



# Tuen Mun Hospital

The Department of Paediatrics  
and Adolescent Medicine

ٹوئن من ہاسپٹل

پیڈیاٹرکس اینڈ ایڈولیسنٹ

میڈیسن ڈپارٹمنٹ



## Care of Your Child with Fever

بخار میں مبتلا اپنے  
بچے کی دیکھ بھال

5

### اسفنج کا استعمال

کو تقریباً ہر 15 منٹوں کے بعد نیم گرم پانی دیا جائے تو اس سے درجہ حرارت کم ہو سکتا ہے۔  
الکوحل یا آئس پیک استعمال نہ کریں کہ یہ خون کی نالیوں میں اینٹھن کا باعث بن سکتے ہیں اور حرارت کے اخراج میں مزید مشکلات پیدا ہو سکتی ہیں۔



In case of doubt or discrepancy between this translated version and the Chinese/English texts, the Chinese/English shall prevail. You may request a Chinese/English leaflet.

اس ترجمہ شدہ نسخہ اور چینی/انگریزی متون میں کسی شبہ یا تضاد کی صورت میں، چینی/انگریزی کو فوقیت حاصل رہے گی۔ آپ چینی/انگریزی کتابچہ کے لیے درخواست دے سکتے ہیں۔

### آپ کی فوری صحت یابی کے لیے ہماری طرف سے نیک تمنائیں!

اقرار نامہ Acknowledgement 鳴謝

新界西醫院聯網

New Territories West Cluster

نیو ٹیریٹوریز ویسٹ کلسٹر

病人啟力基金

Patient Empowerment Programme

پیشنٹ ایمپاورمنٹ پروگرام



Care of Your Child with Fever  
(Hospital Authority Feb 2021 version)

Date of Printing : Oct 2022

ریلیز کی تاریخ: اکتوبر 2022

2

### مختصر لباس

جب آپ کے بچے کو تیز بخار ہو تو، اعضا کو سردی لگ سکتی ہے۔ اپنے بچے کو بھاری کپڑے نہ پہنائیں کیونکہ اس سے درجہ حرارت چڑھ جائے گا۔ کپڑوں کو کم از کم حد تک رکھیں۔



3

کمرے میں ہوا کی عمدہ نکاسی کا  
انتظام رکھیں



4

اپنے بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ  
اضافی مائع لے



## بخار کیا ہے؟



ہمارے جسم کا عمومی درجہ حرارت تقریباً  $98.6^{\circ}\text{F}$  یا  $37^{\circ}\text{C}$  ہوتا ہے۔ یہ عموماً دن کے وقت میں بے قاعدہ ہو جاتا ہے۔ -  $1.5^{\circ}\text{C}$  -  $1^{\circ}\text{C}$  کا معتدل چڑھاؤ ورزش، گرم موسم اور اضافی کپڑوں کے باعث ہوتا ہے۔

بخار کی تعریف درجہ حرارت ماپنے کے طریقے پر انحصار کرتی ہے۔ یعنی کہ آپ کے بچے کا بخار اگر درج ذیل ہو۔

مقعد کا درجہ حرارت  $>100.4^{\circ}\text{F}$  ( $38.0^{\circ}\text{C}$ )

منہ کا درجہ حرارت  $>99.5^{\circ}\text{F}$  ( $37.5^{\circ}\text{C}$ )

بغل کا درجہ حرارت  $>99.1^{\circ}\text{F}$  ( $37.3^{\circ}\text{C}$ )

طبعی درجہ حرارت  $>100.4^{\circ}\text{F}$  ( $38.0^{\circ}\text{C}$ )

The above is fever

نوٹ: بغل (کانکھ) درجہ حرارت ماپنے کا کم درست پیمانہ ہے۔ درجہ حرارت کی درجہ بندیوں مختلف ڈیوائسز کے درمیان مختلف نظر آ سکتی ہیں۔

## کیا مجھے فوری طور پر اپنے بچے کو ڈاکٹر کے پاس لے جانا چاہیے؟

بعض مخصوص صورتوں میں آپ کو جس قدر جلد ممکن ہو اپنے بچے کو ڈاکٹر کے پاس لے کر جانا چاہیے مثلاً

1. اگر درجہ حرارت مسلسل چڑھتا جا رہا ہو
2. آپ کا بچہ سست دکھائی دیتا ہو
3. غشی اور تشنج ہو
4. آپ کا بچہ محض شیر خوار ہو



## بچے کو بخار کیوں ہو سکتا ہے؟

بخار محض ایک علامت، نہ کہ بیماری ہے۔

یہ محض ایک اشارہ ہے کہ ہمارے جسم انفیکشنز سے لڑ رہے ہیں۔

بچوں میں بخار کی سب سے زیادہ عام وجہ وائرس سے ہونے والی بیماریاں ہیں۔ بعض اوقات، یہ زیادہ سنگین بیکٹریائی انفیکشنز جیسا کہ ٹمونیا، پیشاب کی نالی میں انفیکشن یا حتیٰ کہ گردن توڑ بخار بھی ہو سکتا ہے۔

دافع بخار دوا بذات خود انفیکشنز پر قابو پانے کے حوالے سے براہ راست کوئی اہمیت نہیں رکھتی ہے۔



## گھر پر دیکھ بھال



## 1 دافع بخار ادویات

پیراسیٹامول بخار میں کمی کے لیے سب سے زیادہ عام مستعمل دوا ہے۔ اس کے لیے بذریعہ منہ اور مقعد انتظامات کیے جاتے ہیں۔

بخار آپ کے بچے کی انفیکشنز کے خلاف لڑائی میں مدد کرتا ہے۔ دوا صرف تب استعمال کریں جب

$38.5^{\circ}\text{C}$  ( $101.5^{\circ}\text{F}$ ) یا اس سے زیادہ درجہ حرارت ہو

$38.0^{\circ}\text{C}$  ( $100.4^{\circ}\text{F}$ ) یا اس سے زیادہ درجہ حرارت ہو

$37.5^{\circ}\text{C}$  ( $99.2^{\circ}\text{F}$ ) یا اس سے زیادہ درجہ حرارت ہو

$38.5^{\circ}\text{C}$  ( $101.5^{\circ}\text{F}$ ) یا اس سے زیادہ درجہ حرارت ہو

اگر ممکن ہو تو 2 یا 3 ماہ کے شیر خوار بچوں کو پیراسیٹامول دینے سے گریز کریں، کیونکہ زائد خوراکیں ان کے جگر کو نقصان پہنچا سکتی ہیں۔

مانع بخار ادویات اپنے ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق استعمال کریں۔ اضافی خوراکیں نہ دیں۔ دوا بخار کو محض چند گھنٹوں کے لیے نیچے لاتی ہے۔ مانع دوا ادویات دونوں یعنی بذریعہ منہ اور بڑی آنت کی سپوزٹری کے دیے جانے کی صورت میں زائد خوراک کا باعث بن سکتی ہیں، بالخصوص اگر ایسا بار بار کیا جائے۔ بخار اوپر اور نیچے جائے گا یہاں تک کہ بیماری کا دورانیہ پورا ہو جائے۔

بارہ برس سے کم عمر بچوں میں اسپرین استعمال نہ کریں۔ یہ سنگین پیچیدگیوں بشمول مہلک رائی سنڈروم کو پیدا کر سکتی ہے۔

