



অ্যালার্জি

আপনার শিশুর অ্যালার্জি সামলানো এবং অনুধাবন করা

অ্যালার্জি হয় যখন আপনার শরীর একটি প্রোটিনের সাথে প্রতিক্রিয়া করে যেমন খাবার, পোকামাকড়ের কামর, ফুলের রেণু, বাড়ির ধুলোর পোকা বা অন্য বস্তু যেমন অ্যান্টিবায়োটিক। বহু প্রচলিত অ্যালার্জি আছে।

অ্যালার্জির উপসর্গগুলি নাক, গলা, কান, চোখ, শ্বাসনালি, হজম এবং স্বক প্রভাবিত করতে পারে হান্কা, মাঝারি বা চরম আকারে। যখন একজন শিশু অ্যালার্জির প্রথম লক্ষণ দেখায় তা থেকে সবসময় উপসর্গগুলির কারণ স্পষ্টভাবে বোঝা যায় না, অথবা তাদের একটি অ্যালার্জি প্রতিক্রিয়া হলেও, যেহেতু কিছু অ্যালার্জির উপসর্গ প্রচলিত শৈশব অসুখের অনুরূপ হতে পারে বলে স্পষ্টভাবে বোঝা যায় না। আপনার বাচ্চার চরম অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া হলে বা হয়ে থাকলে ডাক্তারি পরামর্শ নিন। উপসর্গগুলি চলে গেলেও, সেগুলি ফিরে আসতে পারে এবং জীবননাশীও হয়ে যেতে পারে।

আর্টিকারিয়া - হাইভস্ (আমবাত) অথবা নেটেল্ র্যাশ (Rash) হিসাবেও পরিচিত, অ্যালার্জি প্রতিক্রিয়ার অন্যতম প্রথম উপসর্গ হতে পারে। এটা শরীরের একটি জায়গায় ফোলা চুলকুনি থাকা ফুসকুড়ি হিসাবে দেখা দেয় বা অনেক জায়গায় ছড়িয়েও থাকতে পারে। আপনার শিশুর হয়ত নিম্নলিখিত কিছু সাথে প্রতিক্রিয়া হয়েছে:

- খাবার, যেমন বাদাম, ডিম, চকোলেট, টক ফল, স্ট্রবেরি, শেলফিশ, ছয় মাসের কম বয়সের শিশুদের গরুর দুধেও প্রতিক্রিয়া হতে পারে।
- প্রদাহজনক যেমন বিছুটি, রবার এবং রাসায়নিক পদার্থ।
- যে হামা দেওয়া বাচ্চারা বিড়াল থেকে অ্যালার্জি পেয়েছে তাদের আমবাতও হতে পারে পোষা জীবকে আদর করার সময়।
- কিছু ওষুধপত্র। • পোকামাকড়ের কামর এবং হুল ফোটানো।
- তাপ। শিশুদের আমবাত হতে পারে যদি তাদের শরীর অতিরিক্ত গরম হয়ে যায়।

এগুলি কয়েক ঘন্টা বা দিনের মধ্যে চলে যায়। আমবাত যদি চুলকায় বা ফুলে যায়, আপনার জিপি-কে দেখান।

উৎস: NICE - টেস্টিং ফর ফুড অ্যালার্জি ইন চিলড্রেন অ্যান্ড ইয়াং পিপল

অ্যানাফাইল্যাকটিক শক

অ্যানাফাইল্যাক্সিস হল একটি বিপজ্জনক ধরনের অ্যালার্জি প্রতিক্রিয়া যেটা বিশেষ খাবার, পোকামাকড়ের কামর বা ওষুধ থেকে হওয়ার সম্ভাবনা বেশি।

অ্যালার্জি প্রতিক্রিয়ার প্রারম্ভিক লক্ষণগুলি:

- ফুলে যাওয়া এবং চুলকানি; মুখ লাল হয়ে যেতে পারে এবং স্বকের উপর হুইলস্ বা হাইভস্ বেরোতে পারে।
- ঠোঁট বা মুখ ফুলে যাওয়া।
- খুব বমি হওয়া/তলপেটে ব্যথা।

অ্যানাফাইল্যাক্সিস বা চরম প্রতিক্রিয়া:

- শ্বাস কষ্ট, কাশি হওয়া এবং/অথবা শাঁ শাঁ শব্দ করে নিঃশ্বাস নেওয়া।
- বিবর্ণ হয়ে যাওয়া; ঠান্ডা এবং চটচকে লাগা।
- অজ্ঞান হয়ে যাওয়া (ঘুমিয়ে আছে মনে হতে পারে)।

999-এ কল করে অপারেটরকে বলুন আপনার শিশুর মনে হয় অ্যানাফাইল্যাক্সিস আছে।

পাওয়া গেলে, যত তাড়াতাড়ি সম্ভব একটি অ্যাড্রিনালিন ইনজেকশন দেওয়া উচিত কারণ গুরুতর প্রতিক্রিয়া হয়েছে সন্দেহ করা হচ্ছে। আপনার কাছে ইতিমধ্যে একটি EpiPen বা সিরিজ থাকলে আপনি তা অবশ্যই সঠিকভাবে ব্যবহার করতে জানেন আপেক্ষিকীয় অবস্থা হওয়ার পূর্বে।

উপসর্গ চিনতে পারা

এই উদাহরণ দেখায় কোন জায়গায় অ্যালার্জি রোগীর উপসর্গ হতে পারে। এমন অনেক উপসর্গ হতে পারে অন্য প্রচলিত শৈশব অসুখগুলির ফলে। অ্যালার্জি হলে, উপসর্গগুলি দ্রুত বা আচমকা দেখা দেয়।

চোখ

চোখে চুলকানি, চোখ দিয়ে জল পড়া, চোখে ঘামাচি, ফোলা চোখ, ‘অ্যালার্জিক শাইনাস’ – বন্ধ সাইনাসের দরুন চোখের নীচে কালো দাগ।

অ্যান্টিহিস্টামিন

অ্যান্টিহিস্টামিন হল সম্ভবত অ্যালার্জির সেরা ওষুধ, এবং অধিকাংশ বিনা প্রেসক্রিপশনে ফার্মাসিতে পাওয়া যায়। পূর্বে মনে করা হত অ্যান্টিহিস্টামিনগুলি মানুষকে নিদ্রালু করে দেয়, আধুনিক অ্যান্টিহিস্টামিনগুলির মাঝেমাঝে তেমন পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হয়।

উৎস: www.allergyuk.org

নাক, গলা এবং কান

নাক দিয়ে জল পড়া, বন্ধ নাক, চুলকানি থাকা নাক, হাঁচি দেওয়া, সাইনাসের ব্যাথা, মাথায় যন্ত্রণা, পোস্ট-ন্যাজাল ড্রিপ (নাকের পিছন দিক থেকে গলা দিয়ে কফ বেরিয়ে আসা), গন্ধ এবং স্বাদের অনুভূতি হারানো, গলা ব্যথা, ফোলা ল্যারিনক্স (কন্ঠস্বরের বাস), মুখে এবং/অথবা গলায় চুলকানি, বন্ধ কান এবং আঠালো কান।

শ্বাসনালি

শাঁ শাঁ শব্দ করে নিঃশ্বাস নেওয়া, শ্বাসকষ্ট, কাশি হওয়া (বিশেষত রাত্রিবেলা), হাঁফ ধরা।

স্বক

আর্টিকারিয়া - হুয়েলস্ বা আমবাত, চুলকানিযুক্ত ফোলা জায়গা, ফুসকুড়ি।

এগজিমা - ফাটা, শুকনো বা ভেজা, ফাটা স্বক।

হজম

ঠোঁট/জিভ ফুলে যাওয়া, পেটে ব্যথা, অসুস্থ লাগা, বমি করা, কোষ্ঠকাঠিন্য, উদরাময়, মলদ্বার থেকে রক্ত পড়া, রিফ্লাক্স, কম বৃদ্ধি হওয়া।

উৎস: Allergy UK/2014