लडिक्यन के सर्दी खांसी।

सर्दी, खांसी, खसरा. आदि बीमारी
हवा मे से अऊर छुवय से होथ।
बीमार से दुई हात दूर रह।
तब ई बीमारी तोहय सक्के न होई।

अगर कवन लडिक्याॅ हांफ्तः दईयाॅ जोर जोर से सांस लेत दिखाई पड़ी तब समझय के की ओके जानलेवा खतरा बा।. ओके देर न करत तुरंत डॉक्टर के पास लईके जाऐके चाही।. खांसी, जुकाम एक हफ्तामें वईसे अपने आप ठिक होय जाथ।. पर ऊ बढके निमोनिया होय जाथ।. ई सब टालयके नाते जानकारी मालूम होऊब जरूरी बा।

पालकन के ई समझाऊब जरूरी बा की सर्दी, खांसी क बदलाव में निमोनिया में भयल बा ऐसे कईसे पहचान्य के?

डॉक्टरे क सेवा उपलब्ध होव्य के चाही।. सर्दी, जुकाम, खांसी क बादलाव में निमोनियॉ होव्य पे महतारी-बापके ओके जल्दीयय डॉक्टर के पास लई जाऐके चाही।. तब लडिक्याॅ बच सकथ।. पालकन के जानब जरूरी बा।.

निचे दिहल लक्षण होईत तुरंत अस्पताले में लई जायके चाही।.

1) लडिक्याॅ क सांस लेब अगर जल्दी जल्दी होई, मतलब 1 मिनट में 50 से ज्यादा होई।

2) छाती से नीचे अऊर बीचकेजगह सांस लेत दईयाॅ अदंर के ओर जाथ।

3) लडिक्याॅ पानी, दुध नाय पी सकत,अगर लडिक्याॅ क सांस हमेशा की तरह न होईत सर्दी, या खांसी क दवाई न करयं के चाही तभव एक हफ्ता में ठिक होय जाथ। विटामिन अ से निमोनिया जईसन रोग से मुकाबला करयं क ताकद आय जाथ। जीवनसत्व (अ विटामीन) निमोनियॉ जईसे रोग से निपटय क ताकद बढ़थ।

टिका करण-

सब टिका लगाव्यं। त्रिगुणी टीकासे बडीखांसी, बी.सी.जी से क्षय रोग, छोटी माता (गोवर) टीका से छोटीमाता अऊर हिमोफिलीस इन्फुएन्झी बी टीकासे ई फिटानूसे होव्यवला निमोनियॉ हटथ।

भीड-भडका वाली जगह टालयं-भीड-भाडसे सर्दी खांसी जल्दी फईलथ। लडिक्यन के भरल ट्रेन, बसमें लईजाऐसे ओन्हने जरूर बीमार पड़जाथेन। ई सब टालयं के चाही। बडा लडिक्यन के अलग सोन्य के चाही।

खाना चालू रख- सर्दी या खांसी वाले लडिक्यन के खाना लेव्य, पानी पीययं अऊर पतिल आहार देव्यमें महतारी -बापके चाही की ओन सभे ओकर मदत करयं। देहेंक पियाव्य वाली महतारी क दूध अऊर अनाज क उपर वाला खाना ओनके सबके ओन्हन के अनुसार बराबर देन्यके चाही।. लडिक्यॉ के बंद नाक से सांस लेथ अऊर मोहेसे दूध निकालके चम्मचेसे पियाव्यं के चाही। फल क टूकडा,चन्ना लडिक्यन दिनभर खाथेेन।.

रोव्य वाला लडिक्यॉः-

सर्दी भयल लडिक्यॉ के सुताव्यपे नाक बंद होय जाथ तब लडिक्यॉ रोवथेन। गोदी में लेव्यसे नाक क पानी नीचे उतरके नाक साफ होय जाथ तब लडिक्यॉ सांस लेय सकथ अऊर ओकर रोऊब रूक जाथ।. अगर नाक बंद होव्यपे घुटन होत हुव्वे प्राणवायू के कमी से लडिक्यॉ रोवथेन।. पर रोव्यवाला लडिक्यॉ के पेरदर्द बा ई समजके पेरदर्द क या सुस्ती क दवाई देयदेथेन।.

सिर्फ महतारीक दूध पियय वाला लडिक्यॉ क पेट कभव भी दर्द नाय करत।. ऐनकर सक्कर जरूरत बा।. सर्दी -खांसी से गलामें खराश होथ। लडिक्यन गला साफ करयं बीना खांसथेन।. ओसे ओन्हनके उल्टी होथ। उल्टी में कफ आव्य पे सांसनली साफ होई के लडिक्यॉ के ज्यादा आराम होथ।. ज्यादातर उल्टी करयवाले लडिक्यॉ सर्दी, खांसी से तकलिफ होथ।. उल्टी के दवाईसे ओन्हनक उल्टी बंद नाय होत।. ओके सर्दी-जुकाम खांसी के दंवाई से ही आराम होथ।.

सोव्यपे बराबर से डॉक्टर के पास लई जाऐके चाही।. सर्दी-खांसी वाले महतारीन के डिलेवरी भयल के कमरा में न जाऐके चाही, अऊर केवभी बीना हाथ न लगाव्यं के चाही। ई प्रार्थना डॉक्टर के ओरिसे डिलेव्हरी भयल महतारीन के रूमेके बहरे लगाव्य के चाही।

मौसम- सर्दी, खांसी अऊर बुखार भयल लडिक्य के जरा गरम पर साफ सुधरा कमरा में रखयंके चाही।. ओन्हनके कमरा में धुआँ न जाय सकथ तब अऊर भी ठिक बा।. कमरा के धुल से ओके तकलिप होय सकय।. छोटा-छोटा लडिक्यन क शरीर ठंडा होथ। ओन्हनके गरम कपडा में ही लपेटके

रखयं के चाही।. पर ओन्हनके तकलिफ न होव्य के चाही।. लडिक्यॉ के बुखार होव्य पे पॅरासिटॉमॉल दवा देव्य के चाही।.

सांस से मदत- बरतने में गरम पानी रखके ओकर भाफ अगर लडिक्यॉ के देवल जाई त ओकर नाक साफ होथ। लडिक्यॉ क रूम हमेशा हवा आवत जात रहय के चाही। ज्यादा जोरदार हवा से तकलिफ होय सकथ।

साफ हवा-

धुऑजईसन हवा में रहयवाला लडिक्यन के निमोनिया होव्यक सभावना होय सकथ। सर्दी, खांसी से कान और गला के जोड्यवाली नली (युस्टेशियन नलिका) बंद होव्य से काने में दर्द होथ अऊर कान कभव-कभव बहय लगथ। ऐईसन वक्तपे दर्द होव्य पे पॅरॉसिटॉमॉल देथन। ऍलर्जी क सर्दी होईत कान बहय क काफी तकलिफ होथ।

पढ, मस्त जीय, सबके बतावः-

☞ -घरे क नास झगड़ा से होथ, दोस्ती क अंन्त कडवा शब्द से होथ। राष्ट्र क नास बुरा राजकरण से होथ, मनुष्य क नाश बुरा कर्मेसे होथ।

☞ -परेशानी से घिरत दोस्त, दुसरे के वजह से तकलिफ होव्य वाला आपन देश-घर क बंटवारा घर क, कुल क नास आवत ऊ वक्त जेप्पा नाय आवत धन्य होथ।.

☞ -डर अऊर स्वार्थ के स्वीकार करथ ऊ जग में नीच कहवाथ।.

☞ -जेकरे पास सौ बा ऊ हजार क ईच्छा करथ, हजार क मालिक लाख क इच्छा करथ। लखपती राज्य क लालच करथ अऊर जेकरे पास राज्य बा ऊ स्वर्ग याद करथ।.

☞ बुढवती दईयॉ बाल सफेद होथ, दांत कमजोर होथ, ऑख, कान भी कमजोर होय जाथेन, पर इच्छा खतम नाय होत।.