



## پینے کے لیے باز آبیڈگی کے محلول

یہ محلول فارمیسی سے مائع کی شکل میں، جیلائن میں یا سفوف کے بطور خریدے جا سکتے ہیں جو پیکیج پر درج ہدایات کے مطابق پانی میں تحلیل ہو جانا ضروری ہے۔ چونکہ ان میں معدنی نمک ہوتے ہیں، لہذا تھنڈا ہونے پر وہ بہتر طور پر قبول کیے جاتے ہیں۔

انہیں گھر پر جو دوائیں آپ عام طور پر استعمال کرتے ہیں ان کے ساتھ رکھنا اچھا خیال کیا جاتا ہے۔

پانی، شکر آمیز مشروبات، پھل کا جوس اور سافٹ ڈرنکس صحیح باز آبیڈگی کے لیے مناسب نہیں ہیں کیونکہ ان میں وہ معدنیات نہیں ہوتے ہیں جو اسپتال کے ساتھ ضائع ہو گئے ہیں۔

## معالج اطفال کو کال کرنے سے پہلے، درج ذیل باتیں نوٹ کریں:

- الٹی کے دوروں کی تعداد اور ان کے خواص، (الٹی کا رنگ، آیا الٹی میں غشائے مخاطی یا خون شامل ہے، آیا الٹی پروجیکٹائل ہے، آیا اس کے بعد زرد روئی اور/یا متلی ہوئی ہے، آیا کھانسی سے تحریک یافتہ ہے)۔
- پلخانے کی تعداد، مقدار، رنگ اور بنم آہنگی۔
- چیک کریں کہ آیا آپ کے بچے/بچی کو پیشاب ہو رہا ہے (چیک کریں کہ اس کا پوٹڑا گیلا ہے)، آیا اس کے رونے کے ساتھ آنسو گر رہے ہیں، اور آیا وہ غنودہ ہے یا اس کے بجائے وہ کھیلنا چاہتا ہے۔

- چیک کریں کہ آیا بچہ/بچی بدستور پینے کے لیے باز آبیڈگی کا محلول اور اس کے بعد پانی بھی بکثرت چسکیاں لے کر پیتا/پیتی ہے۔

چند دنوں تک بچے/بچی کے لیے ناقص اشتہا ہونا عام بات ہے: اہم بات یہ ہے کہ وہ بدستور پیتا/پیتی ہے!

بچے کے بالکل حالیہ جسم کے وزن کو جاننا بھی مفید ہے۔

## ایمرجنسی روم میں کب جائیں

- اگر الٹی اس قدر شدید اور مسلسل ہو کہ آپ کا بچہ پینے کے لیے باز آبیڈگی کا محلول نہیں پی سکتا ہو۔
- اگر آپ کا بچہ/بچی غیر اثر پذیر ہے، سو جایا کرتا/کرتی ہے، کم اور اس سے بھی کم پیشاب کرتا/کرتی ہے (شدید آب ربائی کی نشانی)، یا پینے سے انکار کرتا/کرتی ہے
- اگر الٹی کا رنگ سبزی مائل ہے یا مکرر طور پر خون پر مشتمل ہوتی ہے (الٹی عموماً شفاف یا زرد مائل رنگ کی ہوتی ہے)۔
- اگر آپ کے بچے/بچی کی عمر 6 سال سے کم ہے اور الٹی کرتا/کرتی ہے اور/یا اسے مکرر طور پر اسپتال ہوتا ہے (نومولود اور دودھ پیتے بچے آسانی سے آب ربائی کا شکار ہو سکتے ہیں)؛
- آیا خون کی کافی مقدار پلخانے میں ظاہر ہوتی ہے اور/یا وہ مکرر طور پر خون پر مشتمل ہوتا ہے۔

## الٹی اور اسپتال

### (معدے و آنت کی سوزش)

ابتدائی نگہداشت کے معالجین اطفال اور نگہداشت صحت سے متعلق اتھارٹی ریجیو ایمیلیا کی Azienda USL - IRCCS کے ہسپتال پر مبنی معالجین اطفال کا تحریر اور شیئر کردہ معلوماتی پمفلٹ



## اگر آپ کے بچے/بچی کو اسہال ہے

- اصل علاج یہ ہے کہ جو مائع اور معدنیات زائل ہو رہے ہیں ان کے بدل کے لیے پینے کے لیے باز آبیڈگی کے محلول دیے جائیں اور اگر قبول ہوتی ہو تو تھوڑی مقدار میں معمول کی فیڈنگ جاری رکھی جائے۔
- چھاتی سے دودھ پلانے میں کبھی بھی رکاوٹ نہیں آنی چاہیے اور فارمولا دودھ کو نارمل ارتکاز پر رکھنا چاہیے۔ شیر خوار کے لیے تھوڑی مقدار میں اور زیادہ کثرت سے، ہمیشہ پینے کے لیے باز آبیڈگی کے محلول سے ادل بدل کر فیڈ کرانا مفید ہو سکتا ہے۔
- شکر آمیز مشروبات (جیسے پھل کا جوس یا چائے مع شکر) مت پیش کریں۔ چھوت کی بیماری کے خطرے کو کم کرنے کے لیے ہاتھوں کو کثرت سے دھوئیں۔
- اسہال کو روکنے کے لیے دواؤں یا اینٹی بایوٹکس کی مدد سے خود سے دوا دینے کی تجویز بالکل نہیں کی جاتی ہے (بیشتر اوقات یہ مفید نہیں ہوتی ہیں اور ضمنی اثرات کے خطرے کے سبب بچوں/بچیوں کے لیے ان کی تجویز نہیں کی جاتی ہے): اگر لازمی ہو تو یہ دوائیں ڈاکٹر کی تجویز کردہ ہونا لازمی ہیں۔

## مجھے کیا کرنا چاہیے؟

### اگر آپ کے بچے/بچی کو الٹی ہو رہی ہے

- اگر آپ کے بچے/بچی کی عمومی کیفیت اچھی ہے، اور الٹی کے دوروں کے بیچ اس کا برتاؤ معمول کا ہے تو، آپ انتظار کریں اور دیکھیں والا رجحان اختیار کر سکتے ہیں کیونکہ الٹی اکثر بخار زدہ بیماری کے شروعاتی چند گھنٹوں میں ہوتی ہے، اور صرف چند مرتبہ ہوتی ہے۔
- الٹی کے دورے کے قریب 30 منٹ بعد، منہ کے ذریعے باز آبیڈگی شروع کر دیں۔ تھوڑی مقدار میں ٹھنڈا باز آبیڈگی کا محلول (ترجیحی ہے کیونکہ نمکین ذائقہ تھوڑا سا زائل ہو چکا ہے)؛ 5 ملی لیٹر (1 چائے کا چمچ بھر) ہر 5 منٹ پر پیش کریں، اور آپ کا بچہ/بچی جتنی برداشت کر سکتا/سکتی ہے اس کے مطابق بتدریج بڑھائیں۔
- اگر آپ چھاتی کا دودھ پلا رہی ہیں یا فارمولا استعمال کر رہی ہیں تو، تھوڑی سی اور زیادہ کثرت سے فیڈ کرانا جاری رکھیں۔
- الٹی شروع ہونے کے بعد 2-3 گھنٹے تک غذا موقوف کر دیں، تاکہ آپ کے بچے/بچی کے پیٹ کو "رام" مل جائے۔ جس وقت آپ کے بچے/بچی کو کھانا پسند آئے اور اس نے کم از کم 3-4 گھنٹے تک الٹی نہیں کی ہو تو اسے کھانا شروع کرنے دیں۔ تھوڑی مقدار میں خشک، ہلکی، سادہ غذائیں پیش کریں (روغنی یا فیسی غذاؤں سے پرہیز کریں)۔
- پہلے اپنے ڈاکٹر سے پوچھے بغیر الٹی کا علاج کرنے والی دوائیں مت دیں (جو عموماً غیر مؤثر ہوتی ہیں)۔

## تعارف

الٹی اور اسہال بچوں میں کافی عام علامات ہیں، جو انفرادی طور پر یا ایک ساتھ پیش آ سکتی ہیں۔

اگر معدے و آنت سے متعلق انفیکشن (معدے و آنت کی سوزش) کا سامنا ہوا ہے تو الٹی عموماً پہلے ظاہر ہوتی ہے اور یہ عام طور پر پیٹ درد اور/یا بخار کے ساتھ وابستہ ہوتی ہے۔

الٹی عموماً 6/8 گھنٹے میں ٹھنڈی پڑ جاتی ہے، لیکن اسہال 3-5 دنوں تک بھی رہ سکتا ہے۔ آپ ربائی (مائع کا حد سے زیادہ زائل ہو جانا) ان بیماریوں کی سب سے خوفناک اور خطرناک پیچیدگی ہے۔ تب اور زیادہ جب بچہ کافی چھوٹا ہو۔

سب سے اہم علاج منہ کے ذریعے باز آبیڈگی ہے، جو پینے کے لیے باز آبیڈگی والے محلول کے ساتھ جتنی جلدی ممکن ہو شروع کر دینا لازم ہے۔

آپ کا بچہ/بچی جتنا زیادہ محلول پینا/پیتی ہے اتنا ہی بہتر ہوتا ہے۔

آپ کے بچے/بچی کو جتنی جلدی ممکن ہو سادہ غذا کے ساتھ باقاعدہ کھانا شروع کر دینا چاہیے۔ چکنائی والی غذاؤں سے پرہیز کرنا چاہیے۔

