

# কখন ডাক্তারকে ডাকবেন



আপনি হয়ত সুস্পষ্ট চিকিৎসাগত জরুরী অবস্থা না হলে আপনার সন্তানের পেডিয়াট্রিক প্রাথমিক যত্ন প্রদানকারীকে কল করতে চাইবেন না। আপনি যদি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে বা ভাবনা প্রকাশ করতে নার্ভাস বোধ করেন তবে আপনি একা নন। হতে পারে যে আপনার মনে হচ্ছে সন্তানের পরিসেবা প্রদানকারী বা অফিস কর্মীদের ফোন কল করে ‘বিরক্ত’ করা উচিত নয়। কিন্তু অসুস্থতা বা আপনার সন্তানের বিকাশ নিয়ে উদ্বেগ থাকাটা স্বাভাবিক। সাহায্য এবং তথ্য চাওয়া একজন ভালো অভিভাবকের লক্ষণ।



## ভাবনাচিন্তা করার কিছু বিষয়

- **আপনার প্রদানকারীকে তাদের নীতি সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন।** সন্ধ্যায় বা সপ্তাহান্তের ছুটির দিনে কারোকে যোগাযোগ করার সেবা উপায় কী? আপনার HealthySteps স্পেশালিস্ট আপনাকে জানাবেন কিভাবে আপনি তাদের কাছে ভিজিটের মধ্যবর্তী সময়ে পৌঁছাতে পারেন। আপনার বাড়িতে তাদের সাক্ষাতের যা নম্বর আছে সবচেয়ে পোস্ট করুন। তারপর আপনার প্রয়োজন হলে কিছু ঘন্টার পর পরামর্শ পেতে পারেন।
- **চিকিৎসাগত জরুরী অবস্থা সংক্রান্ত বিষয় তদারকির জন্য আপনার বীমা কোম্পানির নীতি জানুন।** যদি এটি পরিষ্কার না হয় যে আপনার ER-এ যাওয়া উচিত কিনা (গুরুতর আঘাত, রক্তপাত, অচেতন্য শিশু), আপনি হাসপাতালে যাওয়ার আগে পরামর্শের জন্য আপনার পরিসেবা প্রদানকারীকে কল করতে পারেন। আপনি একটি জরুরী যত্ন পরিসেবা নেওয়ার কথা বিবেচনা করতে পারেন।
- **প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করা এবং উত্তর শুনে নেওয়া ভাল।** তাহলে আপনি কম চিন্তিত হবেন। বিকল্পগুলো নিয়ে আলোচনা করলে কোনো ক্ষতি হবে। এইভাবে আপনি আপনার সন্তান এবং পরিবারের জন্য সেবা বিকল্পটা পেতে পারেন।

## আপনার প্রদানকারীকে আপনার কল করা উচিত যদি আপনার বাচ্চার

- 100.4 ডিগ্রির বেশি জ্বর চলে।
- দুই বা ততোধিক বার মলত্যাগের (আপনার শিশুর স্বাভাবিকের থেকে আলাদা) মতন ডায়রিয়া হয়।
- রক্তাক্ত মল বা কোষ্ঠকাঠিন্য হয় (এক সপ্তাহের বেশি সময় ধরে মলত্যাগ না হয় বা মল শক্ত গুলির মতো হয়)।
- ‘প্রক্ষিপ্ত বমি’ হয়। (বমি যা অনেক দূর যায়।)
- শ্বাসকষ্ট হয়। কাশি হয়।
- এক নাগাড়ে বেশ কয়েকটি ফিডিং প্রত্যাখ্যান করে। খারাপ ভাবে খায়। খাওয়ানোর সময় শ্বাস বন্ধ হয়ে যায়।
- দিনে দুটিরও কম ডায়াপার ভেজে। শুকনো মুখচোখ দেখা যায়।
- আচরণ বা মেজাজে বড় পরিবর্তন দেখা যায়।
- জাগানো কঠিন হয়। অস্বাভাবিকরকম ঘুমন্ত বা অলস মনে হয়।
- কোমল, লাল, বা স্ফীত নাভি বা লিঙ্গ দেখা যায়। (এগুলি সংক্রমণের লক্ষণ হতে পারে।)
- খুব কেঁদে চলে। শান্ত করা কঠিন হয়।
- স্বাভাবিকের চেয়ে ভিন্ন আচরণ করে।
- আপনার কাছে অস্বাভাবিক মনে হয় বা ত্বকে জ্বালা বা ফুসকুড়ি হয়।
- অন্যান্য লক্ষণ দেখা যায় যা সম্পর্কিত।



আপনার কিছু গোলমালে মনে হলে সর্বদা কল করুন।

