خراب پیٹ

آپ یا آپ کے بچہ کے لئے اچھا نہیں ہے

قے اور اسہال کے جراثیم بآسانی لاحق ہوجاتے ہیں اور عام طور پر ایسی جگہوں میں منتقل ہوتے ہیں جہاں بہت زیادہ بچے ہوں۔

قے ہونا محسوس کرنا اور اچانک قے ہونا عام طور پر ابتدائی علامات ہوتی ہیں۔ اس کے بعد اسہال ہوسکتا ہے۔ اگر آپ کا بچہ کثرت سے قے نہیں کر رہا ہے، اور درمیان میں معقول حد تک پرسکون رہتا ہے اور آپ انہیں کثرت سے تھوڑی مقدار میں پانی دے سکتے ہیں تو ان میں پانی کی مقدار کم ہونے کا امکان کم ہے اور غالبا انہیں کسی ڈاکٹر سے ملنے کی ضرورت نہیں ہوگی۔

اگر وہ 24 گھنٹے سے زیادہ دیر سے بیمار ہوں تو اپنے جی پی سے بات کریں یا اس سے بھی پہلے اگر وہ نومولود بچے ہوں یا آپ پانی کی کمی کی علامات دیکھیں۔

اگر آپ چھاتی سے دودھ پلا رہی ہیں تو کثرت سے ایسا کرنا جاری رکھیں۔ بڑے بچوں کو خوب پانی یا چوسنے کے لئے آئس لولی دیں۔ اگر وہ کھانا چاہتے ہیں تو انہیں سادہ کھانے جیسے پاستہ یا ابلے چاول دیں (جو بہت زیادہ مرغن یا نمکین نہ ہوں)۔

انہیں ایسے دیگر لوگوں، خاص طور پر بچوں، سے دور رکھیں جنہیں انفیکشن ہو سکتا ہے۔ ہر ایک کے ہاتھ دھونے کے تعلق سے مزید محتاط رہیں۔

پانی کی کمی کی علامات

- کم گیلے نیپیز (یعنی وہ کم پیشاب کرتے ہیں)۔
- معمول سے زیادہ سونا۔
- خشک منہ۔
- دھنسا ہوا نرم تالو (ان کے سر کے اوپر کا نرم حصہ معمول سے زیادہ دبا ہوا ہو)۔

اپنے فارماسسٹ کی طرف سے کوئی آبیدہ کرنے والا محلول آزمائیں۔

فارماسسٹ کہتے ہیں

ایسے بہت سے طریقے ہیں جن کے ذریعہ گھر پر آپ اپنے بچہ کی دیکھ بھال کرسکتے ہیں۔ آزمانے کے قابل چیزیں ہیں:

- انہیں برابر مشروبات دیں - ٹھنڈے کئے ہوئے ابلے پانی کی تھوڑی مقدار آزمائیں۔ اگر چھاتی سے دودھ پلا رہی ہیں تو مطالبہ کرنے کی صورت میں پلائیں۔
- ہاتھ کے حفظان صحت کے تعلق سے زیادہ محتاط رہنا (صابن اور پانی یا جراثیم مخالف ہاتھ کی جیل استعمال کریں اور صاف تولیہ سے ہاتھوں کو اچھی طرح خشک کریں)۔
- آبیدہ کرنے والے محلول پانی کے ساتھ ملانے کے لئے پہلے سے پیمائش کردہ تھیلیوں میں آتے ہیں۔ پانی کی کمی میں اس سے مدد ملتی ہے۔

اگر آپ کا بچہ 24 گھنٹے سے زیادہ وقت سے بیمار ہے تو اپنے جی پی سے بات کریں۔ اگر آپ کا بچہ نوزائیدہ ہے یا بہت بیمار ہے تو فورا اپنے جی پی سے رابطہ کریں۔

معائنہ کار صحت کہتے ہیں

اگر آپ چھاتی سے دودھ پلا رہی ہیں تو ایسا کرتے رہنا جاری رکھیں اور خوب سیال پیتی رہیں۔

ماخذ: www.nhs.uk/conditions

1

میرے بچہ کو اسہال ہے اور قے ہو رہی ہے۔

2

کیا آپ نے انہیں خوب پانی پلایا ہے؟ اگر یہ پیٹ کا جراثیم ہو تو اس سے انہیں پانی کی کمی ہونے کو روکنے میں مدد ملتی ہے۔ اپنے فارماسسٹ سے بات کریں اور آبیدہ کرنے والے محلول کے بارے میں پوچھیں۔

3

اگر علامات میں کوئی بہتری نظر نہیں آتی ہے تو 24 گھنٹوں کے بعد یا اگر وہ نومولود ہیں تو فورا اپنے جی پی سے بات کریں۔