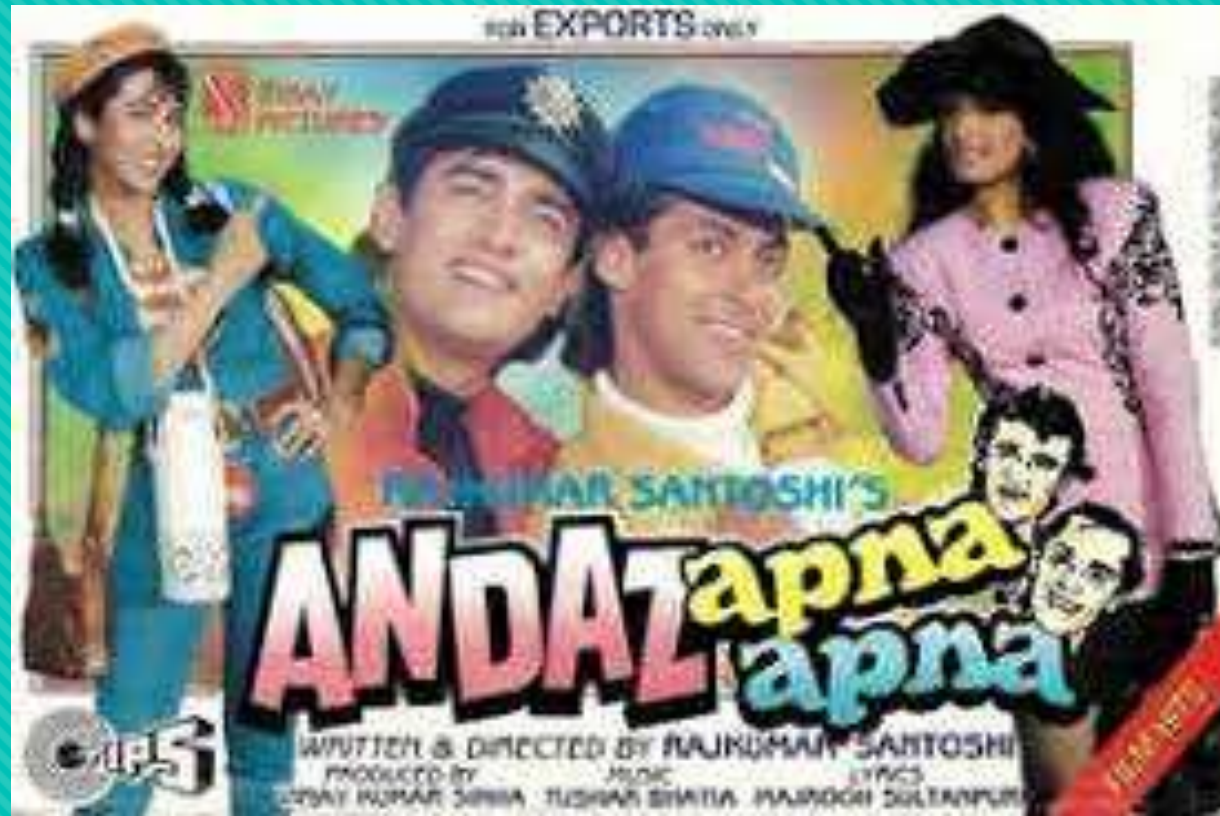


कोविड आणि मुलांचे आरोग्य

Smile Child Development Center

रामदासपेठ, बिल्ला रोड, रेल्वे स्टेशन जवळ, अकोला



Covid 3rd wave

लगेच

90-95% सौम्य

कॉम्प्लिकेटेड

< 5%

कोविड नंतर

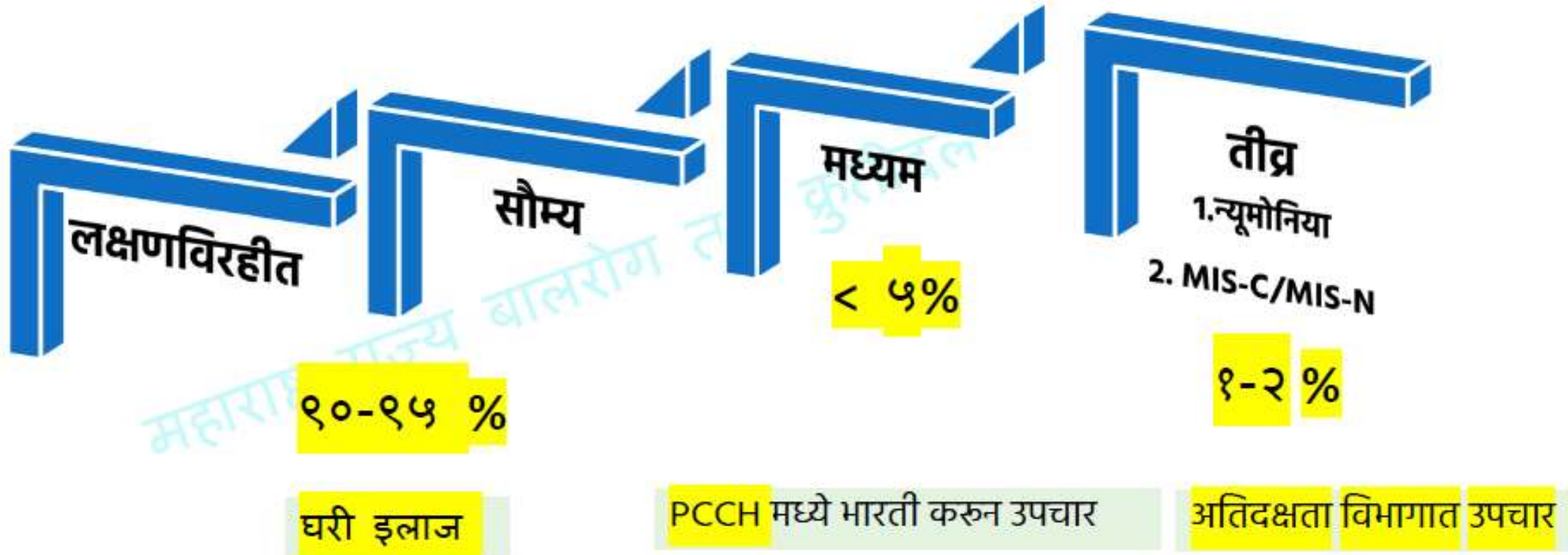
MIS-C

MIS-N

2 ते 12
आठवड्या नंतर

नवजात बाळात

लहान मुलांमधील कोविड – 2 प्रकारचे आजार



लहान मुलांमधील कोविड

- ताप
- डोकेदुखी , अंगदुखी, थकवा
- सर्दी खोकला, घसा खवखवणे
- उलटी, जुलाब, पोटदुखी
- दम लागणे

मलेरिया ,डेंग्यू, टायफॉइड, फ्लू
ह्या आजारात पण अशी लक्षणे दिसतात !

कोविड ची लक्षणे

मुलाला ताप आला ?

कोविड असू शकतो

भिती पोटी अंगावर काढू नका

वेळेत निदान व उपचार महत्वाचे आहे

निदान होई पर्यंत कोविड

समजून खबरदारी घ्या

विलगीकरण करा

मुलाला आजी, आजोबांपासून लांब ठेवा

आपण काय करायचं आहे?

ब्लड प्रेशर

हृदय विकार

डायबेटिस

प्रतिकार शक्तिचे आज़ार

फुफ़फुसाचे आज़ार

किडनी चे विकार

लिवर चे विकार

लठु पणा



ह्या पैकी काही आहे का ह्याची चौकशी करा

असल्यास जास्त खबरदारी घ्यावी लागते

अशा मुलांना सौम्य आजारात सुद्धा अॅडमिट करावे लागू शकते

मुलाला काही इतर आजार आहेत का?

- विलगीकरण , 14 दिवस बाहेर पडायचे नाही
- वयस्कर (60 वर्षा वरील) व्यक्तीनीं लांब रहावे, रुग्णाशी संपर्क ठेवू नये
- 2 वर्षा वरील मुलांनी व घरातील इतरांनी मास्क लावणे, हात स्वच्छ धुणे
- पौष्टिक आहार घ्यावा, भरपूर पाणी प्यावे, अंगावर दूध देणे बंद करू नये

सौम्य कोविडची घरच्या घरी ट्रीटमेंट

अंगावर चट्टे, लाल डोळे , लाल ओठ, हाता / पाया वर
सूज,

BCG व्रण लाल होणे

चिडचिडपणा, सतत रडणे/कीरकीर करणे

पोट दुखणे, जुलाब, उलट्या



हातावर सूज



लाल ओठ



लाल BCG व्रण



पुरळ



डोळे लाल

MIS-C तर नाही ना

- चिडचिड वाढणे, अति राग येणे, छोट्या छोट्या गोष्टी वरून वैतागणे
- सतत आईला बिलगणे
- अंगठा चोखणे, रात्री बेड मध्ये लघवी करणे
- सतत टी व्ही किंवा मोबाइल मध्ये गर्क रहाणे
- खूप खाणे किंवा अति कमी खाणे
- झोप न येणे किंवा जास्त झोपणे
- अचानक रडणे किंवा निराश वाटणे



मानसिक स्वास्थ्यकडे लक्ष असूद्या

• मुलाशी संवाद साधा, त्यांच्या सोबत वेळ घालवा

• त्यांचे म्हणणे संयमाने ऐका, आपुलकी दाखवा

• तत्पर तोडगा देण्याचे टाळा

• त्यांच्या कामाचे कौतुक करा

• अभ्यासाकडे अति लक्ष देऊ नका

• दीर्घकाळापासून त्रास किंवा स्वतःचे नुकसान करण्याची प्रवृत्ती किंवा अति वजन वाढणे / कमी होणे अशी लक्षणे आढळल्यास तज्ञांचा सल्ला घ्या



मानसिक आरोग्यासाठी पालकानां सल्ला..

लहान मुले

- रंगीबेरंगी पुस्तके, चित्रकला, कोडी, ब्लॉक्स, चिकणमाती इत्यादींसाठी घरात 'फन कॉर्नर' तयार करा
- संगीत लावा आणि नृत्य करा
- आपल्या मुलासह खिडकीत उभे रहा आणि आपण काय पाहू आणि काय ऐकू शकता याबद्दल चर्चा करा
- मजेदार मागने 'क्लीन अप टाइम' ठेवा; कुटुंबासह एकत्र सफाई करा!
- वेळापत्रक तयार करा. मुलांना रोजचे वैयक्तिक काम तसेच वयानुसार घरगुती कामात समाविष्ट करा

मुलांना कसे गुंतवून ठेवावे?

मोठी मुले

- मुलाच्या आवडीनुसार चांगली पुस्तके द्या.
- मुलाने काय वाचले यावर चर्चा करा
- मोनोपोलि, बुद्धीबळ आणि लुडो यासारखे खेळ नियोजन शिकण्यास मदत करतात
- नृत्य, नाटक आणि संगीत यासाठी प्रोत्साहित करा, अंताक्षरी स्पर्धा आयोजित करा
- मुलांना कुटुंब आणि मित्रांसह संपर्क साधू द्या..
- वाढदिवस साजरा करा

मुलांना कसे गुंतवून ठेवावे?

- केवळ अभ्यासावर लक्ष केंद्रित करु नका
- “चांगल्या वर्तणूकी” वर अधिक लक्ष द्या
- स्क्रीन वेळ प्रतिबंधित करा, गेमिंग टाळा
- खूप वेळा फटकारु नका
- आपण त्याला / तिला सोडणार किंवा तिला घराच्या बाहेर लॉक करु अशी धमकी देऊ नका

काय टाळावे?

स्माईल बाल संगोपन केंद्र

(स्माईल चाईल्ड डेव्हलपमेंट सेंटर)

रामदासपेठ, बिल्डी रोड, रेल्वे स्टेशन जवळ, अकोला

1. अति चंचलता व अस्थिरता (ADHD), हायपरएक्टिव
2. बोलण्यात व शब्द उच्चारणी ची समस्या (Speech disorder)
तोतरेपणा व बोलण्यात अडखळने (Stammering)
3. भाषिक अक्षमता, अक्षरे उलट-सुलट लिहिणे, भाषेचे आकलन
करण्याच्या क्षमतेचा अभाव, शब्दसंग्रह वाढवता न येणे वा मर्यादित
(LD/Dyslexia)
4. व्यवहार विकार (Behavioral Disorders)

अंथरुणात
लघवी
करणे

चिडचिडप
ना

अंगठा
चोखणे

जिद्दीप
ना

चोरी
करणे

गैरवर्तन
करणे

लवकर
राग
येणे

खोटे
बोलणे

