Healthier Together
Improving the health of children and young people

iHV Institute of Health Visiting
Excellence in Practice

# શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલીશ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલીશ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલીશ્વાસશ્વાસશ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી અને સસણી બોલવી

*આ સલાહ પત્રક તમારે ક્યારે ચિંતા કરવી જોઈએ અને ક્યાંથી મદદ મેળવવી તે અંગેની માહિતી આપે છે.*

**લાલ**

**જો તમારું બાળક નીચેની બાબતોમાંથી કોઇ પણ ધરાવતું હોય:**

- હોઠ ભૂરા હોય
- તેમનો શ્વાસ અટકતો હોય (એપ્રિયા) અથવા શ્વાસ અનિયમિત રીતે લેતા હોય

  અથવા અસ્પષ્ટ **અવાજ કાઢવાનો શરૂ કરે**
- તેઓ **શ્વાસ અંદર લેતા હોય ત્યારે શ્વાસ લેવાનો કર્કશ અવાજ** (તિણો સિસોટી જેવો) આવવો

  જે હંમેશા રહેતો હોય (તેઓ અશાંત ન હોય ત્યારે પણ)
- વાત કરવા / ખાવા કે પીવા માટે વધુ પડતો હાંફ ચઢવો
- ફિક્કા પડી જાય, ધબ્બા પડી જાય અને અડવાથી અસાધારણ રીતે ઠંડા લાગે
- અતિશય ઉશ્કેરાઇ જાય (ધ્યાન બીજે દોરવા છતાં આશ્વાસન ન આપી શકાય તે રીતે રડે), ગૂંચવાઇ જાય અથવા ખૂબ સુસ્ત બની જાય (જગાડવા મુશ્કેલ બની જાય)
- એવી ફોલ્લીઓ થાય કે જે દબાવવાથી દૂર ન થાય (‘**ગ્લાસ ટેસ્ટ**’)

**તમારે તાત્કાલિક મદદની જરૂર છે.**

સૌથી નજીકના હોસ્પિટલ **ઈમરજન્સી (A&E) ડિપાર્ટમેન્ટ** પર જાવ અથવા 999 પર ફોન કરો


© Institute of Health Visiting 2022

પીળો

**જો તમારું બાળક નીચેની વિશેષતાઓમાંથી કોઈ પણ ધરાવતું હોય:**

- શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય/ઝડપી શ્વાસ લેતા હોય અથવા શ્વાસ લેવામાં મહેનત પડતી હોય – તેમની પાંસળીની નીચેના ભાગના સ્નાયુઓ, તેમની ગરદન પર અથવા તેમની પાંસળીઓની વચ્ચે, અંદર લેતા હોય (**પાછા ખેંચવા**).
- તેઓ શ્વા**સ અંદર લેતા હોય ત્યારે શ્વાસ લેવાનો કર્કશ અવાજ** (તિણો સિસોટી જેવો)

  તેઓ અશાંત હોય માત્ર ત્યારે જ હોય
- શરીરમાં પાણી ઓછું થઈ જતું લાગે (આંખો ઊંડી ઉતરી જવી, સુસ્ત હોવું અથવા 12 કલાક સુધી

  પેશાબ ન જવું)
- ઘેન (વધુ પડતી ઊંઘ આવવી) માં અથવા ચીડિયા (તેમને રમકડાંથી, ટીવીથી, ખાવાનું આપીને કે તેડીને શાંત ન પાડી શકાતા હોય) રહેતા હોય – ખાસ કરીને તેમનો તાવ ઓછો થઈ જવા છતાં તેઓ ઘેનમાં કે ચીડિયા રહેતા હોય
- અતિશય ધ્રુજારી આવતી હોય અથવા સ્નાયુમાં દુખાવાની ફરિયાદ હોય
- 39° સે / 102.2° ફે અથવા તેથી વધુ તાપમાન સાથે 3-6 મહિનાની ઉંમરના હોય (પરંતુ રસીકરણ મેળવે પછી 2 દિવસ સુધી બાળકોમાં તાવ આવવો સામાન્ય છે)
- 5 થી વધુ દિવસ સુધી 38.0° સે અથવા તેનાથી વધુ તાવ આવવાનો ચાલુ રહે
- સ્થિતિ વધુ બગડતી જાય અથવા જો તમને ચિંતા થતી હોય

**તમારે આજે જ ડૉક્ટર અથવા નર્સનો સંપર્ક કરવાની જરૂર છે.**

કૃપા કરીને તમારા GP સર્જરીને ફોન કરો અથવા NHS 111 પર કૉલ કરો

– 111 ડાયલ કરો

અમે જાણીએ છીએ કે વર્તમાન કોવિડ-19 ની કટોકટી દરમિયાન પરાકાષ્ઠાના સમયે સ્વાસ્થ્ય સંભાળ વ્યવસાયિકને મળવામાં વાર લાગી શકે છે. જો લક્ષણો 4 કલાક કે તેથી વધુ સમય સુધી ચાલુ રહે અને તમે

તમારા GP પ્રેક્ટિસના સ્ટાફના સભ્ય કે NHS 111 સ્ટાફ સાથે વાત ન કરી શક્યા હો, તો ફરીથી તપાસ કરો કે તમારા બાળકે લાલ વિશેષતાઓ ન વિકસાવી હોય.

Healthier Together
Improving the health of children and young people

Institute of Health Visiting
Excellence in Practice


© Institute of Health Visiting 2022

| લીલું | **જો ઉપરની વિશેષતાઓમાંથી કોઈ પણ ન હોય**<br><br>તેમને પુષ્કળ પ્રવાહી આપીને સુનિશ્ચિત કરો કે તમારા બાળકના શરીરમાં પૂરતું પાણી જળવાઈ રહે. અને લાલ અને પીળા લક્ષણો માટેની તપાસ રાખીને સ્થિતિ વધુ બગડવાના કોઈ પણ લક્ષણો માટે તેમની ઝીણવટપૂર્વક દેખરેખ રાખો.<br><br>નવજાત બાળકના રડવા વિશે અને કઇ રીતે સામનો કરવો તે અંગે વધારાની માહિતી ઉપલબ્ધ છે<br>– **અહીં ક્લિક કરો** | **સ્વ-સંભાળ**<br><br>તમારા બાળકની ઘર પર સંભાળ લેવાનું ચાલુ રાખો. જો તમને હજુ પણ તમારા બાળક વિશે ચિંતા હોય તો NHS 111 પર કૉલ કરો – 111 ડાયલ કરો<br><br>જો તમારું બાળક **કોવિડ-19 હોવાનું સૂચવતા કોઇ પણ લક્ષણો ધરાવતું હોય**; (ઊંચું તાપમાન; નવી સતત ઉધરસ – ખૂબ ઉધરસ આવવી, એક કલાકથી વધુ અથવા 24 કલાકમાં 3 કે તેથી વધુ ઉધરસની ઘટનાઓ; અથવા સ્વાદ/ ગંધ જતા રહેવા) તો **NHS ટેસ્ટીંગ વેબસાઇટ** અથવા 119 પર કૉલ કરીને તમારા બાળકનું પરીક્ષણ કરાવવા માટેની વ્યવસ્થા કરો. |
|---|---|---|

Translated by: Newham Language Shop
Peer reviewed date:
Request:

Healthier Together
Improving the health of children and young people

Institute of Health Visiting
Excellence in Practice


© Institute of Health Visiting 2022