बच्चों की कुछ सामान्य बीमारियां लक्षण और इलाज

निर्जलन (पानी की कमी)

दस्तों से बच्चे ज्यादातर इसलिए मरते हैं कि उनके शरीर में पानी की कमी हो जाती है। दस्तों में बहुत सा पानी शरीर से बाहर चला जाता है। अगर उन्हें बराबर पानी नहीं पिलाया जाएगा तो निर्जलन हो जाएगा।

लक्षण—पेशाब या तो आता नहीं, आता है तो थोड़ा और गहरे पीले रंग का। एकाएक वजन में कमी हो जाती है। मुंह सूखता है। आंखें धंसी दिखाई देती हैं। सिर का कमजोर हिस्सा नीचे धंस जाता है। चमड़ी का कसाव ढीला पड़ जाता है।

ज्यादा तबीयत खराब होने पर सांस गहरे और तेज हो जाते हैं। बुखार या दौरा पड़ने लगता है।

इलाज—खूब पानी पिलाएं। डाब (कच्चे नारियल का पानी), चावल का मांड, दूध फाड़कर पानी, फल का रस, सब शुरू से दस्तों में देती रहें तो निर्जलन रोग नहीं होगा।

पुनर्जलन घोल (शरबत) बहुत लाभ करता है। एक लिटर पानी उबाल और ठंडा कर लें। दो पूरी चम्मच चीनी और एक चौथाई चम्मच नमक डाल लें। इसे थोड़ी-थोड़ी देर बाद पिलाती रहें। उल्टी आने पर भी इस घोल को पिलाएं। चीनी की जगह ग्लूकोज भी डाल सकती हैं, जो ज्यादा उपयोगी है।

दस्त और पेचिश

लक्षण—बच्चे को पानी जैसे पतले दस्त आ रहे हों तो उसे दस्त कहते हैं। पर टट्टी के साथ बलगम या खून भी आए तो वह पेचिश है। बच्चा कमजोर है तो रोग खतरनाक हो सकता है।

बचाव—बच्चे को मां का दूध ही दें। बोतल से छूत लगने का डर रहता है। बच्चे को जब ठोस खाना देना शुरू करें तब अच्छी तरह मसलकर थोड़ा-थोड़ा दें। एक बार में ज्यादा खिलाने से दस्त और पेचिश हो सकती है। बच्चा कोई गंदी चीज मुंह में न डाले। उसे ज्यादा भी न खिलाएं-पिलाएं।

इलाज—दस्तों में प्रायः दवा की जरूरत नहीं होती। निर्जलन से बचने के लिए काफी मात्रा में पानी और अन्य पेय देने चाहिएं। यदि उल्टी न हो रही हो और दस्त कम हो जाएं तो दलिया, खिचड़ी, उबला आलू, पपीता, पका केला आदि भी मसलकर दे सकती हैं।

यदि दस्तों के साथ उल्टी बहुत हो और शरबत (निर्जलन घोल) देने के बाद भी बंद न हो तो डाक्टरी सहायता लें। अगर दस्तों के साथ बलगम या खून निकले या तेज बुखार हो तो भी डाक्टरी सहायता लें। बच्चे को मां का दूध बराबर देती रहें। चाहे उल्टी भी कर रहा हो। अगर बच्चा एक महीने से कम हो तो उसे स्वास्थ्य कार्यकर्ता की राय बिना कोई दवा न दें। यदि बच्चे की हालत बिगड़ती दिखाई दे तो 'एम्पीसिलीन' मिला शरबत दें। चार दिन तक दस्त बंद न हों और बच्चा कुछ खाए-पीए नहीं, लगातार उल्टी या दौरा पड़े, हाथ-पैर सूज जाएं तो डाक्टरी मदद लें।

उल्टियां—बच्चों को अकसर पेट की गड़बड़ी हो जाती है और उल्टियां होने लगती हैं। एकाध उल्टी में कोई खतरा नहीं है, वह अपने आप बंद हो

जाएगी। लेकिन लगातार उल्टियां हों और बच्चे में पानी की कमी बढ़ती जाए तो डाक्टरी मदद लें। अगर उल्टी का रंग हरा या भूरा हो, बहुत बदबूदार हो, पेट में तेज दर्द हो तो भी डाक्टरी मदद जरूरी है। सामान्य उल्टी में नीबू पानी या अदरक या पोदीने का रस लाभ करेगा।

सर्दी जुकाम और फ्लू

लक्षण—नाक बहना, गला खराब होना और कभी-कभी बुखार होना। यह छुतहा रोग है। इसके साथ कभी-कभी दस्त भी लग जाते हैं।

इलाज—आमतौर से अपने आप ठीक हो जाता है। दवा कई बार नुकसान ही पहुंचाती है।

काफी मात्रा में पानी दें। बुखार तेज हो तो 'क्रोसीन' या 'एस्पीरिन' की आधी गोली दें।

संतरे का रस और नीबू का मीठा शरबत खासतौर पर लाभदायक है।

अगर खांसी-जुकाम एक हफ्ते से ज्यादा रहे या साथ में तेज बुखार भी हो, या खांसी के साथ ज्यादा बलगम आए या बच्चा सांस छोटे ले और छाती में दर्द हो तो यह निमोनिया या 'ब्रांकाईटिस' भी हो सकता है। ऐसी सूरत में डाक्टरी सहायता जरूरी है।

संतरा, टमाटर, नीबू, अमरूद आदि बराबर खिलाती रहें। इनसे खांसी-जुकाम से बचा जा सकता है। खांसी-जुकाम छूत का रोग है। इसलिए अगर वह किसी बड़े को हो तो उसे बच्चे के पास नहीं जाना चाहिए।

निमोनिया

यह फेफड़ों की खतरनाक छूत है। इसका खसरा, काली खांसी, फ्लू आदि के बाद होने का ज्यादा डर रहता है। यह रोग बच्चों के लिए बहुत खतरनाक है।

लक्षण—तेज और छोटे-छोटे सांस लेना जिसमें कभी-कभी घरघराहट होती है। नाक के छेद हर सांस के बाद फैल जाते हैं।

अक्सर पीली, हरी या खून से सनी बलगम के साथ खांसी। तेज बुखार। बहुत बीमार बच्चा अगर एक मिनट में 50 छोटे-छोटे सांस ले तो शायद उसे निमोनिया हो गया है।

इलाज—निमोनिया में पेंसीलिन या सल्फा की गोलियां बहुत लाभकारी हैं, लेकिन बच्चे को डाक्टर या स्वास्थ्य कार्यकर्ता से पूछे बिना कुछ न दें।

बुखार और दर्द कम करने के लिए एस्पीरीन भी दे सकती हैं। तरल चीजें काफी मात्रा में दें।

छाती में जकड़न—अगर बच्चे को खांसी हो और सांस लेने में कठिनाई हो तो देसी घी और मोम गरम कर लेप करने से आराम आएगा। गुनगुना पानी पिलाएं।

खांसी, सूखी खांसी

शहद और नींबू का रस लाभ करता है। कोडीन शरबत भी आराम पहुंचाता है। बच्चों को काली खांसी से बचाने का उपाय डी.पी.टी. का टीका है। यदि समय से तीनों खुराक दे दी गई हैं तो इससे बचा जा सकता है। हल्की खांसी अपने आप में रोग नहीं है, पर यह अन्य रोग का लक्षण हो सकती है। ज्यादा समय तक चलने वाली खांसी में डाक्टरी मदद लेनी जरूरी है।

धनुर्वात या टिटेनस

पशुओं और हमारे मल में रहने वाला एक कीड़ा जब घाव के रास्ते शरीर में घुस जाता है तब

टिटेनस हो जाता है। गंदे और गहरे घाव खासकर खतरनाक हैं।

छोटे बच्चों के शरीर में नाभि नालू (नाड़ू) के रास्ते यह रोगाणु घुसता है। नाल को किसी उबाली चीज से ही काटें। फिर नाल को कस कर न बांधें। वह गीली रहे या उस पर गोबर या राख लगाई जाए तो टिटेनस का खतरा रहता है।

लक्षण—छुतहा घाव, कोई भी चीज निगलने में कठिनाई और तकलीफ।

जबड़ा कड़ा हो जाता है और गर्दन व पूरे शरीर में अकड़न आ जाती है। बच्चे को छूने या हिलाने-डुलाने से ऐंठन होती है। अचानक आवाज या तेज रोशनी से भी ऐंठन हो सकती है।

नवजात बच्चे में पहला लक्षण जन्म के 3 से 10 दिन के अंदर प्रकट हो जाता है। बच्चा लगातार रोता है और मां का दूध भी छोड़ देता है। अक्सर नाभि नली गंदी होती है। कुछ घंटे या कुछ दिन बाद अन्य लक्षण दिखाई देते हैं। बहुत जरूरी है कि धनुर्वात का पहला लक्षण दिखते ही जांच करा लें। बच्चे के घुटने को खाट से खुला नीचे लटका दें, फिर अपनी अंगुली मोड़कर हड्डी से घुटने के पास चोट करें। अगर पैर में हरकत हो तो ठीक है। अगर टांग काफी ऊपर उछल जाए तो यह धनुर्वात का लक्षण हो सकता है।

इलाज—पहला लक्षण दिखाई देते ही डाक्टरी जांच कराएं। यह घातक व भयंकर रोग है। अगर डाक्टरी मदद मिलने में देरी हो तो प्रोकेन पेंसीलिन की दस लाख इकाई का टीका बच्चे को लगवा दें। क्रिस्टलाइन पेंसीलिन बेहतर है। यह न मिलने पर टेट्रासाइक्लीन दवा इस्तेमाल करें।

ऐंठन या दौरे पर काबू पाने के लिए 'फेनोबारबिटल' या 'डायाजेपाम' का टीका लगवाएं। बच्चे को कम से कम छुएं या हिलाएं-डुलाएं और तेज रोशनी से बचाएं।

बचाव—अच्छ से अच्छ अस्पताल में आधे से ज्यादा धनुर्वात के रोगी बच नहीं पाते।

टीका—सबसे अच्छा और सुरक्षित तरीका टीका है। गर्भवती को भी टीका लगवा देना चाहिए। अगर न लगा हो तो बच्चे को जन्म के बाद तुरंत लगवा देना चाहिए।

घाव को साफ रुई और स्पिरिट से साफ करें। उस पर पानी न पड़ने दें और पकने से बचाएं। अगर घाव गहरा और गंदा हो तो डाक्टरी मदद लें। अगर टीका पहले नहीं लगा है तो टिटेनस एंटीटाक्सिन का टीका लगवाएं।

इससे बचने का सबसे आसान और उचित तरीका है सफाई रखना।

तानिका शोथ (मेनिजाइटिस)

यह दिमाग की बहुत खतरनाक छूत है जो बच्चों को अधिक होती है। यह रोग खसरे, कनपेडे (मम्पस) काली खांसी या कान की छूत जैसे रोगों के बिगड़ जाने पर हो सकती है।

लक्षण—बुखार, अकड़ी गर्दन। बच्चा बहुत बीमार दिखाई देता है। जब वह लेटता है तब उसकी गर्दन पीछे की ओर मुड़ी दिखती है। रोगी की कमर भी अकड़ जाती है। एक साल से कम आयु के रोगी के सिर का कोमल भाग ऊपर उभर आता है।

अकसर उल्टियां होती हैं। बच्चा उनींदा और चिड़चिड़ा हो जाता है। वह कुछ खाना-पीना नहीं चाहता। कभी-कभी दौरे पड़ते हैं, शरीर में अजीब हरकत होती है। रोगी की हालत काफी खराब हो जाती है और वह बेहोश हो जाता है।

इलाज—तुरंत डाक्टरी सहायता लें। हर मिनट कीमती है।

तेज बुखार में गीली पट्टी माथे पर रखें। एस्पीरीन देकर बुखार कम करें। जिन माओं को तपेदिक का रोग होता है उनके बच्चों को इस बीमारी का डर होता है। उन्हें जन्म के बाद जल्दी बी.सी.जी. का टीका लगवा दें।

मलेरिया

यह खून की छूत है जो मलेरिया के मच्छरों स फैलती है। इसमें कंपकंपी लगकर तेज बुखार चढ़ता है।

लक्षण—इसका बुखार हर दूसरे-तीसरे दिन चढ़ता है। पहले 15 मिनट से एक घंटे तक ठिठुरन होती है। ठिठुरन के बाद बुखार चढ़ता है। बुखार बहुत तेज भी हो सकता है। बुखार कई घंटे रहता है और चमड़ी लाल हो जाती है। फिर पसीना छूटकर बुखार उतरता है। बुखार उतरने के बाद कमजोरी लगती है, लेकिन ज्यादातर ठीक लगता है। बरसात में ज्यादा फैलता है। मलेरिया होने पर खून की जांच जरूरी है।

लंबे समय तक मलेरिया रहने से खून की कमी हो जाती है। तिल्ली भी बढ़ सकती है।

इलाज—खून की जांच स्वास्थ्य केंद्र जाकर करा लेनी चाहिए। अगर केंद्र दूर हो तो कुनीन दे दें।

एक साल से कम के बच्चे को क्लोरोक्विन (75 मिलीग्राम) की आधी गोली दें। एक से चार वर्ष के बच्चे को क्लोरोक्विन (150 मिलीग्राम) की एक गोली और 4 से 8 साल के बच्चे को दो गोली (300 मिलीग्राम) दें।

बचाव—मच्छरों से बचाएं। बच्चे को मच्छरदानी या महीन कपड़े के नीचे सुलाएं।

शरीर पर सरसों का तेल मलें। घर के पास डी.डी.टी. का छिड़काव किया जा सकता है तो जरूर करें। ध्यान रहे खाने-पीने की चीजों पर दवा न पड़े।

घर के आसपास सफाई रखें। दलदल और रुके पानी में मच्छर पैदा होते हैं। तालाब या दलदल पर थोड़ा तेल डाल देने से मच्छर पैदा नहीं होते।

टायफाइड (मोतीझरा)

यह रोग गंदे खाने या गंदे पानी से तथा आंतों में छूत पहुंचने से होता है।

लक्षण—पहले हफ्ते में सर्दी, जुकाम या फ्लू होता है फिर सिरदर्द और गला खराब होता है। बुखार हर रोज बढ़ता जाता है। नब्ज धीमी चलती है। अगर बुखार बढ़ने के साथ नब्ज धीमी हो तो यह साफ मोतीझरा का लक्षण है। कई बार उल्टियां भी होती हैं। दस्त या कब्ज हो जाता है।

दूसरे हफ्ते में तेज बुखार, धीमी नब्ज, शरीर पर गुलाबी दाने, कंपकंपी, कमजोरी, पानी की कमी, वजन कम हो जाना लक्षण हैं।

तीसरे हफ्ते में अन्य कोई समस्या न हो तो बुखार और अन्य लक्षण ठीक होने लगते हैं।

इलाज—डाक्टरी सहायता लें। दवा डाक्टर से पूछ कर दें। बुखार को गीली पट्टियां लगा कर कम करें। तरल चीजें ज्यादा दें। फल काफी दें। फल हल्के होते हैं और ताकत भी देते हैं।

बचाव—मल और गंदे पानी से बचाव जरूरी है। शौचालय पीने के पानी से दूर होना चाहिए। खुली चीजें जिन पर मक्खियां बैठें न खाएं न बच्चों को खिलाएं। घर में किसी को मोतीझरा हो तो बच्चे उससे दूर रखें।

इसका टीका भी होता है और उसका असर छः महीने तक रहता है। उसे लगवाने के बाद रोग का डर नहीं रहता।

"जहां डाक्टर न हो"—(डेविड बर्नर की पुस्तक से साभार)