र्‍याश र सुक्का त्वचा

शिशुको त्वचालाई थप स्याहारको आवश्यकता पर्छ

शिशुको त्वचा पातलो हुन्छ र बढी ध्यान दिनु जरूरी हुन्छ। नवजातहरूमा सुक्का, पिल्सिएको त्वचा, केही राता दागहरू, डाबरहरू र हल्का बिमिराहरू सामान्य कुरा हो र यो स्वाभाविक रूपमा निको हुन्छ। यदि तपाईंको बच्चा यसै सञ्चो नै छ तर र्‍यास भएको छ र तपाईं यसबारे चिन्तित हुनुहुन्छ भने आफ्ना धाईआमा वा स्वास्थ्य भिजिटरलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। बच्चाहरूमा एक अर्को सामान्य र्‍यास हो घमौरा। यो मुख्यतः टाउको र गर्दनमा ससाना राता दानाहरू जस्ता निस्कन्छन् र यसबारे कुनै चिन्ता गर्नु पर्दैन। उनीहरूलाई न्यानोमा राख्नुहोस् तर गर्मीमा होइन र उनीहरूलाई प्राकृतिक सूती लुगा पहिर्‍याइदिने प्रयास गर्नुहोस्, यस्तो कुनै लुगा होइन जसले उनीहरूका त्वचालाई घस्रियोस्।

तपाईंको नानीलाई क्रेडल क्याप भनिने कुनै विकार जस्तो पनि हुन सक्छ। यो नवजातको तालुमा हुने पहेंलो, च्यापच्यापे पाप्रे टाटाहरूलाई दिइएको नाम हो र सामान्यतः शिशुका प्रथम तीन महीनाहरूमा देखिन्छन्। यो बिग्रेको चायाँ जस्तो देखिन सक्छ र हानिकारक हुँदैन, यसको कारणले तपाईंको नानीलाई कुनै चिलाउने-दुख्ने हुँदैन र सामान्यतः ऊ दुई वर्षको हुँदासम्ममा सफा हुन्छ।

जीपी भन्दछन्

तपाईंको नानीलाई यस्तो र्‍यास छ जसमाथि ग्लासलाई दबाउँदा पनि हराउँदैन भने तुरुन्तै A&E जानुहोस्। यो मेनिनजाइटिसको लक्षण हुन सक्छ र तपाईंको बच्चा जति नै स्वस्थ देखिएता पनि डक्टरद्वारा जाँच गरिनु जरूरी हुन्छ।

तपाईंको नानीलाई र्‍यास भएको छ र चर्को ज्वरो आइरहेको वा वान्ता गर्दैछ भने तुरुन्तै सल्लाह लिनुहोस् ('मेनिनजाइटिस' हेर्नुहोस्)।

स्वास्थ्य भिजिटर भन्दछन्

बच्चाको त्वचा हाम्रोभन्दा धेरै नाजुक हुन्छ। उनीहरूको त्वचामा लगाउने उत्पादनहरूको मात्रालाई सीमित पार्ने प्रयास गर्नुहोस् र आफ्नो नानीलाई कहिल्यै बाहिर घाममा नछोड्नुहोला।

क्रेडल क्यापको कुनै खास उपचार गर्नु पर्ने आवश्यकता हुँदैन, यद्यपि बच्चाको केश र तालुलाई विस्तारै पखाल्ने हो भने पाप्राहरू बन्न बन्द हुनेछन्। अलिकति शुद्ध, प्राकृतिक तेल – जस्तै वनस्पति तेल – आफ्नो नानीको तालुमा लगाउनुहोस् र पखाल्नुभन्दा पहिले कम्तिमा पनि 15 मिनेट लागिरहन दिनुहोस्।

एक

तपाईंको शिशुको त्वचा प्राप्रा उठेको र सुक्का हुन सक्छ।

दुई

सुक्का त्वचा नवजातहरूमा सामान्य कुरो हो, किनकि उनीहरूको त्वचा एक वयस्क व्यक्तिको भन्दा 15 गुणा पातलो हुन्छ।

तीन

आफ्नो नानीको त्वचामा साबुन र अन्य कुनै उत्पादनहरूको प्रयोग नगर्नुहोस्। आफ्नो बच्चालाई सफ्फा पानीले नुहाइदिए पुग्छ।

माथि उल्लेखित जानकारीले विशेषज्ञ उपचारको स्थान लिन सक्दैन। यदि तपाईं चिन्तित हुनुहुन्छ भने एनएचएस 111-लाई फोन गर्नुहोस् वा आफ्ना जीपी-लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।