Healthier Together

Improving the health of children and young people

iHV Institute of Health Visiting

Excellence in Practice

میرے بچے کو سانس لینا مشکل ہو رہا ہے - 3 ماہ سے کم عمر کے بچے۔

یہ مشورے کی شیٹ اس بارے میں معلومات فراہم کرتی ہے کہ آیا آپ کے 3 ماہ سے کم عمر کے بچے کو سانس لینے میں مشکل محسوس ہونے کی علامات ہیں تو پھر آپ کو کب فکر کرنا چاہئے اور کہاں سے مدد لینا ہے۔

سرخ

اگر آپ کے بچے میں درج ذیل علامات ہیں:

رنگ پیلا، دھندلا ہو جاتا ہے اور جسم چھونے پر غیر معمولی ٹھنڈا محسوس ہوتا ہے۔

سانس لینے میں 10 سیکنڈ سے زیادہ کا وقفہ لیتا ہے، سانس لینے میں گلے سے گھرگھرہٹ یا غرانے کی آواز آتی ہے یا ہونٹ نیلے ہوجا تے ہیں۔

جسم سخت اکڑ جاتا ہے یا بے لچک ہو جاتاہے، بازو یا ٹانگوں میں بار بار جھٹکے لگتے ہیں جو کہ آپ کے پکڑنے سے رکتے نہیں ہیں۔ (مرگی / دورہ)۔

انتہائی بیچین ہو جاتا ہے۔ رونا بہلانے پر بھی نہیں سنبھلتا ہے، الجھا ہوا ، بیجان یا سست لگتا ہے - (بیدار رہنا مشکل ہوتا ہے)۔

الرجی کے دھبے جلد پر ظاہر ہوتے ہیں جو دباؤ (گلاس ٹیسٹ) سے غائب نہیں ہوتے ہیں۔

بچہ 3 ماہ سے کم عمر کا ہے جس کا درجہ حرارت 38 ڈگری سینٹی گریڈ یا 100.4 ڈگری فارن ہائٹ یا اس سے زیادہ ہے (تاہم اگر 48 گھنٹوں میں بخار حفاظتی ٹیکے لگنے کی وجہ سے ہے اور سرخ یا زرد چارٹ میں سے کوئی اور علامات نہیں)۔

آپ کو فوری مدد کی ضرورت ہے۔

قریبی اسپتال ایمرجنسی (A&E) ڈیپارٹمنٹ میں جائیں یا فون نمبر 999 پر کال کریں۔

زرد

اگر آپ کے بچے میں مندرجہ ذیل میں سے کوئی علامات ہے :

سانس لینے میں دشواری، بشمول ہر وقت تیز سانس لینا؛ سانس لیتے وقت نتھنوں کو وسعت دینا یا پسلیوں کے نیچے پٹھوں کو کھینچنا۔

کھانے/پینے میں دلچسپی نہیں ہے اور/یا پانی کی کمی نظر آتی ہے (خشک منہ، دھنسی ہوئی آنکھیں، آنسو نہیں)غنودگی، پچھلے 8 گھنٹوں میں کوئی گیلی نیپی نہیں یا ڈوبا ہوا نافوخ (فونٹینیل یعنی سر پر نرم جگہ -

آپ کو آج ہی ڈاکٹر یا نرس سے رابطہ کرنے کی ضرورت ہے۔

براہ کرم اپنے ڈاکٹر / جی پی سرجری پر کال کریں یا این ایچ ایس 111 پر کال کریں - 111 ڈائل کریں

© Institute of Health Visiting 2022

بچه میں غنودگی (بہت ذیادہ نیند) اور چڑچڑاپن ہے۔(کھلونوں ، ٹی وی، کھانے یا گود میں اٹھانے پر بھی نہ بہلنا/ سنمھلنا) خاصطور پر اگر بخار اتر جانے کے باوجود غنودگی اور چڑچڑاپن باقی رہے۔

اگر حالت ذیادہ خراب ہو رہی ہے یا آپ پریشان ہیں۔

ہم تسلیم کرتے ہیں کہ موجودہ COVID-19 بحران کے دوران، مصروف ترین اوقات میں، صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور تک رسائی میں تاخیر ہو سکتی ہے۔

اگر علامات 4 گھنٹے یا اس سے زیادہ برقرار رہتی ہیں اور آپ کو اپنے ڈاکٹر GP/پریکٹس کے عملے کے کسی رکن یا NHS 111 کے عملے سے بات کرنے کا موقع نہیں ملا ہے، تو دوبارہ چیک کریں کہ آپ کے بچے میں سرخ چارٹ میں سے کوئی علامات پیدا نہیں ہوئی ہیں۔

سبز

اگر مذکورہ بالا علامات میں سے کوئی بھی موجود نہیں ہے:

یہ معمول کی بات ہے کہ ایک نوزائیدہ بچہ چند سیکنڈ کے لئے سانس لینے میں تھوڑا سا وقفہ لیتا ہے، یا مختصر مدت کے لئے تیزی سے سانس لیتا ہے۔ تاہم 6 ہفتوں کی عمر کے بعد انہیں معمول کے مطابق باقاعدگی سے سانس لینا چاہئے۔

اس کے علاوہ نوزائیدہ بچوں کے رونے اور اس سے نمٹنے کے طریقے کے بارے میں معلومات دستیاب ہیں - یہاں کلک کریں۔

خود نگہداشت

اپنے بچے کی دیکھ بھال گھر پر فراہم کرنا جاری رکھیں۔ اگر آپ کو ابھی بھی اپنے بچے کی فکر ہے تو اپنے ہیلتھ وزیٹر معنی بچوں کی صحت کے لئے مامور افسریا مقامی فارماسسٹ معنی ماہرِ دوا ساز سے بات کریں یا NHS -111 پر کال کریں۔

ڈائل کریں۔111

برنارڈوز کےاشتراک سے نازنین قریشی نے ترجمعہ کیا ۔

ہم مرتبہ ساتھی کے جائزہ لینے کی تاریخ:

© Institute of Health Visiting 2022