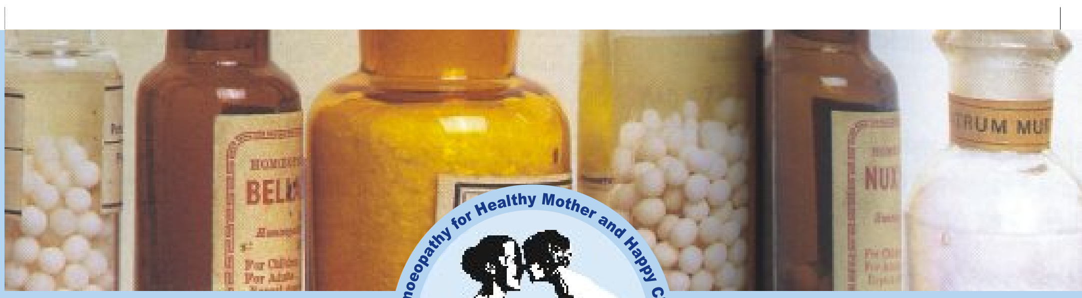
ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣ ਵੇਲੇ ਆਮ ਹਿਦਾਇਤਾਂ

- ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਦਰਸ਼ਾਈਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉਦੋਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਦਿੱਤੇ ਲੱਛਣ ਰੋਗੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹੋਣ।
- ਦਵਾ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ - ਹਰ 3 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਕਾਰ 40 ਦੀਆਂ 3 ਗੋਲੀਆਂ ਨਿਰੀਆਂ ਜੁਬਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਜਾਂ ਸਾਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ।
- ਮੂੰਹ ਸਾਫ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਦਵਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਸਗੋਂ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਲੈਣ 'ਤੇ ਤਰਜੀਹ ਦਿਓ।
- ਜੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦਵਾ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਰੋਗੀ ਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਹਾਲਤ ਬਹੁਤ ਮਾੜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਰੀਬੀ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਓ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁਸ਼ਕ ਕਾਫੂਰ, ਮੈਂਥੋਲ (ਪੂਦਨੇ ਦਾ ਸੱਤ) ਜਿਹੇ ਵਧੇਰੇ ਸੁਗੰਧਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸੂਰਜ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਠੰਡੀ, ਖੁਸ਼ਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੁੱਛ-ਗਿੱਛ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
ਡਾ. ਆਰ.ਕੇ. ਿਨਚੰਦਾ, ਆਈਐਸਐਮ ਅਤੇ (ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ)
ਦੇ ਉੱਪ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ (ਐਚ) ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੰਚਾਲਕ
(ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਵਿੰਗ)
ਸੀਐਸਸੀ-ਤੀਜਾ, ਪਹਿਲੀ ਮੰਜ਼ਿਲ, ਬੀ-ਬਲਾਕ, ਪ੍ਰੀਤ ਵਿਹਾਰ, ਦਿੱਲੀ - 110092
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 2240019/20/22 ਟੈਲੀ-ਫੈਕਸ: 22440021
ਈਮੇਲ: ddhom.delhi@nic.in
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.delhihomeo.com   www.homeo.delhigovt.nic.in



Homoeopathy for Healthy Mother and Happy Child
Multimedia campaign and three tier workshop at national, state and district levels

ਮਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ
ਲਈ ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ
'ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਭਿਆਨ

ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ
ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਾਸੂਰ ਦੀ ਦਰਦਨਾਕ ਸੋਜਿਸ਼ ਲਈ

ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ
ਟੀਮ ਦਿੱਲੀ - ਸੁਪਣੇ ਕਰੋ ਸਾਕਾਰ

ਆਯੂਰਵੇਦ, ਯੋਗ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ
ਚਿਕਿਤਸਾ, ਯੂਨਾਨੀ, ਸਿੱਧ ਅਤੇ
ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ (ਏਵਾਈਯੂਐਸਐਚ) ਵਿਭਾਗ
ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਹਿੱਤ ਮੰਤਰਾਲਾ
ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ

ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਵਿੱਚ
ਸੋਧ ਲਈ ਕੇਂਦਰੀ ਕੌਂਸਲ
(ਏਵਾਈਯੂਐਸਐਚ ਵਿਭਾਗ ਦਾ
ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਸੰਗਠਨ,
ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਹਿੱਤ ਮੰਤਰਾਲਾ)

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਾਸੂਰ ਦੀ ਦਰਦਨਾਕ ਸੋਜਿਸ਼

ਨਾਸੂਰ ਨੱਕ ਦੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਚੈਂਬਰ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹਵਾ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਮਾ ਹਵਾ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ ਨਮੀ ਨੂੰ ਬਣਾਏ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਨਾਸੂਰ ਦੀ ਦਰਦਨਾਕ ਸੋਜਿਸ਼ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਵਾ-ਭਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਕਾਰਨ:

- ਚੁੱਭਵੇਂ ਵਾਸ਼ਪਾਂ, ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣਾਂ ਅਤੇ ਘੱਟੇ ਆਦਿ ਜਿਹੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਦਮ ਕਰ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕਾਂ ਵਜੋਂ ਅਲਰਜੀ

ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ

- ਨੱਕ, ਮੂੰਹ, ਦੰਦ, ਗਲਾ ਜਾਂ ਟਾਨਸਿਲ (ਗੱਲ ਦੇ ਕੰਢੇ) ਤੋਂ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦਾ ਫੈਲਣਾ।

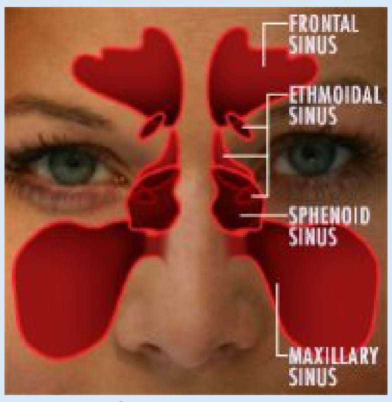
ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਲੱਛਣ:

- ਸ਼ਾਮਲ ਨਾਸੂਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਇਹ ਭਿੰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਭਾਰੀਪਣ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਰਮ ਹੋ ਜਾਣਾ ਕਿ ਛੂਹਿਆ ਨਾ ਜਾ ਸਕੇ।
- ਨੱਕ ਦੇ ਪਿੱਛੋਂ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਬਲਗਮ ਦੀ ਨਿਕਾਸੀ ਹੋਣਾ।
- ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਲਗਾਤਾਰ ਖਾਂਸੀ ਅਤੇ ਜੁਕਾਮ।

ਜੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ, ਤਾਂ ਇਹ ਚਿਰਕਾਲੀ ਸਾਈਮਸਾਈਟਿਸ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਰਨ ਯੋਗ ਅਤੇ ਨਾ ਕਰਨ ਯੋਗ ਗੱਲਾਂ:

- ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਭਾਫ ਦਿਓ
- ਘੱਟੇ ਅਤੇ ਧੂਏਂ ਤੋਂ ਬਚੋ
- ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਕਰੋ
- ਸੂਪ, ਦੁੱਧ , ਚਾਹ ਜਿਹੇ ਗਰਮ ਪੇਅ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰੋ।



ਏਅਰ ਸਪੇਸਿਜ਼ (ਨਾਸੂਰ) ਦਾ ਸਥਾਨ

ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਨਾਸੂਰ ਦੀ ਦਰਦਨਾਕ ਸੋਜਿਸ਼ ਲਈ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਚਿਕਿਤਸਕ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਲੱਛਣ	ਦਵਾ
• ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦਾ ਵੱਧ ਜਾਣਾ • ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸਿਰ ਪੀੜ • ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਠੰਡੀ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਨਾਲ ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣਾ • ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਗਾੜੇ, ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੀ ਅਤੇ ਬਦਬੂਦਾਰ ਨਿਕਾਸੀ ਹੋਣਾ • ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਵੇਦੀ ਹੋਣਾ ਕਿ ਠੰਡੀ ਹਵਾ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣਾ	ਹੈਪਰ ਸਲਫਰਿਕਮ 30
• ਗਾੜਾ, ਚਿਪਚਿਪਾ, ਹਰਾ-ਨੀਲਾ ਨੱਕ ਵੱਗਣਾ • ਨੱਕ ਅਤੇ ਮੱਥੇ ਦੀ ਜੜਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ • ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋਣਾ	ਕਲੀ ਬਾਈਕ੍ਰੋਮਿਕਮ 30
• ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਜਾਂ ਸਿਰ ਦੇ ਉੱਪਰੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਪੀੜ ਹੋਣਾ • ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸਿਰ ਪੀੜ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਜਾਣਾ, ਦਾਬ ਅਤੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਢੱਕਣਾ ਬੇਹਤਰ • ਨੱਕ ਦਾ ਬੰਦ ਹੋਣਾ, ਗਰਮ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਹਾਲਤ ਹੋਰ ਮਾੜੀ ਹੋ ਜਾਣਾ • ਰੋਗੀ ਦਾ ਬਹੁਤ ਚਿੜਚਿੜਾ ਅਤੇ ਅਤੀਸੰਵੇਦੀ ਹੋ ਜਾਣਾ • ਰੋਸ਼ਨੀ, ਬੋ ਜਾਂ ਖੱਪ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣਾ	ਨਕਸ ਵੋਮਿਕਾ 30
• ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਸਿਰ ਪੀੜ ਅਤੇ ਸੱਜੀ ਅੱਖ ਦੇ ਉੱਪਰ ਪੀੜ ਹੋਣਾ • ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਪੀੜ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਜਾਣਾ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੂਰਜ ਦੇ ਉੱਗਣ ਅਤੇ ਡੁੱਬਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ • ਲੇਟ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸੋਣ ਵੇਲੇ ਪੀੜ ਦਾ ਠਕਿ ਹੋਣਾ • ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਜਲਨ ਅਤੇ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਲਾਲ ਹੋਣਾ	ਸ਼ੰਗੁਈਨਾਰੀਆ ਕੈਨੇਡੇਨਸਿਸ 30

ਪਰਚੇ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।