

مشورہ شیٹ برائے بخار

5 سال سے چھوٹے بچوں کے والدین اور کیئررز کے لئے مشورہ

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version



بچے کا نام..... عمر..... مشورہ دینے کی تاریخ/ وقت.....
مزید مشورہ/ معائنہ.....
ماہر کا نام..... ماہر کے دستخط.....

آپ کا بچہ کیسا ہے؟ (ٹریفک روشنی مشورہ)



سرخ

- اگر آپ کے بچہ کو:
- بیدار ہونے میں دقت ہو
- زرد اور سست ہو جائے
- سانس لینے میں دقت ہو
- دورہ پڑے، یا بے سکون ہو یا چھوٹا تو چڑچڑا ہو
- سرخ دھبے ہوں جو کہ دبانے پر بھی غائب نہیں ہوتے (صفحہ کے دوسری طرف گلاس ٹیسٹ دیکھیں)
- تین ماہ سے کم عمر ہو اور بغیر وجہ کے بخار ہو۔
- دھبوں کے ساتھ تھنڈے ہاتھ اور پاؤں کا ہونا
- 18 گھنٹوں سے زیادہ پیشاب نہ کرنا یا نیبی کا گیلا نہ ہونا

آپ کو فوری مدد کی ضرورت ہے
برائے مہربانی 999 پر فون کریں
یا نزدیکی ہسپتال ایمرجنسی
(A&E) ڈیپارٹمنٹ
میں جائیں



پیلا

اگر آپ کے بچے کی: صحت خراب ہو رہی ہے یا اگر آپ پریشان ہیں
پانی کی کمی نظر آتی ہے (خشک منہ، دھنسی ہوئی آنکھیں، آنسو نہیں، دھنسی ہوئی
پیشانی/ بچہ کے سر پر نرم نشان، غنودگی یا گیلی نیبی یا پیشاب کا معمول سے کم آنا)
اس حالت میں پیراسیٹا مول یا آئی بروفین اثر نہیں کرتی
3-6 ماہ کی عمر کا ہے اور بخار ہے

**آپ کو آج ہی ڈاکٹر یا نرس
سے رابطہ کی ضرورت ہے**
برائے مہربانی اپنی GP سرجری
میں فون کریں یا 111 ڈائل کر
کے - NHS 111 پر کال کریں



سبز

اگر درج بالا علامات نہیں پائی جاتیں، تو بخار میں مبتلا بہت سے بچوں کی
گھروں پر بحفاظت دیکھ بھال کی جا سکتی ہے

خود احتیاطی
صفحے کے دوسری طرف موجود
ہدایات کو استعمال کرتے ہوئے
آپ اپنے بچے کی گھر پر دیکھ بھال کر
سکتے ہیں

کچھ مفید فون نمبر (آپ بھی شاید کچھ نمبر یہاں پر شامل کرنا چاہیں)



GP سرجری
(نمبر یہاں پر نوٹ کریں)

111 NHS
111 ڈائل کریں

(بقتے میں 24 گھنٹے
7 دن دستیاب)

اسکول نرس /
ہیلتھ وزیٹنگ ٹیم
(نمبر یہاں پر نوٹ کریں)

آن لائن مشورے کے لئے: www.nhs.uk چوائسز NHS (بقتے میں 24 گھنٹے - 7 دن دستیاب)
فیملی انفارمیشن سروس: تمام علاقوں میں خاندانوں کو مفید معلومات فراہم کرنے کے لئے مقامی کونسلز کی قائم کردہ
آن لائن سروس ہے۔

اگر آپ کو زبان میں مدد یا ترجمہ کی ضرورت ہو تو برائے مہربانی اپنے متعلقہ عملے کے رکن کو مطلع کریں۔

رائے دینے یا مزید معلومات بشمول یہ کہ اس دستاویز کی مزید نقول کیسے حاصل کی جائیں (برائے مہربانی حوالہ دیں: F1) ہمارے پاس ساؤتھ ایسٹ کلینیکل نیٹ ورکس ایبریا
(کینٹ، سرے اور سسیکس) کی طرف سے ان سوالات کے لئے ایک ہی میل باکس ہے۔ برائے مہربانی ای میل کریں CWSCCG.cypSECpathways@nhs.net۔

مشورہ شیٹ برائے بخار 5 سال سے چھوٹے بچوں کے والدین اور کینرز کے لئے مشورہ

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version



بخار میں مبتلا اکثر بچے بہت تیزی سے صحت یاب ہو جاتے ہیں لیکن کچھ بچوں میں طبیعت شدید خراب ہو سکتی ہے۔ آپ کو دن اور رات کے اوقات میں باقاعدگی سے اپنے بچے کو دیکھنے کی ضرورت ہے اور درج ذیل مشورے پر عمل کریں۔

آپ اپنے بچے کی مدد کے لئے یہ عملی اقدامات کر سکتے ہیں

- رات میں اپنے بچے کو چیک کریں کہ آیا وہ بہتر ہو رہا ہے (صفحہ کے دوسری طرف ٹریفک لائٹ مشورے پر عمل کریں)۔
- اگر سرخ نشانات ظاہر ہوتے ہیں۔ "گلاس ٹیسٹ کریں" (نیچے دی گئی رہنمائی دیکھیں)۔
- اگر آپ فکر مند ہیں کہ آپ کے بچے کی طبیعت بہتر نہیں ہو رہی، اس شیٹ کے پہلے صفحہ پر دیئے گئے مشورے پر عمل کریں۔
- بخار کے شکار بچوں کو ضرورت سے کم یا زیادہ کپڑے نہیں پہنانا چاہئیں۔
- اپنے بچے کو باقاعدگی سے مشروبات پلائیں (ماں کا دودھ پینے والے بچوں کے لئے بہترین مشروب ماں کا دودھ ہی ہے)
- اگر آپ کے بچے کو حفاظتی ٹیکے لگنے ہیں تو برائے مہربانی مشورے کے لئے اپنے GP، پریکٹس نرس یا ہیلتھ وزٹر سے رابطہ کریں کیونکہ شاید ان کی ملاقات کو ملتوی کرنے کی ضرورت نہ ہو۔
- اگر طبیعت کی خرابی اور بخار کی وجہ سے آپ اپنے بچے کو نرسری یا اسکول نہیں بھیجنا چاہتے۔ برائے مہربانی نرسری یا اسکول کو مطلع کریں۔ اگر آپ متذبذب ہیں تو آپ کا ہیلتھ وزٹر، پریکٹس نرس یا GP مشورہ دیں گے۔

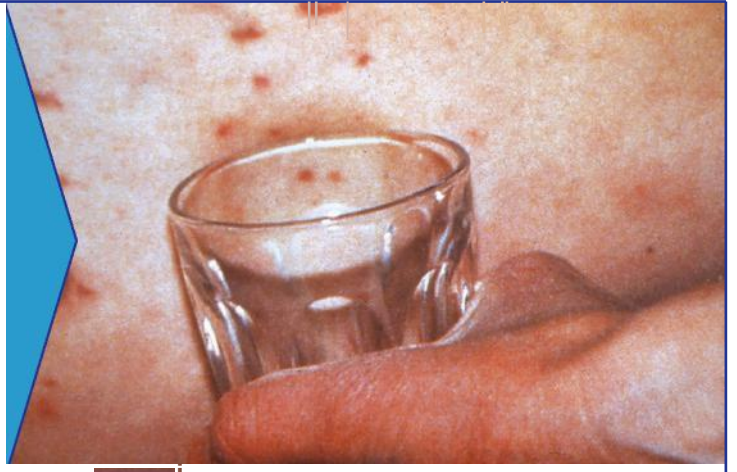
مدد کے لئے ادویات کا استعمال کرنا

- اگر آپ کا بچہ بہت تکلیف میں ہے یا طبیعت زیادہ خراب ہے تو ان کو بہتر محسوس کرنے میں مدد کے لئے ادویات (پیراسیٹامول یا آئی بروفین) استعمال کر سکتے ہیں تاہم، اس کی ہمیشہ ضرورت نہیں ہوتی۔
- ایک وقت میں دونوں ادویات (پیراسیٹامول اور آئی بروفین) استعمال نہ کریں اگر 2-3 گھنٹے بعد بھی بچہ بہتر نہیں ہوتا تو شاید آپ دوسری دوا استعمال کرنا چاہیں۔
- برائے مہربانی استعمال سے پہلے، خوراک اور مقدار کے لئے دوا کی بوتل پر درج ہدایات پڑھیں۔
- یا دوا کے بارے میں مشورے کے لئے اپنے مقامی کمیونٹی فارماسسٹ سے پوچھ سکتے ہیں۔
- درد یا بخار کے علاج کے لئے بچوں کو ایسپرین نہیں دینی چاہئے۔



گلاس ٹیسٹ

- اگر آپ کے بچے کے جسم پر سرخ دھبے ہیں تو 'گلاس ٹیسٹ کریں'؛ شیشے کے گلاس کو سختی سے سرخ نشان پر رکھ کر دبائیں۔ اگر شیشے سے آپ نشان دیکھ سکتے ہیں اور دبائے پر نشان جلد پر سے غائب نہیں ہوتے تو انہیں نان۔ بلینڈنگ دھبہ کہا جاتا ہے۔ اگر آپ اس قسم کے نشانات دیکھتے ہیں تو فوری طور پر طبی مدد حاصل کریں۔
- کالی جلد پر نشانات دیکھنا مشکل ہو جاتا ہے لہذا پیلی جگہوں پر دیکھیں مثلاً ہاتھ کی ہتھیلیوں پر، پاؤں کے تلووں پر اور پیٹ پر۔



(تصویر مینینجائٹس ریسرچ فاؤنڈیشن 2013 کی کرم نوازی ہے)