NHS

الرجیاں

آپ کے بچہ کی الرجی پر قابو رکھنا اور اسے سمجھنا

یوکے میں پچاس فیصد بچوں کو الرجی ہے۔ والدین کے لئے یہ اس چیز کو سمجھنے میں سیکھنے کا ایک موڑ ہے کہ کس چیز سے بچیں اور الرجی پر کس طرح قابو پائیں اور اس کو کس طرح منظم کریں۔ جتنا زیادہ ممکن ہو معلومات حاصل کریں۔ الرجی کی بہت سی قسمیں ہیں۔

الرجی اس وقت ہوتی ہے جب جسم کسی پروٹین جیسے کھانے، کیڑے مکوڑوں کے ڈنک، زرگل، گھر کے گرد و غبار میں پائے جانے والے حشرات یا دیگر مادوں جیسے جراثیم کش دواؤں کے تئیں ایک ردعمل ظاہر کرتا ہے۔ یہاں بہت سی عام الرجیاں ہیں۔ دیگر گھرانوں کے مقابلہ میں کچھ گھرانوں میں الرجی والے زیادہ افراد معلوم ہوتے ہیں۔ ایسے گھرانوں میں پیدا ہونے والے بچے جہاں پہلے سے الرجیاں پائی جاتی ہوں اپنے اندر الرجی ہونے کے اوسط سے زیادہ امکان رکھتے ہیں۔

الرجی کی علامات ناک، گلا، کانوں، آنکھوں، نرخروں، ہاضمہ اور جلد کو ہلکی، معتدل یا شدید صورت میں متاثر کرسکتی ہیں۔ جب کسی بچہ کے اندر شروع شروع میں الرجی کی علامات ظاہر ہوتی ہیں تو یہ ہمیشہ واضح نہیں ہوتا کہ کون سی چیز علامات کی وجہ بنی ہے، یا آیا ان کے ساتھ الرجی کا ردعمل پیش بھی آیا ہے، کیونکہ الرجی کی کچھ علامات بچپن کی کچھ دیگر عام بیماریوں سے ملتی جلتی ہو سکتی ہیں۔ ددوڑا (جلد پر معمولی ابھرا ہوا نشان یا چھپاکی) الرجی زا رد عمل کی ابتدائی علامات میں سے ایک ہو سکتا ہے۔ اگر ردعمل شدید ہو، یا اگر علامات بار بار پیش آتی رہیں تو ضروری ہے کہ آپ اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔

اینافائلیکٹک شاک

اینافائلیکسس ایک خطرناک قسم کا الرجی زا رد عمل ہے جو کچھ مخصوص کھانوں، کیڑے مکوڑوں کے کاٹنے یا دواؤں کی وجہ سے ہونے کا زیادہ امکان رکھتا ہے۔

الرجی زا رد عمل کی ابتدائی علامات:

- سوجن اور خارش ہونا؛ چہرہ سرخ ہو سکتا ہے اور جلد پر معمولی ابھرا ہوا نشان یا چھَپاکی ظاہر ہو سکتے ہیں۔
- ہونٹ یا چہرہ کی سوجن۔
- شدید قے/پیٹ کا درد۔

اینافائلیکسس یا شدید رد عمل:

- سانس لینے میں تکلیف، کھانسی آنا اور/یا گلے میں خرخراہٹ۔
- رنگ اڑ جانا؛ ٹھنڈا اور چپچپا ہونا۔
- بے ہوش ہونا (سویا ہوا لگ سکتا ہے)۔

999 پر کال کریں اور آپریٹر کو بتائیں کہ آپ کے خیال سے بچہ کو اینافائلیکسس ہوا ہے۔

اگر دستیاب ہو تو جیسے ہی کسی سنگین رد عمل کا شبہ پایا جائے اسی وقت ایک ایڈرینالین انجیکشن دیا جانا چاہئے۔ اگر آپ کے بچے کے پاس EpiPen یا انجیکشن دینے کا آلہ ہے تو یقینی بنائیں کہ ایمرجنسی پیش آنے سے پہلے ہی آپ اس کا صحیح طریقہ سے استعمال کرنا جانتے ہوں۔

علامات کو پہچاننا

یہ مثال ان جگہوں کو دکھاتی ہے جہاں الرجی میں مبتلا لوگ علامات کا تجربہ کر سکتے ہیں۔ ان میں سے بہت سی علامات بچپن کی دیگر عام بیماریوں کے نتیجہ میں ہو سکتی ہیں۔ کوئی الرجی ہونے کی صورت میں، علامات اکثر زیادہ جلدی یا اچانک ظاہر ہوتی ہیں۔

آنکھیں

خارش زدہ آنکھیں، بہتی آنکھیں، چبھتی آنکھیں، سوجی ہوئی آنکھیں، 'الرجک شائنرز' - ناک کے بند جوفوں کی وجہ سے آنکھوں کے نیچے سیاہ حصے۔

ناک، گلا اور کان

بہتی ناک، بند ناک، خارش زدہ ناک، چھینک، ناک کے جوف میں درد، سردرد، پوسٹ-نیزل ڈرپ (ناک کے پیچھے سے بلغم کا گلے کے نیچے ٹپکنا)، بو یا ذائقہ کے احساس کا ختم ہونا، گلے میں درد، سوجا ہوا حنجرہ (حلق)، خارش زدہ منہ اور/یا گلا، بند کان اور چپچپا کان۔

نرخرے

گلے میں خرخراہٹ کے ساتھ سانس لینا، سانس لینے میں تکلیف، کھانسی آنا (خاص طور پر رات کے وقت)، سانس پھولنا۔

جلد

ددوڑے - جلد پر معمولی ابھرا ہوا نشان یا چھپاکی، ناہموار، خارش زدہ ابھرے ہوئے حصے، چکتے۔
ایگزیما - پھٹی ہوئی، خشک یا گیلی، ادھڑی ہوئی جلد۔

ہاضمہ

سوجے ہوئے ہونٹ/زبان، پیٹ درد، قے ہونا محسوس کرنا، الٹی، قبض، اسہال، پاخانے کے مقام سے خون آنا، ریفلکس، ناکافی نشو و نما۔

ہسٹامین مخالف دوائیں

ہسٹامین مخالف دوائیں غالبا الرجی کی دواؤں کی بہترین معلوم قسم ہیں اور زیادہ تر بغیر نسخے کے فارمیسی سے بآسانی دستیاب ہیں۔

جب کہ ہسٹامین مخالف دوائیں لوگوں میں غنودگی پیدا کرنے کے لئے معروف ہوا کرتی تھیں، تاہم جدید تر ہسٹامین مخالف دواؤں سے وہ ضمنی اثرات کبھی کبھی ہی پیش آتے ہیں۔

تفصیلات کے لئے پیکٹ چیک کریں۔

ماخذ: www.allergyuk.org

NHS

1

کھانوں سے الرجی کے معاملات اس وقت پیش آتے ہیں جب جسم کا نظام مامونیت کسی خاص کھانے یا کھانے کے مادے کے تئیں منفی ردعمل ظاہر کرتا ہے۔

2

الرجی پیدا کرنے والی چیزیں جلدی ردعمل (جیسے ہونٹوں، چہرہ اور آنکھوں کے گرد چکتے یا سوجن)، ہاضمہ کی پریشانیاں جیسے قے اور اسہال اور تپ کاہی جیسی علامات، جیسے چھینک کا سبب بن سکتی ہیں۔

3

بچوں کو زیادہ تر گائے کے دودھ، مرغی کے انڈوں، مونگ پھلیوں اور دیگر میوے جیسے ہیزل نٹ اور کاجو سے الرجی ہوتی ہے۔