তথ্যপত্র

এই তথ্যপত্র কেবল শিক্ষামূলক উদ্দেশ্যে তৈরি করা হয়েছে। এই তথ্য আপনার শিশুর জন্য প্রযোজ্য কিনা তা নিশ্চিত হওয়ার জন্য অনুগ্রহ করে আপনার ডাক্তার কিংবা অন্যান্য পেশাদার স্বাস্থ্যকর্মীদের পরামর্শ করুন। আপনি যদি এই তথ্যপত্রের উপর আপনার মতামত জানাতে চান তাহলে অনুগ্রহ করে www.schn.health.nsw.gov.au/parents-and-carers/fact-sheets/feedback-form ওয়েবসাইটটি দেখুন।

শিশুদের গুরুতর অসুস্থতা শনাক্তকরণ (Recognition of Serious Illness in Children)

বাবা কিংবা মা হিসেবে আপনি জানেন সুস্থ থাকলে আপনার সন্তানকে কেমন দেখায়, আর এজন্যই তার মেজাজ, আচরণ, ক্রিয়াকলাপ এবং ক্ষুধায় খুব সামান্য পরিবর্তন হলে আপনি বুঝতে পারেন, যেগুলো হলে বুঝা যায় আপনার বাচ্চা হয়তো অসুস্থ হয়ে পড়ছে। যদি লক্ষণগুলো দেখে মনে হয় তার অসুস্থতা খুবই হালকা তাহলে ডাক্তারের সাথে দেখা করার আগে অসুস্থতা কী পরিমাণ বাড়ছে তা দেখার জন্য আপনি অপেক্ষা করতে পারেন। **আপনি যদি আপনার বাচ্চাকে নিয়ে উদ্বিগ্ন হন তাহলে উচিত হবে তাকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যাওয়া।** এক্ষেত্রে সাধারণত আপনি আপনাদের পারিবারিক ডাক্তারের কাছে প্রথম যেতে পারেন। আপনার যদি মনে হয় আপনার বাচ্চাকে তাৎক্ষণিকভাবে দেখানো উচিত তাহলে আপনার স্থানীয় জরুরী বিভাগ সবসময়ই খোলা আছে।

কখন আমার চিন্তিত হওয়া উচিত?

When should I be concerned?

অধিকতর গুরুতর অসুস্থতার কিছু সাধারণ লক্ষণ থাকে যেগুলো দেখলে আপনার উচিত হবে অত্যন্ত জরুরীভিত্তিতে ডাক্তারের শরনাপন্ন হওয়া। এগুলোর মধ্যে রয়েছেঃ

- চঞ্চলতা এবং খিটখিটে মেজাজ
- শ্বাসক্রিয়া
- ত্বকের রং এবং অবস্থা

তরল পদার্থ গ্রহণ ও বর্জন – আপনার বাচ্চা কী পরিমাণ পানি পান করছে এবং কী পরিমাণ প্রস্রাব করছে।

এই লক্ষণগুলো যদি খুব দ্রুত বাড়তে থাকে এবং সবগুলো একসাথে দেখা দেয় কিংবা যদি আপনার বাচ্চা খুব অল্পবয়সী হয় তাহলে আপনার উচিত হবে জরুরী ভিত্তিতে সাহায্য চাওয়া।

চঞ্চলতা (Alertness)

আপনার শিশু যখন অসুস্থ হয়ে পড়বে তখন হয়তো সে ছোটাছুটি করবে না, ঘুমাবে বেশী এবং অধিক তন্দ্রাচ্ছন্ন হয়ে পড়বে। আরও গুরুতর যেসব অস্বাভাবিকতা রয়েছে সেগুলো হল অসাড়তা, ক্ষীণ শব্দে কাঁদা, খিটখিটে মেজাজ কিংবা তার চারপাশের জিনিসগুলোর প্রতি তেমন খেয়াল না করা – যদি এসব দেখা যায় তাহলে খুব শীঘ্রি ডাক্তারের কাছে যান।

শ্বাসপ্রশ্বাস (Breathing)

যদি আপনার বাচ্চা দ্রুত শ্বাস নেয়, শব্দ সহকারে শ্বাস নেয় কিংবা শ্বাস নিতে কষ্ট হচ্ছে বলে মনে হয়, তাহলে আপনাকে জরুরী ভিত্তিতে ডাক্তারের কাছে যেতে হবে। যদি সমস্যাটি খুবি গুরুতর হয় তাহলে হয়তো আপনি বাচ্চার ঠোঁটের চারপাশে কালো রঙের দাগ দেখতে পাবেন কিংবা হয়তো সে থেমে থেমে শ্বাস নেবে। যদি এমনটি ঘটে তাহলে আপনার উচিত হবে একটি অ্যামবুলেন্স ডাকা।

ত্বকের রঙ ও অবস্থা

(Skin colour and appearance)

যদি আপনার শিশু অস্বাভাবিকভাবে ফ্যাকাশে হয়ে পড়ে কিংবা তার ত্বকে গাঢ় বেগুনি রঙের এলোমেলো দাগ দেখা যায় তাহলে আপনার উচিত হবে একজন ডাক্তারের কাছে যাওয়া।

অনেক ফুসকুড়ি মৃদু সংক্রমণের কারণে হয় এবং সেগুলো গুরুতর নয়। যদি আপনার শিশুর বেগুনি রঙের ফুসকুড়ি থাকে যা চাপ দিলে মিলিয়ে না যায় তাহলে আপনাকে জরুরিভিত্তিতে ডাক্তারের কাছে যেতে হবে। চামড়ার উপর একটি গ্লাস দিয়ে চাপ দিন এবং এর ভেতর দিয়ে দেখুন ফুসকুড়িটি মিলিয়ে গেছে কিনা। এটি মেনিঙ্গোকক্কাল সংক্রমণের একটি লক্ষণ হতে পারে।

the children's hospital at Westmead
The Sydney children's Hospitals Network

SYDNEY CHILDREN'S HOSPITAL RANDWICK
The Sydney children's Hospitals Network

HNEkidshealth
Children, Young People & Families

This document was last reviewed on 11 October 2017

© The Children's Hospital at Westmead, Sydney Children's Hospital, Randwick and Kaleidoscope Children, Young People and Families.

তরল পদার্থ গ্রহণ ও বর্জন (Fluids in and out)

যদি আপনার বাচ্চা স্বাভাবিকের অর্ধেকের চেয়েও কম পরিমাণ পানি পান করে কিংবা প্রতি ৬ ঘন্টা অন্তর মূত্র ত্যাগ না করে তাহলে সে পানিশুন্য হয়ে পড়ছে কিনা তা দেখার জন্য আপনাকে ডাক্তারের কাছে যেতে হবে। গুরুতর সমস্যার লক্ষণগুলো হলো রক্ত কিংবা সবুজ রঙের তরল (পিত্ত) পদার্থ সহকারে বমি করা, কিংবা রক্ত পায়খানা হওয়া। যদি এমনটি হয় তাহলে আপনার উচিত হবে জরুরি ভিত্তিতে একজন ডাক্তারের কাছে যাওয়া।

অন্যান্য সম্ভাব্য গুরুতর সমস্যাগুলোর মধ্যে রয়েছে তীব্র কিংবা ক্রমাগত ব্যথা বা কষ্ট হওয়া, ফুসকুড়ি এবং খিঁচুনি (ফিট) হওয়া।

জ্বর (Fever)

এমনিতে জ্বর হওয়া ক্ষতিকর কিছু নয়। যে সংক্রমণের কারণে জ্বর হয় তা প্রায়ই ভাইরাসজনিত এবং এর জন্য দরকার বিশ্রাম এবং পানি পান, তবে কখনও কখনও এটি হয় ব্যাকটেরিয়াজনিত যার জন্য অ্যান্টিবায়োটিক নেওয়ার দরকার হয়। ৩ মাসের কম বয়সী শিশুর যদি ৩৮ ডিগ্রির উপরে জ্বর হয় তাহলে তাকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যেতে হবে কারণ প্রায়ই এর কারণ খুঁজে পাওয়া দুষ্কর হয় এবং অসুস্থতার অন্যান্য লক্ষণগুলো শনাক্ত করা কঠিন হতে পারে।

একটি অপেক্ষাকৃত বেশী বয়সের জরাক্রান্ত শিশু কতটুকু অসুস্থ (চঞ্চলতায় পরিবর্তন, শ্বাসপ্রশ্বাস, ত্বকের রং এবং কী পরিমাণ তরল শরীরে যাচ্ছে কিংবা বের হচ্ছে) তা নির্ধারণের জন্য উপরে বর্ণিত লক্ষণগুলো ব্যবহার করুন। যদি আপনার বাচ্চা জ্বরে কাঁপুনি দেয়, তাহলে আপনার একজন ডাক্তারের কাছে যাওয়া উচিত।

খিঁচুনি (ফিট) (Seizures (fits))

যদি আপনার বাচ্চার খিঁচুনি হয় তাহলে আপনার উচিত কাত করে শুইয়ে দেয়া এবং একটি অ্যামবুলেন্স ডাকা (খিচুনি সংক্রান্ত তথ্যপত্রটি দেখুন)।

মনে রাখবেনঃ /Remember:

- আপনিই আপনার শিশুকে সবচেয়ে ভালো জানেন।
- আপনি যদি আপনার শিশুকে নিয়ে চিন্তিত হয়ে পড়েন তাহলে আপনার উচিত তাকে একজন ডাক্তারের কাছে নিয়ে যাওয়া।

দাবী ত্যাগঃ এই তথ্যপত্রটি কেবল শিক্ষামূলক উদ্দেশ্যে তৈরি করা হয়েছে। ইংরেজি থেকে সঠিক অনুবাদ করার জন্য সর্বাত্মক চেষ্টা চালানো হলেও ভাষার অনুবাদ একটি খুবই জটিল কাজ, আর তাই পৃথক পৃথক অনুবাদে ভুল থাকতেই পারে। আপনার সন্তানের জন্য এই তথ্যটি উপযোগী কিনা তা যাচাই এর জন্য অনুগ্রহ করে আপনার ডাক্তার কিংবা অন্যান্য পেশাদার স্বাস্থ্যকর্মীদের সাথে পরামর্শ করুন।

© The Children’s Hospital at Westmead, Sydney Children’s Hospital, Randwick and Kaleidoscope Children, Young People and Families.

Translated by the WSLHD Translation Service April 2017