ACTION ON HEARING LOSS
A national charity since 1911

آپ کی سماعت کیسی ہے؟

Easy read پڑھنے میں آسان

Urdu اردو

How's your hearing?

ایکشن آن ہیئرنگ لاس اور CHANGE
کے ذریعہ شراکت داری میں تیار کیا گیا

سمعی نقص کے علامات

سمعی نقص عام بات ہے۔ یو کے میں چھ لوگوں میں سے ایک کو سمعی نقص ہے۔

ممکن ہے آپ پہلی بار اپنی سماعت میں تبدیلیوں پر غور نہیں کر سکتے ہیں، لیکن سمعی نقص کی عام علامات ہیں:

- اپنے خاندان کی خواہش سے زیادہ ٹی وی کی آواز تیز کرنا۔

- پبز اور ریستوراں میں بات چیت سننا مشکل معلوم پڑتا ہو۔

- فون پر سننے میں مشقت کا سامنا کرنا۔

- اکثر لوگوں سے دہرانے کے لیے کہنا کہ انہوں نے کیا کہا ہے۔

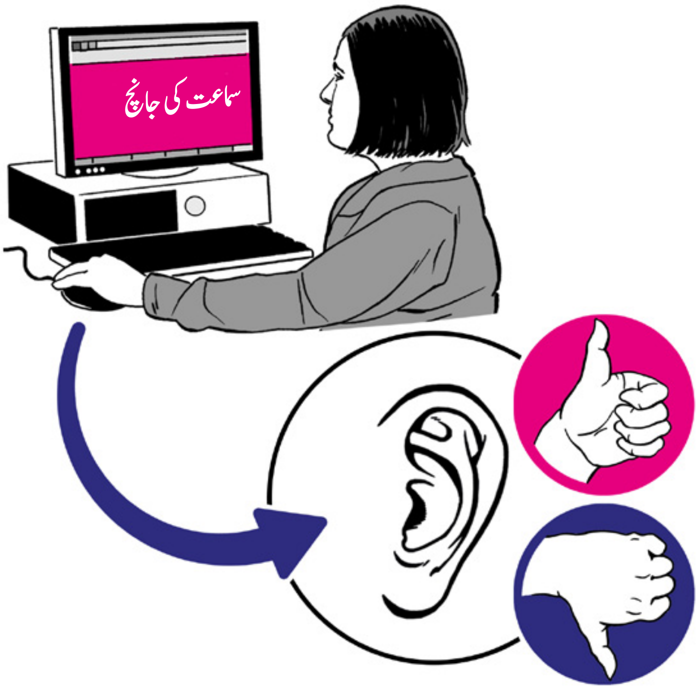
- آپ سے کہا جارہا ہو کہ آپ کو لوگوں کی باتیں سنائی نہیں دیتی۔

- یہ سوچنا کہ دوسرے لوگ بڑبڑاتے ہیں۔

اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو سمعی نقص ہے تو کیا کرنا ہے

اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو سمعی نقص ہے تو، ہمارے فوری اور آسان سماعت کی جانچ حاصل کریں۔

یہ آپ کو بتائے گا کہ آیا آپ کی سماعت بہتر ہے یا آیا آپ کو اپنے جی پی کو دکھانا چاہیئے۔

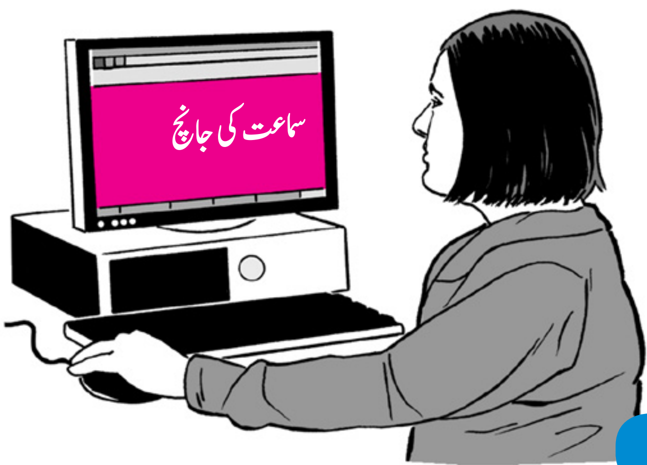


آپ فون **0844 800 3838** (مقامی شرح پر) کے اوپر ہماری سماعت کی جانچ حاصل کرسکتے ہیں۔

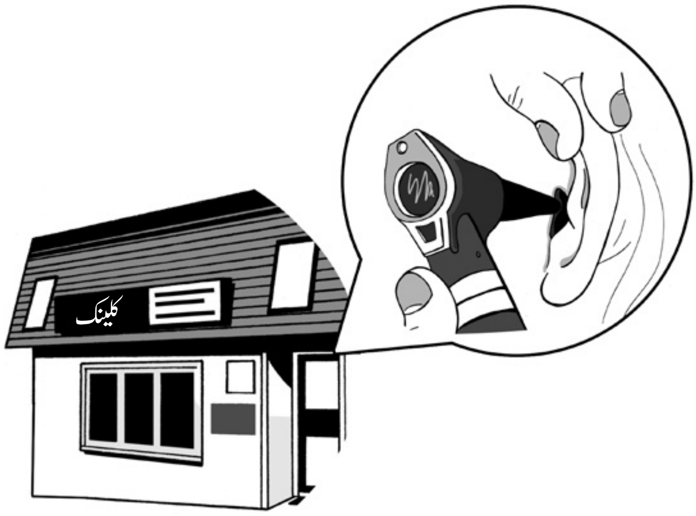
یا

actiononhearingloss.org.uk/hearingcheck

پر ہماری ویب سائٹ ملاحظہ کریں۔

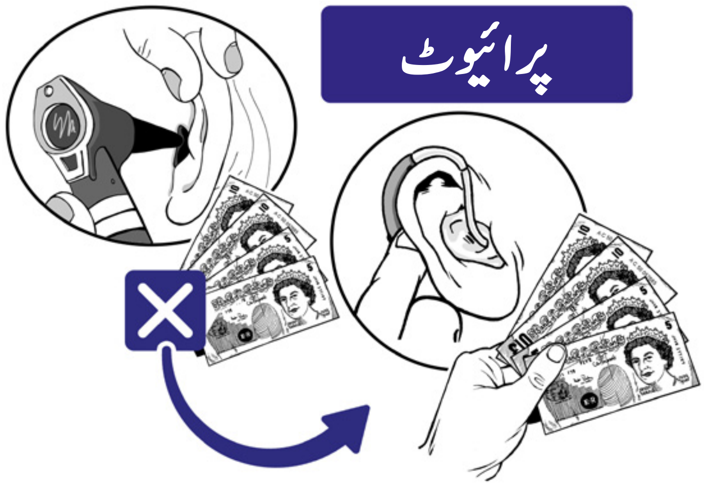


اگر آپ نجی سماعتی جانچ کروانا چاہتے ہیں، تو آپ کو اپنے جی پی سے ملنے کی ضرورت نہیں ہے۔



لیکن آپ سب سے پہلے اپنے جی پی کو بھی دکھا سکتے ہیں، تاکہ وہ یہ دیکھنے کے لیے چیک کر سکیں کہ آیا آپ کی سمعی دشواریوں کی وجہ ایسی ہے جس کا علاج آسانی کے ساتھ کیا جا سکتا ہو۔

بہت سے نجی ہیئرنگ سروسز مفت میں سماعتی جانچوں کی پیشکش کرتے ہیں، لیکن آپ کو سماعتی آلات کے لیے ادائیگی کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔



ڈیجیٹل سماعتی آلات NHS میں مفت میں ملتی ہیں۔

اگر اچانک سے آپ کے ایک یا دونوں کانوں کی سماعت ختم ہو جاتی ہے، تو اپنے جی پی یا NHS کو 111 پر کال کریں۔

جب آپ اپنے جی پی کو دکھاتے ہیں تو کیا ہوتا ہے

آپ کے جی پی آپ کے سمعی دشواریوں کے بارے میں آپ سے سوالات پوچھیں گے۔

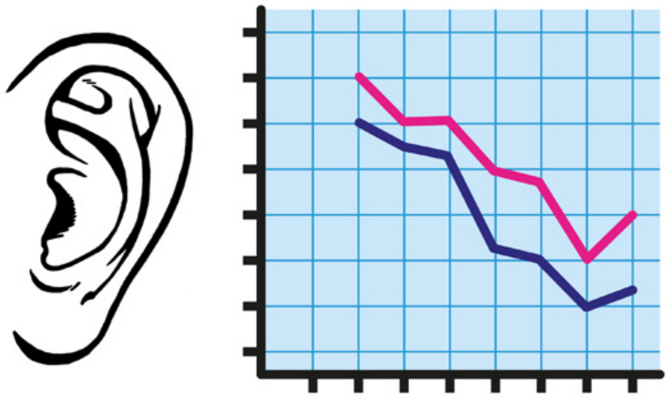
وہ آپ کے کانوں کے اندر دیکھنے کے لیے محدب عدسات کے ساتھ چھوٹے ہینڈل والے ٹارچ کا استعمال کریں گے۔

وہ کچھ آسان سماعتی جانچیں بھی انجام دے سکتے ہیں۔

آپ کی سمعی نقص کی کوئی واضح وجہ نہ ہونے پر، آپ کے جی پی آپ کو NHS ہیئرنگ سروس کے پاس مفت سمعی جانچ کے لیے بھیجیں گے۔

آپ کی سماعت کی جانچ کیسے کی جائے گی

سماعت سے متعلق ماہر، جنہیں آڈیولوجسٹ کہا جاتا ہے، آپ کی سماعت کی سطح معلوم کرنے کے لیے جانچیں کریں گے۔



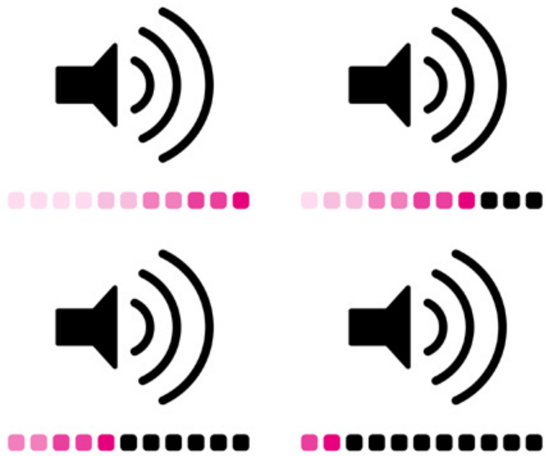
وہ آپ کی سمعی نقص کے بارے میں سوالات کریں گے اور آپ کے کانوں کی جانچ کریں گے۔

وہ ایک وقت میں ایک کان کی جانچ کریں گے۔

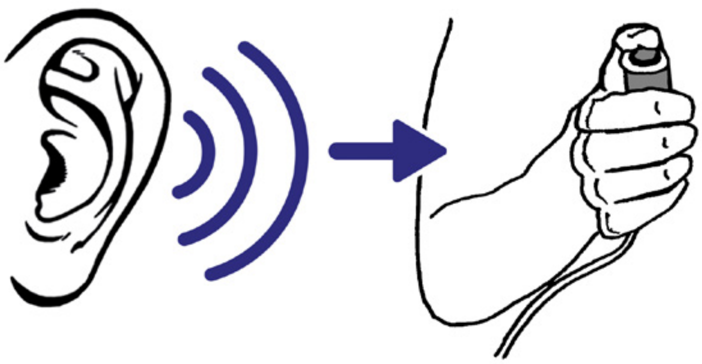
جانچیں 20 منٹوں تک چلے گی اور اس میں کوئی پریشانی نہیں ہوتی ہے۔

معیاری سمعی جانچ کے لیے، آپ ہیڈ فونز
کے سیٹ کے ذریعہ شور کو سنیں گے۔

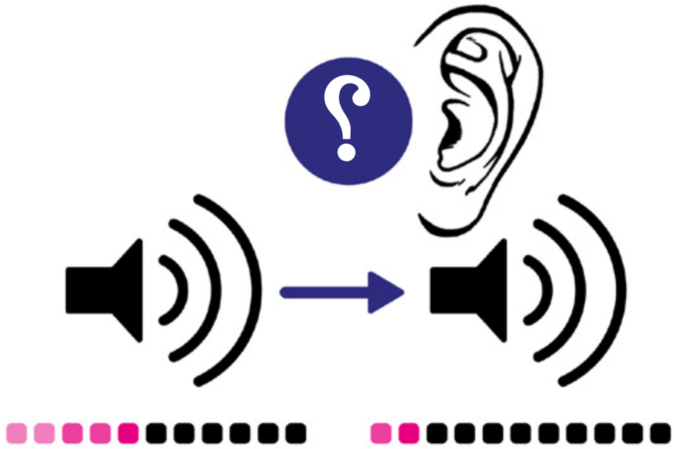
آپ مختلف لہجوں اور والیومز کی آوازیں سنیں گے۔



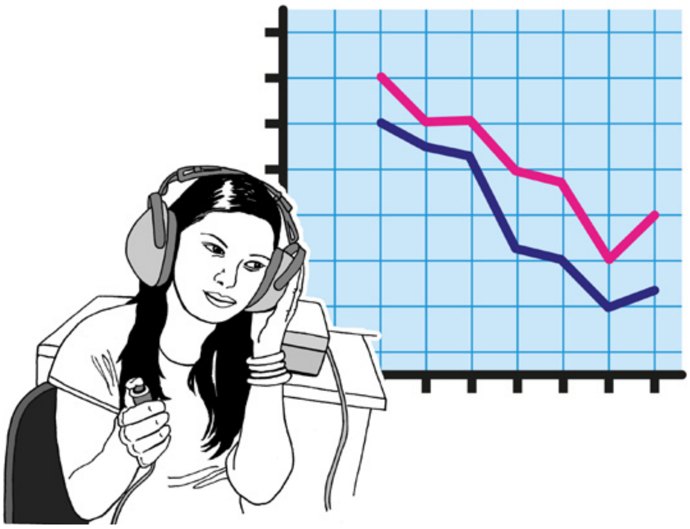
آپ سے ہر بار آواز سنائی دینے پر بٹن دبانے
یا اپنا ہاتھ اٹھانے کے لیے کہا جائے گا۔



ہلکی سے ہلکی آواز جسے آپ سن سکتے ہیں اس کا
پتہ لگانے کے لیے آواز کو ہلکا کیا جائے گا۔

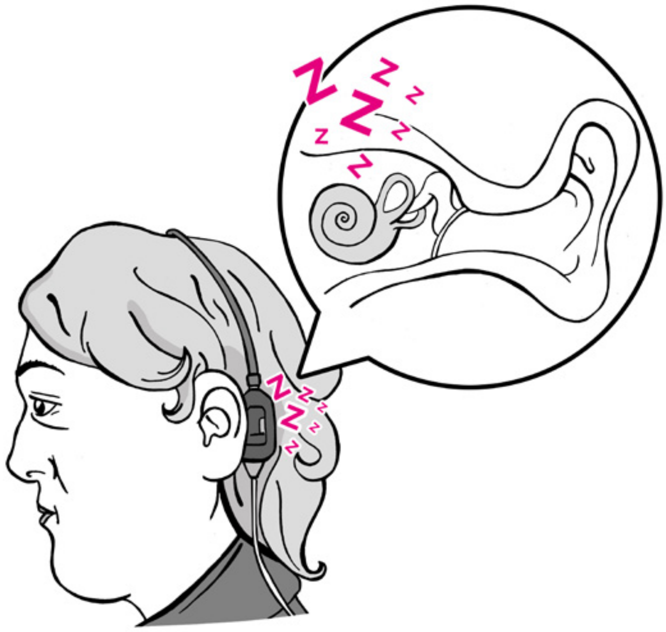


نتائج کو ایک چارٹ پر ریکارڈ کیا جائے گا جسے آڈیوگرام کہا جاتا ہے۔

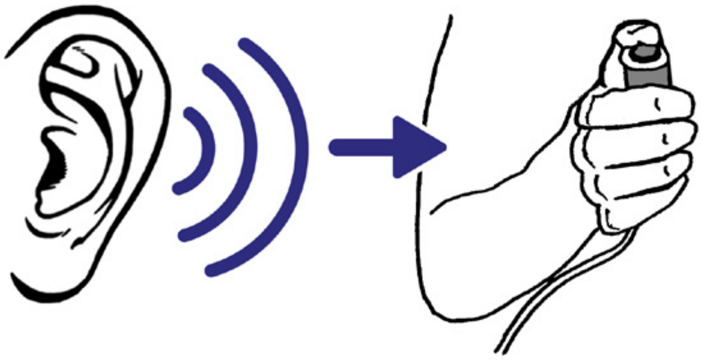


پھر آپ کو لرزش والے پیڈ کے ساتھ ایک ہیڈ بینڈ (کن پوش) پہننے کے لیے کہا جا سکتا ہے۔

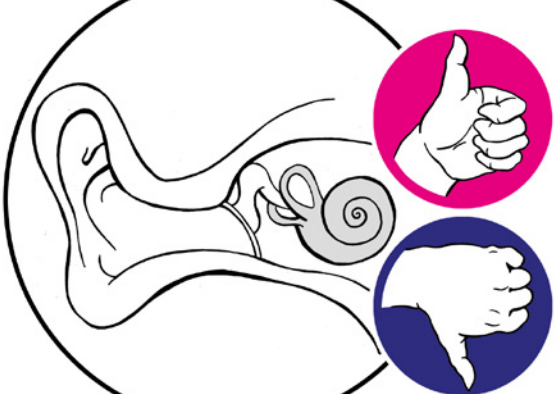
یہ پیڈ آپ کے سر کی ہڈیوں کے ذریعہ براہ راست حلزونہ (کوکیلیا) کو آواز بھیجتا ہے، جو کہ آپ کے اندرونی کان میں سماعتی عضلہ ہے۔



آپ سے ہر بار آواز سنائی دینے پر بٹن دبانے یا اپنا ہاتھ اٹھانے کے لیے کہا جائے گا۔



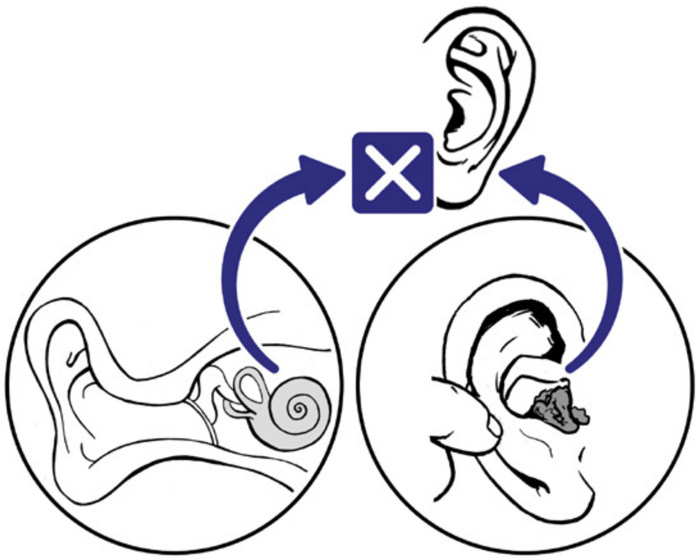
یہ جانچ اس بات کا پتہ لگاتا ہے کہ آیا حلزونہ اور سماعتی اعصاب کام کر رہا ہے یا خراب ہے۔



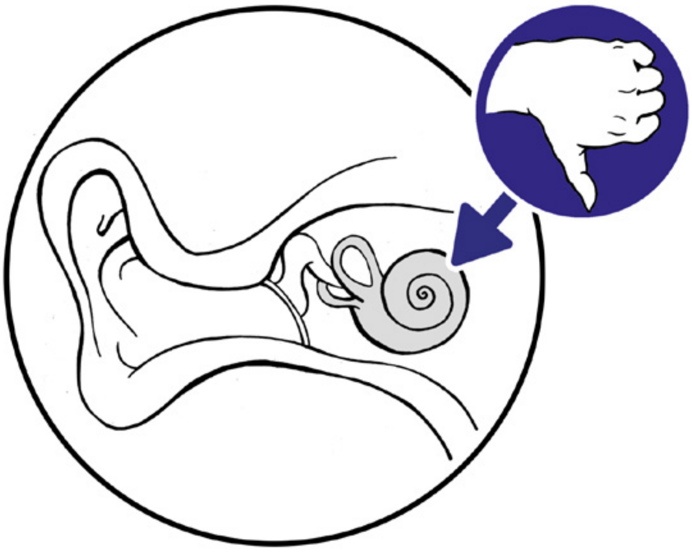
کیاہوتاہے جب نتائج سمعیکو دکھاتاہے

اگر آپ کو سمعی نقص ہے تو آڈیولوجسٹ
آپ کو ہونے والی سمعی نقص کی قسم
کے بارے میں بتائیں گے۔

یہ سمعی عصب میں خرابی، کان کی نالیوں
میں خرابی، یا مخلوط ہو سکتی ہیں۔

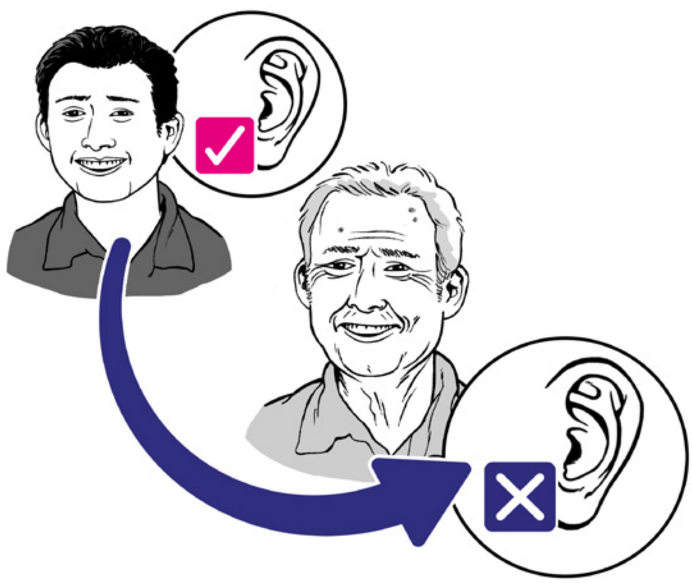


سمعی عصب میں خرابی کی وجہ سے سمعی
نقص کان کے اندر حلزونہ یا سمعی نصب کے
خراب ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے۔



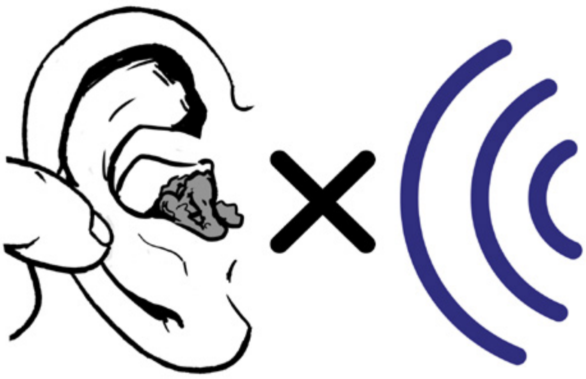
یہ مستقل ہوتا ہے، جس کا مطلب
ہے کہ یہ ٹھیک نہیں ہو گا۔

عمر بڑھنے کے ساتھ بہت سے لوگوں میں
اس قسم کی سمعی نقص ہوتی ہے۔



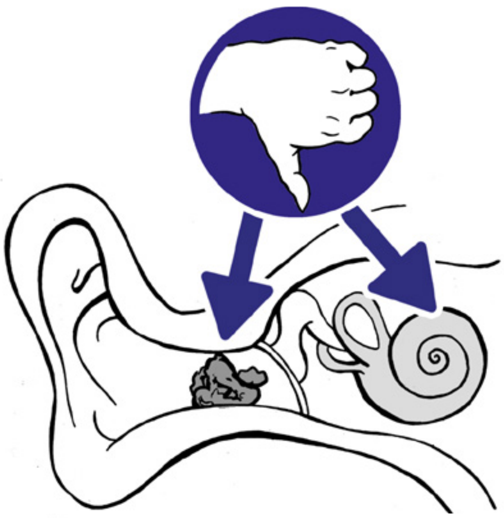
کان کی نالیوں میں خرابی کی وجہ سے سمعی
نقص تب ہوتی ہے جب آواز کی لہریں
اندرونی کان تک نہیں پہنچتی ہیں۔

یہ عام طور پر باہری یا درمیانی کان میں
رکاوٹ یا مسئلہ کی وجہ سے ہوتا ہے۔

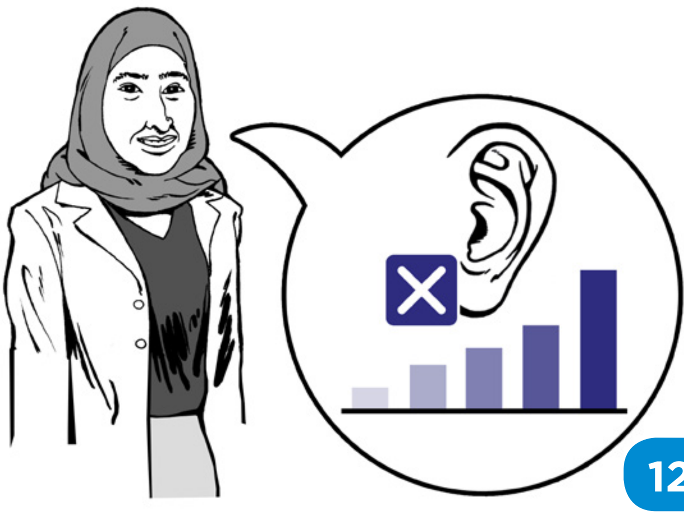


اس قسم کی سمعی نقص عارضی ہوتی ہے اور اکثر اس کا
علاج ہو سکتا ہے، لیکن کبھی کبھی یہ مستقل ہوتا ہے۔

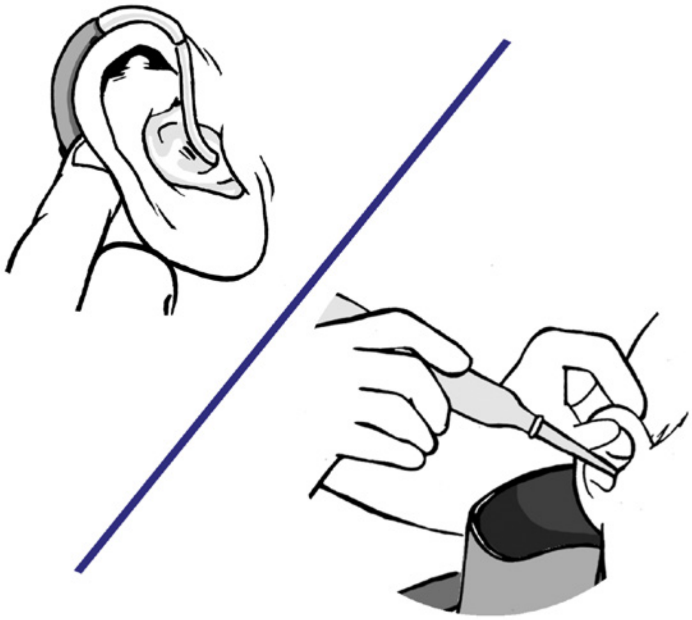
مخلوط سمعی نقص تب ہوتی ہے جب
دونوں قسمیں مل جاتی ہیں۔



آڈیولوجسٹ یہ بھی کہہ سکتے ہیں کہ آیا آپ کی
سمعی نقص ہلکی، درمیانی، شدید اور گہری ہے۔



وہ آپ کو بتائیں گے کہ آیا سماعتی آلات سے مدد ملے گی، یا آپ کو دوسرا علاج کرا سکتے ہیں۔



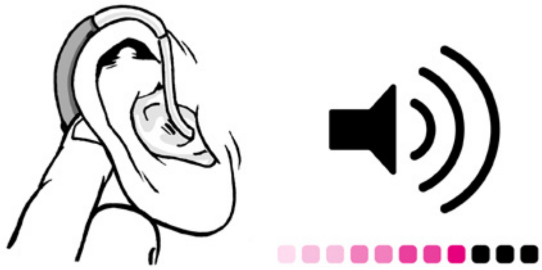
آپ کو مختلف قسم کے پروڈکٹس اور تعاون کے بارے میں معلومات بھی دی جاسکتی ہے جس سے آپ کو اپنے سمعی نقص کا نظم کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔

سمعی نقص میں کون سی چیز مدد کر سکتی ہے

سماعتی آلات (ہیئرنگ ایڈز)

سماعتی آلات سمعی نقص کو واپس ٹھیک نہیں کرتا ہے لیکن اس سے زبردست مدد مل سکتی ہے۔

اسے بہت زیادہ تیز آواز نکالنی چاہیئے تاکہ آپ اسے سن سکیں۔

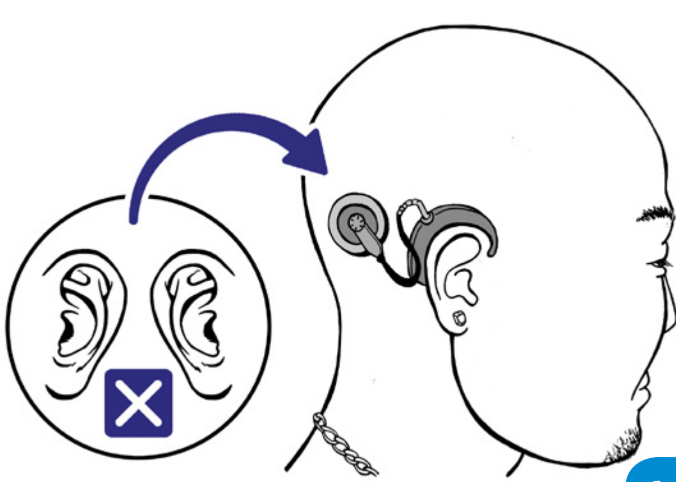


کچھ تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ آپ جتنی جلدی سماعتی آلات حاصل کریں گے، اس سے آپ کے سننے میں اتنی زیادہ مدد ملے گی۔

کوکیلیر (کان کا اندرونی حصہ) امپلانٹ

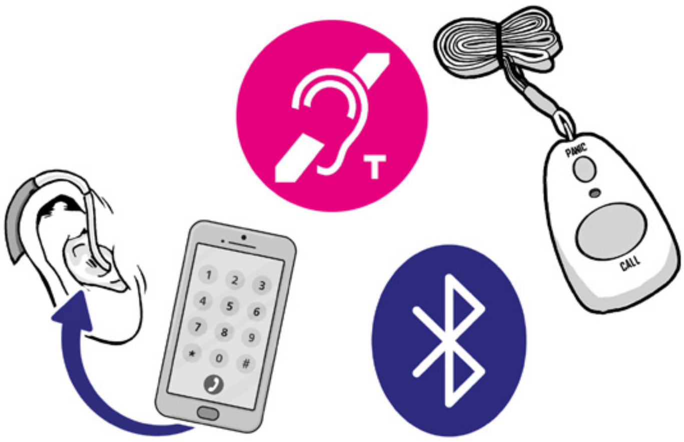
اگر آپ کے دونوں کانوں میں اعلی درجہ کا بہرہ پن ہے، تو آپ سننے میں مدد کے لیے کوکیلیر امپلانٹ حاصل کرنے کے اہل ہوسکتے ہیں۔

اس کے بارے میں اپنے آڈیولوجسٹ سے پوچھیں۔



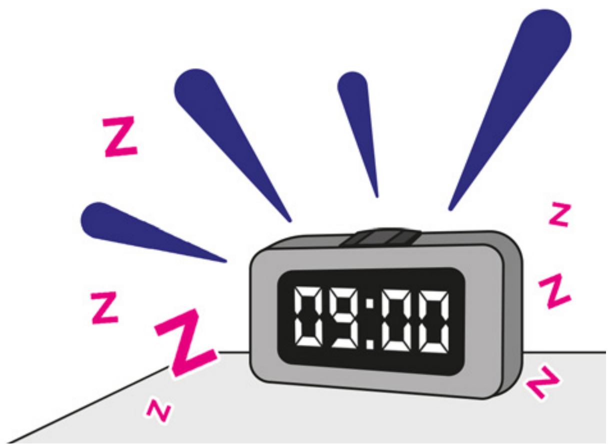
پروڈکٹس اور ٹیکنالوجی

بہت سے ایسے پروڈکٹس ہیں جو سمعی نقص میں مدد کرسکتے ہیں۔



آپ ایسے فون خرید سکتے ہیں جو سماعتی آلات کے ساتھ کام کرتے ہیں۔

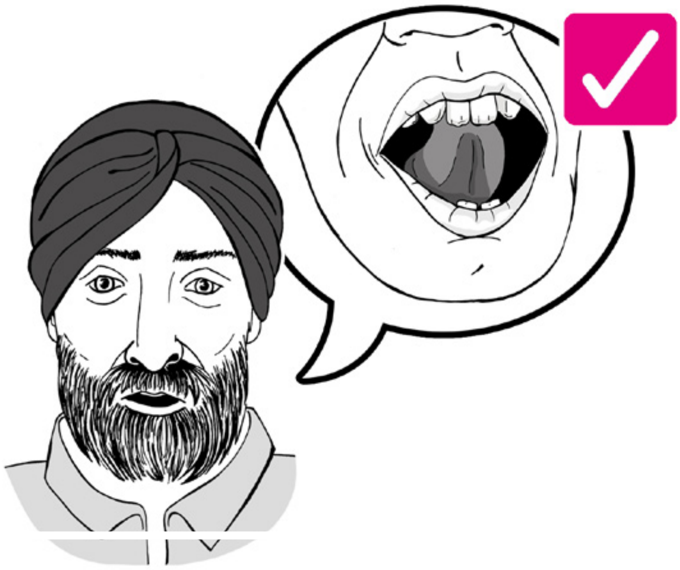
ایسے الارمز اور الرٹس ہیں جو چمکتے، تھرتھراتے ہیں یا آپ کی توجہ حاصل کرنے کے لیے زیادہ تیز آواز والی ہوتی ہیں۔



پرسنل لسنرز (Personal listeners)
آپ کو پس منظر کے شور کے باوجود زیادہ واضح طور پر تقریر، ٹی وی اور موسیقی سننے میں مدد کرسکتے ہیں۔

ہونٹوں کی حرکت کو پڑھنا سیکھنا

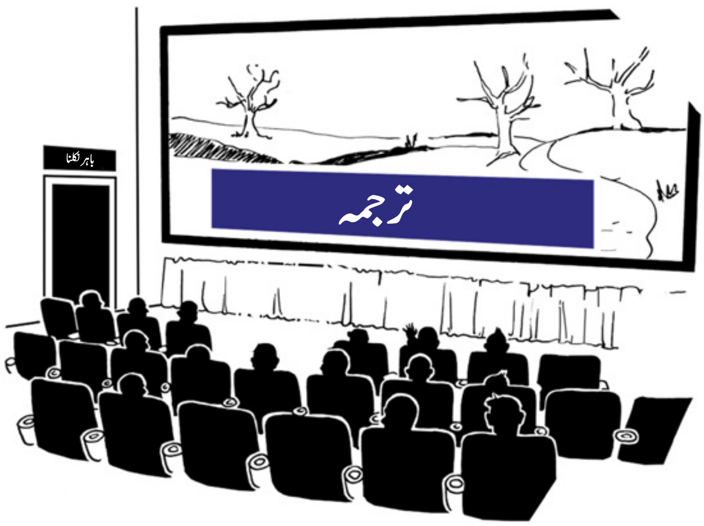
ہونٹوں کی حرکت کو پڑھنے میں اس شخص کے ہونٹوں کو دیکھنا شامل ہے جس سے آپ بات کر رہے ہیں، تاکہ آپ اس کی پیروی کر سکیں کہ وہ کیا کہہ رہے ہیں۔



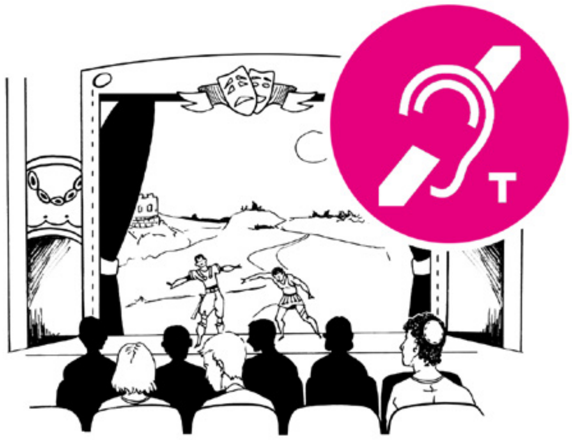
قابل رسائی تفریح

زیادہ تر ٹی وی پروگرامز اور ڈی وی ڈی ذیلی ترجمہ والی ہوتی ہیں۔

متعدد تھیٹرز اور سینما کے پاس خصوصی کارکردگیاں یا فلم کی اسکریننگ ہوتی ہے جس میں ذیلی ترجمہ یا برطانوی اشاراتی زبان کے مترجم موجود ہوتے ہیں۔



اس میں پس منظر کے شور سے اوپر سننے میں آپ کی مدد کے لیے سماعتی لوپ یا انفراریڈ سسٹم ہو سکتے ہیں۔



متعدد عجائب گھر اور آرٹ گیلریاں ایسے
ٹور کی پیشکش کرتی ہیں جو سمعی نقص والے
لوگوں کے لیے قابل رسائی ہو۔

دیگر تعاون

آپ اپنے سمعی نقص کا نظم کرنے میں مدد کے
لیے سرکار سے آلات اور مواصلتی اعانت
کے لیے رقم بھی حاصل کر سکتے ہیں۔

مزید معلومات

ماہرین اور سمعی نقص والے افراد نے اس
کی درستگی کو یقینی بنانے کے لیے ہماری
معلومات کو لکھنے میں مدد کی ہے۔

سمعی نقص کے بارے میں مزید
معلومات کے لیے، ہماری معلوماتی لائن

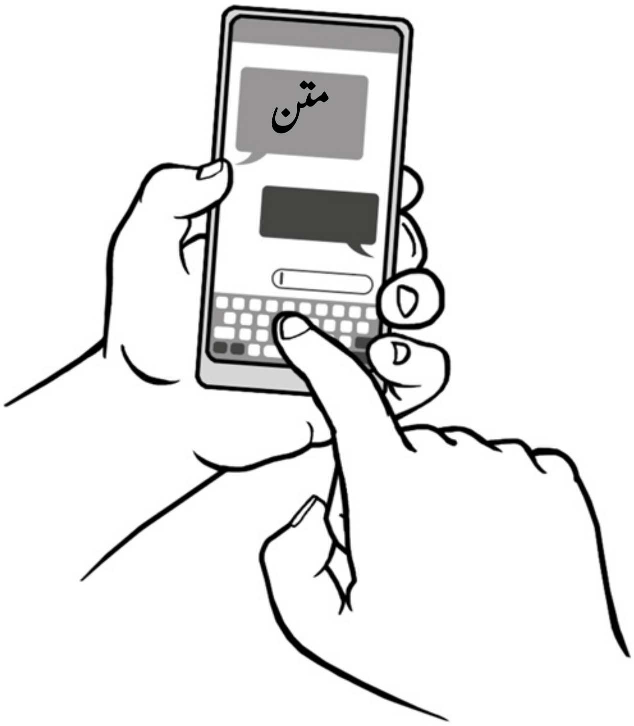
0808 808 0123

پر کال کریں۔

آپ

07800 000 360

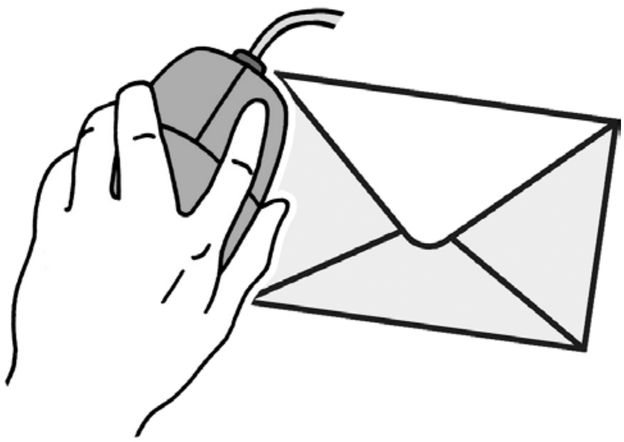
پر ٹیکسٹ میسیج بھی بھیج سکتے ہیں۔



آپ

information@
hearingloss.org.uk

پر ای میل بھی کر سکتے ہیں۔



پڑھنے میں آسان سے متعلق دیگر معلومات

سماعتی آلات حاصل کرنا

اپنے سماعتی آلات کو ایڈجسٹ کرنا

سمعی نقص والے لوگوں کے لیے
مواصلاتی نکات

سمعی نقص والے لوگوں سے بات کرنے کے لیے
مواصلاتی نکات

ایکشن آن ہیرنگ لاس (سابقہ RNID) یو کے کا سب سے بڑا رفاہی ادارہ ہے جو بہرہ پن، کان بجنے اور سمعی نقص سے دوچار ہیں۔
ہم تعاون اور نگہداشت فراہم کرتے ہیں، ٹیکنالوجی اور معالجات کو فروغ دیتے ہیں، اور مساوات کے لیے مہم چلاتے ہیں۔
ہم اپنے اہم کام کو جاری رکھنے کے لیے عطیات پر انحصار کرتے ہیں۔

مزید تلاش کرنے کے لیے، **actiononhearingloss.org.uk** پر جائیں۔

بہرہ پن، کان بجنے یا سمعی نقص کے بارے میں سوالات ہیں؟
ہمارے مفت، خفیہ معلوماتی لائن سے رابطہ کریں:

ٹیلیفون	**0808 808 0123**
ٹیکسٹ فون	**0808 808 9000**
SMS	**0780 000 0360**
	(متنی پیغام کے معیاری شرحوں کا اطلاق ہوتا ہے)
ای میل	**information@hearingloss.org.uk**

ہمارے ساتھ شامل ہوں

Action on Hearing Loss

@ActionOnHearing

Registered with FUNDRAISING REGULATOR

INVESTORS IN PEOPLE

disability confident EMPLOYER

Health & care information you can trust
The Information Standard Certified Member

شائع شدہ: 2018 جولائی۔ ورژن 1۔ تجزیہ کرنے کی تاریخ: 2019 جولائی۔
ایکشن آن ہیرنگ لاس بہرے لوگوں کے لیے رائل نیشنل انسٹی ٹیوٹ کا ایک تجارتی نام ہے۔
انگلینڈ اور ویلز (207720) اور اسکاٹ لینڈ (SC038926) میں رجسٹر ایک رفاہی ادارہ۔
A1450/0918