت اور نشونما کی رفتار ہر بچہ میں مختلف ہوتی ہے لہذا یہ بہت اہم ہے کہجب تشویش پیدا ہو تو ابتداء میں ہی آپمشورہ کر لیں تاکہ آپ بچے کو مناسب طریق پر توجہ

سہارا دینے کا کمرہ

ہر مہینہ یاہفتہ کے دوران کچھ خاص کلاسیں مہیا کی جاتی ہینجبکہ بقایا کلاسیں مرکزی کلاس کے کمرے میں ہی لی جاتی ہیں۔
روزمرہ زندگی گزارنے کا شعور اور تعلیمی کام کے لیے بچےانفرادی سبق لیتے ہیں۔

خصوصی ضروریات کی تعلیم کےلئے سکول

کیھی خرابی،جسمانی معذوری،طبی کمزوری اور ذہنی معذوری کے شکار بچوں کے لئے ہوتے ہیں۔
عقلی معذوری کے سکول آٹزم سپیکٹرم کی خرابی کے شکار بچے جن میں (شریکِ مرضیاں) بھی ہو ان کو بھی داخلہ دےسکتے ہیں۔
کلاس میں بچوں کی تعداد کم ہوتی ہے اورنصاب کو ہر معذوری کے لحاظ سے ترتیب دیا جاتا ہے۔

اپنے بچے کی نشونما کے بارےمیں مشورہ کے لیے

مشاورت کی خدمات سے مستفید ہونا

شخصیت کی خصلت اور نشونما کی رفتار ہر بچہ میں مختلف ہوتی ہے ۔لہٰذا یہ بہت اہم ہے کہ جب تشویش پیدا ہو تو ابتداء میں ہی آپمشورہ کر لیں تاکہ آپ بچے کو مناسب طریق پر توجہ دے سکیں۔

- اپنے بچے کی پرورش اور نشونما کے بارےمیں جب تشویش پیدا ہو تو آپ مقامی حکومت کے لئے کام کرنے والی سے رہنمائی لیں۔
- اگر آپ کا بچہ نرسری یا کنڈر گارٹن جاتا ہے تو اس کے بارے میں باقاعدگی سے اساتذہ کے ساتھ بات چیت کریں۔
- بعض جگہ مقامی حکومت آپ کو انفرادی یا پھر گشتی نشونما کے مشیر کی سہولت فراہم کرتی ہے۔
- بعض مقامی حکومت والدین اور ان کے بچوں کے لئے گروپ ورک شاپ (اکٹھے کام کر نے کی جگ) مہیا کرتی ہے جہاں وہ سیکھتے ہیں کہ اپنے بچے کی نشونما کے مختلف مراحل کے دوران وہ اپنے بچے کے ساتھ کس طرح تعلق رکھ سکتے ہیں۔

دیگر اختیاری مشاورت

آپ مندرجہ ذیل جگہوں پر جا کر بھی مشورہ لے سکتے ہیں۔

- عوامی صحت کا ادارہ۔ صحت عامہ کا مرکز
- بچے کی نشونما میں تعاون کا مرکز
- اجتماع کی جگہ (Tsudoi no Hiroba)

نوٹ: مشاورت کی خدمات کی تفصیلات بلدیہ کے مختلف مراکز میں مختلف ہوتی ہےبرائے مہربانی مزیدمعلومات کے لیے عوامی صحت کاادارہ یا صحت عامہ کے مرکز میں موجود صحت عامہ کی نرس سےرابطہ کریں۔

آپ کی رہائش گاہ کے قریب مشاورت کی جگہ

ہر مقامی حکومت کے پاس مشاورت کے لئے مختلف مراکز ہیں۔

اگر آپ کو اپنے بچے کے بارے میں پریشانی کا سامنا ھے تو برائے مہربانی ان سہولیات کا استعمال کریں۔

ترجمان	فون	اوقا ت کار	جن کے بارے میں مشورہ کر سکتے ہیں	ادارہ
مشاورت کی نوعیت				
جزوی طور پر دستیاب زبانیں	(04) 000-000	پیر-جمعہ نو- پانچ بجے سرکاری تعطیل پر بند ہو گا۔	اٹھارہ سال سے کم عمر بچے اور والدین	[مثلا ا ا ب پ بچے کی نشونما کا شہری مرکز
مثلا ا بچے کی نشونما ،نشونما کی تشخیص،حمل،بچے کی پیدائش اور پرورش وغیرہ				

نشونما کی خرابی کیا ہے

نشوونما کی خرابی (ڈی ڈی) دماغ کے افعال کی کمی کو کہا جاتا ہے۔اور کئ صورتوں میں یہ پیدائشی ہوتی ہے۔
ڈی ڈی کی کئ اقسام ہیں۔جیسا کہ مندرجہ ذیل بیان کیا گیا ہے۔
یہاں ایک ہی خرابی کے اشخاص مختلف علامات ظاہر کرتے ہیں۔یہ بھی ممکن ہے کہ کسی کو ایک سے زیادہ طرز کی ڈی ڈی ہو۔

عقلی نشونما میں تاخیر ہو سکتی ہے۔

وسیع طور پر ذہنی نشونما میں خرابی
(ASD)

ایسپرجر | **آٹزم**

- بولنے میں تاخیر۔(ایسپرجر کی علامات میں نہیں مشاہدہ کیا گیا)
- رابطہ کرنے میں مشکل۔
- سماجی میل جول میں مسئلہ۔
- معمول سے ہٹ کر کام نہ کرنا، دقیانوسی رویہ،محدود دلچسپیاں،جنونی، وہمی۔
- انتہائی حساس،اناڑی پن سے کام کرنا۔

توجہ کی کمی کی خرابی
(ADHD)

- وجہ مرکوز رکھنے کے قابل نہ ہونا۔
- ساکت یا خاموش رہنے کے قابل نہ ہونا۔
- فطری رویہ۔

سیکھنے کی معذوری
(LD)

- سیکھنے کی خصوصی معذوریعمومی طور پر ذہن نارمل ہو لیکن لکھنے پڑھنے اورحساب کتاب میں واضح مشکل ۔

نوٹ: ڈی ڈی کی دیگر اقسام میں مر ض تورت،ہکلانا اور ڈویلپمنٹل کوآرڈینیشن ڈس آرڈر شامل ہے

نشونما کی معذوری کے شکار افراد کو تعاون فراہم کرنے کے ایکٹ کے تحت نشونما کی معذوری کی تعریف
نشوونما کی معذوری میں دماغی افعال کی کمی جیسا کہ ایسپرجر آٹزم کی علامات،پرویسو نشونما کی کمی،سیکھنے میں معذوری، توجہ میں کمی کی خرابی جن کا آغاز ابتداء میں ہی ہو جاتاہے شامل ہیں۔ڈی ڈی کے شکار افراد وہ ہیں جن کو معاشرتی رکاوٹوں اور پابندیوں کا سامنا کر نا پڑتا ہے۔
نوٹ: ڈی ڈی کو واضح کرنے کا ایک اور طریقہ معذوری کے نمبر
ICD-10 کا F80-98

نشونما میں معذوری کے شکار افراد کو سہارا فراہم کرنے کا ایکٹ

معذور افراد کو سہارا دینے کا ایکٹ جاپانی قانون ہے۔ جو کہ ڈی ڈی کے شکار بچوں(عمر مستثنی ہے) اور ان کے خاندان کوسہارا دینے کے غرض سے قائم کیا گیا ہے۔

اس ایکٹ کا مقصد یہ ہے کہ ایک ایسا معاشرہ قائم کیا جائے جہاں ڈی ڈی کے شکار بچے اچھیطرح پرورش پا سکیں اور انکے خاندان احساس تحفظ کے ساتھ ان کی دیکھ بھال کر سکے۔

نشونما کی خرابی اور معذور افراد کے لیے تعاون کا مرکز

جاپان بھر میں کئ تنظیمیں ڈی ڈی کے شکار افراد اور ان کی خاندانوں کے لئے مشاورت کی خدمات مہیا کر رہیہیں۔

ہر ضلع اور ہر علاقہ میں جاپانی حکومت کے فرمان کے تحت معذور افراد اور نشوونما میں کمی کاشکار افراد کے لیےمراکز قائم ہیں جو کہ معلومات اور تعاون مہیا کرنے میں مرکزی کردار ادا کر رہے ہیں۔

جاپان بھر میں پھیلے ہوئے انمراکز سے مندرجہ ذیل ویب سائٹ کے ذریعہ معلومات حاصل کی جا سکتی ہیں۔

معذوری کے شکار افراد کے لیے تعاون اور معلومات کا مرکز

https://www.rehab.go.jp/ddis/

[آپ کے علاقہ میں ڈی ڈی کے شکار افراد سے تعاون کا مرکز]

نام

حوالہ

معالج سے ملنے کے متعلق

معالج سے ملنے، تشخیص اور

جاپان میں ڈی ڈی کی تشخیص بچوں کے ماہر ڈاکٹر یا نفسیاتی معالج کے ذریعہ سے کی جاتی ہے۔اگر آپ معالج کے پاس جانا چاہتے ہینتو بہتر ہے کہ آپ
اپنے علاقہ میں موجود ہسپتال اور کلینکس جن میں ڈی ڈی کے شکار افراد کے لیے خصوصی معالج موجود

- ہوں یا پھر معذور افراد سے تعاون کےمرکز یا پھر صح ت عامہ کی نرس سے رابطہ فرمایں۔
- اپنی پہلی ملاقات میں بچے کی صحت کا انشورنس کارڈ اور ماں اور بچے کی ہیلتھ ہینڈبوک ہمراہلے کر جائیں۔
- اپنے بچے کے بارے میں اپنے خدشات اور بچے کا گھر میں اور نرسری یا کنڈر گارٹن میں طر زعمل لکھ کر تیار کر لیں۔

تشخیص اور علاج

اگر ضرورت ہو گی تو ڈاکٹر آپ کے بچے کے مرض کی تشخیص کرے گا اور اپنے خصوصی معالج کے ذریعہ اس کا علاج کرے گا۔
یہ تشخیص ذہنی نشوونما اور کارکردگی کے معیار کےامتحان،سماعت کا امتحان اور دماغ کی لہروں کے امتحان (ای ای جی) پر مشتمل ہوگی۔
ذاتی علاج میں جسمانی علاج،پیشہ ورانہ صلاحیت کا علاج،بولنے اور سننے کا علاج اور نفسیاتی علاج شامل ہیں۔
علاج کے طریقہء کار کا فیصلہ بچے کی ضروریات اور حالات پر مبنی ہوگا۔

اگر آپ کے بچے میں ڈی ڈی کی تشخیص ہو تی ہے تو-----

اگر آپ کے بچے میں ڈی ڈی کی تشخیص ہوتی ہے تو یہ آپ کے لئے پریشانیوں کا باعث بن سکتی ہے۔
بہرحال آپ اپنے ماحول میں تبدیلی پیدا کر کے اور اپنے بچے کے ساتھ بات چیت اور تعلق کو مرتب کر کے اس کی نشونما میں مثبتنتائج حاصل کر سکتے ہیں۔
برائے مہربانی، آپ کے خیال میں جو چیزیں آپ کے بچے کے لئے مفید ثابت ہوسکتی ہیں، اس کو بچے کے معالج اور ماہر عملےسے ضرور مشورہ کریں۔

ادویات کا استعمال

معالج آپ کے بچے کو مزید پرسکون حالت میں رکھنے کے لیے ادویات تجویز کر سکتا ہے۔تجویز کردہ دوائی کے اثرات اورمضر اثرات کے بارے میں آپ معالج سے مشورہ کریں۔
ادویات ڈی ڈی کو شفا نہیں دے سکتیں لیکن یہ ان علامات کو کم کر سکتی ہیں جو کہ عام طور پر ڈی ڈی سے متاثرہ بچوں مینپائی جاتی ہیں۔

[بکثرت استعمال ہونے والی ادویات]

- مرکزی اعصابی نظام کو محرک کرنے والی یہ ادویات غیر معمولی طور پر فعال
- ہونے،بےتوجہی اور اضطراری کیفیت کو کم کرتی ہیں۔
- دافع ذہنی دباؤ_ ذہنی دباؤ اور بےچینی کی کیفیت کو کم کرتی ہیں۔
- دافع نفسیاتی عوارض_ ہیجان اور تصوراتی کیفیت کو کم کرتی ہیں۔
- مرگی کے عارضہ میں کمی کے لئے_ مرگی کے دورے میں کمی لاتی ہیں۔

نیند کی دوائی_ نیند کا دورانیہ درست کرتی ہیں۔

ادویات آپ کے بچے کی علامت کو کم کر کے پرسکون زندگی گزارنے میں مدد کرتی ہیں۔
برائے مہربانی ہدایات کے مطابق دوائی کی مقدار اور تعداد پر عمل کریں۔

☆ اگر آپ دی گئی ہدایات سے مطمئن نہ ہوں تو برائے مہربانی اپنے بچے کے معالج اور ماہر عملہ سے سوال پوچھنے میں بالکل ہچکچاہٹ محسوس نہ کریں۔

☆ آپ صحت عامہ کی نرس اور نرسری اور سکول کے عملہ سے بھی مشورہ کر سکتے ہیں۔ آپ باقاعدگی سے اپنے خیالات اور اپنے بچے کی کیفیت کے بارے میں مشورہ کریں تاکہ آپباہمی اشتراک سے بچےکی کیفیت کی نگرانی کر سکیں۔

کاپی برائے معذور افراد کے متعلق

معذوری کے سرٹیفکیٹ کے بارے میں جاننے کے لیے

معذور افراد کے لئے سرٹیفکیٹ کا حصول مختلف سماجی بہبود کے وظائف اور سہولیات کی رسائی حاصل کرتا ہے جو کہ معذوریت کیقسم اور شدت(کیفیت) پر منحصر ہے۔

معذوری کی قسم پر منحصر تین قسم کی سرٹیفکیٹ ہیں۔ بحالی کی سرٹیفکیٹ ،ذہنی معذوری کی سرٹیفکیٹ ،جسمانی معذوری کیسرٹیفکیٹ ۔

- سرٹیفکیٹ کی موجودگی سے سماجی فلاح و بہبود کے وظائف کا حصول آسان ہو جاتا ہے۔
- وظیفہ کی رقم معذوری کی قسم اور کیفیت پر منحصر ہے۔
- فلاح و بہبود کی انفرادی سہولیات اور وظیفہ کی اہلیت ہر مقامی حکومت میں مختلف ہوتی ہے۔

برائے مہربانی مزید معلومات کے لیے مقامی حکومت کے فلاح و بہبود کے افسر سے رابطہ کریں۔

[فوائد کی مثالیں]

- وظیفہ
- طبی اخراجات کی جزوی ادائیگی
- ٹیکس میں چھوٹ
- ٹرین،بس اور مقامی جہازی سفر کے کرائے میں چھوٹ
- ٹول سڑکوں پر ٹول کی چھوٹ

اور دیگر۔

سرٹیفکیٹ برائے عقلی بحالی

اہل افراد

عقلی اعتبار سے معذور افراد۔

ڈی ڈی اور عقلی اعتبار سے معذور افراد۔

درخواست دینے کا طریقه ء کار

مرض کی نوعیت کا اندازہ لگانے کے لیے ۱۸ سال سے کم عمر بچوں کا بچوں کی راہنمائی کے مرکز سے تشخیصی ٹیسٹ کروایا جائے۔

۱۸سال سے زائد عمر اور عقلی طور پر معذور افراد کا ٹیسٹ عقلی بحالی مشورہ کے مرکز سے کروایا جائے۔

نوٹ: عقلی معذور افراد کی نوعیت وقت کے ساتھ تبدیل ہوتی ہے۔ لہٰذا ضروری ہے که ہر علاقه کے قائم کردہ مرکز سے مرض کی نوعیت کی دوبارا تشخیص کروائی جائے۔

سرٹیفکیٹ برائے ذہنی معذوری

اہل افراد

افراد جو کہ ذہنی معذوری کی وجہ سے اکثر اوقات معاشی سہارا کے ضرورت مند ھیں جیسا کہ

ڈی ڈی اور عقلی اعتبار سے معذور افراد۔ نشونما کی معذوری_ شیزو فرینیاشقا ق دماغی۔

مزاج کی عوارض مثلا ا ذہنی دباؤ، بائ پولر ۔ مرگی۔منشیات کا عادی ہونا ۔اعلی دماغ کی خرابی۔

(دیگر نفسیاتی بیماریاں) دباؤ،ذہنی کشیدگی اور اس سے متعلقہ خرابیاں وغیرہ

درخواست دینے کا طریقہء کار

مقامی حکومت کے دفتر میں کاؤنٹر پر جائیں۔ مندرجہ ذیل کاغذات اپنے ہمراہ لے کر جائیں۔

طبی سرٹیفکیٹ یا معذوری کے وظیفہ کی وصولی کی قاب ل اطلاق سرٹیفکیٹ۔

درخواست گزار کی تصویر۔

(درخواست گزاری کے کاغذات کو پُر کریں۔) جو کہ کاؤنٹر سے مہیا کیے جاتے ہیں

نوٹ: سرٹیفکیٹ کی ہر 2 سال کے بعد تجدید کریں۔ برائے مہربانی ہر تجدید کے لئے تازہ ترین طبی معائنہ کا سرٹیفکیٹ تیار کروائیں۔

اضافی معلومات

کچھ اسپتالوں اور مشاورت کی تنظیموں میں ایسا عملہ موجود ہوتا ہے جو غیر ملکی ز بان بولسکتے ہیں یا پھر ترجمہ کی ایپ سے فائدہ اٹھائیں۔

عوامی خدمات کے تحت ترجمان کا انتظام بھی ہوتا ہے۔

غیر ملکی زبانوں میں مشاورت

غیر ملکی رہائش پذیر افراد کے لیے ٹیلی فون کے ذریعے مشاورت کی کئی خدمات موجود ہیں اگر چہ یہ خدمات ڈی ڈی کے لئے مخصوص نہیں ہیں لیکن وہ آپ کی راہنمائی کر سکتے ہیں کہ کس طبی مرکز میں غیر ملکی زبانبولنے والا عملہ موجود ہے یا پھر آپ کس طرح اپنی زبان کا ترجمان حاصل کر سکتے ہیں۔

غیر ملکی رہائش پذیر افراد کے لیے پورٹل سائٹ۔

یہ پورٹل سائٹ کابینہ کے دفاتر کے ذریعہ سے تشکیل دی گئی ہے۔ اور اس میں مختلف غیر ملکی زبانوں میں مشاورت کے لئے ٹیلی فون نمبرز کی فہرست درج ہے جو کہ صوبائی حکومت کے ذریعہ سے ترتیب دی گئی ہے۔

http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html

اے ایم ڈی اے بین الاقوامی طبی معلومات کا مرکز۔

یہ غیر ملکی رہائش پذیر افراد کے لیے ٹیلی فون کے ذریعے معلومات حاصل کرنے کی سہولت ہے جو کہ آپ کو طبی سہولیات حاصل کرنے کی معلومات فراہم کرتی ہے۔ یہ آپ کو اپنے مقامی زبان بولنے والے ڈاکٹر اور طبی فلاح و بہبود کی سہولیات کے حصول کے بارے میں معلومات فراہم کرتی ہے۔ ٹیلی فون آپریٹرز آسان جاپانی زبان میں بات چیت کرتے ہیں۔

ٹوکیو آفس

فون 03-6233-9266 پیر- جمعہ, 15:00-10:00

https://www.amdamedicalcenter.com/

ترجمہ کی ایپس

VoiceTra رابطے اور معلومات کا قومی مرکز۔

یہ اکتیس زبانوں میں ترجمہ کی جاپانی ایپ ہے۔ آپ اس ایپ کو مفت ڈاؤن لوڈ کر کے استعمال کر سکتےہیں۔

http://voicetra.nict.go.jp/

معلومات برائے سکول کی تعلیم

◆ MEXT میکسٹ وزارت تعلیم کی طرف سے سکول کی تعلیم کے متعلق معلومات کی ویب سائٹ ہے

کلیری نیٹ(جاپانی زبان میں)

یہ باہر کے ملکوں سے واپس آنے والے جاپانی بچوں یا غیر ملکی بچوں کے لئے تعلیمی معلومات فراہم کرتی ہے۔

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/main7_a2.htm

کاسٹا نیٹ(جاپانی زبان میں)

اس سائٹ کا مقصد غیر ممالک سے تعلق رکھنے والے بچوں اور طالب علموں کو سہارا دینا ہے۔

https://casta-net.mext.go.jp/

تعلیمی معلومات کی تحقیق کی ویب سائٹ(جاپانی زبان میں)

یہ منصوبہ غیر ملکی پس منظر رکھنے والے خاندانوں اور سکولوں کا باہم رابطہ قائم کرنے کے لئے کثیرالزبان مواد حاصل کرنے کے لیےوسائل مہیا کرتا ہے۔

https://data.casta-net.mext.go.jp/tagengo-gakko.jp/index.html

ڈی ڈی کے بارے میں معلومات فراہم کرنے والی تنظیموں کی ویب سائٹ۔

معذوری کے شکار افراد کو سہارا دینے اور معلومات فراہم کرنے کے مراکز

یہ ڈی ڈی کے بارے میں اور اس کی خصوصیات اور حکمت عملی کے بارےمیں معلومات اور ڈی ڈی کے شکار افراد کو سہارا دینے کانظام اور اس سے متعلق داخلی اور عالمی رحجانات کے بارے میں معلومات فراہم کرتی ہے۔

https://www.rehab.go.jp/ddis/

نشو نما کی معذوری کےشکار افراد کی تعلیم کے فروغ کا مرکز

یہ سکھانے کا طریقہٗ کار،مواد، ڈی ڈی کے شکار بچوں کے لئے مددگار آلات،ڈی ڈی کے بارے میں تحقیق ،اساتذہ کے لئے ویڈیو لیکچرز اور اس سے متعلقہ حکومتی منصوبہ بندی اور قانون کے بارے میں معلومات فراہم کرتی ہے۔

http://icedd_new.nise.go.jp/

کیا آپ اپنے بچے کی نشونما کےبارےمیں فکر مند ھیں ؟
ان والدین کے لئے جو جاپان میں اپنے بچوں کی پرورش کر رھیں ھیں۔
(Urdu)

[شایع کردہ]
مارچ 2021
مارچ 2025 :ڈیزائن پر نظر ثانی
[ادارتی نگران]
ڈاکٹر اوسامو تاکا ہاشی۔صدر فلاح و بہبود کارپوریشن ٹویوٹا
[تعاون کنندہ]
سماجی تعاون کی کارپوریشن کا کمرہ۔بچوں کی نشونما کا مرکز ٹویوٹا
[مدیر اور پیش کنندہ]
نشونما کی معذوری کے شکار بچوں کو سہارا دینے کے لیے کثیر الزبان کتابچے اور مواد شائع کرنے والا گروپ۔
معلوماتیاور تجزیاتی کانفرنس برائے نشونما کی معذوری۔
[ناشر]
قومی مرکز برائے معزوری بحالی
نشونما کی خرابی کے شکار افراد کے لئے معلومات اور تعاون کا مرکز
پتہ 4-1 Namiki, Tokorozawa-shi, Saitama 359- 8555
فون +81 4-2995-3100
ای۔میل hattatu-isc@rehab.go.jp

Design and illustration Kuu Kusuhara
Design cooperation Simple Communication Association (General Incorporated Association)

イラスト・デザイン くすはらくう
デザイン協力 一般社団法人やさしいコミュニケーション協会

The design and illustration of this booklet were funded by:
Health Labour Science Public Administration Research Project Grant, *Shogaisha sogo hukushiho-no taisho hani-no kento-to shogai hukushi keikaku-no sakusei-ni muketa deta rikatsuyo-no shuho-no kakuritsu-ni kansuru kenkyu* (Research on examining the scope of the Act for the Comprehensive Support of Persons with Disabilities and establishing a method for using data for plans for welfare of persons with disabilities; Primary researcher: Kumiko Imahashi)

このパンフレットのデザイン・イラストは以下の研究費により制作されました。
厚生労働科学行政推進調査事業費「障害者総合支援法の対象範囲の検討と障害福祉計画の作成に向けたデータ利活用の手法の確立に関する研究」
（研究代表：今橋久美子）

[Guideline for use of this booklet] You are free to print and distribute this booklet.
However, you cannot modify the booklet without permission from the Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders.

〔パンフレットのご利用について〕 このパンフレットは原則、印刷・配布は自由です。
なお、パンフレットの内容について、発達障害情報・支援センターに無断で改変をおこなうことはできません。

発行：国立障害者リハビリテーションセンター 企画情報部 発達障害情報・支援センター
Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders,
Department of Planning and Information, National Rehabilitation Center for Persons with Disabilities
ウェブサイト https://www.rehab.go.jp/ddis/