الرجیاں

آپ کے بچہ کی الرجی پر قابو رکھنا اور اسے سمجھنا

یو کے میں 50% بچوں کو الرجی ہے۔ والدین کے لئے یہ اس چیز کو سمجھنے میں سیکھنے کا ایک موڑ ہے کہ کس چیز سے بچیں اور الرجی کو کس طرح کنٹرول کریں اور اس پر کس طرح قابو رکھیں۔ جتنا زیادہ ممکن ہو معلومات حاصل کریں۔ الرجی کی بہت سی قسمیں ہیں۔

الرجی اس وقت ہوتی ہے جب جسم کسی پروٹین جیسے کھانے، کیڑے مکوڑوں کے ڈنک، زرگل، گھر کے گرد و غبار میں پائے جانے والے حشرات یا دیگر مادوں جیسے جراثیم کش دواؤں کے تئیں ایک ردعمل ظاہر کرتا ہے۔ یہاں بہت سی عام الرجیاں ہیں۔ دیگر گھرانوں کے مقابلہ میں کچھ گھرانوں میں الرجی والے زیادہ افراد معلوم ہوتے ہیں۔ ایسے گھرانوں میں پیدا ہونے والے بچے جہاں پہلے سے الرجیاں پائی جاتی ہوں اپنے اندر الرجی ہونے کے اوسط سے زیادہ امکان رکھتے ہیں۔

الرجی کی علامات ناک، گلا، کانوں، آنکھوں، نرخروں، ہاضمہ اور جلد کو ہلکی، معتدل یا شدید صورت میں متاثر کرسکتی ہیں۔ جب کسی بچہ کے اندر شروع شروع میں الرجی کی علامات ظاہر ہوتی ہیں تو یہ ہمیشہ واضح نہیں ہوتا کہ کون سی چیز علامات کی وجہ بنی ہے، یا آیا ان کے ساتھ الرجی کا ردعمل پیش بھی آیا ہے، کیونکہ الرجی کی کچھ علامات بچپن کی کچھ دیگر عام بیماریوں سے ملتی جلتی ہو سکتی ہیں۔ اگر ردعمل شدید ہو، یا اگر علامات بار بار پیش آتی رہیں تو ضروری ہے کہ آپ اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔

جی پی کہتا ہے

اگر آپ کو شبہ ہے کہ آپ یا آپ کے بچہ کو کھانے سے الرجی ہوسکتی ہے تو ضروری ہے کہ اپنے جی پی سے ایک پیشہ ورانہ تشخیص کی درخواست کریں، جو آپ کو الرجی سے متعلقہ کلینک میں بھیج سکتا ہے۔

بہت سے والدین غلطی سے سمجھ بیٹھتے ہیں کہ ان کے بچہ کو کھانے سے الرجی ہے جب کہ درحقیقت ان کی علامات ایک بالکل مختلف عارضہ یا کھانا نہ برداشت کر پانے کی وجہ سے ہوتی ہیں۔

علامات کو پہچاننا

یہ مثال ان میدانوں کو دکھاتی ہے جہاں الرجی میں مبتلا لوگ علامات کا تجربہ کر سکتے ہیں۔ ان میں سے بہت سی علامات بچپن کی دیگر عام بیماریوں کے نتیجہ میں ہو سکتی ہیں۔ کوئی الرجی ہونے کی صورت میں، علامات اکثر زیادہ جلدی یا اچانک ظاہر ہوتی ہیں۔

ناک، گلا اور کان

بہتی ناک، بند ناک، خارش زدہ ناک، چھینک، ناک کے جوف میں درد، سردرد، پوسٹ-نزل ڈرپ (ناک کے پیچھے سے بلغم کا گلے کے نیچے ٹپکنا)، بو یا ذائقہ کے احساس کا ختم ہونا، گلے میں درد، سوجا ہوا حنجرہ (حلق)، خارش زدہ منہ اور/یا گلا، بند کان یا چپچپا کان۔

جلد

ددوڑے - وھیلز یا حنجرہ کی سوزش، ناہموار، خارش زدہ ابھرے ہوئے حصے، چکتے (دیکھیں چکتے اور خشک جلد۔

ایکزیما - پھٹی ہوئی، خشک یا چپچپی، ادھڑی ہوئی جلد۔

ہاضمہ

سوجے ہوئے ہونٹ/زبان، پیٹ درد، بیمار محسوس کرنا، قے، قبض، اسہال، پاخانے کے مقام سے خون آنا، ریفلکس، ناکافی نشو و نما۔

آنکھیں

خارش زدہ آنکھیں، بہتی آنکھیں، چبھتی آنکھیں، سوجی ہوئی آنکھیں، 'الرجک شائنرز' - ناک کے بند جوفوں کی وجہ سے آنکھوں کے نیچے سیاہ حصے۔

نرخرے

گلے میں خرخراہٹ کے ساتھ سانس لینا، سانس لینے میں تکلیف، کھانسی آنا (خاص طور پر رات کے وقت)، سانس پھولنا۔

ذریعہ: الرجی یو کے

ایک

کھانوں سے الرجی کے معاملات اس وقت پیش آتے ہیں جب جسم کا نظام مامونیت کسی خاص کھانے یا کھانے کے مادے کے تئیں منفی ردعمل ظاہر کرتا ہے۔

دو

الرجی پیدا کرنے والی چیزیں جلدی ردعمل (جیسے ہونٹوں، چہرہ اور آنکھوں کے گرد چکتے یا سوجن)، ہاضمہ کی پریشانیاں جیسے قے اور اسہال اور تپ کاہی جیسی علامات، جیسے چھینک کا سبب بن سکتی ہیں۔

تین

بچوں کو زیادہ تر گائے کے دودھ، مرغی کے انڈوں، مونگ پھلیوں اور دیگر پھلیوں جیسے کشمیری بادام اور کاجو سے الرجی ہوتی ہے۔

ذریعہ: NICE - بچوں اور کمسن لوگوں میں کھانے سے الرجی کی جانچ