கடுமையான வயிற்று வலி அறிவுரைப் பத்திரம்

பெற்றோர்களுக்கான / பராமரிப்பாளர்களுக்கான அறிவுரை

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version

South East Clinical Networks
Children and Young People

Patient Safety Collaborative

பிள்ளையின் பெயர் .... வயது .... அறிவுரை வழங்கப்பட்ட தேதி /நேரம் ....

மேலதிக அறிவுரை / தொடரும் ....

தொழிலறிஞரின் பெயர் .... தொழிலறிஞரின் கையொப்பம்

உங்கள் பிள்ளை எப்படி இருக்கிறார்? (போக்குவரத்து வெளிச்ச அறிவுரை)

சிவப்பு

உங்கள் பிள்ளைக்கு வயிற்று வலியுடன் பின்வருவன இருந்தால்:

- பதிலளிக்காமல் அதிகளவில் அரைத் தூக்கமாக இருத்தல்
- பெயின் கில்லேர்ஸ் எடுத்தும் (மறுபக்கத்தில் சுய பராமரிப்பு என்பதைப் பார்க்கவும்) கடூரமான வலி இருத்தல்
- ஆணுறுப்பு விரையில் வலி
- துலக்கமான பச்சை நிற வாந்தி
- தழும்புள்ள, வெளிறாத ஒரு தோல் தடிப்பு (மறுபக்கத்தில் 'கண்ணாடி சோதனை' என்பதைப் பார்க்கவும்)
- விரைவாகச் சுவாசித்தல் அல்லது சுவாசிப்பதில் கடினம்
- நிறம் மாறிய தோலுடன் ஆனால் சுரம் இல்லாமல் குளிரான கைகள் மற்றும் பாதங்கள்
- குறிப்பாக, மூத்த பிள்ளைகள் மற்றும் இளம் மக்களில், வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தியுடன் விரைவில் மோசமடையும் காய்ச்சலை ஒத்த நோய்க் குறிகள்

உங்களுக்கு அவசர உதவி தேவைப்படுகின்றது
தயவுசெய்து 999 எண்ணை அழைக்கவும் அல்லது மிக அண்மையிலுள்ள வைத்தியசாலை அவசர (A&E) பகுதிக்குச் செல்லவும்

மஞ்சள்

உங்கள் பிள்ளைக்கு வயிற்று வலியுடன் பின்வருவன இருந்தால்:

- அதிகளவிலான தாகம்
- வழமையிலும் பார்க்கக் கூடுதலாக அல்லது குறைவாக சிறுநீர் கழித்தல்
- வழமையான பெயின் கில்லேர்ஸ்களால் கட்டுப்படுத்தப்படாத வலி
- வீங்கிய வயிறு
- மஞ்சள் தோல் அல்லது கண்கள்
- உங்கள் பிள்ளையின் மலத்தில் அல்லது சிறுநீரில் இரத்தம்
- வழமைபோன்று சுறுசுறுப்பாக அல்லது நடமாடாமல் இருத்தல்
- எடை இழப்பு
- இரத்தம் கலந்த வாந்தி
- இங்கு குறிப்பிடப்பட்ட நோய்க் குறிகளுடன் அல்லது மேலுள்ள குறிகள் இல்லாமல் 48 மணித்தியாலங்களுக்கு மேலாக நீடிக்கும் ஒரு சுரம்

நீங்கள் ஒரு வைத்தியரை அல்லது **நேர்சை இன்று** தொடர்புகொள்ள வேண்டும்
தயவுசெய்து உங்கள் குடும்ப வைத்தியரின் சிகிச்சை இடத்தை அல்லது NHS 111என்பதை அழைக்கவும் – 111ஐ அழைக்கவும்

பச்சை

உங்கள் பிள்ளைக்கு வயிற்று வலியுடன் பின்வருவன இருந்தால்:

- விழிப்பாக இருந்து உங்களுடன் சேர்ந்து செயற்படுதல்
- இரத்தம் அல்லது (மேலுள்ளது போன்ற) மஞ்சள் வெளிச்ச குறிகள் இல்லாமல் வயிற்றோட்டம் மற்றும் வாந்தி. வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தி உள்ள பிள்ளைகளில் பலரை வீட்டில் பாதுகாப்பான முறையில் கவனித்துக்கொள்ளலாம்.
- ஒரு பெண் பிள்ளையில் மாத விடாயுடன் சேர்ந்த வலி
- அடிக்கடி ஏற்படும் மலச்சிக்கல்

மேலுள்ள அனைத்துக்கும், தயவுசெய்து மறுபக்க அறிவுரையைப் பார்க்கவும்

சுய பராமரிப்பு
மறுபக்கமுள்ள அறிவுரையைப் பயன்படுத்தி உங்கள் பிள்ளைக்குத் தேவைப்படும் பராமரிப்பை நீங்கள் வீட்டில் வழங்கலாம்.

உங்களுக்கு மொழி ஆதரவு அல்லது மொழிபெயர்ப்புத் தேவைப்பட்டால், தயவுசெய்து நீங்கள் பேசுகின்ற ஊழியருக்கு அறிவிக்கவும். பதிலுரை அளிப்பதற்கு அல்லது இந்தப் பத்திரத்தின் அதிகளவான பிரதிகளை எவ்வாறு பெற்றுக்கொள்வது என்பது உட்பட மேலதிக தகவலுக்கு சவுத் ஈஸ்ட் கிளினிகல் நெட்வேர்க்ஸ் பகுதி (கெண்ட், சரே மற்றும் சசெக்ஸ்) என்பதன் பேரில் இந்த விசாரணைகள் தொடர்பாக எங்களிடம் ஒரு தபால் பெட்டி உள்ளது. Ref **AP1** என்பதைத் தயவுசெய்து குறிப்பிடவும். தயவுசெய்து மின் அஞ்சல் அனுப்பவும்: CWSCCG.cypSECpathways@nhs.net

கடுமையான வயிற்று வலி அறிவுரைப் பத்திரம்

பெற்றோர்களுக்கான / பராமரிப்பாளர்களுக்கான அறிவுரை

December 2016 Kent, Surrey & Sussex Version

NHS South East Clinical Networks Children and Young People

Patient Safety Collaborative

எனது பிள்ளையை என்னால் எவ்வாறு கவனித்துக்கொள்ள முடியும்?

சுய பராமரிப்பு: உங்கள் பிள்ளை ஒழுங்கான உணவை, குடிநீரை (தெளிவான திரவங்கள்) மற்றும் ஒழுங்கான வலி தணிப்பு மருந்தை எடுக்கிறார் எனப் பார்த்துக்கொள்வதை இது உள்ளடக்க வேண்டும். உற்பத்தி செய்தோரின் அறிவுறுத்தல்களுக்கு ஏற்ற முறையில் பராசிட்டமோல்/ இபுபொறொவென் கொடுக்கப்பட வேண்டும். கரிசனை இருந்தால், மறுபக்கமுள்ள போக்குவரத்து வெளிச்ச அறிவுரையைப் பின்பற்றவும்.

வயிற்று வலிகள் – உங்கள் பிள்ளைக்கு வயிற்று வலி இருக்கலாம்; சாதாரணமான பெயின்கில்லேர்ஸ் உதவாவிட்டால், தயவுசெய்து மேலதிக அறிவுரை தேடிக்கொள்ளவும்.

வயிற்றோட்டமும் வாந்தியும்: உங்கள் பிள்ளைக்கு வயிற்றோட்டத்துடனும் வாந்தியுடனும் சேர்ந்த வயற்று வலி இருந்தால்:

- எவ்வளவு காலம் உங்கள் பிள்ளை சுகவீனமாக இருந்துள்ளார்? வயிற்றோட்டம் பெரும்பாலும் 5 – 7 நாட்கள் வரை நீடித்து 2 வாரங்களுக்குள் நின்றுவிடும். வாந்தியெடுத்தல் வழமையாக 3 நாட்களுக்கு மேல் நீடிப்பதில்லை. இந்தக் காலப் பகுதிகளுக்கு மேலாக உங்கள் பிள்ளை தொடர்ந்து சுகவீனமாக இருந்தால், அறிவுரை தேடவும்.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு, தாய்ப்பால் அல்லது ஏனைய பால் ஊட்டுதல் உட்பட, அவர்களின் வழமையான உணவுகளைத் தொடர்ந்து கொடுக்கவும்.
- அதிகளவிலான திரவங்களைக் குடிப்பதற்கு உங்கள் பிள்ளையை ஊக்குவிக்கவும் – சிறிதளவில் மற்றும் அடிக்கடி. தண்ணீர் போதுமானதாக இருக்காது. விரும்பக்கூடியதாக, ஓறல் றீஹைட்ரேசன் சொலுசன் (ORS) சிறந்தது. ORS என்பதற்கு உதாரணம் டயோறலைட். இது உங்கள் குடும்ப வைத்தியரால் சிபார்சு செய்யப்படலாம் அல்லது பெரிய சூப்பர்மார்க்கெட்டுக்களிலும் மருந்தகங்களிலும் நேரடியாக வாங்கப்படலாம். இது நீர் இழப்பு திரும்ப இடம்பெறுவதைத் தடுக்க உதவும். நீர் இழப்பு பெற்றுள்ள பிள்ளைகளுக்குச் சிகிச்சை அளிக்கவும் இது பயன்படுத்தப்படுகின்றது.
- நீருக்குப் பதிலாக, நீர் கலந்த ஸ்குஆஸ் ("சுகர் விறீ" ஸ்குஆஸ் அல்ல) , ORS பைக்கெட்டில் உள்ளதைக் கலப்பது ருசியைக் கூட்டும்.
- கட்டியான உணவில் உங்கள் பிள்ளைக்கு விருப்பமில்லாவிட்டால், கவலைப்பட வேண்டாம். ஆனால் பசி உள்ளபோது உணவைக் கொடுக்கவும் அல்லது ஊட்டவும். அவை வயிற்றோட்டத்தை மோசமடையச் செய்யலாம் என்பதால், நுரைத்தெழும் குடிபானங்களை மற்றும் / அல்லது பழச் சாறுகளைக் கொடுத்தல் நல்லல்ல.
- **வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தி (வயிற்றோட்டமும் வாந்தியும்) பரவுவதைத் தடுக்க கை கழுவுதல் சிறந்த வழியாகும்.**

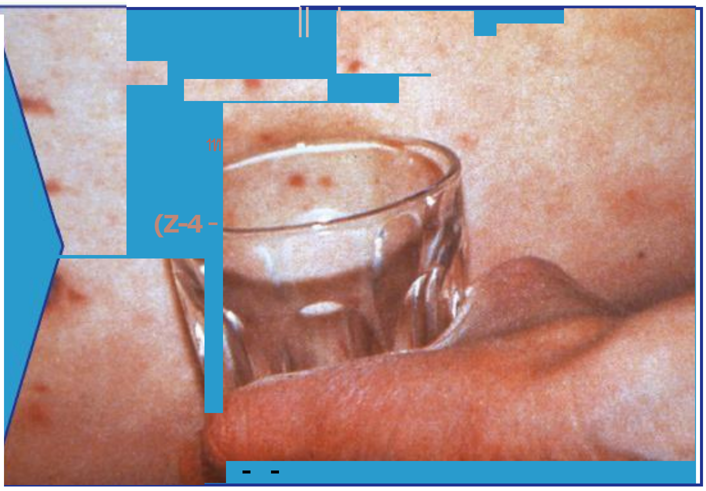
மாதவிடாய் வலி – NHS Choices என்பதில் மேலதிக தகவல் உள்ளது: http://www.nhs.uk/conditions/periods-painful/Pages/Introduction.aspx

திரும்ப ஏற்படும் மலச்சிக்கல் - NHS Choices இல் மேலதிக தகவல் உள்ளது: உங்கள் பிள்ளையின் மலச்சிக்கலை எவ்வறு குணப்படுத்துவது?: http://www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/pages/constipation-and-soiling.aspx அல்லது http://www.nhs.uk/conditions/ -and-soiling.aspx or Constipation/Pages/Symptoms.aspx

கண்ணாடி சோதனை

உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒரு தோல் தடிப்பு இருந்தால், 'கண்ணாடி சோதனையை' செய்யவும். தடிப்புக்கு மேல் ஒரு கண்ணாடி குவளையை அழுத்தவும். கண்ணாடி மூலமாக புள்ளிகளை உங்களால் காண முடிந்தால், மற்றும் நீங்கள் தோலில் கண்ணாடியை அழுத்தும்போது அவை மறையாவிட்டால், அது 'வெளிறிப் போகாத தோல் தடிப்பு' என அழைக்கப்படுகின்றது. இப்படியான தோல் தடிப்பை நீங்கள் கண்டால், உடனடியாக மருத்துவ அறிவுரை தேடவும். கறுத்தத் தோலில் இந்தத் தடிப்பைக் காண்பது கடினம். அதனால், கைகளின் உட்பகுதிகள், பாதங்களின் உட்புறம் மற்றும் வயிறு போன்ற வெளிறிய பகுதிகளைப் பார்க்கவும்.

(Photo courtesy of the Meningitis Research Foundation 2013)



கீழ் வரும் சூழலில் இந்த வழிகாட்டல் எழுதப்படுகின்றது. NICE, SIGN, EBM தரவு மற்றும் பொருத்தமானவாறு NHS சான்று என்பவையும் வேறு பிறவும் உட்பட்ட சான்றைக் கவனமாக ஆராய்ந்து இந்தப் பத்திரம் உருவாக்கப்பட்டது. அவர்களது மருத்துவ ரீதியான முடிவை எடுக்கும்போது ஆரோக்கிய பராமரிப்பு தொழிலறிஞர்கள் இதனை முழுமையாகக் கவனத்தில் எடுத்துக்கொள்வதற்கு எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள். இருந்தாலும், நோயாளி மற்றும் / அல்லது பராமரிப்பாளருடன் கலந்தாலோசித்து தனிப்பட்ட நோயாளியின் சூழல்களுக்கு ஏற்றவாறு தீர்மானங்களை எடுப்பதற்கு ஆரோக்கிய பராமரிப்பு தொழிலறிஞர்களுக்கு உள்ள தனிப்பட்ட பொறுப்பை இந்த வழிகாட்டல் விலக்காது.