

ਅਲਰਜੀਆਂ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਲਰਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ 50% ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਲਰਜੀਆਂ ਹਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮਝਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਲਰਜੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਅਲਰਜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਲਰਜੀ ਉਸ ਵੇਲੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨਾਂ, ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਡੰਕਾਂ, ਪਰਾਗ ਕਣਾਂ, ਘਰੇਲੂ ਯੂੜ ਦੇ ਕੀਟਾਂ ਜਾਂ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਵਰਗੇ ਦੂਜੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਆਮ ਅਲਰਜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਲਰਜੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀਆਂ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ, ਅਲਰਜੀਆਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਔਸਤ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਅਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣ ਨੱਕ, ਗਲੇ, ਕੰਨਾਂ, ਅੱਖਾਂ, ਸਾਹ ਨਾਲੀਆਂ, ਪਾਚਣ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਤੇ ਹਲਕਾ, ਦਰਮਿਆਨਾ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਅਸਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਅਲਰਜੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੰਕੇਤ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਲੱਛਣ ਕਿਉਂ ਆਏ ਹਨ, ਜਾਂ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਅਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਲਰਜੀ ਦੇ ਕੁਝ ਲੱਛਣ ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਦੂਜੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਰਗੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਗੰਭੀਰ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਜੇ ਲੱਛਣ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੀਪੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਨਿਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਲਰਜੀ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਈ ਮਾਪੇ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕਿਸੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵੱਖਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਤੀ ਅਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ

ਇਹ ਉਦਾਹਰਣ ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਅਲਰਜੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਈ ਲੱਛਣ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਦੂਜੀਆਂ ਆਮ ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵੱਜੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਅਲਰਜੀ ਦੇ ਨਾਲ, ਲੱਛਣ ਅਕਸਰ ਵਧੇਰੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜਾਂ ਅਚਾਣਕ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਨੱਕ, ਗਲਾ ਅਤੇ ਕੰਨ

ਵਗਦਾ ਨੱਕ, ਬੰਦ ਨੱਕ, ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਖਾਰਸ਼, ਨਿੱਛਾਂ, ਸਾਈਨਸ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਿਰਦਰਦ, ਨੱਕ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਰੇਸ਼ਾ ਗਲੇ ਤਕ ਚਲੇ ਜਾਣਾ, ਸੁੰਘਣ ਅਤੇ ਸੁਆਦ ਦੇਖਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਚਲੇ ਜਾਣਾ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਾਰਸ਼, ਸੁੱਜਿਆ ਹੋਇਆ ਕੰਨ, ਮੂੰਹ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਾਰਸ਼, ਬੰਦ ਹੋਇਆ ਕੰਨ ਅਤੇ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਗੂੰਦ ਵਰਗਾ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ।

ਚਮੜੀ

ਯੂਰੀਟੀਕਾਰੀਆ - ਲਾਸਾਂ (ਫ੍ਰੀਲਸ) ਜਾਂ ਛਪਾਕੀ (ਹਾਈਵਸ), ਉੱਚੇ-ਨੀਵੇਂ, ਖਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਉਭਰੇ ਹੋਏ ਖੇਤਰ, ਦਾਣੇ (ਦਾਣੇ ਅਤੇ ਸੁੱਖੀ ਚਮੜੀ ਦੇਖੋ।)

ਐਕਜ਼ੀਮਾ - ਦਰਾੜਾਂ ਵਾਲੀ, ਸੁੱਕੀ ਜਾਂ ਵਗਦੀ, ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ ਚਮੜੀ।

ਪਾਚਣ

ਸੁੱਜੇ ਹੋਏ ਬੁੱਲ੍ਹ/ਜੀਭ, ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਉਲਟੀ ਵਰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ, ਉਲਟੀ, ਕਬਜ਼, ਦਸਤ, ਚਿੱਤੜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਨਿਕਲਣਾ, ਪੇਟ ਵਿੱਚੋਂ ਐਸਿਡ ਗਲੇ ਵੱਲ ਆਉਣਾ, ਮਾੜਾ ਵਾਧਾ।

ਅੱਖਾਂ

ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਰਸ਼, ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ, ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਚੁਭਣ, ਸੁੱਜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਅੱਖਾਂ, 'ਅਲਰਜਿਕ ਸਾਈਨਰਜ' - ਬੰਦ ਸਾਈਨਸ ਕਾਰਨ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਕਾਲੇ ਖੇਤਰ।

ਸਾਹ ਨਾਲੀਆਂ

ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਘਰਘਰਾਹਟ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਖਾਂਸੀ (ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਰਾਤ ਵੇਲੇ), ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ।

ਸ੍ਰੋਤ: ਅਲਰਜੀ ਯੂਕੇ

ਇੱਕ

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀਆਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਦੇ

ਅਲਰਜੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਚਮੜੀ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਾਣੇ, ਅਤੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ, ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸੋਜਸ਼), ਪਾਚਣ ਸਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਲਟੀ ਅਤੇ ਦਸਤ, ਹੇਅ-ਫੀਵਰ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿੱਛਾਂ।

ਤਿੰਨ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਾਂ ਦੇ ਦੁੱਧ, ਮੁਰਗੀ ਦੇ ਆਂਡਿਆਂ, ਮੂੰਗਫਲੀ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਮੇਵਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੇਜ਼ਲਨੱਟ ਅਤੇ ਕਾਜੂਆਂ, ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਅਲਰਜੀ ਹੋਈ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੈ।

ਸ੍ਰੋਤ: NICE - ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਅਲਰਜੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ