

வணக்கம்! இந்தச் செய்தி குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் இருமல் பற்றியது. உங்களுக்கு இருமல் இருந்தால் என்ன செய்யலாம் என்பதற்கான மற்றும் எப்போது ஒரு குழந்தை மருத்துவரை சந்திக்க வேண்டியிருக்கும் என்பதற்கான உதவிக்குறிப்புகளை நான் உங்களுக்கு தருகிறேன்.

இருமல் என்பது காற்றுப் பாதைகளைச் சுத்தம் செய்வதற்கான ஒரு பாதுகாப்பு நடவடிக்கையாகும். தொண்டையில் எரிச்சல் ஏற்பட்டு மூக்கில் சளி உற்பத்தியாகிறது. பெரும்பாலும் சளி அல்லது காய்ச்சலால் தான் குழந்தைக்கு இருமல் வருகிறது.

இந்த 4 குறிப்புகளும் இருமல் உள்ள உங்கள் குழந்தைக்கு உதவும்:

1. உங்கள் பிள்ளைக்கு நிறைய திரவங்களை குடிக்கக் கொடுங்கள். குடிப்பதன் மூலம் தொண்டையை ஆற்றவும், சளியை தளர்த்தவும் மற்றும் இருமல் ஏற்படுவதற்கான தேவையைக் குறைக்கும்.
2. புதிய காற்று வரக்கூடியதாக எப்போதும் ஜன்னலைத் திறந்து வையுங்கள். ஈரமான காற்றும் உதவும். உதாரணமாக, நீங்கள் துவாய்களை ஈரப்படுத்தி, அவற்றை ஹீட்டருக்கு மேலால் தொங்கவிடலாம்.
3. உங்கள் குழந்தையை அதிகம் தூங்க விடுங்கள். குழந்தையின் உடலின் மேற்பகுதியை உயரமாக வைக்கவும், உதாரணமாக மெத்தையின் கீழ் ஒரு உயரமான பொருளை வைத்தல். இது சுவாசத்தையும் தூக்கத்தையும் எளிதுபடுத்தும்.
4. உங்கள் குழந்தை மீது அதிக கவனம் செலுத்துங்கள். உதாரணமாக, உங்கள் குழந்தைக்கு நீங்கள் ஏதாவது படித்துக் காட்டலாம்.

உங்கள் குழந்தையை மருத்துவரிடம் அழைத்துச் செல்ல வேண்டுமா இல்லையா என்று உறுதியாக தெரியவில்லையா? இந்த 5 சூழ்நிலைகளில் உங்கள் குழந்தையை மருத்துவரிடம் காட்ட வேண்டும்:

1. குழந்தை கடுமையாக, விரைவாக சுவாசித்தல் அல்லது சுவாசிக்கும் போது "விசில்" ஒலி ஏற்படுதல்.
2. குழந்தைக்கு 4 நாட்களாக இருமல் மற்றும் காய்ச்சல் காணப்படுதல்.
3. சுவாசிக்கும்போது குழந்தைக்கு வலி ஏற்படுதல்.
4. 14 நாட்களுக்கு மேல் இருமல் காணப்படுதல்.
5. குழந்தை சோர்வடைந்து, விளையாடுவதில் விருப்பம் காட்டாமை.

என்ன செய்வது என்று தெரியவில்லையா? பெற்றோர் ஆலோசனை மையத்திலோ அல்லது குழந்தை மருத்துவரின் அலுவலகத்திலோ கேளுங்கள். அனைத்து முகவரிகளும் தொலைபேசி எண்களும் www.meinkindistkrank.ch இல் உள்ளன

உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்கும் வாழ்த்துக்கள்!