

તીવ્ર કે ગંભીર પેટને લગતી પીડા વિષે સલાહપત્રિકા માબાપો / કેરર્સ માટે સલાહ - સૂચન

Gujarati



દરદી
સલામતી
સહયોગ

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version

બાળકનું નામ ઉંમર તારીખ / સલાહ આપેલ સમય

વધારે સલાહ / અનુવર્તી (ફોલો અપ)

ધંધાધારીનું (પ્રફેશનલ) નામ ધંધાધારીની સહી

તમારા બાળકને કેમ છે? (ટ્રેફિક લાઈટ એડવાઈસ)



લાલ

જો તમારા બાળકને પેટની પીડા હોય અને ઉપરાંત છે/ રહેલ છે:

- જવાબ નિહ આપનાર બન્યું છે અથવા વધાર પડતા ઘેનમાં છે
 - પેઈન કીલર્સ લેવા છતાં પણ તીવ્ર વેદના છે (જૂઓ પાછળના પાને । સેલ્ફ કેર વિભાગ)
 - વૃષણીય (ટેસ્ટિક્યુલર) પીડા
 - ચમકતી લીલા રંગની ઊલટી
 - સોજા ફીકાશ વગરની ફોલ્લીઓ (જૂઓ પાછળના પાને 'ગ્લાસ ટેસ્ટ')
 - ઝડપી શ્વાસોચ્છવાસ અથવા શ્વાસ લેવામાં મુશ્કેલી
- કાબરચીતરી ચામડી સાથે ઠંડા હાથ અને પગ પણ તાવ નહિ
- ઝડપથી બગડી રહેતા ફલ્યુ જેવા ચિહ્નો સાથે અતિસાર (ડાયરિયા) અને/ અથવા ઊલટી ખાસ કરીને મોટી ઉંમરના બાળકો અને યુવાનોમાં

**તમને તાકીદે
મદદની જરૂર**
કૃપા કરી ફોન કરો
999 અથવા સૌથી
નજીકની હોસ્પિટલમાં
ઈમર્જન્સિ
(A&E)
ડિપાર્ટમેન્ટમાં
જાઓ



પીળા

જો તમારા બાળકને પેટની પીડા હોય અને ઉપરાંત છે/ રહેલ છે:

- વધારે પડતી તરસ લાગવી
- સામાન્ય કરતાં વધારે અથવા ઓછો પેશાબ
- નિયમિત પેઈન કીલર્સ દ્વારા પેઈન પીડા) અંકુશમાં નહિ
- સોજી ગયેલ પેટ
- પીળા રંગની ચામડી અથવા આંખો
- તમારા બાળકની વિષ્ટામાં અથવા પેશાબમાં લોહી
- હંમેશ મૂજબ ક્રિયાશીલ અથવા હરતો- ફરતો નહિ
- વજનમાં ઘટાડો
- ઊલટીમાં લોહીના ડાઘાઓ
- અહીંયા યાદીમાં આપેલ કોઈ પણ બીજા ચિહ્નો સાથે તાવ અથવા ઉપરના કોઈ નહિ સાથે 48 કલાકો કરતાં વધારે સમય રહેલ

**તમારે સંપર્ક
કરવાની જરૂર
છે ડોક્ટર અથવા
નર્સનો આજે**
કૃપા કરી તમારી GP
સર્જરિ અથવા
ફોન NHS 111 –
ડાયલ 111 કરો



લીલા

જો તમારા બાળકને પેટ- ઉદરમાં પીડા હોય અને ઉપરાંત છે/રહેલ છે:

- સાવધ – ચપળ અને તમારી સાથે પારસ્પરિક્રિયા કરે છે
- અતિસાર અને ઊલટી, પણ લાલ અથવા પીળા રંગના ચિહ્નો નહિ (ઉપર મૂજબ). અતિસાર અને / અથવા ઊલટી કરનારા મોટા ભાગના બાળકોનો સલામતરીતે ઘરે પ્રબંધ કરી શકાય
- કન્યામાં જોડાયેલ પિરિઅડની (સ્ત્રાવ) વેદના
- વારંવાર કબજિયાત

ઉપરના બધા માટે કૃપા કરી પાછળના પાને આપેલ સલાહ જૂઓ.

સેલ્ફ કેર
પાછળના પાને આપેલ
સલાહનો ઉપયોગ કરી
તમે તમારા બાળકની
સંભાળ ઘરે પૂરી
પાડી શકશો.

હું મારા બાળકની સંભાળ- કાળજી કેવી રીતે લઈ શકું?

સેલ્ફ કેર: સમાવેશ કરી ખાતરી કરો કે તમારા બાળકને નિયમિત ખોરાક અને પીવાનું (પારદર્શક પ્રવાહીઓ) અને નિયમિત પીડામાં રાહત મળી રહે છે. ઉત્પાદકોની સૂચના મૂજબ પારાસિટિમોલ, આઈબૂપ્રોફેન આપવી જોઈએ. જો ચિંતિત બનો તો પાછળના પાને આપેલ ટ્રેફિક લાઈટ સલાહને અનુસરો.

પેટમાં આંકડી કે તાણ માટે – તમારા બાળકને કદાચ પેટમાં આંકડી આવતી હોય તો, જો સાદી પેઈનકીલર્સ મદદરૂપ નહિ બને, કૃપા કરી વધારે સલાહ મેળવો

અતિસાર (ડાયરિઆ) અને ઊલટી – જો તમારા બાળકને અતિસાર અને ઊલટી સાથે પેટમાં દુખાવો થતો હોય:

- કેટલા સમયથી તમારું બાળક માંદુ કે બીમાર છે? મોટે ભાગે અતિસાર 5 – 7 દિવસો વચ્ચેના સમય સુધી ચાલી અને 2 અઠવાડિયાઓમાં બંધ થાય છે. સામાન્યરીતે ઊલટી 3 દિવસો કરતાં વધારે સમય સુધી ચાલે નહિ. જો તમારા બાળકની આ સમયથી વધારે સમય માટે બીમારી ચાલુ રહે તો, સલાહ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરો.
- તમારા બાળકને હંમેશનું પોષણ આપવાનું ચાલુ રાખો, કે જેમાં સ્તનપાનથી અથવા બીજા દૂધના પોષણથી.
- તમારા બાળકને વધારે પ્રવાહી લેવા માટે પ્રોત્સાહીત કરો- ખૂબજ થોડું અને વારંવાર પાણી પૂરતું ન કહેવાય પણ શ્રેષ્ઠરીતે ઓરલ (Oral) રીહાઈડ્રેશન સોલ્યુશન (Rehydration Solution) (ORS) ઉત્તમ કહેવાય જેમકે ORS ઇ.ત ડાયરલાયટ (Dioralyte) તમારા જનરલ પ્રેક્ટિસ લખી આપી શકે અથવા મોટી સ્પૂરમાર્કેટસ અને ફાર્મસિમાંથી કાઉન્ટર ઉપર વેચાતી લઈ શકાય અને તે નિર્જલીકરણ થતું અટકાવી શકે. જે બાળકો નિર્જલિત (ડીહાઈડ્રેટ) બન્યા હોય તેની સારવાર માટે તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.
- પાણી કદાચ સ્વાદમાં સુધારો કરે તેના કરતાં ORS સેશમાં (પડીકી) રહેલ પાત્રને પાતળા (ડાયલ્યુટ) સ્કવોશમાં (નહિ" શુગર- ફી" સ્કવોશ) મિશ્ર કરો.
- જો તમારા બાળકને સોલિડ ખોરાકમાં રસ ન હોય તો ચિંતિત બનશો નહિ, પણ ભૂખ લાગે ત્યારે ખોરાક કે પોષણ આપશો. કિડિ ડિન્કસ અને/અથવા ફૂટ જ્યૂસ નહિ આપવાની સલાહ આપવામાં આવે છે, કારણકે તે અતિસાર (ડાયરિઆ) વધારે ખરાબ કરી શકે.
- અતિસાર અને/ અથવા ઊલટી (ગેસ્ટ્રોએન્ટરાઈટિસ) ફેલાવાનું બંધ કરવા માટે હાથને સાફ કરવાનો એ શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે.

પિરિઅડ (સ્રાવ) પેઈન – NHS ચોઈસીસમાં વધારે માહિતી મળી રહે છે: <http://www.nhs.uk/conditions/Periods-painful/Pages/Introduction.aspx>

વારંવાર (રિકરન્ટ) કબજિયાત - NHS ચોઈસીસમાં (પસંદગીઓ) વધારે માહિતી મળી રહે છે: હાઉ ટૂ ટ્રીટ યોર ચાઈલ્ડસ કોન્સ્ટિપેશન? constipation? <http://www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/pages/constipation-and-soiling.aspx> અથવા <http://www.nhs.uk/Conditions/Constipation/Pages/Symptoms.aspx>



ધ ઝલાસ ટેસ્ટ

જો તમારા બાળકને રેશ કે ફોલ્લીઓ – અળાઈ થયેલ હોય તો, “ઝલાસ ટેસ્ટ” કરશો. ફોલ્લી સામે કઠણ કે સ્થિરપણે ઝલાસનું ટાબ્લર દબાવો. જો તમને ઝલાસ કે કાંચ મારફતે સ્પોટ કે મેશ – કાજળ જોઈ શકો, અને જ્યારે તમે ચામડી ઉપર ઝલાસને દબાવો ત્યારે તે દેખાતું બંધ ન થાય, તો પછી આને “નોન- બ્લાન્ચીંગ રેશ” કહેવાય. જો તમે આવા પ્રકારનો રેશ જુઓ તો તાત્કાલિક મેડિકલ કે તબીબી સલાહ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરશો. આવો રેશ કાળી ચામડી ઉપર જોવાનો મૂકેલ બને, તેથી ઝાંખા કે કિડ્ડા વિસ્તારોની તપાસ કરો, જેમકે હાથની હથેલી, પગના તાલીગામાં અને પોટમાં (ફોટો મેનિજાઈટિસ રિસર્ચ ફાઉન્ડેશન 2013 ના સૌજન્યથી)

