

# तथ्य तालिका



यो तथ्य पुस्तिका शैक्षिक उद्देश्यको लागि मात्र हो । यो जानकारी तपाईंको बच्चाको लागि सही छ भन्ने कुरा निश्चित गर्नको लागि कृपया आफ्नो चिकित्सक वा अन्य स्वास्थ्य पेसा कर्मीहरूसँग परामर्श गर्नु होला । यदि तपाईं यस तथ्य पुस्तिकाबारे प्रतिपुष्टि उपलब्ध गराउन चाहनु हुन्छ भने कृपया यो वेभसाईटमा जानु होला [www.schn.health.nsw.gov.au/parents-and-carers/fact-sheets/feedback-form](http://www.schn.health.nsw.gov.au/parents-and-carers/fact-sheets/feedback-form).

## बालबच्चाहरूमा गम्भीर खालको रोगको पहिचान (Recognition of Serious Illness in Children)

बच्चा स्वस्थ तथा आराम हुँदा उ कस्तो छ भन्ने कुरा बच्चाको माता पिताको रूपमा तपाईंलाई थाहा हुन्छ अनि तपाईंले उसको मनस्थिति, व्यवहार, क्रियाकलाप र भोकमा आएको सूक्ष्म परिवर्तनबारे थाहा पाउन सक्नुहुन्छ यो तपाईंको बच्चामा कुनै रोग विकसित हुँदै गएको हुन सक्ने सङ्केत हो । यदि तपाईंको बच्चा मन्द रूपले मात्र विरामी भएको सङ्केतहरू छन् भने चिकित्सक कहाँ जानु भन्दा पहिला तपाईंले त्यो रोगले कसरी विकास गर्छ भनेर हेर्नको लागि पर्खने छनौट गर्न पनि सक्नुहुन्छ । यदि तपाईं आफ्नो बच्चाको लागि चिन्तित हुनुहुन्छ भने तपाईंले उसलाई चिकित्सक कहाँ लयुपछ । सामान्यतः तपाईंको पारिवारिक चिकित्सक नै सम्पर्क गर्ने पहिलो चिकित्सक हुन सक्छ । यदि तपाईंलाई आफ्नो बच्चालाई तत्काल अस्पताल लयु पछ भन्ने लाग्छ भने तपाईंको आकस्मिक विभाग सधैं उपलब्ध रहेको हुन्छ ।

### म कहिले चिन्तित हुनु पर्छ ?

#### When should I be concerned?

एउटा बढी गम्भीर प्रकारको रोगको सामान्य लक्षणहरू हुन्छन् जसले तपाईंलाई तत्काल चिकित्सकलाई भेट्न उक्साउँछ । यसमा निम्न कुराहरू लगायत छन् :

- चनाखोपन र झर्किने
- श्वासप्रश्वास
- छालाको रङ र रूप
- तरल पदार्थ भित्र र बाहिर-तपाईंको बच्चाले कति पानी पिइरहेको छ र कति पिसाब फेरिरहेको छ

यदि यी लक्षणहरू तीव्र गतिमा वृद्धि भयो भने, एकसाथ भयो भने वा यदि तपाईंको बच्चाको उमेर निकै सानो छ भने तपाईंले तत्काल मद्दत लिनु पर्छ ।

### चनाखोपन (Alertness)

तपाईंको बच्चा विरामी भए पछि उ कम सक्रिय हुन पनि सक्छ, बढी सुत्न सक्छ र बढी निन्द्रालु हुन सक्छ ।

बढी गम्भीर प्रकारको असामान्यपन शिथिलता, एउटा कमजोर रोदन, झर्को मात्र वा उसको वरिपरिको सर सामानहरू प्रति तुच्छ प्रतिक्रिया – यदि यस्तो भयो भने तत्काल चिकित्सकलाई भेटनुहोस् ।

### श्वासप्रश्वास (Breathing)

यदि तपाईंको बच्चाको श्वासप्रश्वास तीव्र घ्यारघ्यार गर्ने खालको छ भने वा श्वास फेर्न गाह्रो भएको जस्तो लाग्यो भने तपाईंले तत्काल चिकित्सकसँग भेट गर्नुपर्छ । यदि त्यो समस्या निकै गम्भीर छ भने तपाईंले आफ्नो बच्चाको ओठ वरिपरि कालो रङ देख्न पनि सक्नु हुन्छ वा उसले श्वास फेर्न रोक्दा विश्रामहरू लिन पनि सक्छ । यदि यस्तो भयो भने तपाईंले एम्बुलेन्स बोलाउनु पर्छ ।

### छालाको रङ र रूप (Skin colour and appearance)

यदि तपाईंको बच्चामा असामान्य पहुँलोपन वा हात खुट्टाको छालामा बैजनी धब्बा छ भने तपाईंले चिकित्सकलाई भेटनु पर्छ ।

कैयौँ डाबरहरू सामान्य सङ्क्रमणको कारणले हुने गर्छ र तिनीहरू गम्भीर खालको हुँदैन । यदि तपाईंको बच्चाको शरीरमा थिच्दा खेरी नहराउने खालको बैजनी रङको डाबरहरू छन् भने तपाईंले उसलाई तत्काल चिकित्सक कहाँ लयुपछ । छालामा एउटा सिसाको गिलासले थिच्नुहोस् र त्यो हराउँछ कि हराउँदैन हेर्नुहोस् । यो मेनिन्गोकोक्कल सङ्क्रमणको लक्षण हुन पनि सक्छ । (मेनिन्गोकोक्कल फ्याक्ट सिट हेर्नुहोस्)

## तरल पदार्थ भित्र र बाहिर (Fluids in and out)

यदि तपाईंको बच्चा ले समान्य मात्रा भन्दा आधा भन्दा कम तरल पदार्थ पिइ रहेको छ भने वा प्रत्येक ६ घण्टामा पिसाब फेरि रहेको छैन भने उसलाई डिहाइड्रेसन भएको छ कि छैन भनेर जाँच गर्नको लागि तपाईंले चिकित्सकलाई भेट्नु पर्छ । गम्भीर खालको समस्याहरूको लक्षणहरू रगत वा हरियो तरल पदार्थ (पित्त) बान्ता गर्नु, वा रगत भएको दिसा गर्नु । यदि यस्तो भयो भने तपाईंले तत्काल चिकित्सकलाई भेट्नु पर्छ ।

सम्भावित गम्भीर प्रकारको रोगको अन्य लक्षणहरूमा कडा वा निरन्तर पीडा वा आकुलता, डाबर वा मूर्च्छा पर्नु लगायतका छन्।

## ज्वरो (Fever)

ज्वरो आफैमा हानिकारक हुँदैन । ज्वरो आउने सङ्क्रमण प्रायजसो भाइरल हुन्छ र आराम र तरल पदार्थ आवश्यक हुन्छ, तर कहिलेकाहीं यो ब्याक्टेरीयाजन्य हुन्छ त्यसलाई एन्टिबायोटिकद्वारा उपचार गर्न आवश्यक हुन्छ । कारण थाहा पाउन प्रायजसो गाह्रो हुने भएको र रोगको अन्य लक्षणहरू थाहा पाउन गाह्रो हुने भएकोले ३८ डिग्री भन्दा बढी ज्वरो आएको ३ महिना भन्दा कमको एकजना बच्चालाई चिकित्सक कहाँ लग्नुपर्छ ।

बिरामी र ज्वरो आएको नवजात शिशु वा बच्चा कस्तो छ भनेर निश्चय गर्नको लागि माथि वर्णन गरिएको अभि लक्षणहरूलाई प्रयोग गर्नुहोस् (चनाखोपनमा परिवर्तन, श्वासप्रश्वास, छालाको रङ र तरल पदार्थ भित्र र बाहिर).

## मूर्च्छा पर्नु (Seizures (fits))

यदि तपाईंको बच्चा मूर्च्छा परेको छ भने तपाईंले उसलाई कोल्टे पारेर सुताउनु पर्छ अनि एउटा एम्बुलेन्स बोलाउनु पर्छ । (मूर्च्छा तथ्य पुस्तिका हेर्नुहोस् )

### यो कुरा नबिसनुहोस्:/Remember:

- तपाईंको बच्चाको बारेमा तपाईंले नै सबै भन्दा राम्रो गरेर जान्नु हुन्छ ।
- यदि तपाईं आफ्नो बच्चाको बारेमा चिन्तित हुनुहुन्छ भने तपाईंले यसलाई चिकित्सक कहाँ लग्नु पर्छ ।

नामञ्जुरी: यो तथ्य पुस्तिका शैक्षिक उद्देश्यको लागि मात्र हो । अङ्ग्रेजीबाट सही अनुवाद गर्नको लागि सबै प्रयास गर्दा पनि भाषा अनुवाद अति जटिल कार्य हो अनि त्यस कारणले प्रत्येक अनुवादहरूमा गल्तीहरू फेला पर्न सक्छ । यो जानकारी तपाईंको बच्चाको लागि सही छ भन्ने निश्चित गर्नको लागि कृपया आफ्नो चिकित्सक वा स्वास्थ्य सम्बन्धी स्वास्थ्य कर्मीहरू सँग परामर्श लिनुहोस् ।