

بنیادی باتیں جانیں



تیار رہنا اور علامات کو جاننا

کسی چیز کے غلط ہونے پر اس سے متعلق جاننے کے معاملے میں والدین عام طور سے اچھے ہوتے ہیں۔ تاہم، اس بارے میں فکرمند ہونا ایک عام بات ہے کہ آپ ان علامات کو نہیں پہچان سکیں گے کہ آپ کے بچہ کی طبیعت ناساز ہے۔ اپنے وجدان پر بھروسہ کریں، آپ اپنے بچہ کو سب سے زیادہ اچھی طرح جانتے ہیں۔

سیکھیں کہ سنگین بیماری کی علامات کی شناخت کس طرح کی جائے اور اگر کوئی حادثہ پیش آتا ہے تو کس طرح نمٹا جائے۔ اگر آپ بنیادی باتیں جانتے ہیں اور آپ تیار ہیں تو اس سے نمٹنے کو آسان تر پائیں گے۔

ایک مقفل خانہ یا کسی ایسی اونچی جگہ میں مفید دواؤں کی تھوڑی سپلائی رکھیں جہاں کوئی بچہ ان تک نہ پہنچ سکے۔ ان چیزوں کے لئے دائیں جانب کا خانہ دیکھیں جو بوقت ضرورت گھر میں ہونی چاہئیں۔ یقینی بنائیں کہ آپ نے اپنے بچہ کی عمر کے لحاظ سے مناسب طاقت کی دوا لی ہے، ہمیشہ دھیان سے ہدایات پر عمل کریں اور اختتام میعاد کی جانچ کریں۔ لیبل کو دھیان سے پڑھیں۔ 16 سال سے کم عمر کے بچوں کو اسپرین نہ دیں۔

CPR (ریسیٹیشن) کے بارے میں جانکاری حاصل کریں ممکنہ ایمرجنسی سے قبل، دیکھیں

www.redcrossfirstaidtraining.co.uk

اگر لگتا ہے کہ آپ کے بچہ کو کوئی سنگین بیماری ہے تو فوراً طبی مدد حاصل کریں۔

فارماسسٹ کہتے ہیں

مفید دواؤں کی تھوڑی سپلائی رکھیں۔ اس میں درج ذیل جیسی چیزیں شامل کریں:

- تھرمامیٹر
- پلاسٹرز
- سیال دردکش دوائیں (مثلاً شوگر-فری پیراسیٹامول یا آئیوپروفین)
- بیرینر کریم

پیراسیٹامول یا آئیوپروفین

بخار (ایک عام قاعدہ کے طور پر $37.5\text{ }^{\circ}\text{C}$ ($99.5\text{ }^{\circ}\text{F}$) سے زیادہ درجہ حرارت) والے ان بچوں کے لئے جو پریشان لگ رہے ہوں شوگر-فری پیراسیٹامول یا پھر آئیوپروفین استعمال کرنے پر غور کریں، کیوں کہ یہ بخار اور پریشانی کو کم کرنے میں مدد دے سکتے ہیں۔ سب سے پہلے ان کا علاج پیراسیٹامول یا پھر آئیوپروفین سے کریں۔ ان میں سے کسی کے بھی کام کرنے میں ایک گھنٹہ تک لگ سکتا ہے۔ پیراسیٹامول اور آئیوپروفین دونوں بیک وقت نہ دینے چاہئیں۔ تاہم، اگر آپ کا بچہ اگلی خوراک کے وقت سے پہلے تک پریشان ہی رہتا ہے تو آپ دوسری دوا کی ایک خوراک آزما سکتے ہیں۔ 16 سال سے کم عمر کے بچوں کو اسپرین نہیں دی جانی چاہئیں۔