மூச்சுக் குழாய் அழற்சி அறிவுரைப் பத்திரம்

(குழந்தைகளில் நீடித்திக்கும் இருமல், மிருதுவான காய்ச்சல் மற்றும் உணவூட்டல் கஷ்டங்களுக்கான ஒரு காரணம்). 2 வயதிலும் இளமையான குழந்தைகளின் பெற்றோர்களுக்கும் பராமரிப்பாளர்களுக்குமான அறிவுரை

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version

NHS
South East Clinical Networks
Children and Young People

Kent Surrey Sussex
Patient Safety Collaborative

பிள்ளையின் பெயர்: .... **வயது** .... **அறிவுரை வழங்கிய தேதி / நேரம்** ....

மேலதிக அறிவுரை / தொடரும் ....

தொழிலறிஞரின் பெயர் .... **தொழிலறிஞரின் கையொப்பம்**

உங்கள் பிள்ளை எப்படி இருக்கிறார்? (போக்குவரத்து வெளிச்ச அறிவுரை)

சிவப்பு

கீழுள்ளவற்றில் எந்த ஒன்றும் உங்கள் பிள்ளைக்கு இருந்தால்:

- நீல உதடுகளும் நாக்கும்
- பதிலளிக்காமல் இருத்தல் அல்லது மிகவும் எரிச்சலடைதல்
- விரைவாகச் சுவாசித்தல் அல்லது சுவாசிப்பதில் கடினம்
- சுவாசிப்பதில் நிறுத்தல்கள்
- ஒரு ஒழுங்கற்ற சுவாசிப்பு முறை
- 12 மணித்தியாலங்களுக்கு நனையாத நப்பிகள்

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

மஞ்சள்

கீழுள்ளவற்றில் எந்த ஒன்றும் உங்கள் பிள்ளைக்கு இருந்தால்:

- குறைவாக உண்ணுதல் (வழமையான உணவில் $^2/_3$ லும் குறைவாக)
- வழமையிலும் பார்க்கக் குறைவாக சிறுநீர் கழித்தல் அல்லது வழமையிலும் குறைவான நனைந்த நப்பிகள்
- வாந்தி எடுத்தல்
- உஷ்ண நிலை 39^0 க்கு மேல்
- சுவாசிப்பதில் கடினம்
- அல்லது உங்கள் பிள்ளையின் நலம் மோசமாகிறது அல்லது நீங்கள் கவலையடைகிறீர்கள்

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

பச்சை

மேலுள்ள சிவப்பு அல்லது மஞ்சள் பெட்டிகளில் உள்ள அம்சங்கள் எதுவும் இல்லாவிட்டால், மூச்சுக் குழாய் அழற்சியுள்ள பிள்ளைகளில் பலர் பாதுகாப்பான முறையில் வீட்டில் கவனிக்கப்படலாம்.

சுய பராமரிப்பு

மறுபக்கமுள்ள அறிவுரையைப் பயன்படுத்தி உங்கள் பிள்ளையை நீங்கள் வீட்டில் கவனிக்கலாம்.

சில உபயோகமான தொலைபேசி எண்கள் (இதிலும் சில எண்களைச் சேர்க்க நீங்கள் விரும்பலாம்)

குடும்ப வைத்தியர் சிகிச்சை இடம் (இங்கே எண்ணைக் குறித்துக்கொள்ளவும்)	**NHS 111** **111ஐ அழைக்கவும்** (வாரத்தில் 7 நாட்கள் 24 மணித்தியாலங்களுக்கு உள்ளது)	**பாடசாலை நேர்ஸ்/ ஹெல்த் விசிட்டர் குழு** இங்கே எண்ணைக் குறித்துக்கொள்ளவும்

கணினி மூலமான அறிவுரைக்கு: NHS Choices www.nhs.uk (24 மணித்தியாலங்கள் – ஒரு வாரத்தில் 7 நாட்கள் உள்ளது)
குடும்ப தகவல் சேவை: எல்லாப் பகுதிகளிலும் கணினி மூலமான சேவை உள்ளது. இது குடும்பங்களுக்கான பயனுள்ள தகவலை வழங்குகின்றது. இது உள்ளூர் கவுன்சில்களால் ஏற்படுத்தப்பட்டது.

உங்களுக்கு மொழி ஆதரவு அல்லது மொழிபெயர்ப்புத் தேவைப்பட்டால், தயவுசெய்து நீங்கள் பேசுகின்ற ஊழியருக்கு அறிவிக்கவும். பதிலுரை அளிப்பதற்கு அல்லது இந்தப் பத்திரத்தின் அதிகளவான பிரதிகளை எவ்வாறு பெற்றுக்கொள்ளுதல் என்பது உட்பட, மேலதிக தகவலுக்கு, சவுத் ஈஸ்ட் கிளினிகல் நெட்வேர்க்ஸ் பகுதி (கெண்ட், சறே மற்றும் சசெக்ஸ்) என்பதன் பேரில் இந்த விசாரணைகள் தொடர்பாக எங்களிடம் ஒரு தபால் பெட்டி உள்ளது (Ref: B1 என்பதைத் தயவுசெய்து குறிப்பிடவும்), தயவுசெய்து மின் அஞ்சல் அனுப்பவும்: CWSCCG.cypSECpathways@net

மூச்சுக் குழாய் அழற்சி அறிவுரைப் பத்திரம் (குழந்தைகளில் நீடித்திக்கும் இருமல், மிருதுவான காய்ச்சல் மற்றும் உணவூட்டல் கஷ்டங்களுக்கான ஒரு காரணம்). 2 வயதிலும் இளமையான குழந்தைகளின் பெற்றோர்களுக்கும் பராமரிப்பாளர்களுக்குமான அறிவுரை

December 2016
Kent, Surrey & Sussex Version

NHS South East Clinical Networks Children and Young People

மூச்சுக் குழாய் அழற்சி என்பது என்ன?

உங்கள் பிள்ளையின் சுவாசப் பைகளிலுள்ள மிகச் சிறிய காற்று வழிகள் வீக்கமடையும்போது ஏற்படும் ஒரு தொற்று வியாதியே மூச்சுக் குழாய் அழற்சி. இது உங்கள் பிள்ளை மூச்சுவிடுவதைக் கடினமாக்கலாம். மூச்சுக் குழாய் அழற்சி நச்சுக் கிருமி தொற்றுதல்களால் ஏற்படுகின்றது. குளிர் மாதங்களில் இது பொதுவானதாகும். மேலும், வழமையாக மெல்லிய தடுமன் போன்ற குறிகளை மாத்திரம் ஏற்படுத்தலாம். பல பிள்ளைகள் தாமாகவே சுகமடைகிறார்கள். சில பிள்ளைகளுக்கு, குறிப்பாக மிகவும் இளம் பிள்ளைகளுக்கு மூச்சு விடுதல் அல்லது உண்ணல் கஷ்டம் இருந்து அவர்கள் வைத்தியசாலைக்குச் செல்லவேண்டியதாக இருக்கலாம்.

என்ன குறிகள் உள்ளன?

- உங்கள் பிள்ளைக்கு மூக்கில் நீர் வடிதல், சிலவேளைகளில் உஷ்ணம் மற்றும் ஒரு இருமல் இருக்கலாம்.
- சில நாட்களின் பின்னர் உங்கள் பிள்ளையின் இருமல் மோசமடையலாம்.
- உங்கள் பிள்ளை மூச்சுவிடுதல் வழமையிலும் வேகமாக இருக்கலாம், மற்றும் சத்தமாக இருக்கலாம்.
- அவர் மூச்சுவிடுவதற்கு அதிகளவில் முயற்சி எடுக்கவேண்டியதாக இருக்கலாம்.
- மிகவும் இளம் குழந்தைகளில் மூச்சுக் குழாய் அழற்சி சிலவேளைகளில் அவர்கள் மூச்சுவிடுவதில் குறுகிய நிறுத்தல்களை ஏற்படுத்தலாம்.
- நீங்கள் கவலைப்பட்டால், மறுபக்கமுள்ள போக்குவரத்து வெளிச்ச அறிவுரையைப் பார்க்கவும்.
- மூச்சுவிடுதல் கடினமாகும்போது, மார்பகம் அல்லது போத்தல் மூலமாக உங்கள் பிள்ளை வழமையான பால் அளவை எடுக்க முடியாதிருக்கலாம்.
- வழமையைக் காட்டிலும் குறைந்தளவிலான நனைந்த நப்பிகளையே நீங்கள் பார்க்கக்கூடும்.
- உணவின் பின்னர் உங்கள் பிள்ளை வாந்தி எடுத்து எரிச்சலடையலாம்.
- மூச்சுக் குழாய் அழற்சி குறிகளால் சில குழந்தைகள் கூடுதலாகப் பாதிக்கப்படலாம், அதாவது அதிகளவில் உரிய காலத்துக்கு முன் பிறந்தோர் அல்லது இருதய பிரச்சனைகள் உள்ளோர்.

எனது குழந்தைக்கு நான் எவ்வாறு உதவ முடியும்?

- வழமைபோல உங்கள் பிள்ளை உண்ணாவிட்டால், சிறிதளவிலான உணவை ஆனால் கூடுதலாக அடிக்கடி ஊட்டவும்.
- மூச்சுக் குழாய் அழற்சி உள்ள பிள்ளைகளுக்குத் துன்பப்படும் அல்லது அசௌகரியமாக இருக்கும் குறிகள் இருக்கும். குறிகளை ஓரளவுக்குக் குணப்படுத்த நீங்கள் திரவ வடிவிலான பராசிட்டமோல் அல்லது திரவ வடிவிலான இபுபொறொவென் கொடுக்கலாம். இருந்தாலும், இது சுகவீனத்தின் கடுமையை அல்லது அது நீடித்திருக்கும் கால அளவை மாற்றாது என்பதைத் தயவுசெய்து கவனிக்கவும். மருந்து கொள்கலத்திலுள்ள அறிவுறுத்தல்களைத் தயவுசெய்து வாசித்துப் பின்பற்றவும்.
- எல்லா வயதுப் பிரிவினர்களுக்குமாக நேரடியாகப் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய (Over the Counter -OTC) மருந்து இல்லாமல் இருக்கலாம். உங்கள் மருந்தாளரிடம் கேட்கவும்.
- உங்கள் பிள்ளை ஏற்கெனவே மருந்துகளை அல்லது இன்ஹேலர்களை எடுத்தால் அவற்றை நீங்கள் தொடர்ந்து பயன்படுத்த வேண்டும். உங்கள் பிள்ளை அவற்றை எடுக்கச்செய்ய உங்களுக்குக் கடினமாக இருந்தால், உங்கள் மருந்தாளரை, ஹெல்த் விசிட்டரை அல்லது ஜீபீயைக் கேட்கவும். **மூச்சுக் குழாய் அழற்சி நச்சுக் கிருமியால் ஏற்படுத்தப்படுகின்றது. அதனால் அண்டிபயோட்டிக்ஸ் உதவமாட்டாது.**
- புகையிலை புகைத்தலால் உங்கள் பிள்ளை பாதிக்கப்படவில்லை எனப் பார்த்துக்கொள்ளவும். ஏனையோரின் புகைத்தலாலும் உங்கள் பிள்ளையின் ஆரோக்கியம் பாரதூரமாகப் பாதிக்கப்படலாம். அது மூச்சுக் குழாய் அழற்சி போன்ற மூச்சு விடுதல் பிரச்சனைகளை மேலும் மோசமடையச் செய்கின்றது.
- நீங்கள் வெளிப் பகுதியில் புகைத்தாலும், புகை உங்கள் ஆடைகளில் தொடர்ந்து இருக்கும் என்பதை நினைவுகொள்ளவும். புகைத்தலை நிறுத்த உதவியை விரும்பினால், உங்கள் உள்ளூர் ஜீபீ சிகிச்சை இடத்திலிருந்து அல்லது நாசனல் ஸ்டொப் சிமோக்கிங் ஹெல்ப்லைன் என்பதை அழைத்து தகவல்/ அறிவுரை பெறலாம். தொலைபேசி: 0800 169 0 169, தினமும் காலை 7 – பிற்பகல் 11 வரை.

மூச்சுக் குழாய் அழற்சி எவ்வளவு காலத்துக்கு நீடிக்கின்றது?

- அடுத்து வரும் இரண்டு வாரங்களில் முன்னேற்றமடைய ஆரம்பிக்க முன்னர் சுகவீனத்தின் முதல் 1 – 3 நாட்களில் மூச்சுக் குழாய் அழற்சியுள்ள பிள்ளைகளின் நிலை மோசமடையும். இருமல் கூடுதலான சில வாரங்களுக்குத் தொடர்ந்து இருக்கும். அண்டிபயோட்டிக்ஸ் தேவைப்படாது.
- அவர் போதியளவில் நலமடைந்ததும் (அதாவது வழமைபோல உணவு உண்டு மூச்சு விடுதல் கடினம் இல்லாதபோது) உங்கள் பிள்ளை நேர்சரிக்கு அல்லது பகல் பராமரிப்புக்குத் திரும்பிச் செல்லலாம்.
- உங்கள் பிள்ளை நன்கு சுகமடைந்தால், வழமையாக வைத்தியரைப் பார்க்கத் தேவையில்லை. ஆனால் நீங்கள் கவலைப்பட்டால், உங்கள் ஹெல்த் விசிட்டருடன், பிறக்டிஸ் நேர்சுடன், அல்லது ஜீபீயுடன் கலந்துரையாடவும், அல்லது NHS 111ஐத் தொடர்புகொள்ளவும்.

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.