ज्वरो

साना बच्चाहरूमा सामान्य कुरा हो

यदि तपाईंको बच्चालाई ज्वरो छ भने उसको शरीरको तापमान 38°C भन्दा माथि हुनेछ। तपाईंको बच्चाले थकित महसूस गर्नेछ, पहेँलो देखिनेछ, भोक लाग्दैन, दिक्क मान्नेछ, टाउको दुख्नेछ वा अन्य दु:खाई र पीडाका साथै सामान्य रूपमा अस्वस्थ महसुस गर्नेछ।

ज्वरो कुनै संक्रमणको जवाफमा शरीरले देखाउने स्वाभाविक प्रतिक्रिया हो र तपाईंको बच्चाले पर्याप्त तरल पदार्थ पिउँदैछ र अन्यथा सञ्चो नै छ भने यसलाई आफ्नो समयले निको हुन दिनका लागि छोड्न सकिन्छ। तपाईंको बच्चाको शरीरबाट पानी सुक्न नदिनु महत्वपूर्ण हुन्छ अन्यथा अरू गम्भीर समस्याहरू उत्पन्न हुन सक्छन्। लक्षणको रूपमा तपाईंको बच्चाको पिसाब हल्का पहेँलो हुनु पर्दछ – यदि यसको रङ गहिरो छ भने तपाईंको बच्चाले अरू बढी तरल पदार्थ पिउनु पर्ने हुन्छ।

साना बच्चाहरूमा ज्वरो सामान्य कुरो हो। ज्वरो प्राय: भाइरल संक्रमणले गर्दा हुने गर्दछ र बिना कुनै उपचार निको हुन्छ। तर, कहिलेकाहिँ ज्वरो बढी गम्भीर रोगको लक्षण हुन सक्छ जस्तै रगतमा गम्भीर ब्याक्टेरियल संक्रमण (सेप्टिसेमिया), मूत्र नलीको संक्रमण, निमोनिया वा मेनिनजाइटिस।

कुनै अपरेशन वा विदेश यात्राबाट फर्केको तुरुन्तै पछि यदि तपाईंको बच्चालाई ज्वरो आउँछ भने सधैँ चिकित्सा सल्लाह लिनु पर्दछ।

जीपी भन्दछन्

मद्दत गर्नका लागि निम्न कुराहरू तपाईंले घरमा नै गर्न सक्नुहुन्छ :

- ज्वरो आइरहेको बच्चाहरूलाई न त कम्ति न धेरै लुगा लगाइदिनु हुन्छ।
- तपाईंको बच्चाले बढीभन्दा बढी तरल पदार्थ पिओस् भन्ने कुरो सुनिश्चित गर्नु जरूरी छ।
- उसलाई राम्ररी हावा खेल्ने कोठामा राख्नु पर्दछ।

6 महीना मुनिका नानीहरू:

यदि तपाईंको नानीलाई बिमारीका अन्य कुनै लक्षण छन् साथै उसलाई ज्वरो आइरहेको छ र/वा उसको तापमान 38°C (102°F) वा त्यसभन्दा बढी छ भने सधैँ अबेर नगरीकन आफ्ना प्र्याक्टिश नर्स, जीपी वा स्वास्थ्य भिजिटरसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

ठूला बच्चाहरू:

हल्का ज्वरो सामान्यत: चिन्ताको कुरो होइन। यदि तपाईंको बच्चा असामान्य ढंगले बिमार देखिन्छ वा चर्को ज्वरो चढेको छ र ज्वरो ओर्लँदैन भने आफ्ना जीपी-लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

- तपाईंको बच्चाले बढीभन्दा बढी तरल पदार्थ पिओस् भन्ने कुरो सुनिश्चित गर्नु जरूरी छ।
- कोठालाई आरामदायक तापमान (18°C) मा राख्नुहोस्।
- आफ्नो बच्चालाई सिफारिश गरिएको सही मात्रामा तरल प्यारासिटामोल खुवाउनुहोस्।
- बच्चाहरूलाई पीडा वा ज्वरोको उपचारको रूपमा एस्पिरिन कहिल्यै खुवाउनु हुँदैन।
- औषधीहरू बारे सल्लाहका लागि कृपया आफ्ना स्थानीय फार्मासिष्टलाई सोध्नुहोस्।

1

मेरो बच्चा तातिएको छ र दिक्क मान्दै छ।

2

के तपाईंले तरल प्यारासिटामोल खुवाएर हेर्नुभयो? उसले पर्याप्त मात्रामा पेय पदार्थ पिओस् भन्ने कुरो सुनिश्चित गर्नुभयो?

3

यदि बच्चाको तापमान 38°C भन्दा माथि रहन्छ र तल झर्दैन भने आफ्ना जीपी-लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

स्रोतः स्वास्थ्य विभाग, जन्मदेखि पाँच संस्करण 2009