

# সদ্যজাত শিশুদের অসুস্থতা

জন্মানোর পরে বাচ্চাদের নিশ্বাস নিতে, স্তন্যপান করতে, খেতে, প্রস্রাব ও মলত্যাগ করতে ও উষ্ণ থাকতে হয়। এই পুস্তিকা থেকে আপনি জানতে পারবেন আপনার বাচ্চাকে কীভাবে নিরাপদ ও সুস্থ রাখবেন, আপনার কোনোরকম উদ্বেগ দেখা দিলে সাহায্য চাইতে দেরি করবেন না।

## জন্ডিস কী?

জন্মের পরে রক্তে একটি প্রাকৃতিক রাসায়নিক পদার্থের মাত্রা বেড়ে যাওয়ার কারণে জন্ডিস হয়। এর ফলে স্বক, চোখ ও মাড়ির সাদা অংশ হলুদ হয়ে যায় (ডানদিকের ছবিটি দেখুন)।

বেশিরভাগ বাচ্চাদের ওপরেই কোনোরকম প্রভাব পড়ে না, কিন্তু খুব অল্প সংখ্যক বাচ্চার চিকিৎসার প্রয়োজন হয়। বেশিরভাগ বাচ্চাকেই পর্মবেক্ষণে রাখতে হয়, কিছু বাচ্চার অল্প চিকিৎসার প্রয়োজন হয়, আর কিছু বাচ্চার বিশেষজ্ঞের সাহায্য লাগে।

আপনার বাচ্চার যদি জন্ডিসের লক্ষণ দেখা দেয় তাহলে দিন বা রাত যেকোনো সময়ে আপনার প্রসূতি বিভাগে যোগাযোগ করুন। তারা একটি দ্রুত ও ব্যথাহীন প্রক্রিয়ায় বিলিরুবিন পরীক্ষা করবে। কোনো কোনো বাচ্চার রক্ত পরীক্ষার প্রয়োজন হতে পারে। সূর্যের আলো দিয়ে চিকিৎসা হয় না, কাজেই অনুগ্রহ করে আপনার বাচ্চাকে সরাসরি সূর্যের আলোর নিচে রাখবেন না। নিয়ম করে খাওয়ালে সাহায্য হতে পারে।

## সদ্যজাত বাচ্চাদের অসুস্থতার প্রাথমিক লক্ষণ

ছবি 1 চোখের সাদা অংশের হলুদ হয়ে যাওয়া দেখায়



ছবি 2 স্বক হলুদ হয়ে যাওয়া দেখায়

## শ্বাসপ্রশ্বাস, রঙ ও নড়াচড়া



নিম্নলিখিত কোনো একটিও যদি আপনার বাচ্চার দেখা দেয়, তাহলে অবিলম্বে 999-এ ফোন করুন:

- রঙের কোনো পরিবর্তন (খুব ফ্যাকাশে, নীল বা কালো)
- নিশ্বাসের সমস্যা (ঘড়ঘড় আওয়াজ হওয়া, দ্রুত শ্বাস নেওয়া, নিশ্বাসে কাজ না হওয়া, প্রায়শই বিরতি নেওয়া বা নিশ্বাস নিতে পরিশ্রম করতে হওয়া)
- খিঁচুনির মতো হাত ও পায়ে মাঝে মাঝেই ঝাঁকুনি দেওয়া

আপনার যদি আপনার বাচ্চার স্বাস্থ্য নিয়ে চিন্তা হয় তাহলে আপনার ধাত্রী, স্বাস্থ্য কর্মী (হেলথ ভিজিটর) বা GP-এর সঙ্গে যোগাযোগ করুন।

সঙ্কটকালীন পরিস্থিতিতে দিন বা রাত যে কোনো সময়ে 999 নম্বরে ফোন করুন।

বাড়ি যাওয়ার আগে অবশ্যই নিশ্চিত করুন যে আপনার ধাত্রী বা হাসপাতালের যোগাযোগ নম্বর আপনার কাছে আছে।

# সদ্যজাত শিশুদের অসুস্থতা

## থাওয়ানো

জীবনে প্রথম পাঁচ দিনে 24 ঘন্টায় আপনার বাচ্চাকে কতবার থাওয়াতে হবে ও কতবার তার ন্যাপি ভিজে যাবে বা নোংরা হবে, তা নিচে বলা আছে।

	দিন 1	দিন 2	দিন 3	দিন 4	দিন 5
থাওয়ানো	3-5	8-12	8-12	8-12	8-12
নোংরা ন্যাপি	অন্তত একবার কালো, চ্যাটচ্যাটে পিচ-এর মতো	দিন 1-এর মতো হতে পারে আবার পালটে দিন 3-এর মতোও হতে পারে	অন্তত 3-4 হলুদ মল, যা সিঁড়ি অর্থাৎ বীজসূর্ণ হতে পারে	অন্তত 3-4 হলুদ মল, যা সিঁড়ি অর্থাৎ বীজসূর্ণ হতে পারে	অন্তত 3-4 হলুদ মল, যা সিঁড়ি অর্থাৎ বীজসূর্ণ হতে পারে
ভেজা ন্যাপি	2-3	2-3	3 বা তার বেশি	3 বা তার বেশি	6 বা তার বেশি

## ধাত্রীর সঙ্গে যোগাযোগের বিবরণ



যে কোনো জরুরি নয় এরকম উদ্বেগের ক্ষেত্রে আপনি যদি ধাত্রীর সঙ্গে যোগাযোগ করতে না পারেন, তাহলে NHS 111-এ ফোন করতে পারেন।

আরো তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk) -তে যান ও 'বাচ্চার অসুস্থতা' খুঁজুন