Punjabi

ਐਮਰਜੰਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ Emergency Services

ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਸੀਜ਼ਰ – ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ Febrile Seizures – Children

ਫੈਬਰਿਲ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ 'ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ'। ਸੀਜ਼ਰ (ਮੂਰਛਾ), ਕੰਟਰੋਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੇ ਪੱਠੇ ਦੇ ਦੌਰੇ, ਝੰਜੋੜੇ, ਜਾਂ ਹਿਚਕੋਲੇ ਹਨ।

ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਸੀਜ਼ਰ (ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰ) 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 4 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਦੇ ਕਦੇ 6 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ:

- ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਸੀਜ਼ਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਸੀਜ਼ਰ ਮਿਰਗੀ (ਐਪੀਲੈਪਸੀ) ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵੇਲੇ, ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਸੰਭਵ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੇਫੜਿਆਂ, ਕੰਨਾਂ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਤੋਂ)। ਕਾਰਨ ਮੁਤਾਬਕ, ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਐਂਟੀਬਾਇਓਐਟਿਕਸ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਘਰ ਵਿਚ ਸੰਭਾਲ

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਰਾਮਦੇਹ ਰੱਖੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਾ ਅਜੇ ਵੀ ਥੱਕਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੌਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੌਣ ਦੇਣਾ ਠੀਕ ਹੈ।
- ਜੇ ਡਾਕਟਰ ਕਿਸੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਦੇਵੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੇਆਰਾਮ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਟੈਂਪਰੇਚਰ (ਤਾਪਮਾਨ) 38 ਡਿਗਰੀ ਸੈਂਟੀਗਰੇਡ (100 ਡਿਗਰੀ ਫਰਨਹਾਈਟ) ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਕਰਕੇ ਟੈਂਪਰੇਚਰ ਘਟਾਉ:
  - ਐਸੀਟਾਮਿਨੋਫਿਨ (ਟੈਲਾਨੋਲ) ਜਾਂ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫਿਨ (ਐਡਵਿਲ ਜਾਂ ਮੌਟਰਿਨ) ਦੇ ਕੇ

    ਨੋਟ: ਐਸੀਟਾਮਿਨੋਫਿਨ ਜਾਂ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫਿਨ ਨਾਲ ਬੁਖਾਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਸੀਜ਼ਰਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਹੋਵੇਗੀ। ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਰਾਮਦੇਹ ਰਹੇਗਾ।
  - ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪੀਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇ ਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਣੀ, ਜੂਸ, ਜਾਂ ਜਿੰਜਰ ਏਲ।
  - ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹਲਕੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾ ਕੇ। ਭਾਰੇ ਸਵੈਟਰ ਅਤੇ ਕੰਬਲ ਲਾਹ ਦਿਉ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਕ ਦਿਨ ਤੱਕ ਚਿੜਚਿੜਾ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਟ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇਸ ਲਿਖਤ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ।

Printshop # 262078 (October 2012) Punjabi

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਹੋਰ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਬਹੁਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਸਿਰਫ ਇਕ ਸੀਜ਼ਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਜਿਸ ਵਿਚ ਬੁਖਾਰ ਵੀ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਹੋਰ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਨ ਜੇ:

- ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਏ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸੀਜ਼ਰ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਿਚ ਹੋਇਆ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਬੁਖਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਇਕ ਘੰਟੇ ਵਿਚ ਹੋਇਆ ਹੈ।
- ਸੀਜ਼ਰ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਟੈਂਪਰੇਚਰ 39 ਡਿਗਰੀ ਸੈਂਟੀਗਰੇਡ ਅਤੇ 40 ਡਿਗਰੀ ਸੈਂਟੀਗਰੇਡ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸੀ (102 ਡਿਗਰੀ ਫਰਨਹਾਈਟ ਅਤੇ 104 ਡਿਗਰੀ ਫਰਨਹਾਈਟ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ)।

ਬੁਖਾਰ ਤੋਂ ਸੀਜ਼ਰ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ?

ਸੀਜ਼ਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਕਿਸੇ ਨਰਮ ਨੀਂਵੀਂ ਚੀਜ਼ ’ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਪਾਉ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਨਹਾਉਣ ਵਾਲੇ ਟੱਬ ਵਿਚ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਫਰਸ਼ ’ਤੇ ਲੰਮਾ ਪਾਉ।
- ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਪਈ ਕੋਈ ਤਿੱਖੀ ਜਾਂ ਸਖਤ ਚੀਜ਼ ਚੁੱਕ ਦਿਉ।
- ਸ਼ਾਂਤ ਰਹੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰਹੋ।
- ਇਹ ਨਿਗ੍ਹਾ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ, ਇਹ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਸੀਜ਼ਰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰੋਕੋ ਜਾਂ ਫੜੋ **ਨਾ**। ਸੀਜ਼ਰ ਫੜਨ ਨਾਲ ਰੋਕੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ।
- ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ **ਨਾ** ਪਾਉ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਸੀਜ਼ਰ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੀਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ **ਨਾ** ਦਿਉ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੀਜ਼ਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਗਦਾ ਸੀ?

ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੀਜ਼ਰ ਦੌਰਾਨ ਜਾਗਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸੀਜ਼ਰ ਦੇ ਰੁਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉੱਠ ਪੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਪਰ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆਵੇਗੀ।

ਫੌਰਨ 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੇ:

- ☐ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੀਜ਼ਰ 5 ਮਿੰਟਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
- ☐ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੀਜ਼ਰ ਦੇ ਰੁਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਹੀਂ ਜਾਗਦਾ।
- ☐ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੀਜ਼ਰ ਦੇ ਰੁਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਉ ਜੇ:

- ☐ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੀਜ਼ਰ 5 ਮਿੰਟਾਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ☐ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੀਜ਼ਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਪੁੱਛਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ:

- ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ
- ਆਪਣੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੋਂ
- ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ – 8-1-1 ’ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਬੋਲ਼ੇ ਅਤੇ ਉੱਚਾ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ 7-1-1) ਜਾਂ www.HealthLinkBC.ca ਵੈੱਬਸਾਈਟ ’ਤੇ ਜਾਉ।

ਇਸ ਲਿਖਤ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ।
Printshop # 262078 (October 2012) Punjabi