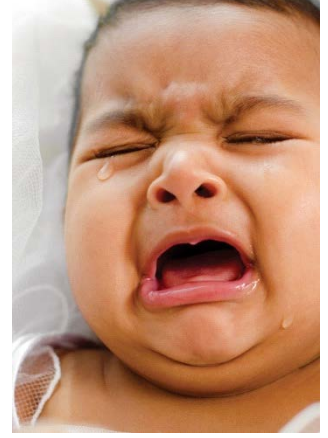


بخار

جسم کے قدرتی ردعمل کا حصہ



اگر آپ کے بچہ کو بخار ہے تو اس کے جسم کا درجہ حرارت 37.5°C سے زیادہ ہوگا۔ آپ کا بچہ تھکا ہوا بھی محسوس کر سکتا ہے، زرد نظر آسکتا ہے، اسے کم بھوک لگ سکتی ہے، چڑچڑا ہوسکتا ہے، اسے سردرد یا دوسرے درد اور تکلیفیں ہو سکتی ہیں اور وہ عام طور پر بیمار محسوس کر سکتا ہے۔ بغل سے درجہ حرارت کی جانچ کریں (پانچ سال سے کم عمر کے بچوں کے منہ نہ ڈالیں)۔ تاہم، یاد رکھیں کہ پیمانہ کم درست ہوتی ہیں کیوں کہ بغل کا حصہ تھوڑا زیادہ گرم ہوتا ہے۔

بخار انفیکشن سے لڑنے کے تئیں جسم کے قدرتی ردعمل کا حصہ ہے اور اکثر اپنی مدت پوری کرنے کے لئے چھوڑا جا سکتا ہے بشرطیکہ آپ کا بچہ مناسب مقدار میں سیال پی رہا ہو اور بصورت دیگر ٹھیک ہو۔ اگر آپ کے بچہ کو کوئی چیز پینے میں تکلیف ہو رہی ہے تو درجہ حرارت کم کرنے کی کوشش کرنے سے اس ضمن میں مدد مل سکتی ہے۔ یہ آپ کے بچہ میں پانی کی کمی ہونے سے بچانے کے لیے ضروری ہے۔ رہنمائی کے طور پر، آپ کے بچہ کا پیشاب ہلکا زرد ہونا چاہئے۔ اگر یہ زیادہ گاڑھے رنگ کا ہو تو آپ کے بچہ کو مزید پینے کی ضرورت ہوسکتی ہے۔

چھوٹے بچوں میں بخار عام بات ہیں۔ یہ عام طور پر وائرل انفیکشن کی وجہ سے ہوتے ہیں اور بغیر علاج کے ٹھیک ہوجاتے ہیں۔ تاہم، بخار کبھی کبھی مزید سنگین بیماری جیسے خون کے شدید جراثیمی انفیکشن (سپٹیسیمیا)، پیشاب کی نالی کے انفیکشن، نمونیا، خسرہ، گردن توڑ بخار یا دیگر متعدی بیماری کی علامت ہوسکتا ہے۔ اگر آپ کے بچہ کو بخار اور چکتے ہے تو اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔

اگر بخار کی علامات 48 گھنٹے کے بعد بہتر نہیں ہو رہی ہیں تو آپ کو اپنے جی پی سے بھی رابطہ کرنا چاہئے۔

اگر آپ کے بچہ کو کسی آپریشن کے فوراً بعد یا بیرون ملک سفر کرنے کے فوراً بعد بخار ہوتا ہے تو ہمیشہ طبی صلاح حاصل کریں۔

1.

میرا چلنا پھرنا سیکھنے والا بچہ گرم اور چڑچڑا ہے۔

2.

کیا آپ نے شیر خوار بچے کے لیے شوگر فری پیئراسیٹامول آزما یا ہے؟ کیا آپ نے یقینی بنایا ہے کہ وہ خوب سیال چیزیں پی رہے ہیں؟

3.

اگر ان کا درجہ حرارت 37.5°C سے اوپر برقرار رہتا ہے اور نیچے نہیں آتا ہے تو اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔

جی پی کہتے ہیں

- بخار زدہ بچے کی گھر دیکھ بھال کرتے ہوئے آپ کو چاہئے کہ:
- بچے کو زیادہ سیال چیزیں پلائیں (چھاتی سے دودھ پلانے جانے والے چھوٹے بچے یا بچے کے لیے سب سے مناسب سیال چھاتی کا دودھ ہے)۔
- پانی کی کمی کی علامات دیکھیں: کم گیلے نیپیز، خشک منہ، دھنسی ہوئی آنکھیں، خشک آنکھیں، خراب مجموعی ظاہر شکل، بچے کے سر پر زیادہ دھنسی ہوئی نرم جگہ۔
- یہ جانیں کہ گردن توڑ بخار کی علامات کیسے پہچانیں (صفحہ 26 دیکھیں)۔
- رات کے دوران بچے کی جانچ کریں۔

ذریعہ: NICE، فیورس النیس ان چلڈرین/2013

37.5°C سے زیادہ کا مطلب بخار ہے

چھ مہینے سے کم عمر کے بچے:

ہمیشہ اپنے جی پی، معائنہ کار صحت، پریکٹس نرس، نرس پریکٹیشنر یا مقامی کلینک کے جی پی سے رابطہ کریں۔ اگر آپ کے بچے میں بیماری کی دیگر علامات اور اسی طرح بڑھا ہوا درجہ حرارت پایا جاتا ہے اور/یا اگر آپ کے بچے کا درجہ حرارت 37.5°C (99.5°F) یا اس سے زیادہ ہے۔

بڑے بچے:

معمولی بخار عام طور پر کوئی فکر کی بات نہیں ہوتی۔ اگر آپ کا بچہ غیر معمولی طور پر بیمار رہتا ہے یا اس کا درجہ حرارت بڑھا ہوا ہے جو نیچے نہیں آتا ہے تو اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔

یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے بچے کی جتنا زیادہ ممکن ہو سیال پینے کی حوصلہ افزائی کریں۔ پانی سب سے بہتر ہے۔

درجہ حرارت کو کم کرنے میں مدد کے لیے:

- نیپی/پینٹ کے علاوہ سارے کپڑے نکال دیں۔
- کمرے کو آرام دہ درجہ حرارت (18°C) پر رکھیں۔
- اپنے بچے کی زیادہ پینے کی حوصلہ افزائی کریں (اگرچہ کم مقدار میں بار بار دی جائے)۔
- اپنے بچے کے لئے تجویز کردہ صحیح خوراک میں شوگر-فری پیراسیٹامول یا اینوپروفین دیں (دوا کی خوراک سے متعلق صلاح کے لیے صفحہ 6 دیکھیں)۔

ذریعہ: www.nhs.uk