ENDOCRINOLOGY & DIABETES UNIT
Endocrine Clinic
Phone: 604-875-2117
Toll-free: 1-888-300-3088, x2117
Fax: 604-875-3231
http://endodiab.bcchildrens.ca

BC CHILDREN'S HOSPITAL
An agency of the Provincial Health Services Authority

DATE: ______________________________

MANAGEMENT OF HYDROCORTISONE REPLACEMENT (PUNJABI)
ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ ਦੇਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ

ਬਲੱਡ ਪਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ ਨੂੰ ਨਾਰਮਲ (ਆਮ) ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਦਿਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਮਾੜੇ ਅਸਰ (ਸਾਈਡ-ਇਫੈਕਟ) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਨਾਰਮਲ (ਆਮ) ਮਾਤਰਾ **Normal Daily Replacement**

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ______________________________ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਾਈਬ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਉਤੇ ਇਹ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਵਿਧੀ ਨਾਲ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

ਸਵੇਰ____________________ ਦੁਪਹਿਰ ਪਿੱਛੋਂ____________________ ਸ਼ਾਮ____________________

ਜੇ ਕੋਈ ਖ਼ੁਰਾਕ ਲੈਣੀ ਭੁੱਲ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਲੈ ਲਵੋ। ਜੇ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਨਹੀਂ ਲੈ ਹੋਈ ਤਾਂ ਤੁਰਤ ਇਕ ਦੁੱਗਣੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਲਵੋ ਤੇ ਬਾਕੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਪਹਿਲੇ ਬੱਝਵੇਂ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ

ਸਟਰੈੱਸ ਡੋਜ਼ (ਬੀਮਾਰੀ ਸਮੇਂ ਦੀ ਡੋਜ਼) **Stress Dose (Illness Dose)**

ਸਰੀਰਕ ਤਣਾਓ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- 101 ਡਿਗਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ ਜਾਂ 38.5 ਸੈਂਟੀਗਰੇਡ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੁਖ਼ਾਰ ਵੇਲੇ
- ਜੀਅ ਕੱਚਾ ਹੋਣ ਵੇਲੇ, ਸੰਘ ਜਾਂ ਕੰਨ ਵਿਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਵੇਲੇ
- ਦਰਮਿਆਨੇ ਦਰਜ਼ੇ ਦਾ ਸਦਮਾ ਲੱਗਣ ਵੇਲੇ, ਜਿਵੇਂ ਟਾਂਕੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀ ਸੱਟ ਜਾਂ ਹੱਡੀ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ

ਜਦੋਂ ਹੀ ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਜਾਂ ਸੱਟ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨਾਰਮਲ ਖ਼ੁਰਾਕ ਵਧਾ ਕੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਜਿੰਨੀ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

____

____

ਜੇ ਇਹ ਸਟਰੈੱਸ ਡੋਜ਼ ਇਕ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਾਰਮਲ ਡੋਜ਼ ਤੇ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ

ਨਿੱਕੇ ਬਾਲਾਂ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਹਿਦਾਇਤਾਂ: ਜਦੋਂ ਬਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸਾਵਧਾਨੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- ਬਾਲ ਨੂੰ ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਬੁਖ਼ਾਰ ਲਈ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਤੇ ਜੇ ਬੁਖ਼ਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਉਸਨੂੰ ਦਵਾ ਦਾਰੂ ਦਿਓ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਬਾਲ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਤਰਲ (ਫਲੂਅਡ) ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਸਨੂੰ ਪੀਡਿਆਲਾਈਟ ਵਿਚ ਇਕ ਚਮਚਾ ਖੰਡ ਜਾਂ ਫਾਰਮੂਲਾ ਰਲਾ ਕੇ ਦਿਓ
- ਜਿਹੜਾ ਬੱਚਾ ਨਾਰਮਲ ਹੁੰਗਾਰਾ ਨਾ ਭਰੇ ਉਸਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲਿਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮਰੋੜਾਂ ਵੇਲੇ, ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ (ਕੋਈ ਅੰਗ ਟੁੱਟਣਾ) ਜਾਂ ਬੇਸੁਰਤ ਹੋਣ ਵੇਲੇ,
ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਅੰਗ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵੇਲੇ (ਐਨਸਥੈਟਿਕ) ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੱਡਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਵੇਲੇ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਡੋਜ਼ (ਮਾਤਰਾ)

ਟੀਕੇ ਲਈ ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ [100 ਮਿਲੀਗਰਾਮ (mg)/2 ਮਿਲੀਲੀਟਰ (mL)] __________ਮਿਲੀਗਰਾਮ, ਜੋ ਕਿ __________ ਮਿਲੀਲੀਟਰ (ਜਾਂ ਕਿਊਬਕ ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ) ਹੈ

ਇਹ ਟੀਕਾ ਤੁਰਤ ਅਸਰ ਕਰੇਗਾ, ਪਰ ਅਸਰ ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ-ਤਕਰੀਬਨ 6 ਘੰਟੇ; 6 ਘੰਟਿਆਂ ਪਿੱਛੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ ਦੇਣ ਦੀ ਹੋਰ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਪਰ ਜੇ ਬੱਚਾ ਅਜੇ ਵੀ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣ ਦੇ ਕਾਬਲ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਫੇਰ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਹੋਰ ਹਦਾਇਤਾਂ: ____

____

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ/ਬੱਚੀ ਬੀਮਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਹਾਈਡਰੋਕੋਰਟੀਸੋਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵੱਲ ਵਧੇਰੇ ਡਾਕਟਰੀ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਪਵੇਗੀ। ਉਸਨੂੰ, ਰੋਗ ਦੇ ਹੋਰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਫੌਰਨ ਸਥਾਨਕ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਲਿਜਾਓ।

ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਹੱਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਂਡੋਕ੍ਰਿਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਅਤੇ ਵੀਕਐਂਡ ਸਮੇਂ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਚਲਣ ਵਾਲੀ ਪੇਜਿੰਗ ਸਰਵਿਸ ਨੂੰ **604-875-2161** ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਪੀਡੀਆਟ੍ਰਿਕ ਐਂਡੋਕ੍ਰਿਨਾਲੋਜਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁੱਛੋ।

ਬੇਸੁਰਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸੰਕਟ ਵੇਲੇ
ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫ਼ੌਰਨ ਟੀਕਾ ਲਾਓ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ 911 ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ