



په نوو زيرپدلو او ماشومانو كې كانگې

د روغتيايي خدماتو اجرائيه (HSE) لخوا د والدينو او
سرپرستانو لپاره مشوره

سرچينه: www2.hse.ie/conditions/vomiting-babies-children/

په ورسټي ځل بياكنل شوى: 13 اپريل 2023

په نوو زيرېدلو او ماشومانو کې کانګې

د نوو زيرېدلو ماشومانو لپاره دا عادي ده چې تر تغذيي وروسته لږ کانګې وکړي.

که مو ماشومان دا حالت لري، ژر تر ژره خپل عمومي معالج (GP) ته زنگ ووهئ:

- که يې په تېرو 24 ساعتونو کې تر 3 څلو زياتې کانګې کړي
- تر 3 ورځو زياتې کانګې کوي
- د بدن د اوبو کموالي نښې نښانې بڼي
- په دې وروستيو کې له بهر هيواد څخه سفر نه راغلی او تر معمول حد زياتې کانګې کوي
- د تودوخې لوړه درجه - د 3 مياشتو څخه کم عمر ماشومانو لپاره 38°C ، يا د 3 مياشتو عمر څخه زياتو ماشومانو لپاره 39°C
- د خپټې شديد درد
- د ويني، قهوه ای يا شني کانګې

ژر تر ژره 999 ته د امبولانس لپاره زنگ ووهئ که:

- که مو ماشوم سردرد لري، غاړه يې کلکه شوي وي، خارش لري يا کانګې کوي.

د هغه ماشوم پاملرنه چې کانګې کوي

په پېږي حالتونو کې مو په کور کې د ماشوم پاملرنه کولی شئ. که د معدې دردونه يا د بدن لوړه تودوخه لري، مایع پراستامول ورکولی شئ.

که مو ماشوم نه غواړي خوراک وکړي، اندېښنه مه کوئ. دا ډيره مهمه ده چې دوی ډير مایعات وڅښي، لکه اوبه يا دواړه. دوی ته تر ښه کېدو پورې د ميوو جوس يا گاز لرونکی څښاک مه ورکوئ.

د وچو شيدو رقيق کول خوندي نه دي. بوتلونه عادي جوړ کړئ او ماشوم ته د هغوی د شيدو سربرېره اضافي اوبه يا څښاک ورکړئ.

د مور په شيدو يا وچو شيدو د ماشومانو تغذيه

که ستاسو ماشوم لا هم د مور شيدې يا وچې شيدې څښي، عادي تغذيي ورکولو ته يې دوام ورکړئ. که تاسو خپلې شيدې ورکوئ، ماشوم مو ښايي د ناروغۍ پر مهال لا ډيرې شيدې وغواړي. د دې هيڅ اړتيا نشته چې ماشوم ته مو اضافي مایعات ورکړئ.

د ماشوم د پاملرنې پر وخت، د مور لپاره لا ډيرې غوښتنې دي؛ د امکان تر حده ډير استراحت وکړئ او ماشوم مو ځان ته نيردې وساتئ.

د بدن د اوبو کموالی

کانګې د دې سبب کېدی شي چې د ماشوم د بدن اوبه مو کمې شي. دا مهمه ده چې دوی ډير مایعات وڅښي.

له فارمسټ څخه مو د بدن د اوبو پوره کولو د خولې له لارې محلول پوښتنه وکړئ. که اندېښنه لرئ چې ستاسو د ماشوم د بدن اوبه کمېږي، نو خپل عمومي معالج (GP) ته يې بوزئ.

په نوو زیرېږدلو کوچنیانو او ماشومانو کې د بدن د اوبو د کمښت په نښو نښانو کې دا شامل دي:

- پمپر لږ لوندول
- خوبوری حالت یا په سختی وینښدل
- الوتی رنگ یا لکه لرونکی پوستکی
- د لاسونو او پښو یخوالی

مهم

که مو ماشوم د بدن اوبو د کمښت جدي نښې لري، ژر تر ژره یې نیردې د بیرني حالت ځانگي ته یوسی.

لاملونه

د کانگو سبب کېدای شي عام انتنانونه یا عفونتونه وي، لکه گاستروانتریت (عفوني اسهال).

نورو جدي لاملونو کې یې دا شاملېږي:

- د مننژیت پشان انتنانونه، د ذات الریې او ادرار د لاري انتنانونه یا عفونتونه
- د معدې او مری ریفلکس
- د شیدو نه تحمل کول یا له خور سره الرژي
- هغه حالتونه چې پر کلمو اغېز کوي؛ لکه د پیلور تنگوالی یا انټیسوسیسیشن (intussusception)
- خفک شوي هیرنیا یا فتق
- اپیندیسایټیس

په دغو شرایطو کې مو عمومي معالج (GP) ته زنگ ووهئ یا ژر تر ژره روغتون ته لار شی که:

- فکر کوی چې د ماشوم کانگي مو د کومي جدي خبرې په سبب دي.
- که مو ماشوم داسې درد لري چې ژر زیاتېږي او په خپټه کې یې خپرېږي، نو ماشوم مو ژر تر ټولو نیردې د بیرني حالت ځانگي ته راوړئ.

مسمومونکي

که فکر کوئ چي ماشوم مو مسمومونکي شی تېر کړي، ژر تر ژره د مسمومونکو موادو (زهري) معلوماتو ملي مرکز سره اړیکه ونیسئ.

د زهري معلوماتو ملي مرکز

(01) 2166 809

کاري ساعتونه: د سهار له 8 بجو څخه د ماسپنتن تر 10 بجو پوري (په اونۍ کې 7 ورځي)

د دې ساعتونو څخه بهر، د خدماتو لپاره خپل روغتون يا عمومي معالج (GP) سره اړیکه ونیسئ. په بېرني حالت کې، 999 ته زنگ ووهئ

د کانگو د خپرېدو مخه ونیسئ

د کانگو انتنانونه يا عفونته ډير ساري دي.

په دغو حالتونو کې مو خپل او د ماشوم لاسونه په صابون و مينځئ او ټول وچ کړئ:

- د يوه ناروغ تر پاملرنې وړاندې او وروسته
- د يوه ناروغ يا نس ناستي لرونکي کس تر پاکولو وروسته
- پخپله تشناب ته له تگ وروسته يا کله مو چي ماشوم يووړ
- د خپل ماشوم د پمپر تر بدلولو وروسته
- وروسته له هغې چې له خامې غوښې، کثافاتو يا ژوو او د دوی له فاضله موادو سره مو کار خلاص شو
- تر خوړو مخکې
- هر کله مو چي لاسونه ککر بنکاري

تاسو همداراز کولی شئ:

- د پاکونکي مايع او گرمو اوبو په کارولو سطحه بڼه پاکه کړئ
- د خوب د ځای ککر شيان او جامي په لوړه تودوخه کې و مينځئ
- د پاکولو کارېدلي تجهيزات و مينځئ او لري يې وغورځوئ
- هيڅکله مه پرېږدئ چې ناروغ کسان خواړه تيار کړئ
- ځان ډاډمن کړئ چې ناروغ ماشوم مو هيڅکله له نورو سره ځانپاک نه شريکوي

مهم

ماشوم مو په کور کې وساتئ او تر وروستې ځل کانگو لږ تر لږه 48 ساعته وروسته يې ورکټون، نرسري يا بنوونځي ته مه استوئ.