پانچ سال سے کم عمر بچوں کا بخار

اس مشورے کا مقصد والدین / نگہداشت کاروں کا ڈاکٹر سے مشورہ حاصل کرنے کے بعد اپنے بچے کو گھر لے جانا ہے۔ آپ کے ڈاکٹر آپ کے بچے کی حالت کے پیش نظر مختلف علاجات کی سفارش کرسکتے ہیں۔

SCAN ME

5 سال سے کم عمر بچے جو کہ بخار میں مبتلا ہوں لیکن ہمیں ان کے بخار کی وجہ معلوم نہ ہو ان کی دیکھ بھال کے لیےیہ ایک ڈسچارج ایڈوائس ہے۔

بچوں میں بخار کے بارے میں

- بچوں میں بخار بہت عام ہوتا ہے جو کہ بالعموم یہ ظاہر کرتا ہے کہ آپ کے بچے کو انفیکشن ہے۔
- اگر آپ کے بچے کا درجہ حرارت 38 ڈگر سینٹی گریڈ ہے تو اس کو بخار ہے۔ اپنے بچے کا درجہ حرارت ماپنے کا سب سے درست طریقہ ڈیجیٹل تھرمامیٹر ہے۔
- بیکٹیریل انفیکشن کے مقابلے میں وائرل انفیکشن کہیں زیادہ عام ہوتا ہے۔ ناک کا بہنا، کھانسی، خرخراہٹ، گلے کی سوزش، سرخ آنکھیں اور اسہال جیسی علامات بیکٹیریل انفیکشن کے بجائے وائرل انفیکشن کی موجودگی کی علامات کو ظاہر کرتی ہیں۔ اگر ایک ہی گھرانے میں بہت سے افراد بیمار ہوں تو بھی یہ وائرل انفیکشن کی علامت ہے (کیونکہ وائرل انفیکشن آسانی سے پھیل جاتا ہے)۔
- وائرل انفیکشن خود سے بہتر ہوجاتے ہیں اور انہیں اینٹی بائیوٹک کے ذریعہ علاج کی ضرورت پیش نہیں آتی۔

میں اپنے بچے کی دیکھ بھال کیسے کرسکتا/سکتی ہوں؟

- انہیں سادہ غذا اور باقاعدہ مشروبات فراہم کریں۔ اگرآپ کے بچے کو چھاتی سےدودھ پلایا جاتا ہے تو دودھ پلانا جاری رکھیں۔
- اگر وہ قے کررہے ہوں تو تھوڑا سا مشروب بار بار دیں کیونکہ اس سے قے کے کم رہنے کا زیادہ امکان ہوتاہے۔
- نیم گرم اسفنج یا پنکھے کے ساتھ اپنے بچے کے درجہ حرارت کو کنٹرول کرنے کی کوشش نہ کریں۔
- اپنے بچے پر دن رات نگاہ رکھیں اور صفحے کی پشت پر فراہم کردہ ہدایت نامے پر عمل کریں۔
- اگر کوئی دھبہ دکھائی دے تو 'گلاس ٹیسٹ' کریں (نیچے ہدایات ملاحظہ فرمائیں)۔
- حفاظتی ٹیکے لگنے کے بعد 48 گھنٹوں تک بچوں میں بخار عام ہوتا ہے۔ پیراسیٹامول باقاعدگی سے دینے پر غور کریں۔ اگر آپ کے بچے کے قطرے پلانے کا وقت ہو گیا ہو تو اس کو بخار میں بہتری آنے تک ملتوی کر دیں۔
- اگر آپ کو اپنے بچے کو بیماری یا بخار کی حالت میں نرسری یا اسکول سے دور رکھنے کی ضرورت پیش آئے تو براہ کرم نرسری یا اسکول کو مطلع فرمائیں۔

مدد کے لیے ادویات کا استعمال

- آرام کے لیے پیراسیٹامول یا آئیبو پروفین دینے پر غور کریں۔
- ایک استعمال کریں اور اگر آپ کا بچہ بہتر نہ ہو تو 3-2 گھنٹے بعد دوسری دوا دینے کی کوشش کر سکتے ہیں۔
- خوراک اور تعدد کے لئے دوائی پر درج کردہ ہدایات کو دھیان سے پڑھیں۔ اگرچہ دونوں ہی کا صحیح استعمال بہت محفوظ ہوتا ہے لیکن اگر انہیں زیادہ خوراک یا کثرت سے استعمال کیا جائے تو یہ نقصان دہ ثابت ہو سکتی ہیں۔
- آپ اپنے مقامی فارماسیسٹ سے دوائیوں کے بارے میں مزید مشورہ طلب کرسکتے ہیں۔
- عام طور پر ہم کھانسی کی دوائیں تجویز نہیں کرتے۔

(تصویر بشکریہ مینینجائٹس ریسرچ فاؤنڈیشن 2013)

گلاس ٹیسٹ

اگر آپ کے بچے کے جسم پر دھبا ہو تو 'گلاس ٹیسٹ' کریں۔ شیشے کے گلاس کو دھبے پر رکھ کر مضبوطی سے دبائیں۔ اگر آپ شیشے کے ذریع دھبوں کو دیکھ سکتے ہیں اور جب آپ شیشے کو جلد پر دباتے ہیں تو وہ ختم نہیں ہوتے تو اس کو 'بے رنگ ہونے والا دھبہ' کہا جاتا ہے۔

اگر آپ کو اس قسم ک دھبہ نظر آئے تو فوری طور پر طبی رہنمائی حاصل کریں۔

دھبے کا سیاہ جلد پر نظر آنا مشکل ہوتا ہے لہذا ہلکی زرد جگہوں کا معائنہ کریں جیسے ہاتھوں کی ہتھیلیاں پیروں اور پیٹ کے تلوے۔

مجھے کب مدد حاصل کرنی چاہئے؟

سرخ	**اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامت ہو:** • پیلا، دھبے دار ہو جائے اور غیر معمولی سردی محسوس ہوتی ہو؛ • ہونٹوں کے ارد گرد کی رنگت نیلی ہو رہی ہو؛ • سانس لینے میں شدید دشواری پیش آ رہی ہو - بات کرتے / کھانا کھاتے ہوئے بھی سانس پھول جائے؛ • غشی/بیماری کے دورے پڑ رہے ہوں؛ • انتہائی ہیجان زدہ ہوجاتا ہو (توجہ منتشر کرنے کے باوجود شکِستہ دِلی سے روتا ہو) ، الجھا ہوا یا بہت سست ہو (مشکل سے بیدار ہوتا ہو)؛ • ایسے دھبے لگے ہوئے ہوں جو دباؤ سے ختم نہ ہوتے ہوں (اوپر 'گلاس ٹیسٹ' ملاحظہ فرمائیں)؛ • 1 ماہ کی عمر سے کم ہو اور درجہ حرارت 38 ڈگری سینٹی گریڈ/100.4 فارن ہائیٹ یا زیادہ ہو۔	**اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامت ہو تو:** قریب ترین ہسپتال کے ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ جائیں یا 999 پر فون کریں۔
عنبر	**اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامت ہو:** • سانس لینے میں دشواری پیش آ رہی ہے۔ • پانی کی کمی محسوس ہوتی ہے (ڈوبتی آنکھیں، نیند آتی ہے یا 12 گھنٹوں تک پیشاب نہیں آتا)۔ • غنودگی چھا رہی ہے(ضرورت سے زیادہ نیند آنا) یا چڑچڑا پن (کھلونوں، ٹی وی، کھانے یا اٹھانے سے انہیں پرسکون نہیں کیا جا سکتا) – خاص طور پر اگربخار کم ہونے کے باوجود بھی وہ غنودگی یا پریشانی کے عالم میں رہتے ہیں۔ • شدت کی کپکپاہٹ ہے یا پٹھوں میں درد کی شکایت کرتے ہیں۔ • عمر 1-3 ماہ ہے جبکہ درجہ حرارت 38 ڈگری سینٹی گریڈ/100 فارن ہائیٹ سے اوپر ہے؛ یا عمر 3-6ماہ ہے اور درجہ حرارت 39 ڈگری سینٹی گریڈ/102.2 فارن ہائیٹ یا اس سے اوپر ہے (لیکن ویکسین دیے جانے کے 2 دن بعد تک بچوں میں بخار عام ہوتا ہے)۔ • درجہ حرارت مسلسل 5 دنوں تک 38.0 ڈگری سینٹی گریڈ یا اسے سے اوپر رہتا ہے۔ • معاملہ بدتر ہوتا ہوا لگ رہا ہے یا آپ پریشان ہیں۔	**آپ کو آج ہی نرس یا ڈاکٹر کے ساتھ رابطہ کرنے کی ضرورت ہے۔** براہ کرم اپنی جی پی سرجری کو فون کریں یا این ایچ ایس **111** پر کال کریں۔
سبز	اگر مذکورہ بالا سرخ یا عنبر خانوں میں درج کردہ کوئی بھی کیفیات موجود نہیں ہیں۔	**ذاتی دیکھہ بھال** گھر پر اپنے بچے کو دیکھ بھال فراہم کرنا جاری رکھیں۔ اگر آپ اپنے بچے کے بارے میں اس کے باوجود بھی فکر مند ہوں تو اپنے جی پی سے رابطہ کریں یا این ایچ ایس 111 پر فون کریں۔

رائل ہاسپٹل فار چلڈرن، گلاسکو - گزشتہ تجدید: نومبر، 2020
مندرجات کو what0-18.nhs.uk پر ہیلتھیئر ٹوگیدر انیشی ایٹیو کے دستیاب وسائل سے بذریعہ اجازت تیارکیا گیا ہے۔