

Gava Zarok bi tayê dikevin

Dibistana Tayê

Dibistana tayê ji bo du tiştan pir baş e. Yek ew e ku tu xwe fêrî naskirina tayê dikî û her wisa jî fêr dibî çî bikî gava zarokek bi tayê dikeve. Ya duwemîn jî ew e ku li vê dibistanê, garantî ye ku ne azmûn û ne jî qerne heye. Me divê em te bi awayeke hêsan fêr bikin daku tu bikaribî alîkariya zarokên bi tayê ketibin bikî



Ta çi ye?

Ta ew tişt e ku gava germayiya laşê mirov, ji kerta normal germtir dibe. Ev cûreyeke xweparastina laşî ye, ku laş bi riya germahiyê xwe li dij bakterî û vîrusan diparêze. Ketina bi tayê ne nexweşî ye, lê nîşana (symptom) nexweşiyekê ye. Pîrî caran înfeksiyonek e, ku ne xeter e û jixweber derbas dibe.

Ji ser 38 kertan

Dibêjin ta ew e, ku gava kerta germahiya laşî ji 38,0 kertan bilindtir e. Mirov germahiyê bi desîmalê dixwîne. Bo Nimûne; 38,2 yan 38,5.

Ma dîsan tu bi tayê ketî?

Zaro ji mezinan hêsanîr bi tayê dikevin. Lê ev nayê wê wateyê ku ew gava bi tayê dikevin ew pir nexweş in. Ta, pîrî caran ji ber înfeksiyonan çêdibe û jixweber derbas dibe. Ya girîng ew ku li rewşeke wisa, divê mirov binere bê ka pîrsgirêkeke din li nik zarokî heye yan na.

Gava ta tê, hêsanî peyda kin

Gava zarok bi tayê dikevin, hûn dikarin bo wan hêsanî peyda bikin. Cilên wan ên zêde ji ser wan derxin û heger dilê wan bixwaze, ku li ser xwe bigerin, wan serbest bihêlin. Ta, li gor hebûna taqeta zarokan kêmtir yan zêde dibe. Gava zarokên bi tayê ketibin, dinivînin, hingê baş e ku hûn cîyê serê zarokî bilind bigirin. Ev wermandinan kêmtir dike û pêşî li ber derketina problemên li guh û li sînozê digire.

Pir av bidin wan

Zarokên ku bi tayê ketine, wan pir pêwîstî bi avê heye. Lê li şûna bi carekê û pir avdayînê, hindik av bidin wan. Carinan bi kevçiyê xwarinê. Her wisan jî ew dikarin li şûna vexwarina qedeheke avê, bi hêsanî besteniyêke bûzê jî dalêsin. Besteniyê jî bûzê ew jî ji avê çêbûye, lê tenê cemidiye. Ji bîr neke ku tu zarok derxî mîzê – zarokek gerek e li nav rojê gelek caran bimîze.

Ji bo pîvana kerta germahiyê lez neke

Zarokên ku dilîzin yan li ser lingan digerin, kerta germahiya laşê wan bi hêsanî bilind dibe. Loma berî ku hûn kerta germahiya laşê zarokan bipîvin, pêşî li dor dirêjahiya 30 kêlîyan (deqîqe) rawestin. Gava ku jî hûn kerta germahiya laşê pitikan (zarokên pir biçûk) dipîvin, hingê divê cilên wan ji ber wan vekirî bin ji ber ku cilên germ dikarin kerta germahiya laşê wan bilindtir bikin. Her wisa jî bila li bîra te be ku her car bi heman termometerê û li heman cîyî germahiya laşê wan bipîvî. Hingê mirov bi hêsanî dikare encamê bipîve heger ku mirov her dem tenê li şûneke laşî pîvandin kiribe.

Pîvana kerta germahiya laşê pitikan

Pêşniyara me ew e ku pîvana kerta germahiya laşê zarokên li bin temenê salekê, ji kunê rûviya dawîn têtê kirin. Pitikên temenê wan ta şeş mehan, tenê serê termometerê rakêşin nav kunê wan ê rûviya dawîn. Lê melhemekê yan rûnekî li serê termometerê bidin, da ku bi hêsanî biçe hundur. Heger hûn termometereke dîgîtal bi kar dihênin, hingê gava germahiyê dipîve, dengê jê têtê. Pîrî caran piştî 15 – 30 çirkan (saniye).

Pîvana kerta germahiya laşê zarokên hinek mazin

Ji bo zarokên temenê wan li bin salekê, heger hûn pîvana kerta germahiya laşê wan ji guhê wan bikin ev alternatîfeke baş e. Ji bo vê li cetwela bikarhanîne binerin ku hûn vê pîvanê bê şaşî bikin. Û germahiya laşî li nav ew guhê ku ji ser balîfeke germ rabûye nepîve yan jî li nav ew guhê ku ji nav sermayê hatiye pîvan mekin. Wê gavê kerta germahiya aşî rast nayê pîvandin. Berî ku hûn bipîvin, 15 – ta 20 kêlî rawestin.



Çend cara wê germahiya laşî bête pîvan?

Ji bo bizanî germahiya laşî çawa ye, hem sibeh û hem jî piştî nîvro kerta germahiya laşî bipîve. Lê vê bizane ku gava rewşa zarokî xirab be û gava jê re sexbêrî (tedawî) gerek be, divê hingê tu wî bibî bo lênerîna doktorî.

Kengî dermanê kêmkirina germahiyê tê dayin?

Pirî caran, dermanê kêmkirina germahiya laşî zarokî tîne ser xwe û piştî xwarina dermanê kêmkirina germahiyê zarokê dikare bixwe û vexwe. Lê çî kerteke germahiyê nîn e ku mirov bêje li filan kerta germahiyê gerek e mirov dermanê kêmkirina germahiyê bide zarokan. Lê tu li rewşa xirabbûna zarokî binere. Her çend ku bi tayê ketibin jî lê kêmkarî gerek dike ku mirov dermanê kêmkirina germahiya laşî bide wan zarokên ku rewşa wan baş e.

Paracetamol û ibuprofen

Li nav hemû dermanên ku germahiya laşî dadixin paracetamol heye. (bo nimûne Alvedon û Panodil) yan jî Ibuprofen (bo nimûne Iprex). Ev derman wek hebik, wek av yan jî wek fitil hene. Mirov dikare Paracetamol bide zarokên ji sê mehan mazintir û Ibuprofen ji şeş mehan. Heger temenê zarok li bin 6 mehan be, hingê em dibêjin berî ku hûn dermanê daxistina germahiya laşê, piştî ku hûn bi doktor re bipeyivin, bidin wan. Bêyî peyivtina di gel doktorî, ji du yan sê rojan dirêjtir ne Paracetamol ne jî Ibuprofenî bidin zarokan. Heger zarok ji ser 12 salan re be, hingê hûn dikarin Paracetamol li nav 3 rojan bidinê. Heger zarok xwarin nexwe yan vereşe, yan jî zikê wî pir biçê, hingê Ibuprofen (yan jî dermanên wek vê) nedin wan. Li rewşên wisa hûn dikarin gurçikên wan xirabikin.

Gêncên li bin 18 salan

Bo zarokên bi tayê ketine yan jî bi gotina rast bo zarokên li bin 18 salan, ku bi tayê ketine Acetylsalicylsyra (bo nimûne Aspirîn, Treo û Bamy) nedin wan. Heger taketina wan ji ber nexweşîya mîxiçkan be, hingê divê mirov Ibuprofen (yan jî dermanên ji vê grûbê) nede wan, ji ber ku ev derman dikare rîska êdî xirabketinê bi xwe re bîne.



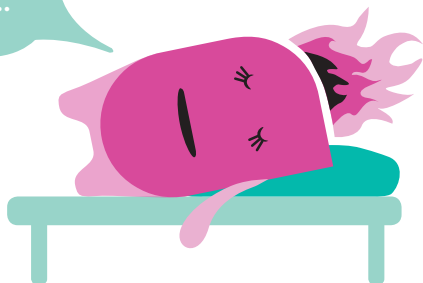
Gava te dermanê daxistina germahiyê dabe wan

Dermanê daxistina germahiya laşî, bi tesîr in, le her car kerta germahiya laşî naxe bin 38 kertan. Ev ne nîşana nexweşiyêke dijar e. Ji xwe mirov ne ji bo nehiştina tayê li nav laşî vî dermanî dide zarokan, mirov vî dermanî dide zarokan ku piçek werin ser xwe û ji bo bikaribin vexwin û bikaribin belku piçek xwarin bixwin yan jî besteniyekê bûzê bixwin.

Xewa xweş

Li gor rewşa zarokî mirov dizane ku ji zarokî re dermandayin pêwîst e yan na. Heger doktor nexwestibe, ne gerek e tu zarok ji xew şiyar bikî û dermanê kêmkirina germahiyê bidîyê. Vê ji bîr neke ku tayê laşî piştî nîvro ya dereng û êvaran pir bilind dibe û bi şevê jî kêmtir dibe.

...ZzzzZZzzzZz...
bestenî...berf...zZzzz...



Kengî tu wê pêwendî bi nexweşxanê re bikî?

Zarok bi giştî xweş bergirî li ber tayê dikan. Heger zarok bixwe û vexwe û dilê wî li cih be û xwe bi tiştan re mijûl bike, hingê hebûna tayê ne ew çend pirsgirêkeke mazin e. Taketînên înfeksiyonên vîrusan piranî piştî çar rojan derbas dibin. Lê heger tayê mirov ji çar rojan dirêjtir bajo – yan jî heger tayê mirov piştî sê rojan here xwarê û paşê dîsan bilind bibe – gerek e hingê bi nexweşxaneyê re pêwendî bikî. Gerek e tu pêwendî bi nexweşxaneyê re bikî her çend ku ji xewê şiyarkirina zarokê bi tayê ketî pir dijar be jî, yan pir xemgîn be jî, yan eşa wî hebe jî, yan rengê ruyê wî spî be jî, yan ji çermê wî xwîn were jî, yan kêmbimîze jî, yan bi dijarî hilma xwe bide û bistîne jî. Heger mirov nizane zarokê mirov çima bi tayê ketiye, hingê gerek e mirov pêwendî bi nexweşxaneyê re bike.

Ji ser 41 kertî?

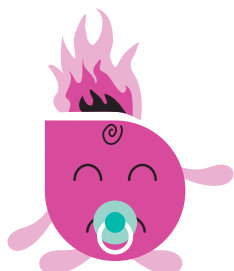
Heger kerta germahiya laşê zarokî ji ser 41 kertî re be, hingê divê yekser hûn pêwendî bi nexweşxaneyê re bikin. Her wisa jî heger ku zarok bersiva we nede wek carên berê gava ku hûn deng li ser dikin, heger ku ne dixwe û ne vedixwe, heger vedireşe, yan zikê wî diçe, heger ji nişkê ve stûyê wî hişk dibe yan jî firka tayê cara yekê pê bigre.

Pitikên bi taya giran ketine

Heger pitik ji sê mehan biçûktir bin û kerta germahiya laşê wan ji ser 38 kertî yan bilindtir be, yan jî heger pitikek 3 – 6 mehî be û kerta Germahiya laşê wî 39 kert yan bêhtir be, hingê pêwîst e ku hûn pêwendî bi nexweşxaneyê re bikin. Ev her wisa ji bo pitikên temenê wan li bin salekê ye jî û kerta germahiya laşê wan ketibe bin 35,0 kerta, wisa ye (hypotermî). Ji bîr neke ku tenê ta ne xeter e. Lê baş e ku mirov sedema ketina tayê bizane. Loma grîng e ku mirov hingê pêwendî bi doktor re bike.

Derbareyê firkên tayê

Firkên tayê, piraniya caran li zarokên temenê wan li navbera yek û pênc salan diqewime. Piraniya zarokan, kerta germahiya laşê wan çend blind be jî ew qet bi firka tayê nakevin. Lê dibe ku bi firka tayê bikevin. Her çend gava bi firka tayê dikevin ev tiştekî qet nexweş be jî, kêman caran bi xeter e. Hingê zarokan bi awayeke hişk negirin, wan li ser kêlekê dirêj bikin. Bila hûn nêzîkê wan bin û nehêlin ku xwe li tiştekî li nêzîkî biqelibînin. Heger firk ji pênc kêliyan dirêjtir bajon, hingê telefon vekin ku



+39,0 C

ambûlansek were. Ji ber ku dermanê daxistina germahiya laşî û sarkirina laşî nikarin rê li ber firkên tayê bigirin. Lê gava germahiya laşî kêmkirî bibe û laş hinekî sar bibe, hingê zarok jî piçekî tê ser xwe.

Gêjbûn ne xweş e lê ne bi xeter e jî

Carina hin zarok hene ku gava bi tayê dikevin, hinekî xwe şaş dikin. Dikarin tiştên ku tuneye bibînin, sehkin û bibihîsin. Bêguman hem tu û hem jî zarok hûn ji vê rewşê qet hez nakin. Lê ev ne xeter e û piştî demekê ji xweber namîne.

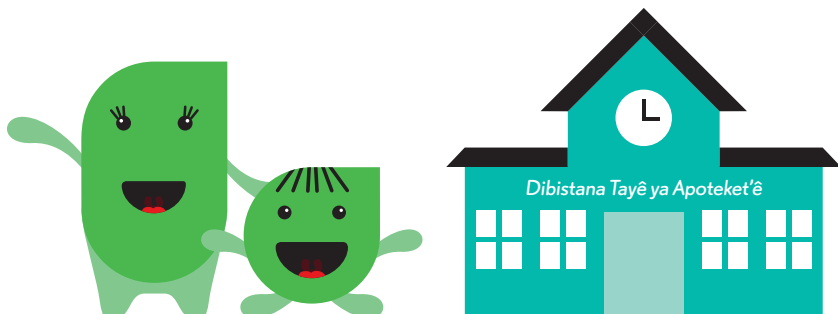
Vegerana bo zarokxanê yan dibistanê?

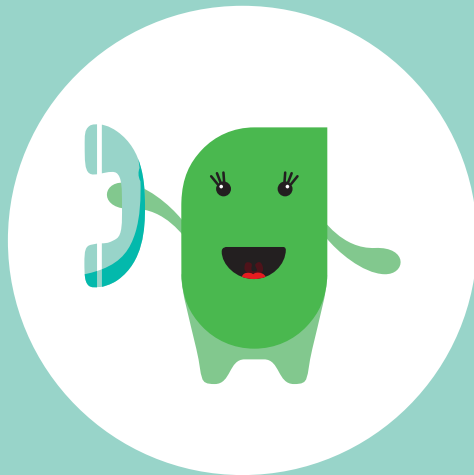
Ji bilî ku ta kêmkirî bûbe, her wisa jî rewşa giştî ya zarokî nîşan dide ku zarok dikare here zarokxanê yan dibistanê. Ji bo bikaribe vegere zarokxanê yan dibistanê, gerek e tam li ser xwe be, bikaribe xwarin û xwexwarina xwe bixwe û çalak û aktîf be. Pîrî caran baş e ku mirov bihêle zarok piştî nexweşiyê bîst û çar saetan li malê bimînin û berî herin dibistanê tam werin ser xwe.

Baş e ku li malê hebe

Pir baş e ku her dem li mala we termometerek û dermanê daxistina germahiya laşî hebe. Termometerek jî bo kuna roviyê dawiyê (bo nimûne Telfo) jî bo pitikan li malê hebe baş e. Her wisa termometerek jî bo guha (bo nimûne Braun Thermoscan) jî bo zarokên ji salekî mazintir. Agehiyên derbareyê dermanan mirov dikare her dem li ser kaxeza li nav qutîka dermanan û yan jî li ser malpera fass.se bixwîne.

Bi dîlfirehî li Apoteket'ê ji me bipirse. Em ê bi alîkariya te rabin!





Gava Te bêhtir şîret bivên

Tu dikarî li Apoteket'ê (dermanxanê) ji bo lênerîna xwe û ji bo hilbijartina dermanên daxistina tayê alîkarî bigirî.

Her wisa gava pêwîstî hebe em dikarin berê te bidin nexweşxanê jî. Tu her dem dikarî ji vê hejimara şêwira nexweşxaneyê re jî telefonê vekî 117. Ev telefon şev û roj vekirî ye û ew dikarin alîkariya te bikin bê ka dem hatiye ku tu ji bo nexweşiya xwe biçî nexweşxanê yan na. Û her wisa biçî bo kîjan nexweşxanê. Gava rewşeke acîl û xetera jiyane hebe, hingê tu dikarî bi vê hejimara telefonê li ambulansê bigerî 112.

Tel: 0771-450 450
apoteket.se

 **apoteket**

Vi gör det enklare att må bra