

118 पर कॉल कब करें

अगर निम्नलिखित में से कोई एक या एक से अधिक "अलार्म लक्षण" प्रकट हो तो आपके बच्चे को तुरंत मेडिकल सलाह की आवश्यकता है:

- बेहोश होना;
- अचेत हो जाना ("फिट्स");
- बार-बार प्रोजेक्टाइल कय होना;
- संतुलन बनाने में कठिनाई (डिजीनेस), टहलने में परेशानी;
- देखने में परेशानी, तिरछी (क्रास) आंखें, पलक के आकार में भिन्नता;
- गला में दर्द;
- उनींदापन (आपका बच्चे को असमय नींद आना), अनिद्रा या बच्चे को जगने में परेशानी;
- व्यक्तित्व और आचरण में असामान्य परिवर्तन, चिड़चिड़ापन (जोर-जोर से और लगातार रुदन जो शांत न हो सके), व्यग्रता, मानसिक भ्रम;
- बोलने, सुनने और समझने में परेशानी
- नाम, स्थान और तारीख याद करने में भ्रम
- सामान्य बेचैनी के साथ सिर में दर्द;
- याददाश्त खोना
- नाक या एक कान से रक्त का बहाव;
- नाक से साफ द्रव्य का बहना;
- नवजात शिशु के अग्र तालु में उभार और तनाव होना।

सिर की चोट की रोकथाम कैसे करें

सिर की चोट के जोखिम को कम करने का सबसे बेहतर उपाय रोकथाम है जो बच्चे की आयु के अनुसार उपयुक्त होता है।

हमारी सलाह है कि जब चेंजिंग टेबल, मेज पर रखी ऊंची कुर्सी या कैरी-कॉट्स (बाउंसी सीट, बबी बगीज आदि) या बिना रीस्ट्रेंट के ऊंची कुर्सी का इस्तेमाल कर रहे हों तो अत्याधिक सावधानी बरतें।

बच्चे को कभी भी चेंजिंग टेबल या बिस्तर या सोफा पर अकेले नहीं छोड़ें।

सीढ़ी, स्टेप्स, बिस्तर आदि पर हम उपयुक्त गार्ड्स रखने की अनुशंसा करते हैं; बेबी वाकर के इस्तेमाल की सलाह बिल्कुल नहीं दी जाती है।



जब कभी बच्चे बाइक पर हो उसे हेलमेट अवश्य पहनाना चाहिए भले ही वह यात्री के रूप में ही बाइक पर क्यों न सवार हो और जैसा कि कानूनी रूप से आवश्यक है कार की सवारी के समय आयु के हिसाब से बच्चे को हमेशा अटकाव के बीच अवश्य सुरक्षित रहना चाहिए।

बड़े बच्चों को सभी खतरनाक खेलकूद (स्केटबोर्डिंग, बेसबॉल, घुड़सवारी, स्किइंग..) और पहिये वाले परिवहन (हॉवरबोर्ड, स्कूटर...) के दौरान हेलमेट अवश्य पहनना चाहिए।



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

सिर की चोट

USL -IRCCS रेजियो ईमिला की स्वास्थ्य देखभाल अथॉरिटी के प्राथमिक उपचार करने वाले शिशु रोग विशेषज्ञ चिकित्सक एवं अस्पताल आधारित शिशु रोग विशेषज्ञों के द्वारा लिखित और साझाकृत सूचनात्मक पैंफलेट।

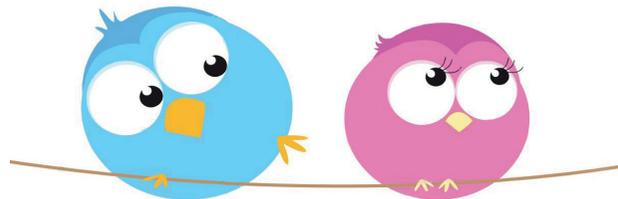


विषय प्रवेश

सिर में चोट लगने का सामान्य कारण (सिर पर प्रहार) 75 % मामलों में दुर्घटनावश गिरने (सामान्यतया बिस्तर, सोफा या चेंजिंग टेबल, खेल के दौरान आदि) से होता है। अगला सामान्य कारण सड़क दुर्घटना (जब कोई वाहन बच्चे को टक्कर मार दे, यात्री के रूप में कार में होने वाली दुर्घटना, साईकिल से चोट लगना आदि) है जबकि खेलकूद के समय होने वाली दुर्घटना तीसरे स्थान पर आती है।

सिर में चोट लगने का सबसे खतरनाक परिणाम होता है " **इंद्राक्रिनियल हीमाटोमा**" - खोपड़ी के अंदर रक्त संग्रह होना। जब हीमाटोमा का आयतन बढ़ जाता है तो यह मस्तिष्क को दबा ("कुचलना") सकता है।

हीमाटोमा कई घंटे तक बना रह सकता है, इसलिए लक्षण चोट लगने के कई घंटे बाद भी उत्पन्न हो सकते हैं।



सिर की चोट का उपचार कैसे होता है?

- अगर उपलब्ध हो तो सिर के चोटिल क्षेत्र में करीब 10-15 मिनट तक बर्फ या ठंडा पानी बार-बार लगाएं जो दर्द को कम कर सूजन (सिर पर मौजूद उभार) को सीमित कर देगा।
- अगर आपके बच्चे के सिर में चोट बहुत ऊंचे स्थान से गिरने के कारण नहीं लगी है (एक मीटर से कम) और बच्चा होश में है, तुरंत रोता है और जल्द ही शांत हो जाता है तो आपको फिलहाल घबड़ाने की आवश्यकता नहीं है। लेकिन आप उसे आवश्यक रूप से 48 घंटे तक अवलोकन में रखें।
- अगर चोट की गतिशीलता पूरी तरह से स्पष्ट नहीं हो जैसे कि बच्चे को अकेले में चोट लगी हो और किसी ने उसे चोट लगते समय नहीं देखा हो या सड़क दुर्घटना की स्थिति हो, तो हड्डियों और आंतरिक अंगों के नुकसान के जोखिम को समझने के लिए तत्काल चिकित्सीय आकलन अनिवार्य होता है।
- यह महत्वपूर्ण है कि चोट लगने के बाद **48 घंटे तक** अपने बच्चे को नजदीकी निगरानी में रखें।

सिर में चोट लगने के बाद अगले 48 घंटे के दौरान किन बातों पर ध्यान देना चाहिए

- जब बच्चा जगता है तो:

तो उसके व्यवहार पर ध्यान दें, सुनिश्चित करें कि वह सामान्य रूप से चल-फिर रहा/रही है, कि वह चीजों को पकड़ने के लिए बाजू और हाथ का इस्तेमाल कर रहा/रही है, कि वह अपने सामान्य स्वभाव और क्षमता के अनुसार आचरण कर रहा/रही है, कि वह अपने नजदीकी व्यक्ति और पहचानी चीजों की पहचान कर रहा/रही और यह कि उसे कोई " अलार्म लक्षण" तो नहीं उभरे हैं।

- जब बच्चा सोया हो:

करीब प्रत्येक दो घंटे पर सुनिश्चित करें कि वह सामान्य रूप से सांस ले रहा है और आराम की अवस्था में है। उसे आवाज दें और/अथवा उसे आराम से स्पर्श करें और सुनिश्चित करें कि वह इस पर प्रतिक्रिया कर रहा/रही है या नहीं।

