

پانچ سال سے زیادہ عمر کے بچوں میں بخار



اس مشورے کا مقصد والدین/نگہداشت کاروں کا ڈاکٹر سے معائنہ کروانے کے بعد اپنے بچے کو گھر لے جانا ہے۔ آپ کے ڈاکٹر آپ کے بچے کی حالت کے پیش نظر مختلف علاج کی سفارش کر سکتے ہیں۔

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 ڈگری سینٹی گریڈ ہے تو اس کو بخار ہے۔ اپنے بچے کا درجہ حرارت ماپنے کا سب سے درست طریقہ ڈیجیٹل تھرمومیٹر 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 ہیں تو بھی یہ وائرل انفیکشن کی علامت ہے (کیونکہ وائرل انفیکشن آسانی سے پھیل جاتا ہے)۔
- وائرل انفیکشن خود سے بہتر ہو جاتے ہیں اور انہیں اینٹی بائیوٹک کے ذریعے علاج کی ضرورت پیش نہیں آتی۔

میں اپنے بچے کی دیکھ بہال کیسے کر سکتا/سکتی ہوں؟

- جس قدر ممکن ہو سکے اپنے بچے کو آرام فراہم کریں۔ آرام کے لیے پیراسیٹامول یا آئی بروفین دینے پر غور کریں۔
- انہیں سادہ غذا اور باقاعدہ مشروبات فراہم کریں۔
- اگر وہ قے کر رہے ہوں تو تھوڑا سا مشروب بار بار دیں کریں کیونکہ اس سے قے کے کم ہونے کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔
- 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 دہبہ دکھائی دے تو 'گلاس ٹیسٹ' کریں (نیچے ملاحظہ فرمائیں)۔
- اگر آپ کے بچے کو قطرے پلانے کا وقت ہو گیا ہو تو اس کو بخار میں بہتری آنے تک ملتوی کر دیں۔
- اگر بیماری اور بخار کے دوران آپ کو اپنے بچے کو دور رکھنے کی ضرورت ہو تو اس کے اسکول کو مطلع کریں۔

مدد کے لیے ادویات کا استعمال کرنا

- اگر آپ کا بچہ بے چین ہو تو آپ کو اسے زیادہ آرام دہ محسوس کرنے میں مدد دینے کے لیے پیراسیٹامول یا آئی بروفین دینے پر غور کرنا چاہئے۔ کسی ایک کا استعمال کریں اور اگر آپ کا بچہ بہتر نہ ہو تو 2-3 گھنٹے بعد دوسری دوا دینے کی کوشش کر سکتے ہیں۔
- خوراک اور وقفے کے لئے دوائی پر درج کردہ ہدایات دھیان سے ملاحظہ فرمائیں۔ اگرچہ دونوں ہی کا صحیح استعمال بہت محفوظ ہوتا ہے لیکن اگر انہیں بہت بڑی خوراک یا کثرت سے استعمال کیا جائے تو یہ نقصان دہ ثابت ہو سکتی ہیں۔
- آپ اپنے مقامی فارماسیٹ سے دوائیوں کے بارے میں مزید مشورہ طلب کر سکتے ہیں۔
- عام طور پر ہم کھانسی کی دوائیں تجویز نہیں کرتے۔

گلاس ٹیسٹ

اگر آپ کے بچے کے جسم پر دہبہ ہو تو 'گلاس ٹیسٹ' کریں۔ شیشے کے گلاس کو دھبے پر رکھ کر مضبوطی سے دبائیں۔ اگر آپ شیشے کے ذریعے 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 دہبہ' کہا جاتا ہے۔

اگر آپ کو اس قسم کا دہبہ 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۔ (تصویر بشکریہ



مجھے کب مدد حاصل کرنی چاہئے؟

<p>اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامت موجود ہے: قریب ترین ہسپتال کے ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ جائیں یا 999 پر فون کریں۔</p>	<p>اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامت ہے:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 آرہی ہو - بات کرتے / کھانا کھاتے ہوئے بھی سانس پھول جائے۔ • غشی/بیماری کے دورے پڑ رہے ہوں۔ • انتہائی بیجان زدہ ہو جاتا ہے، الجھا ہوا یا بہت سست ہے (مشکل سے بیدار ہوتا ہو)۔ • ایسے دھبے لگے ہوئے ہوں جو دباؤ سے ختم نہ ہوتے ہوں (اوپر 'گلاس ٹیسٹ' ملاحظہ فرمائیں)۔ 	 <p>سرخ</p>
<p>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۔</p>	<p>اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامت موجود ہے:</p> <ul style="list-style-type: none"> • سانس لینے میں دشواری پیش آرہی 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 اگر بخار کم ہونے کے باوجود بھی وہ غنودگی یا پریشانی کے عالم میں رہتے ہیں۔ • شدت کی کیکپاٹ ہے یا پٹھوں میں درد کی شکایت کرتے ہیں۔ • درجہ حرارت مسلسل 5 دنوں تک 38.0 ڈگری سینٹی گریڈ یا اس سے اوپر رہتا ہے۔ • صورتحال بدتر ہو رہی ہے یا آپ پریشان ہیں۔ 	 <p>عنبر</p>
<p>ذاتی دیکھ 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۔</p>	<p>اگر مذکورہ بالا سرخ یا عنبر خانوں میں درج کردہ کوئی بھی کیفیات موجود نہیں ہیں۔</p>	 <p>سبز</p>