خراب پیٹ

آپ یا آپ کے بچہ کے لئے اچھا نہیں ہے

قے اور اسہال کے جراثیم بآسانی لاحق ہوجاتے ہیں اور عام طور پر ایسی جگھوں میں منتقل ہوتے ہیں جہاں بہت زیادہ بچے ہوں - جیسے پلے گروپ یا نرسریاں۔

قے ہونا محسوس کرنا یا اچانک قے ہونا عام طور پر ابتدائی علامات ہوتی ہیں۔ اس کے بعد اسہال ہوسکتا ہے۔ اسہال پانی کی کمی کا سبب بن سکتا ہے اس لئے سیال لینے کی مقدار بڑھائیں۔

اگر وہ بیمار ہوں اور انہیں 24 گھنٹے میں تین یا اس سے زیادہ بار قے ہو چکی ہو یا چھ یا اس سے زیادہ بار اجابت ہوچکی ہو تو انہیں اپنے جی پی کے پاس لے جائیں یا اس سے بھی پہلے اگر وہ نومولود ہوں یا آپ پانی کی کمی کی علامات دیکھیں۔

اگر آپ چھاتی سے دودھ پلا رہی ہیں تو ایسا کرنا جاری رکھیں۔ بڑے بچوں کو بہت ساری مشروبات/سیال چیزیں - تھوڑی اور بار بار مثلا ہر 10 منٹ میں پینی چاہئیں۔ آپ انہیں چوسنے کے لئے برف کی لولی بھی دے سکتی ہیں۔ اگر وہ کھانا چاہتے ہیں تو انہیں سادہ کھانے جیسے پاستہ یا ابلے چاول دیں (جو بہت زیادہ مرغن یا نمکین نہیں ہوتے)۔

انفیکشن کو دوسروں تک منتقل کرنے کے امکان کو کم کرنے کے لئے انہیں دوسروں، خاص طور پر بچوں، سے الگ رکھیں۔ انفیکشن کو دوسروں تک منتقل کرنے کے امکان کو کم کرنے کے لئے گرم پانی اور صابن سے برابر ہاتھ دھوئیں۔ اگر آپ باہر ہوں تو ہاتھ دھونے کی جیل استعمال کریں۔

فارماسسٹ کہتا ہے

ایسے بہت سے طریقے ہیں جن کے ذریعہ گھر پر آپ اپنے بچہ کی دیکھ بھال کرسکتی ہیں۔ آزمانے کے قابل چیزیں ہیں:

- انہیں برابر مشروبات (دوبارہ پانی فراہم کرنے والا محلول، اسکوائش (جو 'شوگرفری' نہ ہو)، دودھ یا پانی دیں) - تھوڑی مقدار اور بار بار دینا سب سے بہتر ہے۔ اگر چھاتی سے دودھ پلا رہی ہیں تو مطالبہ کرنے کی صورت میں پلائیں۔
- ہاتھ کے حفظان صحت کے تعلق سے زیادہ محتاط رہنا (سیال صابن اور پانی استعمال کریں اور صاف تولیہ سے ہاتھوں کو اچھی طرح خشک کریں)۔
- دوبارہ پانی فراہم کرنے والے محلول - یقینی بنائیں کہ آپ مصنوعہ کے لئے دی گئی ہدایات کی تعمیل کریں۔

اگر آپ کا بچہ 24 گھنٹے سے زیادہ وقت سے بیمار ہے تو اپنے جی پی سے ملیں۔ اگر آپ کا بچہ نومولود ہے اور بہت زیادہ بیمار ہے تو آپ کو نرس یا اپنے جی پی سے آج ہی رابطہ کرنے کی ضرورت ہے۔

پانی کی کمی کی علامات

- ان کے سر کے اوپر کا نرم حصہ معمول سے زیادہ دبا ہوا ہو۔
- کم گیلے نیپیز (یعنی وہ کم پیشاب کرتے ہیں) یا زیادہ گاڑھے رنگ کا پیشاب۔
- معمول سے زیادہ سونا۔
- خشک منہ۔

دوبارہ پانی فراہم کرنے والے محلول کے تھیلیوں کے بارے میں اپنے فارماسسٹ سے پوچھیں۔

1

میرے بچہ کی اجابت پتلی ہے اور وہ بیمار ہو رہا ہے۔

2

کیا آپ نے انہیں بہت ساری مشروبات دی ہیں - تھوڑا اور بار بار دینا سب سے بہتر ہے؟ اگر یہ پیٹ کا جراثیم ہو تو اس سے انہیں پانی کی کمی ہونے کو روکنے میں مدد ملتی ہے۔ اپنے فارماسسٹ سے بات کریں۔ برابر اپنے ہاتھ دھوئیں۔

3

اگر علامات میں کوئی بہتری نظر نہیں آتی ہے یا تو 24 گھنٹوں کے بعد یا اگر وہ نومولود ہیں تو فورا اپنے جی پی سے بات کریں۔