



Boloh

جب آپ کے بچہ کو سینے کا انفیکشن ہو جائے اور آپ نہ جانتے ہوں کہ اس وقت کیا کریں تو صلاح کے لیے ہیلپ لائن پر کال کریں۔

اس موسم سرما میں چھوٹے بچوں میں کھانسی، سردی زکام اور سینے کے انفیکشن بہت زیادہ ہوں گے۔ تیار رہیں۔ زیادہ تر بچوں کی گھر پر بحفاظت دیکھ بھال کی جا سکتی ہے، لیکن کبھی کبھی انہیں NHS کے تعاون کی ضرورت ہوگی۔

ہماری ہیلپ لائن کے صلاح کار انگریزی، پنجابی، میرپوری، پولش، لوگانڈا، رویانکول، روکگا، روٹورو اور کنیاریونڈا میں خدمت فراہم کر سکتے ہیں۔ دیگر زبانوں کے لیے ترجمان فراہم کیے جا سکتے ہیں۔

اس پر مزید جانکاری حاصل کریں: <https://what0-18.nhs.uk>

کیا آپ ایک سیاہ فام، ایشیائی یا نسلی اقلیت سے تعلق رکھنے والے والد/والدہ ہیں جو سینے کے انفیکشن کے بارے میں مزید جاننا چاہتے ہیں؟ کیا آپ صحیح طبی خدمات تک رسائی حاصل کرنے کے لیے تعاون چاہتے ہیں؟

ہمیں کال کریں 0800 151 2605

<https://helpline.barnardos.org.uk>

اگر آپ اپنے بچہ کی صحت سے متعلق فکر مند ہیں تو اپنے ضمیر کی آواز پر بھروسہ کریں

سرخ

اگر آپ کے بچہ میں درج ذیل میں سے کوئی چیز پائی جاتی ہے:

- سانس اتنی پھولتی ہے کہ بات کرنے، کھانے یا پینے سے قاصر ہوتا ہے۔
- زرد یا داغدار ہو جاتا ہے اور چھونے پر غیر طبعی طور پر سرد محسوس ہوتا ہے۔
- انتہائی مشتعل ہو جاتا ہے (ادھر ادھر توجہ پھیرنے کے باوجود زار و قطار روتا ہے)، کش مکش کا شکار یا بہت سست رہتا ہے (جسے بیدار کرنا مشکل ہوتا ہے)۔
- کوئی سرخ بادہ جو اس وقت نہیں غائب ہوتا ہے جب اس کے گرد گلاس مضبوطی سے پکڑا جاتا ہے۔

- ہونٹوں، مسوڑھوں، ناخنوں کے گرد یا آنکھوں کے آس پاس کی جلد کا نیلے یا قرمزی رنگ کا ہو جانا۔
- اس کے سانس لینے کے عمل میں وقفے پائے جاتے ہیں، اس کا سانس لینے کا انداز غیر ہموار ہے یا وہ غرانا شروع کر دیتا ہے۔
- جب وہ سانس اندر لیتا ہے تو سانس لینے کی تیز آواز آتی ہے، ہر وقت (حتیٰ کہ اس وقت بھی جب وہ پریشان نہیں ہوتا ہے)۔

آپ کو فوری مدد کی ضرورت ہے۔

قریب ترین ہاسپٹل ایمرجنسی (A&E) ڈپارٹمنٹ میں جائیں یا 999 پر فون کریں

زردی مائل

اگر آپ کے بچہ میں درج ذیل میں سے کوئی چیز پائی جاتی ہے:

- غنودگی (بہت زیادہ نیند) آتی ہے یا چڑچڑا ہو رہا ہے (کھلونے، ٹی وی، کھانے یا انہیں اٹھا کر نہیں منایا جا سکتا ہے) – خاص طور پر اگر اسے بخار اتر جانے کے باوجود غنودگی آتی ہے یا چڑچڑاہن رہتا ہے۔
- بہت زیادہ کانپ رہا ہے یا عضلات کے درد کی شکایت کرتا ہے۔
- 5 دن سے زیادہ مدت تک 38.0°C یا اس سے زیادہ بخار رہتا ہے۔
- حالت مزید خراب ہو رہی ہے یا آپ فکر مند ہیں۔

- سانس لینے کے لیے محنت کرنی پڑ رہی ہے – اس کی نچلی پسلیوں کے نیچے، اس کی گردن پر یا اس کی پسلیوں کے درمیان عضلات میں کھنچاؤ ہوتا ہے۔
- جب وہ سانس لیتا ہے تو سانس لینے کی تیز آواز آتی ہے، صرف اس وقت جب وہ پریشان ہوتا ہے۔
- پانی کی کمی محسوس ہوتی ہے (دھنسی ہوئی آنکھیں، غنودگی یا 12 گھنٹے تک پیشاب نہیں آیا ہے)۔

آپ کو آج ہی کسی ڈاکٹر یا نرس سے رابطہ کرنے کی ضرورت ہے۔

برائے مہربانی اپنے جی پی سرجری کو فون کریں یا NHS 111 کو کال کریں – 111 ڈائل کریں

ہم تسلیم کرتے ہیں کہ موجودہ COVID-19 بحران کے دوران، عروج کے اوقات میں، صحت نگہداشت کے کسی پیشہ ور فرد تک رسائی حاصل کرنے میں تاخیر ہو سکتی ہے۔ اگر علامات 4 گھنٹے یا اس سے زیادہ دیر تک برقرار رہتی ہیں اور آپ اپنے جی پی پریکٹس کے عملہ کے کسی فرد یا NHS 111 کے عملہ سے بات کرنے سے قاصر رہے ہیں تو اسے اپنے قریب ترین ED میں لے جانے پر غور کریں۔

سبز

اگر اوپر کی خصوصیات میں سے کوئی بھی نہیں پائی جاتی ہیں:

- اپنے بچہ کو بہت سارا سیال پیش کرتے ہوئے یقینی بنائیں کہ وہ اچھی طرح آبیہ رہے۔ اور کسی سرخ یا زردی مائل خصوصیات کو تلاش کرتے ہوئے مزید خرابی کی کسی بھی علامات کی وجہ سے ان پر گہری نظر رکھیں۔

ذاتی نگہداشت۔

اپنے بچہ کو گھر پر نگہداشت فراہم کرنا جاری رکھیں۔ اگر آپ ابھی بھی اپنے بچہ سے متعلق فکر مند ہیں تو NHS 111 کو کال کریں – 111 ڈائل کریں

اگر آپ کے بچہ میں کوئی ایسی علامات پائی جاتی ہیں جو COVID-19 کی نشاندہی کرتی ہیں (بڑھا ہوا درجہ حرارت؛ نئی مسلسل کھانسی – بہت زیادہ کھانسنہ، ایک گھنٹہ سے زیادہ یا 24 گھنٹے میں 3 یا اس سے زیادہ کھانسی کے معاملات؛ یا ذائقہ/بو محسوس نہ ہونا) تو NHS ٹیسٹنگ ویب سائٹ کے واسطے سے یا 119 پر کال کرتے ہوئے اپنے بچہ کے لیے جانچ کیے جانے کا انتظام کریں۔ آپ اور آپ کے معاونتی حلقہ میں موجود کسی شخص کا اس وقت تک گھر میں (علیحدہ) رہنا ضروری ہے جب تک کہ آپ کے بچہ کی جانچ کے نتائج نہ آجائیں۔