તમારા બાળકની ઘરે કેરીંગ અને / અથવા હોસ્પિટલમાંથી ડિસચાર્જ – મુક્તિ થતાં

- નળના પાણીથી કોઈ પણ ઘા – જખમને સાફ કરો.
- જો કોઈ વિસ્તારોમાં સોજો અથવા લોહી નીકળતુ હોય તો **5-10** મિનિટો સુધી દાબો. જો લોહી નીકળવાનું ચાલુ રહે તો દાબવાનું ચાલુ રાખી મેડિકલ- તબીબી સલાહ મેળવો.
- જો પીડા (પેઈન) હોય તો, પારાસિટિમોલ અથવા આઈબ્રૂપ્રોફેન આપો. સાચી માત્રા અને પ્રકાર (ફોર્મ) માટે હંમેશા ઉત્પાદકોની (મેન્યૂફેકચર્સ) સૂચના અનુસરો.
- હવે પછીના **2-3** દિવસો સુધી તમારા બાળકનું ગાઢ નિરીક્ષણ કરી અને તપાસ કરો કે તેનું વર્તન સામાન્ય રહી અને સામાન્યરીતે તે તમને જવાબ આપે છે.
- તમારા બાળકને સૂવા દેવાની છૂટ આપવાનું ઓકે ગણાય, પણ તેનું નિયમિતરીતે નિરીક્ષણ કરી તપાસ કરો કે તે સ્પર્શનો પ્રતિભાવ હંમેશની જેમ આપે છે અને તેનું શ્વાસ લેવાનું અને પથારીમાં સ્થિતિ સામાન્ય છે.
- તમારા બાળકને ખૂબજ આરામ આપો, અને ખાતરી કરો કે તે કોઈ પણ શ્રમ આપનારી પ્રવૃતિઓને પછીના **2-3** દિવસો માટે ટાળે છે અથવા રોગના લક્ષણો સ્થિર થાય ત્યાં સુધી.
- મસ્તકમાં ઈજા થયાને અનુસરીને તમારું બાળક કોઈ પણ સંપર્કવાળી રમત (જેમકે ફૂટબોલ) ઓછામાં ઓછા **3** અઠવાડિયાઓ સુધી ડોકટર સાથે પ્રથમ વાતચીત કર્યા વગર રમે નહિ.
- તમે તમારા બાળકને શ્રેષ્ઠરીતે જાણતા હો. જો તમે તેના વિષે ચિંતિત બનો તો તમારે વધારે સલાહ મેળવવી જોઈએ.

હદઉપરાંત ચિંતા કરશો નહિ- મસ્તકમાં ઈજા થયા બાદ આવુ અપેક્ષિત હોય છે અને તે બે અઠવાડિયાઓ સુધી રહી શકે:

- TV અથવા કમ્પ્યૂટર ગેઈમ્સ જોતા ખાસ કરીને રહી રહીને માથાનો દુખાવો
- તેમના ખોરાકથી દૂર રહે અથવા (ઊલટી વગર- વોમિટીંગ) માંદા (સિક) લાગે
- થાક- કંટાળો અથવા સૂવા જવામાં મુશ્કેલી
- થોડા સમય માટે ખિજવાય, ગુસ્સો અથવા અપૂરતુ (પુઅર) કેન્દ્રિકરણ

જો આવા લક્ષણો લાંબા સમય સુધી ચાલે તો તમારે મેડિકલ- તબીબી સલાહ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરવો.

ઉપયોગી સરનામાઓ

ઈમર્જન્સિ ડિપાર્ટમેન્ટ સાથેની હોસ્પિટલ

Royal Alexandra Children's Hospital
Eastern Road, Brighton BN2 5BE

Princess Royal Hospital
Lewes Road, Haywards Heath RH16 4EX

Surrey and Sussex Healthcare NHS Trust East Surrey Hospital
Canada Ave, Redhill, Surrey RH1 5RH

Western Sussex Hospitals NHS Foundation Trust including:

St Richards Hospital
Spitalfield Lane, Chichester PO19 6SE

Worthing Hospital
Lyndhurst Rd, Worthing BN11 2DH

માઈનર ઈંજરિ યૂનિટસ (MIU) અથવા અરજન્ટ કેર સેન્ટરો

Bognor Regis War Memorial Hospital - Minor Injuries Unit
Shripney Road, Bognor Regis, PO22 9PP
ખુલ્લા સોમવાર થી શુક્રવાર, સવારના 9 થી સાંજના 5 (બેન્ક હોલિડે સિવાય)

Crawley Urgent Treatment Centre - Crawley Hospital West Green Drive, Crawley RH11 7DH
ખુલ્લા અઠવાડિયાના 7 દિવસો 24 કલાક

Horsham Minor Injuries Unit - Horsham Hospital
Hurst Rd, Horsham RH12 2DR
ખુલ્લા સોમવાર થી શુક્રવાર, સવારના 9 થી સાંજના 5 (બેન્ક હોલિડે સિવાય)

Queen Victoria Hospital Minor Injuries Unit (MIU), East Grinstead
Holtye Road, East Grinstead RH19 3DZ
ખુલ્લા અઠવાડિયાના 7 દિવસો , સવારના 8 થી રાતના 10

West Sussex - Family Information Service
ટેલિ: 01243 777807 www.westsussex.gov.uk/family

આ દસ્તાવેજની વધારે નકલો માટે, વધારે માહિતી અને ફીડબેક કે પુનઃર્નિવેશન માટે કૃપા કરી અમને ઈમેઈલ કરો

Chichester/Worthing area: contactus.coastal@nhs.net
Crawley area: CCCG.contactus-crawleyccg@nhs.net
Horsham/Mid Sussex area:
HSCCG.contactus-horshamandmidsussexccg@nhs.net

West Sussex county council

South East Clinical Networks Children and Young People NHS

Patient Safety Collaborative

Gujarati

બાળકો અને યૂવાનોમાં થતી મસ્તકને ઈજા

December 2016 Refreshed Version

માબાપો અને કેરર્સ માટે સલાહ

બાળક/ યુવાન વ્યક્તિનું નામ

સલાહ આપેલ

ઈજા- હાનિનું સ્થાન

ઈજાનો પ્રકાર ....

તારીખ સમય

મસ્તકમાં ઈજા માબાપો અને કેરર્સ માટે સલાહ

જે બાળકના મસ્તકમાં ઢીમણું / ઈજા થઈ હોય તેની શ્રેષ્ઠ કેર કેવી રીતે લેવા માટે આ પત્રિકા સલાહ આપે છે.

ભાગ્યેજ માથામાં થયેલ ઘાને (વુન્ડ) સ્ટિચીસની (ટાંકાની) જરૂર પડે, અને ઘણુ કરીને હેલ્થ પ્રફેશનલ્સ તેને ગ્લૂ કે ચોંટાડતા હોય છે. આ માઈનર ઈંજરિ યૂનિટસમાં અથવા અર્જન્ટ ટ્રીટમેન્ટ સેન્ટરોમાં કરી શકાય અને અમુક **GP** પ્રેક્ટિસ માઈનર ઈંજરિ સર્વિસ આપે છે. સ્થાનિક સર્વિસની માહિતી પાછલા પાને મળશે.

કૃપા કરી "કેરીંગ ફોર યોર ચાઈલ્ડ એટ હોમ" સલાહ વિભાગનો ઉપયોગ કરશો (પાછળના પાને) અને તમને મદદરૂપ બનવા નીચેની ટ્રેફિક લાઈટ સલાહ.
મોટા ભાગના બાળકો, જો ખાસ કરીને તેઓ ચપળ અને તમારી સાથે પારસ્પરિકક્રિયા (ઈન્ટરએક્ટિંગ) કરતા હોય, તો ગ્રીન માર્ગદર્શન મૂજબ તેઓનો ઘરે પ્રબંધ કરી શકાય. પછીના 2-3 દિવસો સુધી બાળક ઉપર નજર રાખવાનું મહત્વનું ગણી ખાતરી કરો કે તેઓ હંમેશ મૂજબ તમારો પ્રતિભાવ આપે છે.

ટ્રેફિક લાઈટ સલાહ:

લીલો: ઓછુ જોખમ

જો તમારું બાળક:

- તરતજ રડી (મસ્તક- માથાની (હેડ) ઈજા બાદ) અને ટૂંક સમયમાં તેમની હંમેશની વર્તણૂંકમાં (બિહેવ્યર) પાછુ આવે
- તમારી સાથે પારસ્પરિક ક્રિયા કરે અને ચપળ છે.
- બેભાન / "માથામાં ફટકો મારીને બેભાન" નહિ
- નાના ઉઝરડાઓ (બ્રૂઝીંગ), સોજો અથવા તેમના માથામાં ઘા હોય

કાર્ય (એકશન): જો ઉપરનું બધુ સંતોષવામાં આવેલ હોય, તો પછી ઘરે પ્રબંધ કરો. પાછળના પાનાની સલાહ અનુસરો, અથવા જો તમે ચિંતિત બનો તો, જયારે તમારા GP ખુલ્લા હોય ત્યારે તેમનો સંપર્ક કરો અથવા તમારી GP સર્જરિ ખુલ્લી ન હોય ત્યારે 111 ને ફોન કરો.

પીળો: મધ્યમ જોખમ

જો તમારું બાળક:

- એક અથવા બે વખત ઊલટી કરી હોય
- સતત માથાનો દુખાવો હોય
- ખિજવાય જાય (ઈરિટેબલ) અથવા ખાસ કરીને **5** વર્ષની નીચેના બાળકોની વર્તણૂંકમાં (બિહેવ્યર) ફેરફાર (ઓલટર) જણાય.
- ડ્રગ્સ (દવાઓ) અથવા એલ્કોહોલની અસર હેઠળ છે
- ઈરાદાપૂર્વક ઈજા કરવામાં આવેલ હોવાથી તબીબી- મેડિકલ કાળજીની જરૂર છે.

કાર્ય (એકશન): તમારા બાળકને લઈ જાઓ સૌથી નજીકના

હોસ્પિટલ ઈમર્જન્સિ ડિપાર્ટમેન્ટમાં

જો આમાંના કોઈ પણ લક્ષણો (ફીચર) દેખાય (પ્રિઝન્ટ) તો

લાલ: ઊંચું જોખમ

જો તમારું બાળક:

- જો તમારું બાળક 1 વર્ષની નીચે હોય અને ઉઝરડો, સોજો અથવા > 5 cm નો ઘા થયેલ હોય
- ઝડપી ગતિના ટ્રેફિક રોડના અકસમાતમાં સમાવિષ્ટ હોય અથવા **1** મીટર ઉપરની ઊચાઈએથી પડી ગયુ હોય અથવા ઝડપી ગતિની વસ્તુથી માર લાગ્યો હોય અથવા પાણીના ભૂસકાથી અકસ્માત થયો હોય
- બેભાન/ "માથામાં ફટકો લાગીને બેભાન" કોઈ પણ સમયે થયેલ હોય
- ઊંઘમાં છે અને તમે તેમને જગાડી ન શકો
- તાણ અથવા ફિટ કે મૂર્છા આવી હોય
- ગરદનમાં પીડા હોય
- તમે જે કહેતા હોય તે માટે બોલવામાં અથવા સમજવામાં મુશ્કેલી હોય
- તેમના હાથ અને પગમાં નબળાઈ હોય અથવા તેમનું સમતોલપણુ ગુમાવે છે
- અકસ્માત પહેલાં અથવા તેની આસપાસ કોઈ બનાવો યાદ કરી ન શકે
- હાનિ થયાના સમયથી તેના નાક, કાન અથવા બન્નેમાંથી પારદર્શક અથવા લોહીવાળુ પ્રવાહી ટપકતુ હોય
- **3** અથવા વધારે જુદા ઊલટીના હુમલાઓ થયા હોય

કાર્ય (એકશન) : ફોન 999

(અથવા મોબાઈલમાંથી 112)

જો આમાંના કોઈ પણ લક્ષણો જોવામાં આવે તો, એમ્બ્યૂલન્સ માટે

આધારિતઃ મસ્તકની ઈજા- ઘા કે બીમારીનું તાકીદપણુ, આકારણી, તપાસ અને બાળકો, યુવાન લોકો અને એડલ્ટસમાં માથાની ઈજાનો શરૂઆતનો પ્રબંધ જાન્યયઅરિ **2014**. **NICE** ક્લિનિકલ માર્ગદર્શન **176**.
ફીડબેક આપવા કે વધારે માહિતી/ નકલો માટે (કૃપા કરી કવોટ રેફઃ **H1**) ઈમેઈલઃ **CWSCCG.cypSECpathways@nhs.net**