



Boloh

اگر نمی دانید برای بهبود عفونت سینه طفل تان چه باید بکنید، با این تلفون کمکی تماس بگیرید تا به شما گفته شود که چه اقدامی بکنید.

در این زمستان، سرفه، ریزش، و عفونت سینه در بین اطفال بسیار زیاد خواهد شد. آمادگی داشته باشید. به بسیاری از اطفال می توان در خانه مراقبت کرد، اما در بعضی موارد ضرورت است که با بخش خدمات حمایتی NHS تماس بگیرید.

شما می توانید با مشاورین ما از طریق این خط تلفون کمکی، صحبت کنید. مشاورین ما می توانند به لسان های انگلیسی، پنجابی، میرپوری، پولندی، لوگاندا، رویانکوله، روکیگا، روتورو، و کینیارواندا با شما صحبت کنند. اگر به لسان دیگری صحبت می کنید، برای شما ترجمان خواسته می شود.

برای معلومات بیشتر، به این وبسایت مراجعه کنید:
<https://what0-18.nhs.uk>

آیا شما یک پدر/مادر سیاهپوست، آسیایی (زردپوست) یا جزء اقلیت های نژادی هستید؟ آیا می خواهید شما را راهنمایی کنیم تا خدمات صحتی مناسب برای خود را دریافت کنید؟

با این شماره با ما تماس بگیرید **0800 151 2605**
<https://helpline.barnardos.org.uk>

اردو	اگر آپ اس پوسٹر کو نہیں پڑھ سکتے ہیں، یا زیادہ مدد کی ضرورت ہے تو براہ مہربانی 2605 151 0800 پر کال کریں
پنجابی	ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪੋਸਟਰ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਵਧੇਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 0800 151 2605 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ
پولندی	Jeśli nie może Pan/Pani odczytać tego plakatu lub potrzebuje Pan/Pani dodatkowej pomocy, prosimy o kontakt pod numerem 0800 151 2605

برای دسترسی به صفحات مشاوره در وبسایت ما،
کود QR را اسکن کنید



اگر در قسمت صحت طفل تان تشویش دارید، به حس تان اعتماد کنید

<p>به کمک عاجل ضرورت دارید: به بخش عاجل (A&E) نزدیک ترین شفاخانه محل تان مراجعه کنید یا به شماره 999 زنگ بزنید.</p>	<p>اگر یکی از علائم ذیل را در طفل تان می بینید:</p> <ul style="list-style-type: none"> • رنگ جلدش غیرعادی شده است (مثلاً رنگ پریده، کبود، یا آبی) • صدای نفس کشیدنش بسیار بلند است و یا نامنظم نفس می کشد • نمی تواند غذا بخورد • سست و بیحال است و یا بسیار پریشان است. • به تازگی در جلدش دانه برآمده است که وقتی گیلاس را روی آن می گیرید، از بین نمی رود 	 <p>سرخ</p>
<p>شما باید همین امروز با یک داکتر یا نرس تماس بگیرید: لطفاً با معاینه خانه داکترتان تماس بگیرید و یا به NHS به شماره 111 زنگ بزنید - 111 را دایل کنید.</p>	<p>اگر یکی از علائم ذیل را در طفل تان می بینید:</p> <ul style="list-style-type: none"> • به سختی نفس می کشد - خلط سینه خود را کش می کند • صدای نفس کشیدنش گاهی بلند می شود و یا نامنظم نفس می کشد • بعد از 12 ساعت پمپر خود را تر نکرده است • می لرزد یا از درد عضلات ناله می کند • برای بیش از 5 روز حرارت بدنش بلند مانده است 	 <p>ارغوانی</p>
<p>مراقبت از خود. به مراقبت از طفل تان در خانه ادامه دهید. اگر بازهم تشویشی درباره سلامت طفل تان دارید، با شماره 111 با NHS تماس بگیرید - شماره 111 را دایل کنید.</p>	<p>اگر هیچکدام از علائم فوق را در طفل تان نمی بینید:</p> <ul style="list-style-type: none"> • حتماً به آنها آب و شیر کافی بدهید • در صورت شیوع بیشتر این امراض در بین اطفال، همیشه مراقب باشید که طفل تان دچار علائم این امراض نشده باشد 	 <p>GREEN</p>