காய்ச்சல் அறிவுரைப் பத்திரம்

5 வயதிலும் இளமையான பிள்ளைகளின் பெற்றோர்களுக்கும் பராமரிப்பாளர்களுக்குமான அறிவுரை

Sussex and Surrey NHS Children & Young People's Urgent Care Network

பிள்ளையின் பெயர் _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ வயது _ _ _ அறிவுரை வழங்கப்பட்ட தேதி / நேரம் _ _ _ _ _

மேற்கொண்டு அறிவுரை / நடவடிக்கை _

தொழிலறிஞரின் பெயர் _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ தொழிலறிஞரின் கையொப்பம் _ _ _ _ _ _ _ _ _

உங்கள் பிள்ளை எப்படி இருக்கிறார் ? (போக்குவரத்து வெளிச்ச அறிவுரை)

சிவப்பு

உங்கள் பிள்ளை :

- விழிப்பாக இருக்கக் கஷ்டமடைந்தால்
- வெளிறியவராக, சக்தியற்றவராக இருந்தால்
- சுவாசிப்பதில் கஷ்டப்பட்டால்
- வலிப்பு உள்ளவராக இருந்தால்
- அழுத்தம் மூலமாக இல்லாமற் போகாத ஒரு தோல் தடிப்பு உள்ளவராக இருந்தால் (மறு பக்கத்திலுள்ள 'கண்ணாடிச் சோதனை' என்பதைப் பார்க்கவும்)
- 3 மாத வயதுக்குக் குறைவாக இருந்து காய்ச்சல் உள்ளவர் என்றால்

உங்களுக்கு அவசர உதவி தேவை

தயவுசெய்து 999ஐ அழைக்கவும் அல்லது மிக அண்மையிலான மருத்துவ மனை அவசர (A&E) பிரிவுக்குச் செல்லவும்

மஞ்சள்

உங்கள் பிள்ளையின்:

- ஆரோக்கியம் மோசமடைந்தால் அல்லது நீங்கள் கவலைப்பட்டால்
- நீர் இழந்தவராகத் தோன்றினால் (உலர்ந்த வாய், சோர்வடைந்த கண்கள், கண்ணீர் இல்லை, சோர்வடைந்த தலைப் பகுதி / பிள்ளையின் தலையில் மென்மையான இடம், அரைத் தூக்கம் மற்றும் வழமையிலும் குறைவாக சிறுநீர் கழித்தல்).
- பராசிட்டமோலுக்கு அல்லது இபுபுறொவெனுக்கும் சரிப்படாத சுகவீனம்
- 3 – 6 மாத வயதுடையவராக இருந்து காய்ச்சல் உள்ளவரானால்

நீங்கள் இன்று ஒரு வைத்தியரை அல்லது தாதியைத் தொடர்புகொள்ள வேண்டும். உங்கள் குடும்ப வைத்தியர் சிகிச்சை இடத்தை அழைக்கவும் அல்லது NHS 111 என்பதை அழைக்கவும்- 111ஐ அழைக்கவும்

பச்சை

- மேலுள்ள அம்சங்கள் எதுவும் இல்லாவிட்டால்

சுய பராமரிப்பு

மறு பக்கத்திலுள்ள அறிவுரையைப் பயன்படுத்தி வீட்டில் உங்கள் பிள்ளைக்குத் தேவைப்படும் பராமரிப்பை நீங்கள் வழங்கலாம்.

சில உபயோகமான தொலைபேசி எண்கள் (இங்கே சில எண்களை நீங்களும் சேர்த்துக்கொள்ள விரும்பலாம்)

ஜீபீ சிகிச்சை இடம்
(இங்கே எண்ணைக் குறித்துக்கொள்ளவும்)

என்எச்எஸ் 111
111ஐ அழைக்கவும்
(ஒரு வாரத்தில் 7 நாட்கள் 24 மணித்தியாலங்கள் உள்ளது)

வருகை தரும் ஆரோக்கிய குழு
(இங்கே எண்ணைக் குறித்துக்கொள்ளவும்)

கணினி மூலமான அறிவுரைக்கு: NHS Choices www.nhs.uk (ஒரு வாரத்தில் 7 நாட்கள் – 24 மணித்தியாலங்கள் உள்ளது)

குடும்ப தகவல் சேவை: தொலைபேசி: 01243 777807 இணைய தளம்

மொழி ஆதரவு அல்லது மொழிபெயர்ப்பு உங்களுக்கு வேண்டுமானால், தயவுசெய்து நீங்கள் பேசுகின்ற ஊழியருக்கு அறிவிக்கவும்.
இந்தப் பத்திரத்தின் அதிகளவிலான பிரதிகளுக்கு, எங்களுக்கு மின் அஞ்சல் அனுப்பவும்:
சிசெஸ்டர்: வோர்திங் பகுதி: contactus.coastal@nhs.net குறோலி பகுதி: CCCG.Contactus-crawleyccg@nhs.net
ஹோர்ஷம் / மிட் சசெக்ஸ் பகுதி: HSCCG.Contactus.horshamandmidsussexccg@nhs.net

காய்ச்சல் அறிவுரைப் பத்திரம்

5 வயதிலும் இளமையான பிள்ளைகளின் பெற்றோர்களுக்கும் பராமரிப்பாளர்களுக்குமான அறிவுரை

NHS Children & Young People's Urgent Care Network

காய்ச்சல் உள்ள பெரும்பாலான பிள்ளைகள் மிகவும் விரைவில் குணமடைகிறார்கள். ஆனால் சில பிள்ளைகள் மோசமடைகிறார்கள். பகலிலும் இரவிலும் உங்கள் பிள்ளையை நீங்கள் ஒழுங்காகச் சரிபார்த்து, கீழுள்ள அறிவுரையையும் பின்பற்ற வேண்டும்

உங்கள் பிள்ளைக்கு உதவ நீங்கள் செய்யக்கூடிய நடைமுறை விடயங்கள்

- அவர்கள் குணமடைகிறார்களா எனப் பார்ப்பதற்கு இரவில் உங்கள் பிள்ளையைச் சரிபார்க்கவும். (மறுபக்கத்தில் போக்குவரத்து வெளிச்ச அறிவுரையைப் பின்பற்றவும்)
- ஒரு தோல் தடிப்பு காணப்பட்டால், ‘‘கண்ணாடிச் சோதனையை’’ செய்யவும் (கீழுள்ள வழிகாட்டலைப் பார்க்கவும்).
- உங்கள் பிள்ளை முன்னேற்றமடையவில்லை என நீங்கள் கவலைப்பட்டால், இந்தப் பத்திரத்தின் முற்பகுதியிலுள்ள அறிவுரையைப் பின்பற்றவும்.
- காய்ச்சல் உள்ள பிள்ளைகளுக்கு குறைந்தளவில் அல்லது மிகையாக உடுத்தக்கூடாது.
- உங்கள் பிள்ளைக்கு ஒழுங்காகக் குடிபானங்கள் கொடுக்கவும். (ஒரு பிள்ளைக்குத் தாய்ப்பால் ஊட்டப்படுவதானால், மிகப் பொருத்தமான திரவம் தாய்ப்பால்).
- உங்கள் பிள்ளை நோய் தடுப்பு மருந்துகள் பெறுவதற்கு இருந்தால், உங்கள் குடும்ப வைத்தியரை, சிகிச்சைத் தாதியை அல்லது ஹெல்த் விசிட்டரைத் தயவுசெய்து கலந்தாலோசிக்கவும். ஏனெனில் அவர்களது நியமனத்தைத் தாமதிப்பதற்கான தேவை இல்லாதிருக்கலாம்.
- அவர்கள் சுகவீனமாக மற்றும் காய்ச்சல் உள்ளவர்களாக இருக்கும்போது, நேர்சரிக்கு அல்லது பாடசாலைக்குப் போகாமல் உங்கள் பிள்ளையை வைத்திருக்க வேண்டுமானால், தயவுசெய்து நேர்சரிக்கு அல்லது பாடசாலைக்கு அறிவிக்கவும் – உங்களுக்குச் சரியாகத் தெரியாவிட்டால், ஹெல்த் விசிட்டர், சிகிச்சைத் தாதி அல்லது குடும்ப வைத்தியர் உங்களுக்கு அறிவுரை அளிக்கக்கூடியவராக இருப்பார்.

உதவுவதற்கு மருந்துகளைப் பயன்படுத்தல்

- உங்கள் பிள்ளை துன்புற்றிருந்தால் அல்லது மிகவும் சுகவீனமாக இருந்தால், அவர்கள் கூடுதலாகச் சௌகரியமாக இருப்பதற்கு உதவுவதற்காக நீங்கள் மருந்துகளை (பராசிட்டமோல் அல்லது இபுபுறொவென்) பயன்படுத்தலாம் . இருந்தாலும், அது எப்போதும் தேவையானதல்ல.
- ஒரே நேரத்தில் இரண்டு மருந்துகளையும் (பராசிட்டமோல் மற்றும் இபுபுறொவென்) கொடுக்கவேண்டாம்.
- ஒன்றைப் பயன்படுத்தவும் . உங்கள் பிள்ளை முன்னேற்றம் அடையாவிட்டால், 2 – 3 மணித்தியாலங்களுக்குப் பின்னர் அடுத்த மருந்தைக் கொடுக்க நீங்கள் முயற்சிக்கலாம்.
- அளவு மற்றும் நேர அளவு தொடர்பாக மருந்துப் போத்தலில் உள்ள அறிவுறுத்தல்களைத் தயவுசெய்து வாசிக்கவும். .
- அல்லது, மருந்துகள் பற்றிய கூடுதலான அறிவுரைக்கு உங்கள் உள்ளூர் சமூக மருந்தாளரைக் கேட்கவும்.
- வலி அல்லது ஒரு காய்ச்சல் தொடர்பான சிகிச்சைக்காக பிள்ளைகளுக்கு அஸ்பிறின் கொடுக்கப்படக்கூடாது.

கண்ணாடிச் சோதனை

உங்கள் பிள்ளைக்குத் தோல் தடிப்பு இருந்தால், ‘கண்ணாடிச் சோதனையைச் செய்யவும். தோல் தடிப்புக்கு எதிராக ஒரு கண்ணாடி குவளையை இறுக்கமாக அழுத்தவும். கண்ணாடி மூலமாக புள்ளிகளை நீங்கள் காண முடிந்து , **தோலின் மேல் நீங்கள் கண்ணாடியை அழுத்தும்போது புள்ளிகள் தோலினுள் மறைந்து போகாவிட்டால்,** அது ஒரு ‘சம நிலைப்படாத தோல் தடிப்பு’ என அழைக்கப்படுகின்றது. இந்த விதமான தோல் தடிப்பை நீங்கள் கண்டால், நீங்கள் உடனடியாக மருத்துவ அறிவுரை தேட வேண்டும். கறுப்புத் தோலில் இந்தத் தோல் தடிப்பைக் காண்பது கூடுதலாகக் கடினமானது. அதனால், கைகளின் உள்ளங் கைகள், பாதங்களின் உட்பகுதிகள் மற்றும் அடி வயிறு போன்ற வெளிறிய பகுதிகளைச் சரிபார்க்கவும்.

(போட்டோவுக்கான நன்றி மெனென்ஜைட்டிஸ் றிசேர்ச் வவுண்டேசன் 2013க்கு உரியது)

இந்த வழிகாட்டி பின்வரும் சூழலில் எழுதப்படுகின்றது. பொருத்தமானவாறு NICE, SIGN, EBM data மற்றும் NHS சான்று மற்றும் ஏனையவற்றைக் கவனமாகப் பரிசீலித்த பின்னர் இந்தப் பத்திரம் எழுதப்பட்டுள்ளது. அவர்கள் தமது மருத்துவ ரீதியான தீர்மானத்தை எடுத்துக்கொள்ளும்போது இதனை முழுமையான கவனத்தில் எடுத்துக்கொள்வதற்கு ஆரோக்கிய பராமரிப்பு தொழிலறிஞர்கள் எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள் இருந்தாலும் நோயாளி மற்றும் / அல்லது பராமரிப்பாளரைக் கலந்தாலோசித்து தனிப்பட்ட நோயாளியின் நிலைமைகளுக்கு ஏற்றவாறு தீர்மானங்களை எடுப்பதற்கு ஆரோக்கிய பராமரிப்பு தொழிலறிஞர்களுக்குள்ள தனிப்பட்ட பொறுப்பை இந்த வழிகாட்டி விலக்காது.

First Version: May 2011 • Final Version: Nov 2013 • Review Date: Nov 2015
Based on: Diarrhoea and vomiting in children under 5 2009 NICE clinical guideline 84
*Reference: BNF for Children Volume 1.4.2 (Page 47)
First Version: May 2011 • Final Version: Nov 2013 • Review Date: Nov 2015
Based on Feverish illness in children Assessment and initial management in children younger than 5 years 2007 NICE clinical guideline 47 and with consideration to 2013 NICE clinical guideline 160 (May 2013)