வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தியெடுத்தல் அறிவுரைப் பத்திரம்

(வயிற்று நோய்) 5 வயதிலும் இளமையான பிள்ளைகளின் பெற்றோர்களுக்கும் பராமரிப்பாளர்களுக்குமான அறிவுரை

December 2016 Kent, Surrey & Sussex Version

South East Clinical Networks
Children and Young People

Patient Safety Coiia bonative

பிள்ளையின் பெயர் .... **வயது** .... **அறிவுரை கொடுக்கப்பட்ட தேதி / நேரம்** ....

மேற்கொண்டு அறிவுரை / தொடரும் ....

தொழிலறிஞரின் பெயர்:..**தொழிலறிஞரின் கையொப்பம்**

உங்கள் பிள்ளை எப்படி இருக்கிறார்? (போக்குவரத்து வெளிச்ச அறிவுரை)

சிவப்பு

உங்கள் பிள்ளை:

- விழிப்படையக் கஷ்டப்பட்டு / பதிலளிக்காவிட்டால்
- வெளிறி பலவீனமடைந்தால்
- மூச்சுவிடக் கஷ்டப்பட்டால்
- அவருக்கு சர்க்கரை வியாதி இருந்தால்
- வேறுபட்ட நிறமுள்ள தோலுடன் பாதங்களும் கைகளும் குளிராக இருந்தால்
- 18 மணித்தியாலங்களுக்கு மேலாக நனையாத நப்பிகள் அல்லது சிறுநீர் இல்லாமை

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

மஞ்சள்

உங்கள் பிள்ளை:

- நீரிழப்பு பெற்றவராக அதாவது உலர்ந்த வாய், தாழ்ந்த கண்கள், கண்ணீர் இல்லை, தாழ்ந்த தலை ஓடு (குழந்தையின் தலையில் மென்மையான புள்ளி) , அரைத் தூக்கம், வழமையிலும் குறைவாக சிறுநீர் கழித்தல்
- மலத்தில் இரத்தம், அடிக்கடி வயிற்று வலி
- குடிப்பதை அல்லது தாய்ப்பால் குடிப்பதை நிறுத்திவிட்டார் மற்றும் / அல்லது குடிபானங்களைக் கீழே வைக்க முடியவில்லை/ இந்தச் சுகவீனத்தின்போது வாய் வழியான திரவங்களைச் சகிக்கவில்லை.
- எரிச்சலடைகிறார் அல்லது சோம்பேறியாக இருக்கிறார்.
- அவரது மூச்சுவிடுதல் விரைவாக அல்லது ஆழமாக உள்ளது
- வேறுபட்ட தோல் நிறம் இல்லாமல் பாதங்களும் கைகளும் குளிராக உள்ளன
- வாந்தியில் இரத்தம்
- 3 மாதங்களுக்குக் கீழ்ப்பட்டவர்

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

பச்சை

மேலுள்ள அம்சங்களில் எதுவும் இருக்காவிட்டால், வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தி உள்ள பெரும்பாலான பிள்ளைகள் பாதுகாப்பான முறையில் வீட்டில் கவனிக்கப்படலாம்.
(1 வயதுக்குக் கீழான பிள்ளைகள் அல்லது குறைவான எடையுடன் பிறந்தோர் நீரிழப்பால் கூடுதலாகப் பாதிக்கப்படத்தக்கவர்கள். மற்றும்படி உங்கள் பிள்ளை நலமானவராகத் தோன்றினால் ஆனால் இன்னும் உங்களுக்குக் கரிசனைகள் இருந்தால் தயவுசெய்து உங்கள் குடும்ப வைத்தியரின் சிகிச்சை இடத்தைத் தொடர்புகொள்ளவும் அல்லது NHS 111ஐ அழைக்கவும்).

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

வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தி உள்ள பெரும்பாலான பிள்ளைகள் விரைவில் குணமடைகிறார்கள். ஆனால் சிலருக்கு அது மோசமடைகின்றது. நீங்கள் உங்கள் பிள்ளையை ஒழுங்காகச் சரிபார்த்து உங்கள் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு தொழிலறிஞரால் உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட அறிவுரையை மற்றும் / அல்லது இந்தப் பத்திரத்தில் கூறப்பட்டவற்றைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

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 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 **DV1** என்பதைத் தயவுசெய்து குறிப்பிடவும். தயவுசெய்து மின் அஞ்சல் அனுப்பவும்: CWSCCG.cypSECpathways@nhs.net

வயிற்றோட்டம் மற்றும் /அல்லது வாந்தியெடுத்தல் அறிவுரைப் பத்திரம்

(வயிற்று நோய்) 5 வயதிலும் இளமையான பிள்ளைகளின் பெற்றோர்களுக்கும் பராமரிப்பாளர்களுக்குமான அறிவுரை

December 2016
Kent, Surrey & Sussex
Version

South East Clinical Networks
Children and Young People

வயிற்று நோய் பற்றியது

மோசமான வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தியெடுத்தல் நீர் இழப்பை ஏற்படுத்தலாம். உடம்பு அதன் வழமையான தொழிற்பாடுகளைச் செய்வதற்கு உடம்பில் போதியளவு நீர் இல்லாமல் அல்லது உப்புக்களின் சரியான சமநிலை உடம்பில் இல்லாதபோது இது ஏற்படுகின்றது. நீர் இழப்பு மோசமாக ஏற்பட்டால் அது ஆபத்தானது. அதிகளவிலான நீரிழப்பு ஆபத்தைக் கொண்டுள்ள பிள்ளைகளில் அடங்குவோர்: 1 வயதுக்குக் கீழான குழந்தைகள் (மற்றும் குறிப்பாக 6 மாதங்களுக்குக் கீழானோர், ஒரு குறைந்த எடையுடன் பிறந்தோர், சுகவீனத்தின்போது குடிப்பதை அல்லது தாயப் பால் ஊட்டலை நிறுத்தியோர், மற்றும் உணவுச்சத்து குறைவுள்ள அல்லது தாமதப்படும் வளர்ச்சி உள்ள பிள்ளைகள்.

எனது பிள்ளையை எவ்வாறு நான் கவனிக்க முடியும்?

- வயிற்றோட்டம் பெரும்பாலும் 5 – 7 நாட்களுக்கு நீடித்து 2 வாரங்களுக்குள் நின்றுவிடுகின்றது. வாந்தியெடுத்தல் வழமையாக 3 நாட்களுக்கு மேல் நீடிப்பதில்லை. இந்தக் காலங்களுக்கு மேல் உங்கள் பிள்ளை தொடர்ந்து சுகவீனமாக இருந்தால், அறிவுரை தேடவும்.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு தாயப் பால் ஊட்டப்படுவதாக இருந்தால் அதைத் தொடர்ந்து செய்யவும். ஏனெனில் அவர்கள் திரும்பவும் நீர் சக்தி பெறும் வரை உங்கள் பிள்ளை கட்டியான உணவை உண்ணக்கூடாது.
- சிறிதளவில் மற்றும் அடிக்கடி – அதிகளவிலான திரவங்களைக் குடிப்பதற்கு உங்கள் பிள்ளையை ஊக்குவிக்கவும். தண்ணீர் போதுமானதாக இருக்காது. விரும்பக்கூடியதாக, ஓறல் றீஹைட்றேசன் சொலூசன் (ORS) சிறந்தது. ORS என்பதற்கு உதாரணம் டயொறலைட். நீரிழப்பு பெற்ற பிள்ளைகளுக்குச் சிகிச்சை அளிப்பதற்கும் டயொறலைட் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. அது பெரிய சூப்பர்மார்க்கெட்டுக்களிலும் மருந்தகங்களிலும் நேரடியாக வாங்கப்படலாம். இது நீரிழப்பு திரும்ப இடம்பெறுவதைத் தடுக்க உதவும்.
- நீருக்குப் பதிலாக, நீர் கலந்த ஸ்குஆசில் (“சுகர் விரீ” ஸ்குஆஸ் அல்ல) , ORS பைக்கெட்டில் உள்ளதைக் கலப்பது ருசியைக் கூட்டும்.
- கட்டியான உணவில் உங்கள் பிள்ளைக்கு விருப்பமில்லாவிட்டால், கவலைப்பட வேண்டாம். ஆனால் பசி உள்ளபோது உணவைக் கொடுக்கவும் அல்லது ஊட்டவும். அவை வயிற்றோட்டத்தை மேசமடையச் செய்யலாம் என்பதால், நுரைத்தெழும் குடிபானங்களை மற்றும் / அல்லது பழச் சாறுகளைக் கொடுத்தல் நல்லல்ல. உங்கள் பிள்ளை சுகமடையச் செய்ய அவருக்கு உதவுவதற்கு உங்கள் குழந்தை/ பிள்ளை நன்றாக உண்பது முக்கியமாகும்.
- ஒரு உயர்ந்தளவிலான உஷ்ணம், கழுத்துப் பிடிப்பு, அல்லது தோல் தடிப்பு போன்ற ஏனைய நோய்க் குறிகள் உங்கள் பிள்ளைக்கு இருந்தால், ஒரு ஆரோக்கிய பராமரிப்பு தொழிலறிஞரிடம் தயவுசெய்து அறிவுரை கேட்கவும்.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு வயிற்று வலி இருக்கலாம்; சாதாரணமான பெயின்கில்லேர்ஸ் உதவாவிட்டால், தயவுசெய்து மேலதிக அறிவுரை தேடிக்கொள்ளவும்.
- உங்கள் பிள்ளை நோய் தடுப்பு மருந்துகளைப் பெற்றுக்கொள்ள இருந்தால், அவை தாமதப்படுத்தப்படாதிருப்பதற்கு, உங்கள் குடும்ப வைத்தியருடன் அல்லது பிறக்டிஸ் நேர்சுடன் தயவுசெய்து கலந்துரையாடவும்.
- **வயிற்று நோய் பரவுவதைத் தடுக்கக் கை கழுவுதலே சிறந்த வழியாகும்.**

குணமடைந்த பின்னரான பராமரிப்பு

உங்கள் பிள்ளை திரும்பவும் நீர் சக்தி பெற்று மேற்கொண்டு வாந்தி எடுக்காவிட்டால்

- தாய்ப்பால் ஊட்டலை, ஏனைய பால் ஊட்டல்களை மற்றும் திரவ உணவைத் தொடர்ந்து கொடுக்கவும் – உடனடியாகவே முழுமையான பலமுள்ள பாலைக் கொடுக்கவும்.
- பிள்ளையின் வழமையான உணவைத் திரும்ப ஆரம்பிக்கவும்.
- வயிற்றோட்டம் நிற்கும் வரை பழச் சாறுகளையும் நுரைத்தெழும் குடிபானங்களையும் தவிர்க்கவும்.
- நீரிழப்பு திரும்ப ஏற்பட்டால், ORS என்பதைத் திரும்பக் கொடுக்க ஆரம்பிக்கவும்.
- நீரிழப்புக்கு எதிரான மருந்துகள் (அண்டிமோட்டிலிட்டி டிறக்ஸ் எனவும் அழைக்கப்படுகின்றன) பிள்ளைகளுக்குக் கொடுக்கப்படக்கூடாது*.

வயிற்று நோய் (வயிற்றோட்டம் மற்றும் / அல்லது வாந்தியெடுத்தல்) பரவுவதைத் தடுத்தல்):

நீங்கள் மற்றும் / அல்லது உங்கள் பிள்ளை ஒரு சூடான ஓடும் தண்ணீரில் சவுக்காரத்தால் (முடியுமானால் திரவ சவுக்காரம்) உங்கள் கைகளைக் கழுவி பின்னர் அவற்றைக் கவனமாக உலர்த்தவேண்டும்:

- கழிப்பிடத்துக்குப் போன பின்னர்
- நப்பிகளை மாற்றிய பின்னர்
- உணவைத் தொடுவதற்கு முன்னர்

உங்கள் பிள்ளை:

- வேறொருவருடன் அவரது துவாய்களைப் பகிர்ந்துகொள்ளக் கூடாது
- வயிற்றோட்டம் மற்றும்/ அல்லது வாந்தியெடுத்தல் கடைசியாக இருந்த 48 மணித்தியாலங்கள் வரையும் பாடசாலைக்கு அல்லது வேறு பிள்ளை பராமரிப்பு இடத்துக்குச் செல்லக் கூடாது
- வயிற்றோட்டம் நின்ற பின் 2 வாரங்கள் வரை நீந்தல் தடாகங்களில் நீந்தக் கூடாது.

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.