۱ سال سے زائد عمر کے چھوٹے بچے

NHS
South East Coast Strategic Clinical Networks
Children and Young People

اس پالن کو اپنے پاس رکھیں اور جب بھی ڈاکٹر یا نرس کو سرجری پر ملنے (یا ہسپتال) جائیں تو اس پالن کو اپنے ساتھ لے کر جائیں۔ یہ پالن ہمیں اس بارے میں والی والز کے مریضوں کے لیے ہے۔ اپ کے جی پی یا ڈاکٹر یا نرس اس کو پڑھیں گے اور اپکے ہمراہ پراقبوپانے کے لیے مختلف ادویات کے بارے میں بتائیں گے۔ اپکو یہ بھی بتایا جائے گا کہ کس طرح پتہ چلایا جائے کہ ہمیں کی والز سنگین ہورہی ہے اور اس کے بارے میں کیا کرنا ہے۔ شروع میں اقدامات کرنے کے ذریعے شدید نوعیت کے حملوں سے بچا جا سکتا ہے

براہ مہربانی نیچے دی گئی تفصیلات پرنٹ کریں (اور/ یا لیبل منسلک کریں):

مریض کا نام..... تاریخ پیدائش_____/_____/_____

جی پی سرجری ..... فون: .....

جی پی یا ہمہ نرس .....

یا ہسپتال کا ڈاکٹر یا نرس .....

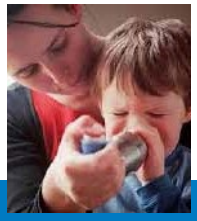
فارم مکمل کرنے کی تاریخ__/_____/_____ پیشہ ور کا نام .....

پیشہ ور کے دستخط ..... جائزہ کی تاریخ _____/_____/_____

A"ach label

ہمہ کے ان ہیلر کے ساتھ سپیسر کو استعمال کرنے کا معیاری طریقہ (پریشر کے ذریعے دی جانی والی خوراک کا الہ):

منسب سائز کے ماسک کے ہمراہ سپیسر کا انتخاب کریں (یا مائتھ پیس اگر بچہ ۴ سال کا اچھی تکنیک کا حامل ہے اور سانس لینے میں اسکی نمایاں دشواری نہ ہو رہی ہو)



1 ان ہیلر کو اچھی طرح ہلائیں اور ڈھکن اتاریں۔
2 . سپیسر کے سرے پر موجود منہ کے اندر ان ہیلر کو لگائیں
3 بچے کے چہرے پر ماسک لگائیں یا اسکے منہ پر مائتھ پیس لگائیں اس چیز کو یقینی بنائیے کہ وہ اچھی طرح بند ہو
4 ان ہیلر کو ایک دفعہ دبائیں اور بچے کو ہر خوراک کے درمیان ۵ مرتبہ اہستہ سے سانس لینے دیں
5 ان ہیلر کو ہٹائیں اور مزید کش لینے کے درمیان اسکو ہلائیں۔

عمل ۲ سے ۶ کو بعد کی خوراکوں کے ضمن میں دہرائیں۔

	علامات	اپکی کارروائی:
ہلکا	اگر اپ یا اپ کا بچہ: • اگر اپکے بچے کو کھانسی یا گلے کی والز کے لیے سارے دن میں 4 گھنٹوں کے بعد 2-6 کش لینے کی ضرورت ہو اور سانس تیز سے نہ لے رہا ہو اور روزمرہ کے کام کرنے کے قابل ہو اور پورے فقرہ میں بات کر سکتا ہو۔	اپنے جی پی سے اگلے دن ملاقات کے لیے اپائنٹمنٹ بنانے کے لیے فون کریں۔ متبادل طور پر اگر اپ اپنے جی پی سے رابطہ نہ کر سکتے ہو تو ۱۱۱ پر کال کریں جو کہ چوبیس گھنٹے دستیاب سروس ہے۔
درمیانہ	اگر اپ یا اپکا بچہ : • کے گلے سے اواز رہی ہو اور سانس نہ لے سکتا ہو اور عام طور پر دیے جانے والی دوائی چار گھنٹوں میں اپنا اثر نہ دکھا رہی ہو • کھانسی اور گلے کی اواز ذرا رات میں ا رہی ہو	دوائی کے ایک سے دو کش دیں۔ اپنے جی پی سے فوری طور پر رابطہ کریں اور اپنے بچے کو اسی دن دکھانے کے لیے اپائنٹمنٹ بنائیں۔ متبادل طور پر اگر اپ اپنے جی پی سے رابطہ نہ کر سکتے ہو تو ۱۱۱ پر کال کریں جو کہ چوبیس
شدید	اگر اپ یا اپکا بچہ کو سانس لینے میں بہت مشکل ہو رہی ہو: • بات کرنے/ کھانے یا پینے کے دوران • دوڑنے اور کھیلنے میں • کھانسی یا گلے کی اواز یا سانس میں مشکل کی علامات ہو اور یہ بہت زیادہ خراب ہو رہی ہو۔ • یا دوائی 4 گھنٹے نہ نکال رہی ہو یا اس سے مدد نہ مل رہی ہو	دوائی کے 10 کش دیں اور ہر 10 منٹ کے بعد یہ عمل دہرائے رہیں جب تک ایمبولینس نہیں اجاتی۔ اگر گھر میں پرڈنیسولون موجود ہو تو اسکو لینا شروع کریں۔ **فوری مدد کے لیے (اپنے موبائل سے)** **112 یا 999 پر کال کریں۔**
زندگی کے لیے خطرناک	اگر اپ یا اپکا بچہ: • کھانسی یا گلے کی اواز یا سانس میں رکاوٹ کی شدید علامات ہو • پریشان یا غنودہ ہو • (نیلے) ان ہیلر سے مدد نہ مل رہی ہو۔	دوائی کے 10 کش دیں اور ہر 10 منٹ کے بعد یہ عمل دہرائے رہیں جب تک ایمبولینس نہیں اجاتی۔ اگر گھر میں پرڈنیسولون موجود ہو تو اسکو لینا شروع کریں۔ **فوری مدد کے لیے (اپنے موبائل سے) 999 یا 112 پر کال کریں۔**

جی پی سرجری
(یہاں نمبر تحریر کریں)
.....

این ایچ ایس
۱۱۱
ٹیلی ۱۱۱
(ہفتے کے 7 دن اور دن کے 24 گھنٹے دستیاب)

ہسپتال/ سکول نرس/ ہیلتھ وزیٹر
(یہاں نمبر تحریر کریں)
.....

ان لائن مشورہ کے لیے: NHS Choices www.nhs.uk
(ہفتے کے ۷ دن اور دن کے چوبیس گھنٹے دستیاب)
فوری انفارمیشن سروس: تمام علاقوں میں ان

اگر اپ کو زبان یا ترجمہ کے لیے مدد چاہیے تو عملہ کے اس رکن کو بتائیں جس سے بات کر رہے ہیں۔ فیڈبیک یا مزید معلومات کے لیے براہ مہربانی اس پتہ پر ای میل کریں CWSCCG.cypSECpathways@nhs.net

NHS
South East Coast Strategic Clinical Networks
Children and Young People

اگر آپ کا دمہ قابو میں ہے:

- دن رات کے دوران بیماری کی علامتیں نہیں ہیں (بشمول گلے کی آواز، کھانسی، سانس کا گھٹنا، سینے کی گھٹن)
- آپ اپنے عمومی سرگرمیاں بغیر علامات کے انجام دے سکتے ہیں۔
- اپکو ایک بچے کو اور نہلر (سلبوٹامول) کی ضرورت نہیں۔

دمے / گلے کی آواز سے متعلق یہ ذاتی ایکشن پلان ہے

.....

مکمل شدہ حصوں کا صرف آپ ذکر کردہ بچے / نوجوان فرد پر تعلق ہوتا ہے۔

علاج

استعمال کیے جانے والے انہلر کا نام:..... انہلر کا رنگ :.....

سپیسر کا نام/انہلر ڈیوائس: .....

یہ کیا کرتا ہے؟ گلے کی آواز کے دوران سانس کی نالیوں کو کھولنے اور آرام دینے میں انہلر مدد دیتے ہیں۔

ضرورت کے وقت استعمال کیا جانے والا۔ جب علامات ظاہر ہوتی ہیں تو انہلر 4 گھنٹے کے بعد اس عمل کو دہرایا جا سکتا ہے۔ اس کی خوراک ہر 4 گھنٹوں میں 4 شاٹ سے زیادہ نہیں لیا جا سکتا ہے۔ اگر 10 شاٹ سے زیادہ لینے کی ضرورت پڑے تو اس وقت 10 شاٹ سے زیادہ لینے کی ضرورت پڑے تو طبی مدد لیں۔

جو نہ سرے شروع ہو ای کوئی بھی ایسی چیز جس سے کھانسی، گلے کی آواز یا سانس میں رکاوٹ پیدا ہو سکتی ہو انہلر لینا شروع کریں۔

ترتیب ان طور پر سپیسر کے ذریعے استعمال: ہاں/نہیں

کسی بھی 1 ماہ میں اگر آپ کو 1 سے زیادہ انہلر کی ضرورت پڑے تو ڈاکٹر یا دمہ کی نرس سے ملاقات کریں۔

علاج کے لیے استعمال کیے جانے والے پریونٹر کا نام:.....طاقت:..... انہلر کا رنگ:.....

یہ کیا کرتا ہے؟ پریونٹر انہلر سٹیرائڈز ہوتے ہیں جو کہ ورم کش ہوتے ہیں اور آپ کے بچے کی سانس کی نالیوں میں سوجن اور ورم کو کم کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ یہ وجہ ہے کہ انکو باقاعدگی سے لیا جانا چاہیے خواہ علامات موجود نہ ہوں۔

..... کشاد میں دو مرتبہ لینے ہیں، اگر چہ علامات نہ بھی ہوں۔ یہ انہلر صبح اور شام لیا کریں۔

جیسا کہ یہ دوائی سٹیرائڈ ہے اس لیے اسے لینے کے بعد آپ دانتوں کو صاف کریں یا آپ منہ کو کلی کا سا دھوئیں۔

اگر آپ ٹھیک بھی ہوں پھر بھی پریونٹر کے علاج کو بند نہ کریں جب تک کہ ڈاکٹر یا نرس ایسا کرنے کے لیے نہ کہیں۔

ترتیب ان طور پر سپیسر کے ذریعے استعمال: ہاں/نہیں

ہمیشہ یقینی بنائیں کہ آپ کے پاس فالتو انہلر موجود ہو اور جب آپ اس استعمال کرنا شروع کریں تو نیا حاصل کرنے کے لیے درخواست کریں۔

اضافی پریونٹر ٹریٹمنٹ یعنی علاج:

نام اور خوراک:

نام اور خوراک:

پیک فلو (6 سال سے زائد عمر کے بچے) - اگر بیماری زیادہ بڑھے تو صبح اور شام کو نیلے انہلر (ریلیور ٹریٹمنٹ) کے دیے جانے سے قبل 3 پیک فلو ریڈنگز لی جا سکتی ہیں جو کہ بہترین ہوتی ہیں۔

سب سے بہترین پیک فلو ---------- l/min (100%)
اندازہ پر مبنی پیک فلو -------- 1/min
اگر آپکا پیک فلو ---------- سے کم ہو (80% کا بہترین یا اندازہ پر مبنی) تو آپکا دمہ قابو سے باہر ہے۔

آپ کی دمہ / گلے کی آواز کے بچے کی مدد کے لیے اضافی کوشش کا اظہار کریں

- یقینی بنائیں کہ آپکے بچے کے پاس ہر وقت (نیلے رنگ) والا انہلر اور سپیسر ہو۔
- یاد رکھیں کہ آپ بچے کے لیے اضافی ریلیور انہلر (سپیسر کے ساتھ یا بغیر) چھوڑیں اور یقینی بنائیں کہ اسکے استعمال کرنے والی تاریخ ختم نہ ہو۔
- گھر سے باہر جانا ہو تو آپ یا آپ بچے کے پاس انہلر رکھیں۔
- آپ کے لیے یا آپ بچے کے لیے ہمیشہ وہی درست انہلر استعمال کریں جو آپکو دیا گیا ہو۔
- یاد رکھیں کہ ایمرجنسی میں ریلیور ٹریٹمنٹ دینے کے لیے سپیسر بہترین طریقہ ہے۔
- بعد میں دیے جانے والی ایٹمنٹس پر حاضر ہونا نہ بھولیں۔

کھانسی و زکام	6
گرگٹ کا دھواں	6
کسرت	6
ٹھنڈا موسم	6
پالتو چیزوں کی پوستین یا دھول	6
زرگل	6
الودگی	6
حساسیت	6
چکنوٹ اور تخمک	6
رنگ	6

First Draft Version: Oct 2011 • Final Version: January 2015 • Review Date: January 2017

برطانیہ: سکاٹش انٹرکولیجیئٹ گائیڈلائنز نیٹ ورک (ایس آئی جی این) - گائیڈلائن برائے دمہ کے مینجمنٹ (بی ٹی ایس)/ سکاٹش سوسائٹی برائے تھوریسک میڈیسن
141 - دمہ پر قابو پانے سے متعلق طبی رہنما اصول (مئی 2008 اس پر اکتوبر 2014 میں نظر ثانی کی گئی)۔
http://www.sign.ac.uk/guidelines/fulltext/141/index.html; ایس آئی ایس دمہ سے متعلق کوالٹی سٹینڈرڈ QS25 فروری 2013؛ ابھی تک دمہ سے انسان کیوں مرتے ہیں؟ دمہ سے ہونے والی اموات کا قومی جائزہ (این آر ای ڈی) خفیہ انکوائری پروٹوکول ہیلتھ کیئر کوالٹی امپروومنٹ پارٹنرشپ/ رائل کالج آف فزیشنز (آر سی پی) مئی 2014۔ اس کا جائزہ ڈاکٹر مارک لیوی، کلینکل سربراہ برائے نیشنل ریویو اسمائڈ تھز (این آر ای ڈی) اور نیشنل پیڈیاٹرک اسمائنیشیا ایٹوکے اشتراک سے کیا گیا ہے۔