

বাবা-মায়ের জন্য জন্ডিস চেনার সহজ গাইড

কালো ও বাদামী শিশুরা মধ্যে



দিনের আলোতে পরীক্ষা করুন।



সকালে বা জানালার পাশে শিশুর চামড়া দেখুন। ঘরের আলো রঙ ভুল দেখাতে পারে এবং জন্ডিসের চিহ্ন লুকাতে পারে।

শিশুকে মাথা থেকে পা পর্যন্ত

দেখুন।

গরম ঘরে শিশুর কাপড় খুলে তার পুরো দেহে হলুদ ভাব আছে কিনা দেখুন।



শিশুর চোখের সাদা অংশ দেখুন।



আপনার শিশুর চোখের সাদা অংশ হলুদ দেখাচ্ছে কি? শিশুর ত্বকের রঙ যাই হোক, চোখের সাদা অংশ সবসময় সাদা থাকা উচিত।

শিশুর মুখের ভিতর দেখুন।

শিশুর মুখ, জিহ্বা এবং মাড়ি হলুদ আছে কিনা দেখুন।



3

হালকাভাবে আঙুলের ডগা দিয়ে শিশুর ত্বকে চাপ দিন।

হালকাভাবে হাতের তালু এবং পায়ের তলায় চাপ দিন। গাঢ় ত্বকের শিশুর ক্ষেত্রে হলুদ রঙটি আরও পরিষ্কার দেখা যেতে পারে।

হালকাভাবে আঙুল দিয়ে আপনার শিশুর বুকে, লব বা নাকের ডগায় ৩ সেকেন্ড চাপ দিন। যদি শিশুর জন্ডিস থাকে, রঙ ফিরবার আগে ত্বক হলুদ দেখাবে।



4

যদি আপনার শিশুর এই কোন চিহ্ন থাকে, তবে জন্ডিসের জন্য TCB মেশিন বা রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে পরীক্ষা করা উচিত। কিছু জন্ডিস হালকা হয় এবং কেবল অতিরিক্ত দুধ বা তরল প্রয়োজন হতে পারে, কিন্তু কিছু ক্ষেত্রে গুরুতর হতে পারে, তাই দ্রুত পরামর্শ নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ। যদি আপনি চিন্তিত হন, NHS 111-এ কল করুন।

কোথায় এবং কীভাবে সাহায্য পাবেন

মাইডওয়াইফ, ডাক্তার বা 111-এ কল করুন যদি শিশু...

- খেতে চায় না
- স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি ঘুমাচ্ছে
- শেষ ৬ ঘণ্টায় ডায়ালার ভিজেনি হয়নি
- কালো প্রস্রাব করছে
- জন্মের প্রথম ২৪ ঘণ্টায় হলুদ দেখাচ্ছে
- হলুদ এবং ফ্যাকাশে দেখাচ্ছে
- যদি আপনি চিন্তিত হন বা আপনার শিশু অসুস্থ মনে হয়।

কাছের হাসপাতালের জরুরি বিভাগে যান বা 999-এ কল করুন যদি শিশু...

- জাগানো কঠিন হয়
- হাত এবং পা কেঁপে ওঠছে বা হঠাৎ নড়ছে (খিঁচুনি)
- তারা কিছু সময়ের জন্য শ্বাস বন্ধ করে দেয় বা ঠিকমতো শ্বাস নেয় না।
- ত্বক ফ্যাকাশে, দাগ বা ঠাণ্ডা লাগছে

শেষ কথা মনে রাখুন

গাঢ় ত্বকের শিশুর জন্ডিস ভিন্নভাবে দেখা দিতে পারে। যদি আপনি চিন্তিত হন, নিজের কথা বলুন। ডাক্তারকে শিশুর পরীক্ষা করতে বলুন এবং প্রয়োজনে দ্বিতীয়বারও পরীক্ষা করান। মনে রাখবেন, আপনার শিশুর স্বাস্থ্য খুব গুরুত্বপূর্ণ।

Concept designed by Helen Gbinigie Neonatal consultant Medway Hospital and neonatal clinical lead KM LMNS Dr Oghenetega Edokpolor ST 5 Medway Hospital