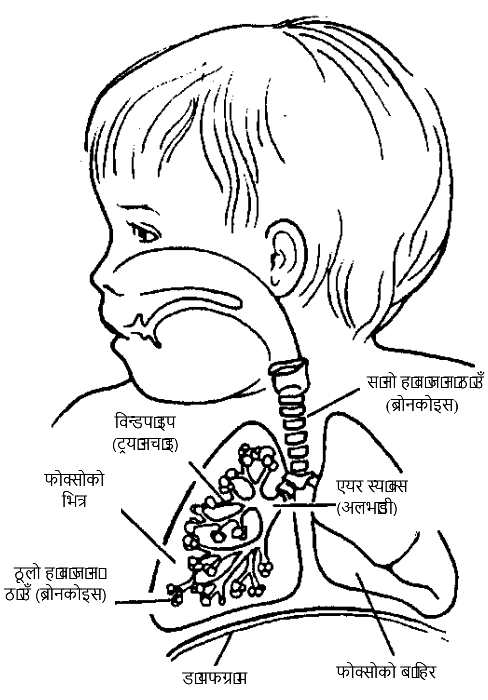
ब्रोन्कियोलाइटिस

Bronchiolitis (Nepali)

ब्रोन्कियोलाइटिस (bron-key-oh-LIE-tiss) सामान्यतया RSV (रेस्पिरेटरी सिन्सिटियल भाइरस) भाइरसको कारणले हुने श्वासप्रश्वास प्रणालीको संक्रमण हो। यसलाई निम्त्याउन सक्ने अन्य भाइरसहरूमा रुघाखोकी, साधारण रुघा, ह्युमन मेटान्युमो भाइरस र एडेनो भाइरस छन्। यी भाइरसहरू धेरै संक्रामक छन्। व्यक्तिले संक्रमित व्यक्तिको नाक वा मुखबाट मिस्ट, निकास (स्राव), म्यूकस वा लारमा छोएर वा सास फेर्दा भाइरस समात्छ।

ब्रोन्कियोलाइटिस सानो श्वासनली (ब्रोन्कियोल) मा हुन्छ जुन ठूला श्वासनली (ब्रोन्ची) बाट अलग हुन्छ (चित्र 1)। ब्रोन्कियोलहरू सुन्निन्छन्, साँघुरो हुन्छन् र बलगमले भरिन्छन्, जसले सास फेर्न गाह्रो बनाउँछ।

ब्रोन्कियोलाइटिस प्रायः 2 वर्ष मुनिका बालबालिकामा, शरद र जाडोमा देखिन्छ। बच्चाले यसलाई प्रत्येक मौसममा एक पटक भन्दा बढी प्राप्त गर्न सक्छ।



चित्र 1 शरीरभित्र श्वसन प्रणाली।

प्रारम्भिक सङ्केतहरू

- नाक बग्ने र नाक बन्द हुने
- ज्वरो
- हल्का खोकी लाग्ने
- दिक्क मान्नु

पछि सङ्केतहरू

- छिटो र गहिरो सास फेर्ने
- 15 देखि 20 सेकेन्ड वा लामो समयसम्म सास फेर्न रोकिन्छ (एप्निया)

©1985, संशोधित 2022, Nationwide Children's Hospital
क्रमश...

- सास फेर्दा बालमा छाला रिब्स र घाँटीको बिचमा तानिन्छ (रिट्र्याक्सन)
- छालाको रङमा परिवर्तन - फिक्का छाला, औँला, खुट्टाको नङ, नाक वा ओठसम्म नीलो रङ
- टाउको बबिङ
- बारम्बार खोकी लाग्ने (लगभग 3 देखि 4 हप्तासम्म रहन्छ)
- घुरघुर श्वास हुनु र सास फेर्न गाह्रो हुनु (2 देखि 3 दिनसम्म खराब हुन्छ, त्यसपछि राम्रो हुन थाल्छ। घुरघुर श्वास 7 दिन सम्म रहन्छ।)
- खानामा रुचि कम हुनु
- चञ्चल नहुनु र सजिलै थकित हुनु

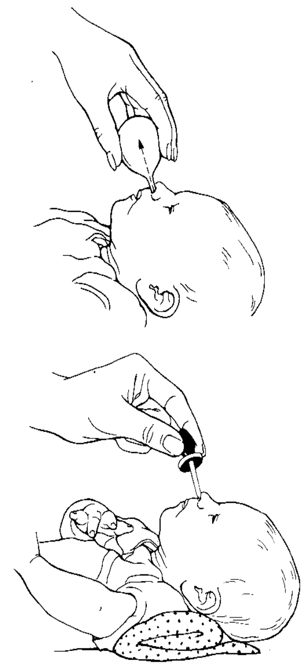
निदान

तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले:

- स्वास्थ्य इतिहास लिनु हुनेछ, परीक्षण गर्नु हुनेछ र उनीहरूको छाती सुन्नु हुनेछ।
- भाइरसको जाँच गर्न नाकको भित्री भागमा स्वाब गर्न सक्नु हुनेछ।

तपाईंको बच्चा धेरै बिरामी छ भने, स्वास्थ्य सेवा प्रदायकले:

- पल्स अक्सिमिटरको साथ उनीहरूको रगत अक्सिजन स्तर जाँच गर्नु हुनेछ। यो पीडारहित सेन्सर हो जुन बच्चाको औंला वा खुट्टामा राखिन्छ।
- रगत परीक्षण र छातीको एक्स-रे अर्डर गर्नु हुनेछ



चित्र 2 पहिला सलाइन ड्रपहरू प्रयोग गर्नुहोस् र त्यसपछि NoseFrida® वा बेबी बल्ब सिरिन्ज म्यूकस चुस्नुहोस्।

घरेलु उपचार

भाइरसलाई ब्रोन्कियोलाइटिस निम्त्याउने भएकोले एन्टिबायोटिक औषधिले फाइदा गर्दैन। यहाँ तपाईंले आफ्नो बच्चालाई थप सहज बनाउन गर्न सक्ने केही चीजहरू छन्:

- खोकी र श्लेष्म निर्माण (भीड) को लागि, एक चिसो मिस्ट भाप प्रयोग गर्नुहोस्। चिसो हावाले सास फेर्न सजिलो बनाउन र खोकी कम गर्न सक्छ। वाष्पोराइजरमा औषधि नराख्नुहोस्। यसको पानी हरेक दिन परिवर्तन गर्नुहोस् र प्रयोगहरू बिच सफा गर्नुहोस्।
- बन्द भएको नाकको लागि, नुन पानी (नमकीन) नाक थोपा म्यूकस खुकुलो गर्न प्रयोग गर्नुहोस्। त्यसपछि NoseFrida® वा बेबी बल्ब सिरिन्ज (चित्र 2) जस्ता सक्शन यन्त्रले म्यूकस चुसाउनुहोस्।
- ज्वरोको लागि, बच्चाहरूलाई निम्न दिनुहोस्:

- 2 महिना भन्दा बढी, एसिटामिनोफेन (बालबालिका वा शिशुको Tylenol®)
- 6 महिना भन्दा बढी, एसिटामिनोफेन वा आइबुप्रोफेन (बालबालिका वा शिशुको Motrin®, Advil®)
- कुनै पनि बच्चालाई एस्पिरिन वा एस्पिरिन भएको उत्पादनहरू नदिनुहोस् (चित्र 3)।
- 4 वर्ष मुनिका बालबालिकालाई रुघा खोकी लाग्ने औषधि नदिनुहोस्।
- एक वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकालाई मह नदिनुहोस्।

चित्र 3 एस्पिरिन नदिनुहोस्। आफ्नो बच्चाको उमेरअनुसार सही खुराक थाहा पाउन दिनुअघि कुनै पनि औषधिको लेबल पढ्नुहोस्।

- थोरै तरल पदार्थहरू दिनुहोस् – एक पटक र अक्सर थोरै मात्रा। यो फर्मुला वा स्तन दूधसँग पनि गर्नुहोस्।
  - 12 महिना मुनिका बच्चालाई फलफूलको जुस वा पानी नदिनुहोस्। पहिला स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई नसोधिकन Pedialyte® नदिनुहोस्।
  - **12 महिना भन्दा पुराना** बालबालिकाको लागि, Pedialyte® र पानी जस्तै तरल पदार्थ दिनुहोस्। यसलाई अझै पनि आफ्नो सामान्य खाना खाने आवश्यकतालाई प्रतिस्थापन गर्दैन। फलफूलको जुस वा चिनीको मात्रा बढी हुने तरल पदार्थलाई सीमित गर्नुहोस्।
- डिजिटल, थर्मोमिटरको प्रयोग गरेर आफ्नो बच्चाको तापक्रम जाँच गर्नुहोस्। **पारा थर्मोमिटरको कहिल्यै प्रयोग नगर्नुहोस्।**
  - रेक्टल (बच्चाको तल्लो भागमा) थर्मोमिटरहरू सबैभन्दा सही हुन्छन्। अर्को उत्तम विकल्प निधार (टेम्पोरल धमनी) थर्मामीटर हो। एक एक्सिलरी (काखी) तापक्रम छिटो जाँच गर्नेको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ तर यो धेरै सही हुँदैन। तपाईंको बच्चा 4 वर्षको नभएसम्म मौखिक थर्मोमिटर प्रयोग नगर्नुहोस्।
  - तपाईंको बच्चाको उमेरमा आधारित थर्मोमिटर छनोट गर्नुहोस्:
    - 3 महिना भन्दा कम उमेरका: रेक्टल वा फोरहेड थर्मामीटरहरू
    - 4 महिना वा सोभन्दा बढी उमेरका: रेक्टल, फोरहेड वा एक्सिलरी थर्मोमिटरहरू
    - 6 महिना भन्दा बढी उमेरका: रेक्टल, फोरहेड, इएर वा एक्सिलरी थर्मोमिटरहरू
    - 4 वर्ष वा सोभन्दा बढी उमेरका: ओरल (मुख) फोरहेड, इएर वा एक्सिलरी थर्मोमिटरहरू
  - आफ्नो बच्चाको स्वास्थ्य हेरचाह प्रदायकलाई तपाईंले कुन विधिको प्रयोग गर्नुहुन्छ भनेर बताउन नबिर्सनुहोस्।

तपाईंको बच्चा अस्पतालमा भर्ना भएमा

तपाईंको बच्चालाई:

- मुटुको धड्कन र अक्सिजनको स्तर हेर्नका लागि सेन्सरमा जडान हुन सक्नुहुन्छ।
- अक्सिजन आवश्यक हुन सक्छ। यो सामान्यतया नाकको क्यानुला (नाकमा साना काँटा भएको प्लास्टिकको ट्युबिङ) वा मास्क प्रयोग गरेर दिइन्छ। पृष्ठ 4 मा चेतावनी हेर्नुहोस्।
- तरल पदार्थ र केही पोषण दिनका लागि IV राख्न सक्नुहुन्छ। अक्सर ब्रोन्कियोलाइटिस भएको बच्चालाई खान र पिउन गाह्रो हुन्छ।
- म्यूकस हटाउनका लागि बल्ब सिरिन्ज, नोजफ्रीडा वा सक्शन मेसिनमा जोडिएको सानो ट्यूबले उनीहरूको नाक सफा गर्न आवश्यक पर्न सक्छ।
- नाकमा भएको म्यूकसलाई सफा गर्नुअघि नुन पानीको थोपाले उपचार गर्नुहोस्।
- उनीहरू 3 महिनाभन्दा कम उमेरका छन्, गम्भीर संक्रमण छ वा हृदय वा फोक्सोको रोगको इतिहास छ भने विशेष उपचार चाहिन्छ।

चेतावनी

- मेडिकल डिभाइस ट्युबिङ बच्चाको घाँटीको वरिपरि बेरिन सक्छन्। यसले श्वासावरोध (श्वास रोकिनु) वा मृत्यु हुन सक्छ।
- शिशु वा बालबालिकाहरू अल्झिन सक्ने सम्भावना भएका ठाउँमा मेडिकल डिभाइस ट्युबिङलाई त्यत्तिकै नछोड्नुहोस्।
- आफ्नो बच्चाको स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्:
  - तपाईंको बच्चा पहिले ट्युबिङमा अल्झिएको छ भने।
  - ट्युबिङलाई सम्भव भएसम्म आफ्नो बच्चाबाट टाढा राखेर बच्चाको घाँटीको वरिपरि ट्युबिङ बेरिँदैन भनी सुनिश्चित तपाईंले मद्दतका लागि चाल्न सक्ने कदमहरू सिक्न।
  - मेडिकल डिभाइस ट्युबिङबाट घाँटी थिचिने जोखिमको बारेमा तपाईंलाई हुन सक्ने अन्य कुनै चिन्ताहरू।
- तपाईंको बच्चालाई मेडिकल डिभाइस ट्युबिङले चोट लागेको छ भने कृपया FDA लाई घटनाको रिपोर्ट दिनुहोस्। तपाईंले रिपोर्ट गर्नुभयो भने बिरामीको सुरक्षालाई सुधार्न मद्दत गर्ने जानकारी प्राप्त हुन सक्छ। रिपोर्ट गर्न निम्न वेबसाइट छ: https://www.accessdata.fda.gov/scripts/medwatch/index.cfm?action=reporting.home

रोकथाम

अरूलाई भाइरस फैलिनबाट रोक्न:

- आफ्नो बच्चालाई छुनु र खाना ह्यान्डल गर्नुअघि आफ्नो हात बारम्बार धुनुहोस्। हाच्छ्युँ गर्दा, खोक्दा, बाथरूम प्रयोग गरेपछि वा डाइपर बदलेपछि हात धुनुहोस्। अरूलाई पनि त्यसै गर्न सोध्नुहोस्।
- टिश्युमा वा आफ्नो सर्टको बाहुलामा हाच्छ्युँ गर्नुहोस् वा खोक्नुहोस्, मानिसहरूबाट टाढा हुनुहोस्।
- प्यासिफायर, तौलिया, टूथब्रस, पिउने गिलास, कप, बोतल, काँटा वा चम्चा जस्ता व्यक्तिगत वस्तुहरू साझा नगर्नुहोस्।
- आफ्नो बच्चाको खेलौना र लुगा बारम्बार धुनुहोस्।
- चिसो लागेका मानिसहरूलाई आफ्नो बच्चाबाट टाढा राख्नुहोस्। यसमा दाजुभाइ र दिदीबहिनीहरू समावेश छन्।
- आफ्नो बच्चाको वरिपरि धुम्रपान नगर्नुहोस् वा अरूलाई उनीहरूको वरिपरि धुम्रपान गर्न नदिनुहोस्।
- तपाईंको बच्चा बिरामी हुँदा स्कूल वा बाल स्याहारबाट घरमा राख्नुहोस्।

तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदातालाई कहिले फोन गर्नु

तपाईंको बच्चालाई निम्न भए तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई बोलाउनुहोस्:

- अस्पतालबाट घर गएपछि झन् खराब हुन्छ वा घरघराहट गर्न थाल्छ।
- बिरामी परेको 2 दिन बितिसक्दा पनि खान सकेको छैन।
- एपनिया छ, सास फेर्ने समस्या छ वा धेरै छिटो सास फेर्छ।
- फिक्का वा छाला, औंलाहरू, खुट्टाका औंलाहरू वा ओठ नीलो देखिन्छ।
- सास फेर्दा रिट्र्याक्सन हुन्छ।
- सुत्न सक्नुहुन्न।
- ज्वरो छ:
  - 3 महिना भन्दा कम उमेरको हो र 100.4˚ F (38˚ C) वा सोभन्दा माथिको तापक्रम।
  - 3 महिना भन्दा माथिको र उनलाई निम्न तापक्रम छ:
    - 104˚ F (40˚ C) वा सोभन्दा माथिको।
    - 102˚ F (38.9˚ C) भन्दा माथि 2 दिन भन्दा बढि वा फर्किने क्रम जारी छ।
    - यसलाई तल ल्याउनका लागि उपचार गरिएको छ तर यसले काम गरेको छैन।

- जुनसुकै उमेरमा ज्वरो आउनु र:
  - धेरै बिरामी देखिन्छ, धेरै चकचके छ वा धेरै सुस्त छ।
  - खाना वा पिउन चाहेको छैन र डिहाइड्रेसनका लक्षणहरू देखाउँछ सुख्खा वा चिपचिपा मुख, भासिएको आँखा, गाढा पिसाब, सुख्खा डायपर वा पिसाब नगरेको।
  - घाँटी कडा हुने, टाउको दुख्ने, धेरै घाँटी दुख्ने, पेट दुख्ने, वान्ता हुने वा पखाला लाग्ने।
  - असामान्य दागहरू हुनु।
  - धेरै तातो ठाउँमा भएको, जस्तै अति तातो भएको कार।
  - प्रतिरक्षा प्रणालीमा समस्या छ जसले बिमारी हुने अधिक सम्भावना बढाउँछ जसले सिकल सेल रोग वा क्यान्सर वा प्रतिरक्षा प्रणालीलाई कमजोर गराउने औषधि खान्छ।
- राखिएको वा खुवाउँदा सान्त्वना दिन सकिँदैन।

तपाईंको बच्चालाई सास फेर्न समस्या छ, चोट लागेको छ वा उठ्न गाह्रो भएको छ भने 911 मा फोन गर्नुहोस् वा आपतकालीन विभागमा जानुहोस्।