برونکیو لائٹس(پھیپھڑوں کی چھوٹی نالیوں کی سوزش)

یہ مشورہ والدین یا دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے ہے جو بچے کو ڈاکٹر سے مشورہ لینے کے بعد گھر لے جا رہے ہیں۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کے بچے کی حالت کے مطابق مختلف علاج تجویز کر سکتا ہے۔

برونکائیولائٹس کیا ہے؟

برونکائیولائٹس اس حالت کو کہتے ہیں جب آپ کے بچے کے پھیپھڑوں کی سب سے چھوٹی ہوا کی نالیاں سوجن کا شکار ہو جائیں۔ اس سے آپ کے بچے کے لیے سانس لینا مشکل ہو سکتا ہے۔

برونکائیولائٹس عام طور پر ایک وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے جسے ریسپیریٹری سنسیشیئل وائرس (RSV) کہا جاتا ہے۔ تقریباً تمام بچے دو سال کی عمر تک RSV سے پیدا ہونے والے انفیکشن کا شکار ہو چکے ہوں گے۔ RSV سردیوں کے مہینوں میں زیادہ عام ہے۔ زیادہ تر بچوں کو صرف ہلکی 'نزلہ جیسی' علامات ہوتی ہیں اور وہ خود ہی ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ کچھ بچوں کو سانس لینے یا دودھ پینے میں مشکل ہو سکتی ہے اور انہیں اسپتال جانے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

جو وائرس بچوں میں برونکائیولائٹس کا سبب بنتا ہے، وہی وائرس بڑے بچوں اور بالغوں میں کھانسی اور نزلہ زکام کا باعث بنتا ہے، اس لیے اپنے بچے کو اس سے بچانا بہت مشکل ہے۔

علامات کیا ہیں؟

- برونکائیولائٹس ایک عام زکام کی طرح شروع ہوتا ہے۔ آپ کے بچے کو ناک بہنے کی شکایت ہو سکتی ہے، اور کبھی کبھار بخار (تیز بخار) اور کھانسی بھی ہو سکتی ہے۔
- چند دنوں کے بعد آپ کے بچے کی کھانسی بدتر ہو سکتی ہے۔ آپ کے بچے کی سانس لینے کی رفتار معمول سے زیادہ تیز ہو سکتی ہے اور سانس لینا شور پیدا کر سکتا ہے۔ آپ کے بچے کو سانس لینے میں زیادہ محنت کرنی پڑ سکتی ہے۔
- بہت چھوٹے بچوں میں برونکائیولائٹس کبھی کبھار سانس لینے میں مختصر وقفے پیدا کر سکتا ہے (جسے ہم اپنیا کہتے ہیں)۔
- اگر آپ کا بچہ سانس لینے کے لیے زیادہ محنت کر رہا ہو تو اس کے لیے دودھ پینا مشکل ہو سکتا ہے۔ وہ ماں کے دودھ یا بوتل سے معمول سے کم دودھ لے سکتے ہیں۔ آپ کے بچے کی گیلی نیپیز معمول سے کم ہو سکتی ہیں۔

میں اپنے بچے کی مدد کیسے کر سکتا ہوں؟

- اگر آپ کے بچے کو دودھ پینے میں دشواری ہو رہی ہے تو زیادہ بار ماں کا دودھ پلانے کی کوشش کریں یا بوتل سے کم مقدار میں مگر زیادہ بار دودھ دیں۔
- اگر آپ کے بچے کو بخار ہو تو آپ اسے پیراسیٹامول (جیسے کیلپول) دے سکتے ہیں۔ پیراسیٹامول کے ساتھ دی گئی ہدایات کو احتیاط سے پڑھ کر عمل کریں۔
- آپ کا مقامی فارماسسٹ آپ کی مدد کر سکتا ہے کہ بچے کو پیراسیٹامول کب دینی ہے اور کتنی مقدار میں دینی ہے۔ تین ماہ سے کم عمر کے بچوں کو پیراسیٹامول نہ دیں جب تک کہ آپ کے ڈاکٹر یا کسی صحت کے ماہر نے نہ کہا ہو۔
- زیادہ پیراسیٹامول نقصان دہ ہو سکتی ہے۔ اگر آپ کو لگے کہ آپ کے بچے نے زیادہ پیراسیٹامول لے لی ہے تو NHS 111 پر کال کریں۔
- آپ کو وہ تمام دوائیں یا انہیلرز دیتے رہنا چاہیے جو آپ کا بچہ عام طور پر لیتا ہے۔ اگر آپ کے لیے بچے کو دوا دینا مشکل ہو رہا ہے تو اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔
- برونکائیولائٹس ایک وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔ وائرس کے انفیکشن میں اینٹی بائیوٹکس فائدہ مند نہیں ہوتی۔ زیادہ تر بچوں کو برونکائیولائٹس میں اینٹی بائیوٹکس کی ضرورت نہیں ہوتی۔
- کبھی کبھار برونکائیولائٹس کے شکار بچے کسی اور بیماری میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ کا بچہ بہتر ہو رہا تھا لیکن اب اسے دوبارہ بخار ہو گیا ہے یا اس کی حالت خراب ہو رہی ہے تو طبی مشورہ لیں۔
- طبی مشورہ لینے کے لیے اپنےGP کو یا NHS 111 پر کال کریں۔
- یقینی بنائیں کہ آپ کا بچہ تمباکو کے دھوئیں کے اثر میں نہ آئے۔ غیر فعال تمباکو نوشی آپ کے بچے کی صحت کو شدید نقصان پہنچا سکتی ہے۔ یہ برونکائیولائٹس جیسی سانس کی بیماریوں کو بدتر بنا دیتا ہے۔

اگر آپ تمباکو نوشی چھوڑنے میں مدد چاہتے ہیں تو اپنے مقامی فارماسسٹ یا GP کلینک سے رجوع کریں یا Quit Your Way Scotland ہیلپ لائن پر کال کریں: 0800 84 84 84 پیر سے جمعہ صبح 8 بجے سے رات 10 بجے تک اور ہفتہ و اتوار صبح (9 بجے سے شام 5 بجے تک)۔

برونکائیولائٹس کب تک رہتا ہے؟

- زیادہ تر بچے برونکائیولائٹس میں بیماری کے پہلے 1-3 دنوں کے دوران بدتر محسوس ہوتے ہیں۔ وہ عموماً اگلے دو ہفتوں میں بہتر ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ کھانسی مزید چند ہفتوں تک جاری رہ سکتی ہے۔
- آپ کا بچہ نرسری یا ڈے کیئر واپس جا سکتا ہے جیسے ہی وہ ٹھیک ہو جائے (عام طریقے سے کھانے پینے اور سانس لینے میں دشواری نہ ہو)۔
- اگر آپ کو فکر ہے کہ آپ کا بچہ بیمار ہے یا بہتر نہیں ہو رہا تو اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

اوپر دیا گیا چارٹ یہ دکھاتا ہے کہ برونکائیولائٹس بچوں میں کتنی دیر تک رہتا ہے۔ چہرے ان 10 بچوں کی نمائندگی کرتے ہیں جنہیں برونکائیولائٹس ہے۔ سبز چہرے ان بچوں کی نمائندگی کرتے ہیں جو اس عرصے میں صحت یاب ہو چکے ہیں۔
یہ خاکہ www.whenshouldiworry.com سے لیا گیا ہے۔

مجھے کب مدد لینی چاہئے؟
مدد لینے کا وقت جاننے کے لیے نیچے دیا گیا جدول استعمال کریں۔

RED	**اگر آپ کے بچے میں درج ذیل علامات میں سے کوئی ہو:** • آپ کے بچے کے ہونٹ نیلے ہو گئے ہیں۔ • آپ کے بچے کے سانس لینے میں وقفے آ رہے ہیں، سانس لینے کا انداز غیر معمولی ہے یا آواز نکال رہا ہے۔ • آپ کے بچے کو سانس لینے میں شدید دشواری ہو رہی ہے – وہ سانس لینے کی وجہ سے دودھ نہیں پی پا رہا۔ • آپ کا بچہ زرد، دھبے دار (جلد پر دھبے) یا چھونے پر ٹھنڈا محسوس ہو رہا ہے۔ • آپ کے بچے کو جگانا مشکل ہو رہا ہے یا وہ جاگے رہنے میں مشکل محسوس کر رہا ہے۔ • آپ کا بچہ بہت پریشان ہے اور آپ اسے پرسکون نہیں کر پا رہے۔ • آپ کا بچہ اپنی خوراک (دودھ) کا 50% سے بھی کم لے رہا ہے۔ مزید تفصیلات کے لیے خوراک سے متعلق مشورہ دیکھیں۔ • آپ کا بچہ 3 ماہ سے کم عمر کا ہے اور اسے دوبارہ بخار F)38°100.4) ڈگری سینٹی گریڈ یا اس سے زیادہ ہو رہا ہے (جب تک یہ ویکسینیشن کے 48 گھنٹوں کے اندر نہ ہو)۔	**آپ کو فوری مدد کی ضرورت ہے۔** قریب ترین اسپتال کے ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ جائیں یا **999** پر کال کریں۔

AMBER	**اگر آپ کے بچے میں درج ذیل علامات میں سے کوئی ہو:** • آپ کا بچہ تیز سانس لے رہا ہے، یا آپ کا بچہ سانس لینے میں مشکل محسوس کر رہا ہے – پیٹ اندر کی طرف کھینچ رہا ہے، گردن کے پاس یا پسلیوں کے درمیان سکڑاؤ ہو رہا ہے۔ • آپ کے بچے میں پانی کی کمی کی علامات ہیں، جن میں شامل ہیں: آپ کے بچے کی آنکھیں دھنس گئی ہیں، روتے وقت آنسو نہیں آ رہے، نرم جگہ دھنس گئی ہے، یا آپ کے بچے کی نیپی (ڈائپر) 12 گھنٹے سے زیادہ وقت سے گیلی نہیں رہی۔ • آپ کا بچہ غنودگی کا شکار ہے (بہت زیادہ نیند محسوس کر رہا ہے)۔ • آپ کا بچہ اپنی خوراک کا صرف 50-75% لے رہا ہے۔ مزید تفصیل کے لیے خوراک سے متعلق مشورے کی معلومات دیکھیں۔ • آپ کا بچہ بہتر ہو رہا تھا، لیکن اسی بیماری میں دوبارہ بخار (درجہ حرارت 38°C سے زیادہ) ہو گیا ہے۔ • آپ کے بچے کو بخار ہے جو 5 دن سے زیادہ جاری ہے۔ • آپ کا بچہ بگڑ رہا ہے یا اگر آپ پریشان ہیں۔	**آپ کو آج ہی ڈاکٹر یا نرس سے بات کرنے کی ضرورت ہے۔** اپنے GP سرجری کو فون کریں یاNHS 24 پر کال کریں - 111 ڈائل کریں۔
GREEN	اگر آپ کے بچے میں مذکورہ بالا میں سے کوئی علامات نہیں ہیں۔	**خود دیکھ بھال** آپ اپنے بچے کی دیکھ بھال گھر پر جاری رکھ سکتے ہیں۔ NHS 24 کو فون کریں۔ اگر آپ کو تشویش ہے تو **111** ڈائل کریں۔

Royal Hospital for Children, Glasgowو - آخری بار اپ ڈیٹ: اپریل 2024۔ جائزے کی تاریخ: اپریل 2029

یہ مواد ہیلتھئر ٹوگیدر کی پہل(*Healthier Together initiative*) کے تحت تیار کردہ *what0-18.nhs.uk* وسائل کی اجازت کے ساتھ اپنایا گیا ہے۔