دمہ

علامات کو جانیں

دمہ ایک عام طویل مدتی عارضہ ہے جسے زیادہ تر بچوں میں اچھی طرح کنٹرول کیا جا سکتا ہے۔ دمہ کی علامات کی شدت بچوں میں مختلف ہوتی ہیں، جو بہت ہلکی سے لے کر زیادہ شدید تک ہوسکتی ہیں۔ دمہ کی متعدد وجوہات ہیں اور ایک بچہ میں دو یا اس سے زیادہ الگ الگ وجوہات کا پایا جانا کوئی غیرمعمولی بات نہیں ہے۔ دمہ گلے میں خرخراہٹ سے کہیں زیادہ آگے کی چیز ہے۔ کھانسی آنا، بار بار ہونے والا برونکائٹس اور سانس کی تنگی بھی، خاص طور پر ورزش کرتے وقت، وہ طریقے ہیں جن صورتوں میں دمہ ظاہر ہوتا ہے۔

بچوں میں دمہ کی دو سب سے عام محرکات نزلہ اور الرجیاں ہیں۔ بچپن کے بعد الرجیاں خاص طور پر اہم ہو جاتی ہیں اور الرجی پیدا کرنے والی ان چیزوں سے بچنا جن سے آپ کے بچہ کو الرجی ہے ان کے دمہ کو بہتر بنانے میں مدد دے سکتا ہے۔

علامات کے اچانک، شدید آغاز کو دمہ کے حملہ سے جانا جاتا ہے، یہ جان لیوا ہوسکتا ہے اور اس کے لئے اسپتال میں فوری علاج کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

دمہ عام طور پر خاندانوں میں موروثی طور پر چلتا ہے اور والدین کو اندرون خانہ یا اپنے بچوں کے پاس تمباکو نوشی کرنے سے پرہیز کرنا چاہئے۔ اپنے بچہ کے اسکول کو اس کے دمہ اور اس بارے میں بتائیں کہ اگر آپ کے بچہ پر حملہ ہوتا ہے تو کیا کریں۔ اگر آپ کے بچہ میں دمہ کی شدید علامات ظاہر ہوتی ہیں تو فوری طبی مدد طلب کرنے کے لئے 999 پر کال کریں۔

جی پی کہتا ہے

آپ کا جی پی عام طور پر آپ کے بچہ کی علامات کے بارے میں پوچھ کر، ان کے سینے کا معائنہ کرکے اور ان کی سانس کو سن کر دمہ کی تشخیص کرسکتا ہے۔

والدین کو اپنے مقامی دمہ کلینک پر برابر جانا چاہئے اور گھر پر اپنے بچہ کے دمہ کے بہتر نظم سے متعلق برابر تعاون حاصل کرنا چاہئے۔ یہ اسپتال تک غیر ضروری سفر سے بچائے گا۔

دمہ والے ان تمام بچوں کو موسمی نزلہ کا ٹیکا لگایا جاتا ہے جنہیں مسلسل یا بار بار اسٹیرائڈ پریونٹر انہیلر یا منہ کے ذریعہ لئے جانے والے اسٹیرائڈ کے استعمال کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ، ایسا کوئی بھی بچہ جسے نچلی تنفسی نالی کے انفیکشن کے ساتھ اسپتال میں داخل کیا گیا ہو اسے بھی موسمی نزلہ کا ٹیکا لگایا جانا چاہئے۔

دمہ کی نرس کہتی ہے

آپ اور آپ کے بچہ کے لئے دمہ پر قابو پانے کا سب سے اہم حصہ دمہ اور اس بارے میں جاننا ہے کہ کون سی چیز حملہ کا محرک بنتی ہے۔ یقینی بنائیں کہ ان کا اسکول بھی واقف ہو۔

ہمارے جی پی استھما کلینکس صلاح اور علاج فراہم کرتے ہیں۔ موسمی نزلہ کے ٹیکا کے بارے میں پوچھیں۔

"میں آپ کو آپ کا انہیلر استعمال کرنے کے بارے میں بتا سکتا ہوں تاکہ یہ اچھی طرح کام کرے اور آپ کو اور زیادہ جلدی بہتر محسوس کرائے۔"

شدید دمہ کی علامات

علامات میں شامل ہیں بار بار کھانسی آنا اور گلے میں خرخراہٹ، سانس کا پھولنا اور بلغم اگلنا۔ علامات اکثر رات میں مزید خراب صورت اختیار کر لیتی ہیں۔

1

میرے بچہ کے گلے میں خرخراہٹ اور بہت زیادہ کھانسی محسوس ہوتی ہے، لگتا ہے یہ رات میں مزید خراب صورت اختیار کر لیتی ہے۔

2

کیا آپ نے گھر میں کسی ممکنہ گرد و غبار کی مقدار کو کم کرنے کی کوشش کی ہے؟ اپنے بچہ کے آس پاس کسی کو تمباکو نوشی کرنے کی اجازت نہ دیں۔

3

اگر علامات برقرار رہتی ہیں تو اپنے جی پی سے ملیں۔ اگر آپ کے بچہ پر دمہ کا سنگین حملہ ہوتا ہے تو 999 پر کال کریں۔

ذریعہ: محکمۂ صحت، پیدائش تا پانچ سال 2009