



NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

पूर्ण समयका शिशुहरूमा श्वासरोध

Apnea in Full-Term Infants (Nepali)

पूर्ण समय भनेको गर्भावस्थाको 39 हप्ता पछि तपाईंको बच्चाको जन्म भएको हो। सामान्यतया, मस्तिष्कले श्वासप्रश्वासलाई स्वचालित रूपमा नियन्त्रण गर्छ। निद्राको समयमा मस्तिष्क कम सक्रिय हुँदा सास फेर्न र मुटुको धड्कन (हृदयको गति) कति छिटो हुन्छ। शिशुहरूलाई सास फेर्न केही बरे रोकिनु सामान्य छ। शिशुको श्वासरोध (ap-nee-uh) मा यी रोकने धेरै लामो हुन्छन् र हृदय धेरै सुस्त हुन्छ। यो 37 हप्ता अघि जन्मेको समय भन्दा पहिले बच्चाहरूमा धेरै सामान्य छ।

श्वासरोध भनेको श्वासप्रश्वासमा रोकिने समस्या हो। यो चेतावनी बिना चाँडै हुन सक्छ। श्वासरोधमा यी मध्ये एक वा बढी संकेतहरू हुन्छन्:

- 20 सेकेन्ड वा सोभन्दा बढी समयसम्म सास फेर्न नदिने।
- छालाको रङ नीलो वा धेरै फिक्का हुन्छ (स्यानोसिस)।
- मुटु एक मिनेटमा 80 पटकभन्दा कम धेरै बिस्तारै धड्कन्छ। यसलाई ब्राडीकार्डिया (bray-duh-kaar-dee-uh) भनिन्छ। ब्रैडीकार्डियाले प्रायजसो श्वासरोध पछि हुन्छ।

धेरैजसो शिशुहरू 1 वर्षको उमेर सम्म श्वासरोधलाई बढाउँछन्।

श्वासरोधलाई सडन इन्फ्यान्ट डेथ सिन्ड्रोम (sudden infant death syndrome, SIDS) सँग भ्रमित वा जोडिनु हुँदैन। श्वासरोध जस्तो नभई डाक्टरहरूले बच्चाहरूलाई किन सडन इन्फ्यान्ट डेथ सिन्ड्रोम (sudden infant death syndrome) हुन्छ भनेर

भविष्यवाणी गर्न वा थाहा पाउन सक्दैनन्। श्वासरोधको साथ कहिलेकाहीँ डाक्टरले यो किन हुन्छ भनेर पत्ता लगाउन सक्छ र उपचारको सिफारिस गर्न सक्छ।

कारण

बच्चालाई श्वासरोध हुन सक्ने धेरै कारणहरू हुन सक्छन्।

- मस्तिष्क अपरिपक्वता - मस्तिष्कले शरीरलाई सास फेर्नका लागि आवश्यक सही संकेतहरू पठाउँदैन। मस्तिष्क अझ विकास हुनुपर्छ।
- मुटुको समस्या - मुटुले मस्तिष्कमा पर्याप्त रूपमा रगत पम्प गर्दैन जसले यसलाई सास फेर्नका लागि संकेत पठाउन सकोस्।
- सङ्क्रमण - पिसाबमा सङ्क्रमण वा फोक्सो वा मस्तिष्कमा सङ्क्रमण हुन्छ।
- एसिड रिफ्लक्स - बच्चाको खाना र पेटका रसहरू उनीहरूको अन्ननली (मुखबाट पेटमा जाने नली) मा आइरहन्छन्।
- फोक्सोको रोग, एनीमिया (रगतमा कम अक्सिजन) वा आनुवंशिक (जन्मले) समस्या जस्ता अन्य चिकित्सा समस्याहरू।
- कहिलेकाहीँ, डाक्टरले श्वासरोधको कारण फेला पार्न सक्दैनन्।

निदान

तपाईंको बच्चालाई अस्पतालमा भर्ना गरिनेछ।

- डाक्टर र स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूले श्वासरोध हुनु भन्दाअघि, समयमा र भएपछि के हुन्छ भनेर जान्नका लागि उनीहरूको सास फेराइ हेर्नेछन्।
- पल्स ओक्सिमिटर उनीहरूको हात वा खुट्टामा राखिनेछ। यो यन्त्रले उनीहरूको रगतमा अक्सिजनको मात्रा र उनीहरूको मुटुको गतिको निरीक्षण गर्छ।
- उनीहरूको रगत र पिसाब (मूत्र) परीक्षण गरिनेछ।

उपचार

तपाईंको बच्चाको श्वासरोधको कारण पत्ता लगाउन नसके पनि त्यहाँ मद्दत गर्न सक्ने केही कुराहरू छन्।

- तपाईंको बच्चालाई सास फेर्न र मुटुको चाल बढाउन मद्दत गर्ने औषधिहरू दिनुहोस्।
- नाकमा राखिएको क्यान्युलास भनिने सानो ट्युबहरू मार्फत आफ्नो बच्चालाई अक्सिजन दिनुहोस्।
- अपरिपक्व बच्चाहरूलाई उनीहरूका लागि सास फेर्न एउटा मेसिन (भेन्टिलेटर) आवश्यक हुन सक्छ।

मेडिकल डिभाइस ट्युबिडका लागि FDA चेतावनी

- मेडिकल डिभाइस ट्युबिड बच्चाको घाँटीको वरिपरि बेरिन सक्छन्। यसरी श्वासवरोध (श्वास रोक्किने) वा मृत्यु हुन सक्छ।
- शिशु वा बालबालिकाहरू अल्झिन सक्ने सम्भावना भएकाले मेडिकल डिभाइस ट्युबिडलाई त्यत्तिकै नछाड्नुहोस्।
- तपाईंको बच्चाको डाक्टर वा स्वास्थ्य हेरचाह प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्:
 - तपाईंको बच्चा पहिला ट्युबिडमा अल्झिएको छ भने।
 - तपाईंले मद्दतका लागि चाल्न सक्ने कदमहरू सिक्न ट्युबिडलाई सम्भव भएसम्म आफ्नो बच्चाबाट टाढा राखेर बच्चाको घाँटीको वरिपरि ट्युबिड बेरिँदैन भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
 - मेडिकल डिभाइस ट्युबिडबाट घाँटी थिच्ने जोखिमको बारेमा तपाईंलाई हुनसक्ने अन्य कुनै चिन्ताहरू।
- तपाईंको बच्चालाई मेडिकल डिभाइस ट्युबिडले चोट लागेको छ भने कृपया FDA लाई घटनाको रिपोर्ट दिनुहोस्। तपाईंले रिपोर्ट गर्नुभयो भने बिरामीको सुरक्षालाई सुधार्न मद्दत गर्न जानकारी प्राप्त हुन सक्छ। रिपोर्ट गर्नका लागि FDA वेबसाइट छ:

<https://www.accessdata.fda.gov/scripts/medwatch/index.cfm?action=reporting.home>

घर जाँदा

नवजात शिशुहरूमा श्वासरोध सामान्यतया केही समयका लागि हुन्छ। धेरैजसो बच्चाहरूले यसलाई एक वर्षमा बढाउँछन्। तपाईंको बच्चालाई कुनै पनि चिकित्सा उपकरणहरू लिएर घर पठाइन्छ भने उनीहरूले जटिलताहरू रोक्नका लागि मद्दत गर्न

सकछन् तर उनीहरूले तपाईंको बच्चाको श्वासरोध कसै गरेपनि छिटो हटाउने छैनन्।

- तपाईंको बच्चालाई पल्स अक्सिमिटर लगाएर घर पठाइन्छ। स्वास्थ्य हेरचाह टोलीले तपाईंलाई अलार्म बज्दा के गर्ने भनेर सिकाउनेछ।
- तपाईंको बच्चालाई नाकको क्यान्युला मार्फत अक्सिजन लिन आवश्यक हुन सकछ (FDA चेतावनी, पृष्ठ 2 हेर्नुहोस्)।
- स्वास्थ्य हेरचाह टोलीले तपाईंलाई तपाईंको बच्चाको घरको वातावरण कसरी सकेसम्म सुरक्षित बनाउने भनेर सिकाउनेछ।

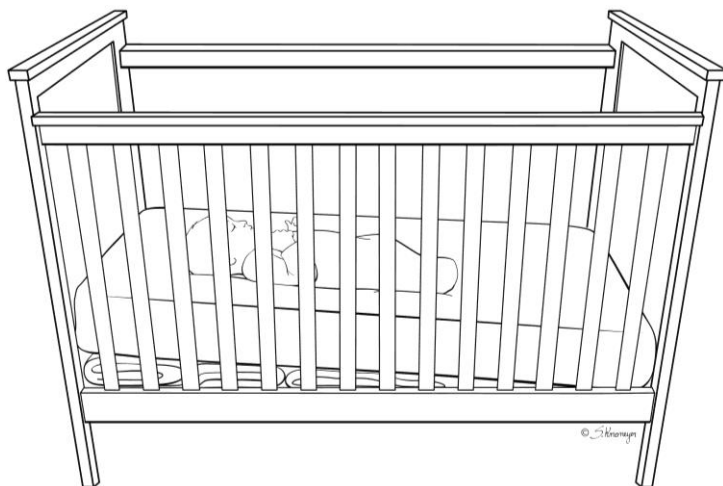
- तपाईंको घर, कार वा तपाईंको बच्चाको नजिक कतै कसैलाई पनि धुम्रपान गर्न नदिनुहोस्।
- सुरक्षित सुताइको ABC को पालना गर्नुहोस्।

एकलै - बच्चाहरू एकलै सुत्नु पर्छ। उनीहरू आफ्नै सुत्ने ठाउँमा शिशु-खाट वा बेसिनट जस्तै सुत्दा उनीहरूका लागि तपाईं वा अरु व्यक्तिहरू जस्तै कोठामा सुत्नु ठीक हुन्छ।

पछाडि - आफ्नो बच्चालाई सधैं सुत्नका लागि उनीहरूको पछाडि ढाडको बलले राख्नुहोस् (चित्र 1)। यो सबैभन्दा सुरक्षित अवस्था हो।

शिशु-खाट - शिशु-खाट खाली हुनुपर्छ। बम्पर प्याड, तकिया, कम्बल, भरिएका जनावर, खेलौना वा सामानहरू जस्तै डायपर र डायपर वाइपहरूलाई उनीहरूको शिशु-खाटमा नराख्नुहोस्।

- तपाईंको बच्चाको प्यासिफायर प्रयोग गर्न सकछ भने यसले श्वासरोधको जोखिम कम गर्न सकछ।
- तपाईंको बच्चाको घरमा सास फेर्न रोक्छ भने तपाईंले शिशुको CPR सिक्न आवश्यक हुन सकछ।



चित्र 1 शिशुहरूलाई 12 महिनाका नहुञ्जेल उत्तानो पारेर नै सुताइनु पर्दछ।