

118 ਤੇ ਕਾਲ ਕਦੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤਤਕਾਲ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ “ਅਲਾਰਮ ਲੱਛਣ” ਪ੍ਰਕਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ

- ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਹਾਨੀ;
- ਮਰੋੜ (“ਦੌਰਾ”);
- ਬਾਰ-ਬਾਰ, ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਈਲ ਉਲਟੀ ਆਉਣਾ;
- ਸੰਤੁਲਨ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ (ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ), ਚੱਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣਾ;
- ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਕ੍ਰੋਸ ਹੋਈਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਪੁਤਲੀਆਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਕਾਰ;
- ਗਿੱਚੀ ਦੀ ਦਰਦ
- ਸੁਸਤੀ (ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਸਧਾਰਨ ਸਮਿਆਂ ਤੇ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਅਨੀਂਦਰਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੀਂਦ ਤੋਂ ਉਠਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣਾ;
- ਅਸਧਾਰਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਸਬੰਧੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਚਿੜਚਿੜਾਪਨ (ਜਿੰਦੀ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਰੋਣਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ), ਘਬਰਾਹਟ, ਮਾਨਸਿਕ ਉਲਝਣ
- ਬੋਲਣ, ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਣਾ;
- ਨਾਮ, ਸਥਾਨਾਂ, ਮਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬੇਚੈਨੀ ਹੋਣਾ;
- ਆਮ ਬੇਚੈਨੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿਰਪੀੜ;
- ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਦੀ ਹਾਨੀ;
- ਕੰਨ ਤੋਂ ਜਾਂ ਨੱਕ ਤੋਂ ਖੂਨ ਦੀ ਹਾਨੀ ਹੋਣਾ;
- ਨੱਕ ਤੋਂ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਵਹਿਣਾ;
- ਸ਼ਿਸੂ ਵਿੱਚ ਅਗਲੀ ਫੋਟੋਨੇਲ ਦਾ ਉਭਾਰ ਅਤੇ ਸਖਤ ਹੋਣਾ।

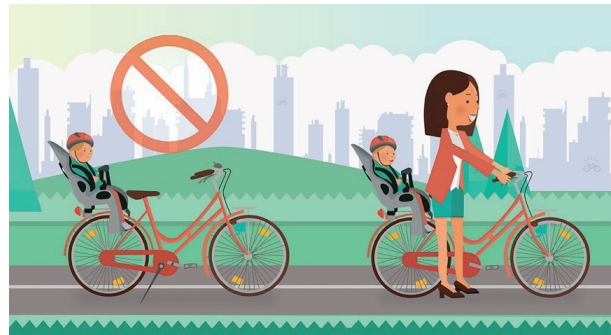
ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਣਾ ਹੈ

ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ, ਰੋਕਥਾਮ ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਪਾਅ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਮੇਜ਼ਾਂ, ਉੱਚੀਆਂ ਕੁਰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਮੇਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਤੇ ਰੱਖੇ ਕੈਰੀ-ਕੋਟਾਂ (ਉਛਾਲਦਾਰ ਸੀਟਾਂ, ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਬੱਗੀਆਂ, ਆਦਿ...), ਅਤੇ ਅਟਕਾਵ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉੱਚੀਆਂ ਕੁਰਸੀਆਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

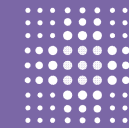
ਕਦੇ ਵੀ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਮੇਜ਼ ਜਾਂ ਮੰਜੇ ਜਾਂ ਸੋਫੇ ਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕੱਲਾ ਨਾ ਛੱਡੋ।

ਅਸੀਂ ਪੇਂਡੀਆਂ, ਪੇਂਡੀ ਦੇ ਫਰਸ਼ਾਂ, ਮੰਜਿਆਂ ਆਦਿ ਤੇ ਉੱਚਿਤ ਰੱਖਿਅਕ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ; ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਕਰ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਨ ਦੀ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।



ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾ, ਇੱਕ ਸਵਾਰੀ ਹੋਣ ਤੇ ਵੀ, ਬਾਇਕ ਤੇ ਸਵਾਰ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਹੈਲਮੇਟ ਪਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਮੰਗ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ, ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬੈਲਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਲਈ ਉੱਚਿਤ ਬੱਚਾ ਅਟਕਾਵ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਾਰੀਆਂ ਖਤਰਨਾਕ ਖੇਡਾਂ (ਸਕੇਟਬੋਰਡਿੰਗ, ਬੇਸਬਾਲ, ਘੋੜੇ ਦੀ ਸਵਾਰੀ, ਸਕੀਇੰਗ...) ਲਈ ਅਤੇ ਪਹਿਏ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਰਿਵਰਨ ਤੇ (ਹੋਵਰਬੋਰਡ, ਸਕੂਟਰ...) ਹੈਲਮੇਟ ਪਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ

ਰੋਜ਼ੀਓ ਏਮਿਲੀਆ ਦੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਅਧਿਕਾਰੀ ਐਜ਼ੀਡਾ ਯੂਐਸਐਲ - ਆਈਆਰਸੀਸੀਐਸ ਦੇ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਲ ਚਿਕਿਤਸਕਾਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ-ਅਧਾਰਤ ਬਾਲ ਚਿਕਿਤਸਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲਿੰਕਿਆ ਅਤੇ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਸੂਚਕ ਇਸਤਿਹਾਰ

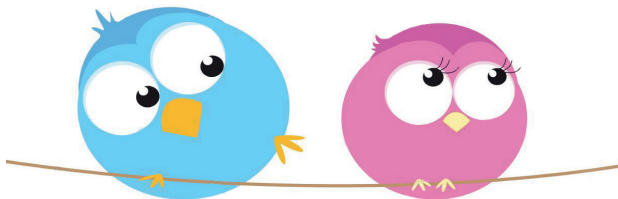


ਭੂਮਿਕਾ

ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਾਰਨ (ਸਿਰ ਨੂੰ ਝਟਕਾ ਵਜਣਾ) ਇਹ ਹੈ - 75% ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ - ਅਚਾਨਕ ਡਿਗਣਾ (ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਮੰਜੇ, ਸੋਫੇ ਜਾਂ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਮੇਜ਼ ਤੋਂ; ਖੇਡ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਆਦਿ)। ਅਗਲਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਾਰਨ ਸੜਕ ਤੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਹਨ (ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਵਾਹਨ ਵਜਣਾ; ਇੱਕ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਵਾਰੀ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਦੁਰਘਟਨਾ, ਸਾਈਕਲ ਤੇ, ਆਦਿ), ਅਤੇ ਤੀਜੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਖੇਡ ਦੀਆਂ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ ਹਨ।

ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਸਿੱਟਾ “ਇੰਟ੍ਰਾਕ੍ਰੈਨੀਅਲ ਹੇਮਾਟੋਮਾ” ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਹੈ - ਜੋ ਖੋਪੜੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਖੂਨ ਦਾ ਇਕੱਤਰ ਹੋਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਸ ਹੇਮਾਟੋਮਾ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵੱਧਦੀ ਹੈ, ਉਦੋਂ ਇਹ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਦਬਾ (“ਪੀਰ”) ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੇਮਾਟੋਮਾ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਨਿਰਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਛਣ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

- 10-15 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸਿਰ ਦੇ ਜਖਮੀ ਖੇਤਰ ਤੇ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਬਰਫ ਲਗਾਓ, ਜੇ ਉਪਲਬਧੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਲਗਾਓ, ਜੋ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਸੋਜਸ਼ (“ਸਿਰ ਤੇ ਰੋੜ ਪੈਣਾ”) ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰੇਗਾ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਚਾਈ (ਇੱਕ ਮੀਟਰ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ) ਤੋਂ ਡਿੱਗਣ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ ਸੀ, ਜੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਚੇਤਨਾ ਨਹੀਂ ਗਵਾਈ ਹੈ, ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਹੋਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਫੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੋਟੀ ਅਵਧੀ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਡਾ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਉਸਨੂੰ ਦੇਖਰੇਖ ਦੇ ਤਹਿਤ ਰੱਖਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
- ਇੱਕ ਤਤਕਾਲ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਉਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦੀ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਤੇ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੇ ਬੱਚਾ ਇਕੱਲਾ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਵੀ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂ ਹੱਡੀਆਂ ਜਾਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਨਸ਼ਟਤਾ ਦੇ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਸੜਕਦੁਰਘਟਨਾ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ।
- ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਦੇਖਰੇਖ ਦੇ ਅਧੀਨ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

- ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਉੱਠਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਉਸ ਦੇ ਰਵੱਈਏ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਸਧਾਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਚੱਲ ਅਤੇ ਇੱਧਰ-ਉੱਧਰ ਜਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਉਸਦੀਆਂ ਬਾਂਹਾਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਦੀਆਂ ਆਮ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਹ ਨਜ਼ਦੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਜਾਣੂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਕੋਈ ਵੀ “ਅਲਾਰਮ ਲੱਛਣ” ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹੈ।

- ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਸੌ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:

ਲਗਭਗ ਹਰ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਸਧਾਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਹ ਲੈ ਰਿਹਾ/ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਨਿਮਰਤਾ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਬੁਲਾਓ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਪਰਸ਼ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹੈ।

