کیا میرے بچے کی علامات آسما یعنی دمے کی وجہ سے ہیں؟

دمہ سینے کی ایک عام بیماری ہے اور یوکے میں ہر دس میں سے ایک سے زیادہ بچوں کو دمہ ہے۔

دمے کی علامات کیا ہیں؟

سانس لیتے وقت سیٹی بجانے جیسے شور کی آواز آنا، جس کو 'ویز (wheeze) کہتے ہیں۔ یہی آواز یعنی ویز دمے کی سب سے عام نشانی ہے۔ اگر آپ کے بچے کے سینے سے سانس لیتے وقت اکثر ایسی وھیزنگ والی آوازیں آتی ہیں تو اس کو دمہ ہو سکتا ہے۔
ویزنگ یعنی سیٹی جیسی آواز کے علاوہ آپ کا بچہ یہ بھی محسوس کر سکتا ہے:

- سانس چڑھنا
- سینے میں تنگی کا احساس
- خشک کھانسی، اگرچہ سیٹی جیسی آواز کے بغیر خشک کھانسی شاذونادر ہی دمے کی وجہ سے ہوتی ہے۔

میرے بچے کو دمے کی علامات کا امکان کس وقت ہو سکتا ہے؟

بنیادی طور پر 2 ایسے اوقات ہیں جب آپ اپنے بچے کی دمے کی علامات نوٹس کر سکتے ہیں:

1. روزمرہ والی علامات
یہ ایسی علامات ہیں جو آپ کے بچے کو زیادہ تر دن ہوتی ہیں لیکن یہ خصوصی طور پر واضح ہوتی ہیں
   - رات کو
   - صبح جاگتے ہی
   - ورزش یا بدنی مشقت کے دوران
2. 'دورے'
یہ ایسی علامات ہیں جو آپ کے بچے میں اکثر ظاہر ہوتی ہیں۔ یہ روزمرہ والی علامات سے زیادہ شدید ہوتی ہیں۔ دمے کے دورے اچانک یا کچھ دنوں کے دوران آہستہ آہستہ واقع ہوتے ہیں۔ یہ دورے ایسی کسی چیز سے واقع ہوتے ہیں:
   - زکام کا وائرس
   - الرجی
   - سگریٹ کا دھواں
   - سخت قسم کی ورزش
   - پریشانی محسوس کرنا

کیا اور کوئی ایسی علامات ہیں جو دمے والے لوگوں میں عام طور پر پائی جاتی ہیں؟

دمہ والے لوگ اکثر الرجی کی دیگر علامات کا بھی شکار ہوتے ہیں جیسے:

- ہے فیور (Hay fever) یعنی الرجی کی علامات
- ایکزیما یعنی جلد کا کھردرا ہوجانا اور خارش ہونا
- الرجیز
- دمہ اکثر خاندانی بھی ہوتا ہے

کونسی علامات ہیں جو کہ ممکنہ طور پر دمہ نہ ہو؟

ویز یعنی سیٹی جیسی آواز ہمیشہ ہی دمے کی وجہ سے نہیں ہوتا۔ دمہ عام طور پر مندرجہ ذیل چیزیوں کا باعث نہیں بنتا:

- بلغم یا رطوبت سے بھری تیز کھانسی
- وزن بڑھانے میں مشکل
- سینے کی ایسی انفیکشنز جن کے لئے اینٹی بایوٹکس کی ضرورت ہوتی ہے
- 5 سال سے کم عمر کے بچوں میں صرف زکام کی وجہ سے ہونے والا ویز یعنی سینے میں سیٹی جیسی آواز

اگر میرے خیال میں میرے بچے کو دمہ ہے تو میں کیا کروں؟

اگر آپ سمجھتے ہیں کہ آپ کے بچے کو دمہ ہے تو اپنے جی پی (GP) سے بات کریں۔
علامت کی ڈائری رکھنا بھی مفید ہو سکتا ہے اور جب بچے کی علامات بہت خراب ہوں اس کی ویڈیو بنانا اور اپنے ڈاکٹر کو دکھانا بھی مدد دے سکتا ہے۔