

Jèn Timoun Ki Gen Opresyon: Se Yon Defi Espesyal Pou Yo

Pou yon seri jèn timoun, sentòm opresyon an ka bese lè yap pran laj. Opresyon an ka menm disparèt depi jèn timoun lan pa mele ak bagay ki ka pwovoke li. Men, gen lòt jèn timoun ki pa gen chans sa a. Epi tou pafwa konn gen tansyon ki egziste ant jèn timoun lan ak paran l pou l pran medikaman l yo, epi pou l evite tout bagay ki ka pwovoke opresyon an; tansyon sa yo ka rive nan yon pwen kote jèn timoun lan ka derefize sèvi ak ponp respirasyon an (inhaler).

Lèfini twaka nan jèn timoun yo okipe anpil, ki fè yo santi li pa fasil pou yo konfòme yo ak ekzijans tretman opresyon an mande, alòs li trè enpòtan pou tonbe dakò sou yon plan ki adapte li ak jan devè jèn timoun yo. Se yon bagay ki total kapital pou tout jèn timoun ki soufri opresyon pou yo byen metrize tretman yo anvan yo bat zèl yo oswa anvan yo pati pou yal nan kolèj.

Anvan pou jèn timoun lan kòmanse lite ak responsabiltè ki asosye ak opresyon, li ta bon pou ta jwenn yon gwoup sipò ki bay jèn timoun konsèy sou opresyon (ale gade nan seksyon èd ak sipò).

pran medikaman an. Menm paran yo, sou bò pa yo, dwe aksepte maladi timoun lan, epi yo dwe reziyen yo menm si sa pa fè yo plèzi, pou yo bay timoun lan medikaman an chak jou. Kwayans ki fè moun panse mwens medikaman pi bon, kapab yon gwo dezast pou timoun ki soufri opresyon.

Pa Pèdi Espwa!

Mwen gen bon nouvèl pou nou, timoun ki fè opresyon ka viv pratikman san okenn restriksyon nan aktivite yo, depi yo pran konsyans epi depi yo pran medikaman yo sipoze pran yo. Pou ka jwenn yon bon tretman ki abòdab, sa vle di w ka bezwen pran yon klas fòmasyon sou medikaman ak ekipman pou opresyon, men sa vo lapenn pou pran tan w pou fè l. Efò w fè yo pral ede pitit ou jwi lasante l, epi pou l aktif menm jan ak lòt ti zanmi l yo ki pa soufri opresyon.

Men Kote w Ka Jwenn èd ak Sipò

Pou plis enfòmasyon sou opresyon, tanpri pran kontak ak ajans sa yo:

- The American College of Allergy, Asthma, and Immunology (Kolèj Ameriken sou Alèji, Opresyon, ak Iminoloji) 800-822-2762, www.acaai.org
- Asthma and Allergy Network / Mothers of Asthmatics (Rezo Opresyon ak Alèji / Manman ki gen Piti ki Gen Opresyon) 800-878-4403, www.aanma.org
- National Jewish Center's Lung Line (Liy Poumon Sant Nasyonal Jwif), 800-222-5864
- Support for Asthmatic Youth (Sipò pou jèn Timoun ki gen Opresyon), 516- 625-5735
- Asosyasyon Ameriken pou Pwoblèm Poumon (American Lung Association), 212-315-8700, www.lungusa.org

Ti liv enfòmasyon sou

Opresyon

“Pinga Kite Opresyon Koupe Souf Pitit Ou”



State of New York
George E. Pataki, Governor
Department of Health

Antonia C. Novello, M.D., MPH, Dr. P.H. Commissioner

AktyèlmanSèjou si, opresyon se maladi kwonik ki afekte timoun plis pase tout lòt maladi. Aktyèlman gen senk milyon ti Ameriken ki poko gen 18 an ki afekte, lèfini se anpire lap anpire, ki fè dènye moun mete men nan tèt yo. Dènyèman, kantite ka opresyon ki tonbe sou timoun ki poko gen kat (4) an preske double. Moun kap mouri opresyon ap ogmante tou – souvan lè sa rive se poutèt tretman an pat ase, epi twò ta gen tan bare yo. Men kijan w ka ede pitit ou viv ak maladi a – ou ka menm anpeche – maladi ki pa gen klaksòn sa a.

Kisa Opresyon an ye?



Opresyon se yon maladi ki ratresi oswa ki bloke tib van ki desann nan poumon yo, oswa tib ki desann nan bwonch yo, poutèt tib van yo irite oswa anfle. Lè konsa, moun lan mal pou l respire poutèt flèm ki bloke tib van yo.

Ki Moun Ki Gen Opresyon

Nenpòt ki timoun ka devlope opresyon, men timoun ki gen moun nan fanmi yo ki abitye soufri opresyon oswa alèji gen plis chans pou yo devlope l. Pou yon moun gen opresyon, premye bagay ki pou fèt, fòk moun lan ekspoze a yon iritan oswa yon reyaktojen (se yon bagay ki pwovoke yon reyaksyon alèjik). Lè moun lan ekspoze a bagay sa a yo, li ka gen yon kriz opresyon ki pran li. Lè yon timoun devlope opresyon depi li tou piti, se lè sa a maladi a pi rèd. Lè reyaktojen lan irite poumon yo, gen yon kriz opresyon ki fèt. Reyaksyon iritan ak reyaktojen yo varye selon moun lan. Sak ki pi komen yo se:

- lafimen, patikilyèman lafimen sigarèt, tabak, pip, elatriye
- pwèl bèt (ti moso cheve, po bèt, plim oswa po moun, ki tèlman piti w paka wè yo)
- bagay ki kanni
- ti bèt ki viv nan pousyè (bèt ki viv nan pousyè epi se ak mikroskòp sèlman w ka wè yo)
- ravèt ak poujou ravèt
- mikwòb yo (viris)
- silfit yo (pwodwi chimik yo konn mete nan kola ak manje ki tou pare)

Eske w Ka Anpeche Opresyon an?

Malgre tout prekosyon w ka pran, se pa *tout tan* w pa ka anpeche opresyon an. Sepandan ou kapab kontwòl li pou pitit ou pa ekspoze a iritan ki komen yo, patikilyèman lè timoun lan tou piti. Nan kat (4) premye ane timoun lan, li byen posib pou anpeche pwosede opresyon an kòmanse, paske yon fwa li mete pye, ou pap kapab fè l sispann.

Men sa w dwe fè:

- Pa kite okenn lafimen sikile andedan kay ou.
- Pa kite bèt nan chanm pitit ou, epi li ta pi bon si w pa kite bèt yo andedan kay la.
- Bay timoun lan tete plis tan w kapab. Paske gen antikò nan lèt ki soti nan tete manman an ki ka retade oubyen ki ka menm anpeche pitit ou fè alèji.
- Toujou kite chanm pitit ou pwòp san pa gen pousyè ditou.
- Li tout etikèt ki sou bwat manje yo pou evite reyaktojen yo.

Poukisa Opresyon Se Yon Gwo Pwoblèm Konsa a?

Pagen moun ki konnen poukisa kantite ka opresyon yo kontinye ap ogmante konsa a. Gen yon teyori ki lonje dwèt sou teknoloji ki kenbe lè kap sikile andedan kay yo san lè a pa soti pou ekonomize enèji, ki fè tout iritan ak reyaktojen kwaze pye yo andedan kay la. Kounye an tout kote w pase gen kay ki gen èkondisyone santral ki mande pou tout fenèt rete fèmen. Lè yon kay gen tapi toupato, tapi a vin tankou yon eponj ki kenbe tout materyèl ki ka fè yon timoun gen alèji. Se menm bagay pou mèb yo, kabann yo, menm jwèt ki boure yo. Nan tan lontan, yo te bati kay yo yon jan ki te pèmèt van sikile; yo te kite fenèt yo louvri; yo te mete tapi yo deyò pou yo souke yo oswa bat yo; epi tout bèt te rete nan lakou.

Kijan Pou M Fè Konnen Si Se Opresyon?

Si w vle mete kontwòl sou oprseyon an, ou fèt pou kapab rekonèt li. Men trè souvan sentòm opresyon yo sanble anpil ak sentòm maladi timoun abitye genyen, epi pagen okenn tès ki pou detekte opresyon nan timoun ki poko gen senk an. Lè timoun ap fè kriz opresyon, se pa tout tan souf

yo anlè, oswa se pa tout lè w ka detekte l. Lè timoun lan gen yon tous ki ale vini leswa oswa lematen, sa kapab yon siy, menm jan tou lè timoun lan respire vit oswa li fè bwi lè lap respire, oswa yon bwonch oubyen nemoni ki refize ale. Pafwa sèl siy ki ka moutre w sa, se lè timoun lan paka kenbe menm efò fizik ak lòt ti zanmi l yo. Gen anpil timoun ki fè kriz opresyon pandan yap fè ekzèsis. Si w ta wè pitit ou prezante siy opresyon, kontinye veye li menm si doktè di li pa gen maladi a. Si w ta wè sentòm yo ap pèsiste, ale wè yon lòt doktè pou ka gen yon lòt opinyon.

Ki Tretman Yo Fè Pou Opresyon?

Yon fwa w konnen pitit ou gen opresyon, youn nan

premye bagay pou fè, se pou chèche yon doktè ki alèz avèk ou epi ki alèz avèk pitit ou tou, epi mache kay doktè sa a *sèlman*. Plis doktè a konprann pwoblèm pitit ou epi plis li konnen enfòmasyon sou tretman pitit ou, se plis l ap kapab ede w kontwòl opresyon pitit ou nan lavni.

Yon bon doktè ap ede w jwenn kisa ki pwovoke opresyon pitit ou. Apre sa, li va esplike w kijan de medikaman pou timoun lan pran anvan li ekspoze, oubyen kijan pou w limite fason timoun lan ekspoze, kit se nan konbat mikwòb yo, kit se nan bese reyaktojen anba pwòpte, kit se nan filtre lè kap sikile nan kay la. Menm si doktè w la se yon jeneralis, li te mèt te yon alèjis oswa yon doktè ki trete maladi poumon (espesyalis poumon), doktè a se patnè w li dwe ye nan afè kontwòl opresyon. Pa ekzanp, li ta dwe moutre w kijan pou sèvi ak

“aparèy pou mezire respirasyon an (peak-flow meter)”, ki se yon ti aparèy ki mezire chanjman lè kap sikile nan poumon yo, epi li ka pèmèt ou konnen plizyè jou alavans si timoun lan pral gen yon kriz.

Se yon bagay ki trè enpòtan pou jwenn yon doktè ki pou esplike w kijan medikaman kont opresyon yo mache, pou l esplike w kisa kap pase nan poumon yo, lèfini pou l ba w yon plan tretman ki ekri sou papyè.

Epi tou li enpòtan pou doktè a trete pitit ou kòm yon patnè aktif nan tretman an. A 7 an, yon timoun ta dwe alèz pou l pale dirèkteman ak doktè li. Pou yon doktè ak yon pasyans antann yo, se bagay ki pran tan, epi sa ka gen yon rezilta pozitif sou atitud timoun lan vizavi tretman an.

Eske Li Nesesè Pou Pran Medikaman?

Vre rezon ki fè moun gen opresyon se lè tib van ki desann nan poumon yo anfle. Si yo kite l konsa san yo pa fè okenn tretman, enflamasyon an ka fè yon sikatris andedan moun lan. Ekspè nan domen opresyon yo fè rekòmandasyon kote yo mande pou nenpòt ki moun ki fè yon kriz opresyon modere, pou li pran chak jou medikaman anti-enflamatwa, epi pou moun nan sèvi ak yon medikaman ki pou dilate bwonch yo (bronchodilator), oswa yon ponp ki pou pèmèt li respire (inhaler), pou yo ka jwenn yon soulajman rapid.

Kelkeswa medikaman yo preskri pou yon timoun ki fè opresyon pran, paran yo fèt pou asire yo timoun lan

(continye sou lòt bò a)

