Punjabi - Number 112
May 2017

ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰਜ਼
(ਫੀਵਰ ਸੀਜ਼ਰਜ਼)
Febrile Seizures (Fever Seizures)

ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਕੀ ਹੈ?

ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਾ (febrile seizure), ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਦਾ ਦੌਰਾ (ਫੀਵਰ ਸੀਜ਼ਰ) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਬੁਖਾਰ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਦੌਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 38º ਸੇਂਟੀਗ੍ਰੇਡ (100.4º ਫੈਰਨਹਾਇਟ) ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੁਖਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰੇ (febrile seizure) ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰੀਰ, ਸਿਰ, ਬਾਹਵਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਦੀਆਂ ਹਿਲਣ ਜਾਂ ਝਟਕੇ ਮਾਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰੇ (febrile seizure), ਆਮਤੌਰ ਤੇ 30 ਸਕਿੰਟਾਂ ਤੋਂ 2 ਮਿੰਟਾਂ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਇਹ ਕੁਝ ਸਕਿੰਟਾਂ ਜਿੰਨੇ ਛੋਟੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ 15 ਮਿੰਟਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਕਿੰਨਾ ਗੰਭੀਰ ਹੈ?

ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਾ (febrile seizure), ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਰੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਾ (febrile seizure) ਪਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਰਗੀ (epilepsy) ਹੋ ਜਾਏਗੀ।

ਮਿਰਗੀ (epilepsy) ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿੰਨਾਂ:

- ਦਾ ਮਿਰਗੀ (epilepsy) ਦਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ;
- ਨੂੰ ਸੇਰੀਬਰਲ ਪੌਲਸੀ (cerebral palsy) ਹੈ;
- ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਧੀਮੀ ਗਤੀ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ;
- ਨੂੰ ਤੰਤਰ ਵਿਗਿਆਨ (neurological) ਸੰਬੰਧੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ;
- ਨੂੰ 30 ਮਿੰਟ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵਧ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਹੈ; ਜਾਂ
- ਪਹਿਲਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੂਸਰਾ ਦੌਰਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰੇ (febrile seizures) ਬੁਖਾਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜ਼ੁਕਾਮ, ਫਲੂ, ਕੰਨ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਜਾਂ ਰੋਜ਼ੀਓਲਾ (roseola)।

ਵਿਰਲੇ ਹੀ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲਗਾਏ ਗਏ ਟੀਕਾਕਰਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੁਖਾਰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਾ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਦੇਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਫੀਵਰ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਿਸ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ?

ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰੇ (febrile seizures) 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿੱਚ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। 25 ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਨੂੰ ਬਚਪਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰੇ (febrile seizures) ਪੈਣਗੇ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ, ਭਰਾ ਜਾਂ ਭੈਣ ਨੂੰ ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਾ (febrile seizure) ਪਿਆ ਸੀ। ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰੇ (febrile seizure) ਪੈਣ ਵਾਲੇ 3 ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਦੌਰਾ ਪਏਗਾ। ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਵੇਲੇ ਬੱਚਾ ਜਿੰਨਾਂ ਵੱਡਾ ਹੋਏਗਾ ਉਤਨੀ ਘੱਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਦੌਰੇ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਕੀ ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰਜ਼ (febrile seizures) ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਿਆਂ (febrile seizures) ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਬੁਖਾਰ ਨੂੰ ਐਸੀਟਾਮੀਨੋਫੇਨ (Acetaminophen) ਅਤੇ ਆਈਬਯੂਪ੍ਰੋਫੇਨ (ibuprofen) ਵਰਗੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਨੇ ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਿਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਦਰਸਾਇਆ ਹੈ। ਸਾਹ ਘੁਟਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਦੌਰੇ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

> ਅਸੀਟਾਮੇਨੋਫੇਨ (Acetaminophen) (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਟਾਇਲੇਨੋਲ (Tylenol®)) ਜਾਂ ਆਈਬਿਊਪ੍ਰੋਫੇਨ (ibuprofen*) (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਐਡਵਿਲ (Advil®)) ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਜਲਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਏਐਸਏ (ASA) (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਐਸਪਰੀਨ (Aspirin®)) ਰੇ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇ ਖਤਰੇ ਕਰਕੇ 18 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

* 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਆਈਬਿਊਪ੍ਰੋਫੇਨ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਰਾਈ ਸਿੰਡਰੋਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ.ਸੀ. ਫ਼ਾਈਲ HealthLinkBC File #84 ਰਾਈ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦੇਖੋ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੈਬਰਿਲ ਸੀਜ਼ਰ (febrile seizure) ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੈਬਰਿਲ ਦੌਰਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਨੇਡੀਅਨ ਪੇਡਰਿਐਟਿਕ ਸੁਸਾਇਟੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿਤੀਆਂ ਚੀਜਾਂ ਕਰੋ:

- ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨਾਂ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿ ਸਕੋ ਰਹੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਾਸੇ ਤੇ ਪੱਧਰੀ ਸਤਹ ਤੇ ਲਿਟਾਓ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਲਟੀ ਕਰਨ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਹ ਦੀ ਰਸਤੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਿਲਾਓ ਨਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੋਏ ਜਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਖਤਰਨਾਕ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਾ ਹੋਣ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਬੰਦਸ਼ ਨਾ ਲਗਾਓ।
- ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਬਾਹਰ ਕੋਈ ਉਲਟੀ ਜਾਂ ਰਾਲਾਂ ਪੂੰਝ ਦਿਓ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਕੁਝ ਨਾ ਰੱਖੋ।
- ਦੌਰਾ ਰੁੱਕ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਭਾਰ ਹੀ ਰੱਖੋ।
- ਦੌਰੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੌਣ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਜੇ - ਸਹਿਜੇ ਉਠਾਓ।
- ਜੇ ਦੌਰਾ 3 ਮਿੰਟਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਬੱਚਾ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਹੈ ਤਾਂ **9-1-1** ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੌਰਾ ਪਿਆ ਸੀ, ਭਾਵੇਂ ਸੰਖੇਪ ਜਿਹਾ ਹੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੌਰੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਾ ਨਿਰਧਾਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਤਾਪਮਾਨ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, HealthLinkBC File #99 ਤਾਪਮਾਨ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ ਬਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦਾ ਦੇਖੋ।

BC Centre for Disease Control
An agency of the Provincial Health Services Authority