

## ڈسچارج کے بعد کی ہدایات

اس بروشر میں ڈسچارج کے بعد کی احتیاطی تدابیر فراہم کی گئی ہیں۔ یہ اقدامات مریض کی پرسکون، بحالی میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔ مزید سوالات یا کسی مسئلے یا سوال کی صورت میں برائے مہربانی اپنے ڈاکٹر یا نرس سے رابطہ کریں۔

### ہم آپ کی جلد صحت یابی کے لیے دعا گو ہیں

دمہ

دمہ تنفس کی ایک ایسی شدید بیماری ہے جو ری ایکٹیو ایئر وے ڈیزیز کہلاتی ہے۔ اس بیماری میں سانس پھولنے لگتی ہے۔

### دمہ کو تحریک دینے والی اشیاء اور حالات

وائزل انفیکشن، الرجی پیدا کرنے والے عناصر، جانوروں کی کھال، زردانے، تمباکو، کیمیائی عناصر

### نشان اور علامات

کھانسی، سانس نہ لیا جانا، سینے سے آوازیں آنا، سینے کی جکڑن، سونے میں تکلیف اور بلغم کا گاڑھا ہونا۔

### ڈاکٹر سے کب رابطہ کیا جائے

اگر آپ کو درج ذیل میں سے کوئی علامات نظر آئیں تو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کریں:

- سانس نہ لے پانا
- سینے سے تیز آوازیں آنا
- نہ رکنے والی کھانسی
- بولنے میں مشکل ہونا

- سانس پھولنا
- سانسوس (نیلا پڑ جانا)
- دھڑکن کا تیز ہو جانا
- چلنے میں مشکل ہونا
- دواسے افاقہ نہ ہونا

### دمہ کا علاج

- نیبولائزرز اور انہیلرز کا استعمال
- منہ سے لی جانے والی ادویات کا صحیح استعمال
- گہرے سانس لینے کی مشق
- دمہ کو بڑھانے والی اشیا (دھواں، تمباکو، گرد) سے گریز۔