BC WOMEN'S HOSPITAL & HEALTH CENTRE
An agency of the Provincial Health Services Authority

ਮੈਨੂੰ ਪੀਲੀਏ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

What do I need to know about jaundice and my newborn?

ਇਹ ਕੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਚਿਟਿਆਈ ਵਿਚ ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਨਜ਼ਰ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪੀਲੀਆ (ਜੌਂਡਿਸ) ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਲਾਲ ਸੈੱਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਵਾਧੂ ਲਾਲ ਸੈੱਲਾਂ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਟੁੱਟਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਇਕ ਤੱਤ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਵਾਧੂ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ, ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਚਿਟਿਆਈ ਦਾ ਰੰਗ ਪੀਲਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਵਾਧੂ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਕਰਕੇ ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੌਣਾ ਅਤੇ ਘੱਟ ਦੁੱਧ ਪੀਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਿੰਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਆਮ ਹੈ। ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਅੱਧਿਆਂ ਨੂੰ ਅਤੇ 37 ਹਫਤੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੱਚਿਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਟਰਮ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿੱਚੋਂ ਤਕਰੀਬਨ ਤਿੰਨ-ਚੌਥਾਈ ਨੂੰ ਪੀਲੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਪੀਲੀਆ ਹਲਕਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਕੁ ਦਿਨ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਚਾਰ ਤੋਂ ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਉਪਰਲੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਥੱਲੇ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਜੇ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤੇ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੀਲੀਆ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਵਧ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੇ ਉਹ 37 ਹਫਤੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਨੀਲ ਪਏ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਟਾਈਪ ਮਾਂ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉ ਅਤੇ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਉਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਓਨਾ ਚਿਰ ਚੁੰਘਾਉ। ਤੁਹਾਡਾ ਦੁੱਧ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹ ਤਾਕਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਪੀਲੀਏ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੀਂਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਦੁੱਧ ਪੀਣ ਵਿਚ ਮੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ 8 ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੁੱਧ ਪੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਦੁੱਧ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਲੋਸਟਰੱਮ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਟੱਟੀ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਕੱਢਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁੱਧ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਛੇਤੀ ਆਉਣ ਵਿਚ ਵੀ ਮਦਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾ ਦਿਉ। ਪਾਣੀ ਸਿਰਫ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਢਿੱਡ ਭਰਦਾ ਹੈ, ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਹੋਰ ਕੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਦਾ ਪੱਧਰ, ਕਿਸੇ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਵਰਕਰ ਵਲੋਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅੱਡੀ ਵਿਚ ਸੂਈ ਮਾਰ ਕੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਖ਼ੂਨ ਲੈ ਕੇ ਵੀ ਟੈੱਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖ਼ੂਨ ਲੈਣ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਰਦ ਘੱਟ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਮਿਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਾਸ ਨੀਲੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ ਹੇਠ ਰੱਖਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਫੋਟੋਥੈਰੇਪੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫੋਟੋਥੈਰੇਪੀ ਬਿਲੀਰੂਬਿਨ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦੋ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਸਿਰ ਉੱਪਰ ਨੀਲੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ ਨਾਲ
- ਵਾਲਾਬਾਈ® ਫੋਟੋਥੈਰੇਪੀ ਸਿਸਟਮ ਨਾਲ

ਸਿਰ ਉੱਪਰ ਨੀਲੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਰਫ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵਾਲਾਬਾਈ® ਸਿਸਟਮ ਇਕ ਖਾਸ ਲਾਈਟ ਹੈ ਜੋ ਇਕ ਪੈਡਲ ਤੋਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪੈਡਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਲਾਜ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿਚ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਮਿਡਵਾਈਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਫੋਟੋਥੈਰੇਪੀ ਹੇਠ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਨਰਸਾਂ, ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਘਰ ਜਾਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਮਿਡਵਾਈਫ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਟੀ ਹੈਲਥ ਨਰਸ ਨੂੰ **ਫੋਨ** ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੀਲੀਆ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਪੀਲੀਆ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਚਮੜੀ ਦਾ ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰੀਰ, ਬਾਹਾਂ ਜਾਂ ਲੱਤਾਂ ਵਿਚ ਦੇਖਦੇ ਹੋ।
- ਬੱਚਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁੱਤਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 8 ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੁੱਧ ਪੀਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਜਾਗਦਾ।

ਘਰ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਇਹ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ...

© 2010 BC Women's Hospital & Health Centre