GOVERNMENT OF WESTERN AUSTRALIA

PathWest LABORATORY MEDICINE WA

ਸੂਈਆਂ ਲਗਾਉਣ ਸਮੇਂ ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣਾ

ਨਵਜੰਮੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ

ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਸੈਂਟਰ ਚੁਣਨਾ

ਸਾਡੇ ਪਰਥ ਚਿਲਡਰਨਜ਼ ਹਸਪਤਾਲ (PCH) ਦੇ ਨਮੂਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਨੁਭਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਹਰ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਕੁੱਝ ਹੋਰ ਸੈਂਟਰ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਟੈਸਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਨੂੰ **13 7284** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਢੁੱਕਵੇਂ ਹੋਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ। ਜਾਂ ਫਿਰ, ਆਪਣੇ ਲਈ ਬੇਹਤਰੀਨ ਵਿਕਲਪ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਸ਼ਾਂਤੀ ਫ਼ੈਲਣ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ

ਤੁਹਾਡਾ ਮੂਡ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰੱਖਣਾ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚਮੜੀ-ਨਾਲ-ਚਮੜੀ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਸੁਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ

ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਆਲਾ ਵਾਂਗ ਗਲੇ ਲਗਾਉਣਾ, ਪਿੱਠ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਲਗਾਉਣਾ, ਪਾਸੇ ਭਾਰ ਲਿਟਾਉਣਾ, ਗੋਦੀ ਵਿੱਚ ਲਿਟਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਨਾਲ ਉਸਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਘੱਟ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਜਾਣਦੇ ਹੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਸਟਾਫ਼ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਮੱਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਸੁੰਨ ਕਰਨਾ

ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਲਗਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਰੀਮ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਰੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਤੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸਨੂੰ ਅਸਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।

ਸਥਾਨ

ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਕੁੱਝ ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ, ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਵਿਚਾਰ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸ਼ਾਂਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।