

Pre-school Wheeze(Swahili)

## Kupumua kwa shida kwa shule ya awali

Kupumu kwa shida kwa shule ya awali (kunakoitwa pia ugonjwa wa njia ya hewa au kupumua kwa shida ambako kunasababishwa na virusi) kunaathiri njia za hewa (mirija inayobeba hewa kutoka mdomo na pua kwenda mapafu) za watoto wa umri wa miaka 1 hadi 5.

Inatokea wakati njia za hewa za mtoto wako huvimba na kujaza na makamasi, kukifanya kuwa vigumu kwake kupumua.

Kupuma kwa shida kunasababishwa hasa na maambukizi ya virusi lakini kunaweza pia kusababishwa na mabadiliko ya hali ya hewa (kutoka hewa joto hadi hewa baridi), utitiri wa vumbi na moshi wa sigara.

Daktari anaweza kutambua kupumua kwa shida kwa shule ya awali kwa kusikiliza kifua cha mtoto wako na kuelewa dalili zake.

Watoto wengi wenye kupumua kwa shida kwa shule ya awali hawatapata pumu katika maisha ya baadaye.



### Ishara na dalili



Sauti ya kupumua kwa nguvu (sauti ya mluzi wakati wa kupumua ndani na nje)

Kupumua haraka na/au ugumu wa kupumua

Misuli ya kifua ikiingia wakati wa kupumua



Kikohozi

### Matibabu

Kupumua kwa shida hutibwa na dawa ambayo kwa kawaida huvutwa (kupumuliwa) ili huenda moja kwa moja kwenye mapafu. Dawa ni pamoja na dawa za kutuliza na steroidi.

#### Dawa za kutuliza (k.v.Ventolin, Asmol, Bricany)

Mtoto wako atumie dawa ya kutuliza mara tu anapopata dalili za pumu au kabla ya kufanya mazoezi (ikiwa imeelekezwa na daktari wa mtoto wako). Dawa za kutuliza:

- hutumia wakati wa mashambulizi
- hutoa nafuu ya haraka kutokana na dalili za pumu
- zinafanya kazi haraka na athari zao hudumu hadi saa 4
- zinapatikana katika maduka ya dawa. Huna haja kuwa na agizo la dawa.

#### Steroidi (kioevu)

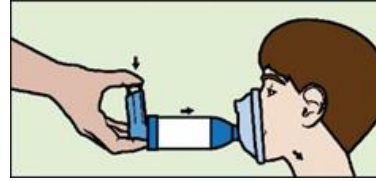
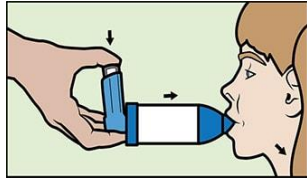
Mtoto wako atumie hii inavyoelekezwa na daktari wako. Steroidi:

- huweza kutiba dalili za pumu
- huweza kuchukua masaa kadhaa kuanza kutumika
- zinapatikana katika maduka ya dawa. Agizo la daktari linatakiwa.

Daktari wako anaweza kuota *Mpango wa Hatua za Kupumua kwa Shida kwa Shule ya Awali* unaoeleza jinsi na wakati gani mtoto wako atumie dawa ya pufa.



Watoto watumie spacer wakati wote kuvuta pumzi dawa zao za pufa. Kifaa cha nafasi (spacer) ni kitu cha umbo wa silinda kinachosaidia dawa kuingia mara moja kwenye mapafu ya mtoto wako. Ikiwa mtoto wako anaona ni vigumu kutumia spacer kwa midomo yake, labda atapaswa kutumia maski.



## Utunzaji wa nyumbani

Kupumua kwa shida kwa shule ya awali kwa:

- kufuata *Mpango wa Hatua za Kupumua kwa Shida kwa Shule ya Awali* ulioandaliwa kwa mtoto wako na daktari wako (weka kwenye mahali pa salama).
- weka mtoto wako mbali kutoka moshi ya sigara
- kuhakikisha wakati wote mtoto wako anayo pufa na spacer zake (na maski, ikihitajika) naye
- kushiriki *Mpango wa Hatua za Kupumua kwa Shida kwa Shule ya Awali* wa mtoto wako pamoja na yeyote anayemtunza mtoto wako (k.m. wanafamilia na walimu).

Ikiwa una wasiwasi yoyote kuhusu hali ya mtoto wako, piga simu 13 HEALTH (13 43 25 84) kuzungumza na muuguzi aliyesajiliwa saa 24 kwa siku, siku saba kwa wiki kwa gharama ya simu ya mtaa. Omba kupata mkalimani ikiwa unamhitaji.

## Wakati wa kuonana na daktari

**Mwona GP wako ikiwa mtoto wako:**

- huamka usiku na kupumua kwa nguvu
- anatumia dawa ya kutuliza angalau kila saa 3 kwa zaidi ya saa 24.

Mtoto wako anapaswa kuchunguzwa mara kwa mara na daktari wake kwani dalili na dawa zinaweza kubadilika. Ikiwa mtoto wako amekuwa ndani hospitalini na kupumu kwa shida ya shule ya awali, wanapaswa kumwona daktari wake ndani ya wiki 1 ya kwenda nyumbani.

**Piga simu Sifuri Mara Tata (000) mara moja na endelea kutumia dawa ya kutuliza ikiwa mtoto wako ana:**



shida ya kupumua au kuongea



midomo ya bluu



dalili ambazo zinakuwa mbaya haraka sana.

## Habari zaidi

Tazama video za elimu ya pumu za Afya ya Watoto ya Queensland kwenye <https://bit.ly/chqasthma>

Imeandaliwa na Idara ya Dharura, Hospitali ya Watoto ya Queensland. Tunatambua mchango wa watumiaji na walezi. **Resource ID:** FS319 **Reviewed:** July 2022 **Kanusho:** Maelezo haya yametolewa na wataalamu wa afya kama mwongozo pekee na yanalenga kusaidia, si kubadili nafasi, majadiliano na daktari wa mtoto wako au wataalamu wa afya. Taarifa husasishwa kila mara, kwa hivyo tafadhali angalia kuwa unarejelea toleo la hivi majuzi zaidi. Tafuta ushauri wa matibabu, inapofaa, kwa wasiwasi kuhusu afya ya mtoto wako.