

### Advancing Eye Care with Vision

#### Key Headlines

- COAVS Hosted First Online International Exam of Ophthalmology Foundation in Pakistan
- Active Research Season Concluded with 58 Dissertations by BSc Vision Sciences Students
- First Faculty Development Training in Dispensing Opticianry Held with CPUT Experts
- Orbit and Oculoplastics Workshop Strengthened Resident Skills
- 10th & 11th FCPS/IMM/MS & FRCS Preparatory Courses
- Roadmap preparation for New Corneal Eye Bank with Eversight, USA
- Low Vision Services Restore Confidence and Independence
- Green Punjab Vision: Tree Plantation Drive
- Farewell Ceremony in Honour of Prof. Dr. Syed Raza Ali Shah

#### Community Outreach

- PEEK projects Punjab Crossed 450,000 Screenings with 90% Referral Accuracy this quarter
- Inclusive Eye Health Screening in Madaris, Layyah — 2,200 Children Screened
- Awareness Session for Flood-Affected Female Agricultural Workers near Uch Sharif
- Inception of Six Vision and Refraction Clinics at Lodhran, Bahawalpur, and Vehari
- Capacity-Building Workshop for Optical Shop Owners Conducted in Multan and Khanewal
- Quality Standard Assessments Conducted in Sargodha and Sheikhpura by Global Technical Lead



### Planting Together, Sustaining Tomorrow



In line with Chief Minister Maryam Nawaz Sharif's Green Punjab Vision, COAVS launched a tree plantation drive on September 9, 2025, driven by Principal Prof. Dr. M. Moin, in collaboration with the Punjab Forest Department. Prof. Dr. Mahmood Ayyaz, Vice Chancellor of KEMU, graced the occasion as chief guest and inaugurated the campaign. Ms. Noreen Fatima, Sociologist, coordinated for the drive.



### Ophthalmology Foundation Examination



COAVS proudly hosted its **first Online International Exam of Ophthalmology Foundation**, marking a milestone in advancing eye health professional standards in Pakistan.







#### 4TH KEMU/MAYO HOSPITAL WORKSHOP FOR FCPS/MS/FRCS OPHTHALMOLOGY RESIDENTS ORBIT AND OCULOPLASTICS 29 AND 30 JULY, 2025 (TUESDAY, WEDNESDAY)



A two-day specialised training workshop in Orbit and Oculoplastics, was conducted to equip ophthalmology residents with advanced practical skills. It was attended by **48 residents from leading teaching institutions across Punjab**. Key topics covered were orbital anatomy, trauma management, imaging techniques, ptosis, Eyelid surgery, lacrimal system disorders, identification and treatment of orbital tumours.



#### 10th KEMU/Mayo Hospital Ophthalmology Preparatory Course for IMM FCPS & MS September 4 and 5, 2025. from 8.30 am to 1.30 pm



#### 11th KEMU/Mayo Hospital Ophthalmology Preparatory Course for FCPS II, MS II & FRCS September 22, 23 and 24 2025. from 8.30 am to 1.30 pm



Both courses focused on enhancing participants' clinical, diagnostic, and surgical ophthalmic skills through expert-led sessions.



Ophthalmology  
Foundation



COAVS, Mayo Hospital Lahore has successfully hosted its first  
Ophthalmology Foundation Examination

To register for 25 March 2026 examinations, use the QR code



@Ophthalmology Foundation



@ophthalmology.foundation



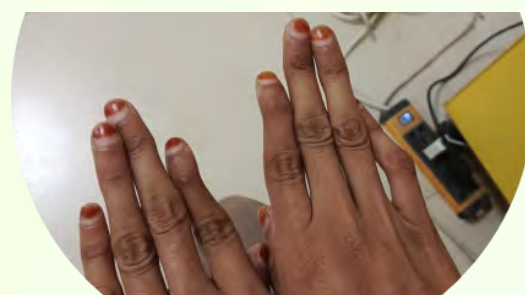
@Ophthalmology Foundation

#### Establishment of Corneal Eyebank at Institute of Ophthalmology in Collaboration with Eversight



A clear roadmap for the new cornea bank was worked out during the planning workshop held July 21–25, 2025, at COAVS with **Eversight's Mr. Collin Ross (USA)**. Discussions covered key areas like infrastructure design, human resource training, and collaboration with Eversight.

#### Success of Low Vision Services, Mayo Hospital, Lahore



A patient was accompanied by her mother and was unable to move independently. She has **Marfan Syndrome which is Genetic Connective tissue disorder caused most commonly by mutations in the FBN1 gene**. We performed autorefraction and biometry, maximum visual improvement was achieved with -4.00 diopter lenses. The biometry reports were within normal limits.

We then conducted trials with telescopes and magnifiers, which resulted in a remarkable improvement in her visual performance. She was advised to revisit after one month. On follow-up, there was a significant enhancement in her visual ability, and further trials of low vision aids were given. After two additional visits, the patient expressed great satisfaction — she was able to perform her daily activities independently and showed noticeable confidence and progress. Low vision services not only enhance visual performance but also help restore confidence, self-reliance, and quality of life (Fatima hassan & Ms. Madiha Nazli).

Register Now  
for the  
Foundation  
Exam!





### COAVS Concluded an Active Research Season with 58 Dissertations Presented

This session 58 final-year students from Optometry, Orthoptics, and Ophthalmic Technology are submitting their research dissertations this month. Ms. Ummara Rasheed, Statistician, provided guidance throughout the dissertation process, including statistical methodology, data analysis, and delivering specialized SPSS lectures.

Projects covered a wide range of eye health topics, including the effect of bacterial contaminants on the ocular surface of long-term and short-term contact lens wearers, revealing higher bacterial growth and symptoms like dryness and redness among long-term users. Another key study examined the effect of eating habits during fasting versus after fasting on biometric parameters and intraocular pressure, finding that intraocular pressure was significantly lower during fasting compared to post-fasting.



Ms. Sidra Anwar delivered a keynote address on **"Beyond Correction: Evidence-Based Approaches to Myopia Control,"** while Mr. Anwar Awan presented on "Specialty Contact Lenses" during the International Conference organized by Riphah International University.

**COAVS successfully hosted a hybrid model training in Dispensing Opticianry for its faculty and students, in collaboration with Sightsavers International and the Cape Peninsula University of Technology (CPUT), South Africa.**



The capacity-building initiative began with a six-day online module led by Ms. Fatima Flander, Lecturer CPUT, covering the dispensing of single vision, bifocals, progressive, and tinted lenses. The training culminated with an intensive "Hands-On Training" session conducted by Mr. Abdul Raoef Ganey, Senior Optician CPUT, who visited Lahore, Pakistan from July 28th to August 4th, 2025. Mr. Ganey focused on the practical application of skills, including frame materials, precise measurements, and glazing techniques.



**Prof. Muhammad Moin, Pro-Vice Chancellor, KEMU and Abdul Raoef Ganey, Senior Optician, CPUT, during workshop**



**Mr. Prasidh Ramson, Head of the Ophthalmic Sciences Department, Mr. Abdul Raoef Ganey, Senior Optician, Ms. Fatima Flander, Lecturer, Cape Peninsula University of Technology, South Africa,**

This tripartite collaboration significantly enhanced the opticianry skills of COAVS's optometrists, orthoptists, and students, adding a vital layer of expertise to the institution's offerings. Under the supervision and mentorship of Prof. Muhammad Moin, Optom. Ayesha Saleem played a commendable role in strengthening the international collaboration, with Sara Ikram providing initial coordination with CPUT and Sightsavers' support. Mr. Nadeem Anjum, In-charge, Opticianry Dispensing Lab, facilitated Abdul Ghaney to successfully execute the schedule.





On August 27, 2025, the College and the Institute of Ophthalmology organized a ceremony in honour of **Prof Dr Syed Raza Ali Shah, Head of Ophthalmology Unit II, King Edward Medical University (KEMU), on the occasion of his retirement.**

Dignitaries included, Vice-chancellor Prof Dr Mehmood Ayyaz, Principal COAVS Prof Dr M. Moin, Prof Emeritus Dr Asad Aslam Khan, Prof Dr Asghar Naqi, Prof Dr Haroon Hamid, Prof Dr Nasir Chaudhry, faculty members and post-graduate ophthalmology residents.



**In collaboration with UNICEF**

**One-day Training on Retinopathy of Prematurity for Pediatricians and Doctors**

**July 22, 2025.**





## Annual Departmental Snaps, 2025



COAVS FACULTY AT PTIALA BLOCK, KEMU WITH VICE-CHANCELLOR PROF. MEHMOOD AYYAZ



UNIT III, INSTITUTE OF OPHTHALMOLOGY AT PTIALA BLOCK, KEMU WITH VICE-CHANCELLOR PROF. MEHMOOD AYYAZ



UNIT II, INSTITUTE OF OPHTHALMOLOGY AT PTIALA BLOCK, KEMU WITH VICE-CHANCELLOR PROF. MEHMOOD AYYAZ



UNIT I, INSTITUTE OF OPHTHALMOLOGY AT PTIALA BLOCK, KEMU WITH VICE-CHANCELLOR PROF. MEHMOOD AYYAZ

- The workshop highlighted the vital role of neonatologists in preserving the vision of premature infants. Participants included neonatologists, pediatricians, ophthalmologists, gynaecologists, and ophthalmic nurses from **13 teaching hospitals across Punjab.**
- Experts demonstrated how ROP can be detected early through timely screening and treated to prevent blindness.
- Prof. Dr. Muhammad Moin, Principal COAVS, emphasized improved survival of premature babies due to medical advancements and the need for coordinated care. Dr. Lubna, Ophthalmologist and Abida Asghar, Nursing Instructor, Coordinated for the activity.



# Community Eyecare

COAVS is currently working across 12 districts of Punjab through dedicated community eye care programs. Here are a few highlights from this quarter.

## Ongoing Initiatives in Collaboration with CBM



### Monitoring & Evaluation



Evaluation visit by Pakistan Center for Philanthropy (PCP) Pakistan



Monitoring Visit by COAVS Team at THQ Chowk Azam to ensure Smooth Implementation of Project Activities and Strengthened Coordination for Quality Eye Care Services.

### Quarterly Progress

● Chakwal ● Layyah ● Sadiqabad

**Great News!** This quarter, Peek Project Punjab, has successfully crossed a significant milestone, achieving **over 450,000 total screenings with an impressive 90% referral accuracy**. The biggest achievement lies in covering the critical access gap for refractive services in underserved areas, with the distribution of **more than 5,000 distant vision and approximately 4,800 presbyopic glasses**. This successful distribution is a major step forward in expanding essential eye care access.

### School Screenings



Under the Inclusive Eye Health Projects, the Peek Project Punjab conducted a two-week eye screening campaign in Madaris of Tehsil Layyah from August 11–23, 2025. Around **2,200 madrasa students were screened**, and 460 were provided eyeglasses. The initiative, led by COAVS in collaboration with CBM and the District Health Authority Layyah, promoted access to eye health services.



On 23–24 September 2025, a large-scale **school eye screening** and refraction activity was organized at a Government Boys Higher Secondary School. Over 1,100 students were screened, **with on-site refraction conducted** for identified cases. Program Supported spectacles will be dispensed to students during the upcoming follow-up visit.

On the direction of Deputy Commissioner Layyah, Ms. Amira Bedar, **Assistant Commissioner Layyah, Mr. Haris Hameed Khan Niazi**, visited the school during the screening activity. He was briefed on the Inclusive Eye Health Program (IEHP), including the ongoing screening and refraction efforts.



Capacity Building



Training of COAVS teams under the National Sight Restoring Project (NSRP) & CEC II, being run in collaboration with The Fred Hollows Foundation, was conducted in Dera Ghazi Khan and Bahawalpur for online **data entry of patient screening** at primary health care facilities in August 2025.



Primary Eyecare training for Lady Health Workers in Tehsil Khairpur Tame Wale of Bahawalpur district was delivered by the COAVS team as part of the CEC II project, in collaboration with the Fred Hollows Foundation.

Strengthening Primary Eye Care through New Refraction Clinics



Six Vision and Refraction Clinics have been established in **Lodhran, Bahawalpur, and Vehari** under the title of **Female Agriculture and Garment Factory Workers' Project, CEC II**, with the support of The Fred Hollows Foundation. Designed to strengthen primary-level eye care through refraction and vision assessment services, these centers will receive ongoing clinical and technical support from the College.

Community Awareness



One of the awareness sessions on eye care was conducted by the Comprehensive Eye Care (CEC) team in the 2nd week of September with **communities in flood-affected areas near Uch Sharif, Bahawalpur District**, under the Female Agriculture Workers Project. The session focused on promoting eye health awareness, preventive care, and the importance of timely treatment among women engaged in agricultural work.



### Monitoring & Evaluation



#### 4th Progress Review Meeting– Pakistan Inclusive Eye Health (PIEH), Khanewal

The 4th Progress Review Meeting of the Pakistan Inclusive Eye Health Project was held on 21st August 2025 in Khanewal to review project progress, challenges, and possible solutions. The initiative is being implemented in partnership with Sightsavers, LRBT, CHIP, and COAVS, with active participation from all partners.

### Capacity Building



**COAVS successfully led a one-day capacity-building and quality monitoring initiative on July 12, 2025, in Multan/Khanewal for 16 optical shop owners**

Facilitated by Optometrist Sahibzada Hakim Anjum Nadeem and Mr. Shahid Sohail, the workshop enhanced knowledge in waste management, equipment maintenance, and safeguarding. This effort, in collaboration with Sightsavers, will directly improve the operational and ethical standards of optical services in underserved regions.

### International Collaborations

#### Opticianry Faculty Training Program Concluded with Certificate Distribution Ceremony



The Opticianry Faculty Training Program concluded with a distinguished closing ceremony and virtual participation of Mr. Prasidh Ramson, Acting Head of the Ophthalmic Sciences Department Cape Peninsula University of Technology, South Africa, and Ms. Munazza Gillani, Country Director, Sightsavers, Pakistan & Middle East.

Faculty members and students were awarded certificates of successful course completion. In acknowledgment of their exceptional facilitation and dedication, Mr. Abdul Ghaney, Optom Ayesha saleem, and Mr. Hakeem Nadeem Anjum received special honours for ensuring the effective execution of the capacity-building initiative.

#### Glimpses from Dispensing Opticianry workshop



#### Quality Standard Assessment Tool (QSAT)



QSATs for Refractive Errors and Cataract were conducted in Sargodha and Sheikhpura, led by the Global Technical Lead – Eye Health and Technical Advisor – Refractive Error, Sightsavers International. During the QSAT, the eye health interventions in RE and Cataract were thoroughly assessed by analyzing Service delivery, health workforce, Infrastructure, technology, equipment, patient and provider safety, spectacles and program effectiveness. Significant progress has been achieved in quality standardization as evidenced by QSAT results.



پروفیسر ڈاکٹر محمد معین کا خصوصی انٹرویو محترمہ عالیہ کے ساتھ

عنوان : آنکھ کی حادثاتی چوٹیں — بصریات بچانے کی جنگ میں فوری اقدام کی اہمیت

آنکھوں کی ہنگامی صورتحال، ابتدائی طبی امداد، اور بصریات کے تحفظ پر سادہ، سائنسی اور پیشہ ورانہ رہنمائی

ضرر بصریات — آنکھوں پر چوٹ کے نتیجے میں پیدا ہونے والی چوٹیں گلیاں نہ صرف فرد کی بینائی کو متاثر کرتی ہیں بلکہ ان کی روزمرہ زندگی، معاشرتی روابط، اور پیشہ ورانہ کارکردگی پر بھی گہرا اثر ڈالتی ہیں۔ آنکھ کی ساخت نہایت نازک ہوتی ہے، اور معمولی سی چوٹ بھی طویل مدتی چوٹیں گلیاں جیسے قرینہ کے زخم، اندرونی چوٹ (hyphema) یا پردہ بصریات کا الگ ہونے کا باعث بن سکتی ہے۔ دہی علاقوں میں علاج کی کمی، اور شہری علاقوں میں حفاظتی تدابیر کی عدم پیروی ان چوٹیں گلیوں کو مزید سنگین بنا دیتی ہے۔ چوٹ کے بعد فوری طور پر درست قدم اٹھانا — جیسے آنکھ کو رگڑنے سے گریز، صاف پانی سے دھونا، یا ماہر امراض چشم سے فوری رجوع کرنا — بینائی کی حفاظت میں بنیادی حیثیت رکھتا ہے۔

پروفیسر ڈاکٹر محمد معین پاکستان کے ممتاز ماہر امراض چشم، پرنسپل کالج آف آفٹالمولوجی اینڈ الانڈ ویشن سائنسز اور پروفیسر وائس چانسلر کنگ ایڈورڈ میڈیکل یونیورسٹی تعلیمات ہیں۔ ان کا شمار ان ماہرین میں ہوتا ہے جو نہ صرف تشخیصی و جراحی مہارت رکھتے ہیں بلکہ پیشہ ورانہ تدابیر، پبلک ہیلتھ وژن کیئر، اور ریفرل نیٹ ورکس ایمرجنسی منیجمنٹ میں نمایاں مقام رکھتے ہیں۔ آج ہم پروفیسر محمد معین سے آنکھ کی ایمرجنسی پر تفصیلی بات کر کے آگاہی حاصل کریں گے۔

سوال : پروفیسر صاحب، آپ کے نزدیک "آنکھ کی ایمرجنسی" کو کس طرح واضح کیا جاسکتا ہے؟

جواب : آنکھ کی ایمرجنسی میں جہاں فوری طبی مدد نہ کی جائے تو بینائی جلدی یا مکمل طور پر ضائع ہو سکتی ہے۔ ایسی صورت حال میں : آنکھ میں چوٹ کا لگنا، زخم کا ہونا، تیزاب یا الکالائی مواد کا آنکھ میں پڑنا، اچانک آنکھوں میں درد ہونا، روشنی کی عدم برداشت، آنکھوں میں شدید سُرخی کا آجانا، بینائی کی فوری کمی، یا آنکھ سے خون کا اخراج ہونا وغیرہ شامل ہیں۔

سوال : پاکستان میں آنکھوں کی ایمرجنسی زیادہ تر کسی حادثے یا چوٹ کی وجہ سے پیش آتی ہے؟

جواب : پاکستان جیسے ممالک میں عام طور پر آنکھ حادثاتی چوٹ یا ٹرامے متاثر ہوتی ہے — جیسے بچوں میں پینسل یا کھلونے کا چبھ جانا اور کھلونے پھسل کا استعمال، نوجوانوں میں کام کے دوران دھاتی اشیاء یا براؤز لگنے کے واقعات کا ہونا، اور خواتین میں نیکیل جیسے ہلچ یا واشنگ پاؤڈر کا آنکھ میں گر جانا اور کونٹیکٹ لینز کی وجہ سے آنکھ کا زخم کا ہوجانا شامل ہیں۔



سوال : دہی علاقوں میں آنکھ کی چوٹوں کی عمومی وجوہات کیا ہیں؟

جواب : دیہات میں آنکھوں کی چوٹ زیادہ تر زرعی سرگرمیوں، جانوروں سے حادثات، ناقص حفظان صحت، اور غیر محفوظ ماحول کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر کھیتوں میں کام کے دوران درختوں کی شاخ یا اوزار سے چوٹ، جانوروں جیسے گائے، بکری کے سینک یا مرغی کی چوچ یا بچوں سے حادثے، جڑی بوٹیوں یا دیسی علاج کے غلط استعمال سے آنکھ کا خراب ہونا وغیرہ شامل ہیں۔ اس کے علاوہ کرکٹ اور ٹینس برصغیر کا مقبول ترین کھیل ہے جس میں بال کا آنکھ سے ٹکرا جانا شدید چوٹ کا باعث بن سکتا ہے۔



سوال : ان علاقوں میں ابتدائی طبی امداد کی عدم موجودگی کتنی خطرناک ہو سکتی ہے؟

جواب : انتہائی خطرناک! اکثر آنکھ کی چوٹ کو نظر انداز کیا جاتا ہے یا گھریلو ٹونکے استعمال کیے جاتے ہیں جو مرض کو مزید بڑھا دیتی ہے۔ بروقت درست اقدام نہ ہونے سے بینائی مستقل ضائع ہو سکتی ہے۔

سوال : اگر کوئی شخص آنکھ میں چوٹ لگنے کے بعد گھر پر یا اپنے روزگار پر ہو تو اس کو کیا کرنا چاہیے؟

جواب : ایسی صورت حال میں سب سے پہلی چیز "آنکھ کو رگڑنے سے گریز" ہے۔ آنکھ کو نرم کپڑے سے دھانپ دیں، اگر خون آ رہا ہے تو دباؤ نہ دیں، اور فوراً قریبی آنکھوں کے اسپیشلسٹ کے پاس جائیں۔ خود سے کوئی مہر م یا قطرے نہ ڈالیں کیونکہ اس سے نقصان بڑھ سکتا ہے۔



سوال : نیکیل یا تیزاب گرنے کی صورت میں فوری طور پر کیا کرنا چاہیے؟

جواب : یہ شدید نوعیت کی ایمرجنسی ہے۔ فوراً آنکھ کو پانی کی واٹر مقدار سے 15-20 منٹ تک دھوئے رہیں یہاں تک کہ تیزاب کا ایک قطرہ بھی آنکھ میں باقی نہ رہیں۔ اس دوران مریض کو آنکھ بند نہ کرنے دیں، اور بلا تاخیر ہسپتال لے جائیں۔

سوال : آپ کیا سمجھتے ہیں کہ دوران ویلڈنگ اور گرامنٹنگ حفاظتی چشمے کا استعمال کتنا ضروری ہے؟

جواب : دوران ویلڈنگ مضر صحت (یو وی اور آئی آر) شعاعوں سے آنکھ کے پردے کو شدید نقصان پہنچتا ہے اور گرامنٹنگ کے دوران دھاتی یا سنگریخت کے ذرات تیز رفتاری سے آنکھ میں گھس سکتے ہیں ان سے بچاؤ کے لیے حفاظتی چشمے کا استعمال ناگزیر ہے۔ صرف ایک لمحے کی غفلت زندگی بھر کی بصریات ختم کتی ہے۔ ایسی صورت میں روزمرہ کے کام میں دشواری کے ساتھ معاشی مشکلات میں اضافہ ہو جاتا ہے۔

سوال : بچوں کی آنکھوں میں حادثات کو کیسے روکا جاسکتا ہے؟

جواب : والدین کو چاہیے کہ وہ اپنے بچوں کو نگرانی میں رکھیں، خاص طور پر اسکول یا کھیلنے وقت اور ان کو نوک دار یا تیز و حساس کھلونے نہ دیں، پینسل یا چین سے کھیلنے سے روکیں، اگر آنکھ میں چھین ہو، فوراً ڈاکٹر کے پاس لے جائیں۔

سوال : گھر کے کچن میں گرم پانی یا دودھ کا بچوں پر گر جانا ایک تکلیف دہ اور عام حادثہ ہے — گھریلو خواتین کیلئے اپنے روزمرہ کے معمولات میں کون سی ایسی موثر تدابیر ہیں جن کو اختیار کر کے وہ ایسے واقعات کی روک تھام میں لینا کردار ادا کر سکتی ہیں؟

جواب : بالکل درست فرمایا، گھر کے کچن میں گرم پانی یا دودھ کا بچوں پر گر جانا ایک تکلیف دہ اور عام حادثہ ہے — لیکن گھریلو خواتین اپنے روزمرہ کے معمولات میں چند آسان مگر موثر تدابیر اختیار کر کے ایسے واقعات کی روک تھام میں اہم کردار ادا کر سکتی ہیں۔ کچن میں بچوں کی موجودگی کو محدود رکھنا، خاص طور پر جب کھانا پک رہا ہو یا تیز حرارت کی اشیاء استعمال ہو رہی ہوں۔ چائے، دودھ یا پانی کی پتیلی کچن کی اندرونی سائیڈ پر رکھیں، تاکہ وہ بچوں کے ہاتھ کی پہنچ سے دور ہوں۔ ہینڈل والے برتنوں کو چوبلے کی طرف موڑ کر رکھیں تاکہ بچے انہیں کھینچ نہ سکیں۔ کچن صرف کھانے پکانے کی جگہ نہیں، بلکہ احتیاط اور آگاہی کا ہے۔ بچوں کی آنکھ، نظر اور سلامتی محفوظ بنانا صرف ڈاکٹر کی ذمہ داری نہیں — بلکہ ماں باپ، گھر میں پہلی حفاظتی دیوار خود ہیں۔

سوال : موثر سائیکل چلانے کے دوران ہیلمٹ کا استعمال کرنے سے آپ اپنی آنکھوں کی حفاظت کس طرح ممکن بنا سکتے ہیں؟

جواب : موثر سائیکل چلانے کے دوران اچھی کوالٹی کا ہیلمٹ — صرف سر کی حفاظت نہیں کرتا، بلکہ آنکھوں کی حفاظت میں بھی حیرت انگیز کردار ادا کرتا ہے — سڑکوں پر تیز ہوا کے ساتھ مٹی، ریت، یا کیڑے آنکھ میں جا سکتے ہیں اور حادثے کی صورت میں آنکھ پر براہ راست ضرب یا چوٹ لگ جانے سے بچانے میں آپ کے لیے معاون ہوتا ہے۔ ہیلمٹ آپ کی بینائی، زندگی اور محفوظ سواری کا ضامن ہے۔ ایک لمحے کی غفلت، آنکھ اور بینائی کا ہمیشہ کیلئے ضیاع ہو سکتا ہے۔



سوال : آنکھ میں چھینے والی شے کو نکالنے کی کوشش درست ہے؟

سوال : ہرگز نہیں۔ اگر کوئی دھاتی شے، شیشہ یا لکڑی آنکھ میں چبھ گئی ہو تو فوراً آنکھ کو دھانپ کر فوری طور پر ہسپتال لے جائیں۔ نکالنے کی کوشش سے آنکھ کی بیرونی جھلی یا اندرونی ڈھانچے کو نقصان ہو سکتا ہے۔ ایسی صورت حال میں مریض کو فوری طور پر ہسپتال لے جا کر آنکھوں کے معالج سے چیک کروانا چاہیے۔

سوال : کچھ لوگ آنکھ میں سُرخی یا خارش کو معمولی سمجھ کر دوا خود ہی دواوارو کا استعمال کر لیتے ہیں، آپ اس پر کیا کہیں گے؟

جواب : یہ خطرناک رویہ ہے۔ سُرخی اگر صرف الرجی کی وجہ سے ہو تو پھر بھی ماہر کے مشورے کے بغیر دوا استعمال نہ کریں۔ بعض اوقات یہی سُرخی آنکھ کے اندرونی انفیکشن، یووائٹس، یا کالا موتیا کی ابتدائی علامت ہو سکتی ہے، جو بینائی کے لیے خطرناک ہے۔



سوال : کیا گھریلو خواتین کو Eye First Aid کی ٹریننگ دی جانی چاہیے؟

جواب : یقیناً! صرف خواتین ہی نہیں بلکہ استاد، لیبر ورکرز، اسکول اسٹاف اور فیکٹری ملازمین سب کو Eye First Aid Training دینی چاہیے تاکہ کسی حادثے کی صورت میں بروقت اور درست اقدام کر کے بینائی کو محفوظ بنانے میں کلیدی کردار ادا کیا جائے۔

پروفیسر ڈاکٹر محمد معین کی آج کی تفصیلی گفتگو سے ہم اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ آنکھوں کی کسی ہنگامی صورتحال کے دوران ہم خود سے دوا یا آئی ڈراپس استعمال نہ کریں، چوٹ کی صورت میں آنکھ کو نہ رگڑیں، نیکیل یا دھول آنکھ میں جانے تو پانی سے دھوئیں اور ڈاکٹر کو دکھائیں، بچوں کو نوک دار اشیاء سے کھیلنے نہ دیں اور خاص طور پر شوگر اور بلڈ پریشر کے مریض سالانہ آنکھوں کا معائنہ ضرور کروائیں۔

آنکھ کا حادثہ معمولی لگ سکتا ہے، لیکن احتیاطی تدابیر اور بروقت علاج نہ کیے جائیں تو بینائی ہمیشہ کیلئے شدید متاثر ہو سکتی ہے۔ چاہے دیہات ہوں یا شہر، نظر کی حفاظت سب کی ذمہ داری ہے۔ بینائی اللہ تعالیٰ کی عظیم نعمت ہے۔ آگاہی، احتیاط اور فوری طبی سہولت ہی کامیاب بصریات کی ضمانت ہیں۔ ہمیں امید ہے کہ آج کی نشست سے آپ کو آنکھ کی ہنگامی حالتوں اور ان کے فوری اقدامات سے متعلق سادہ اور سائنسی معلومات حاصل ہوئی ہوں گی۔

شکریہ پروفیسر صاحب۔ ہم امید کرتے ہیں کہ آج کی گفتگو ہمارے قارئین کو آنکھوں کی صحت کے لیے سنجیدہ اقدامات کی طرف مائل کرے گی۔

