क्या आपको कोई संक्रमण है?

सेप्सिस के अपने जोखिम को जानें

सेप्सिस क्या होता है?

सेप्सिस तब होता है जब शरीर किसी संक्रमण के प्रति अत्यधिक प्रतिक्रिया करता है। सेप्सिस शरीर के कई अंगों जैसे कि आपके हृदय और फेफड़ों को नुकसान पहुंचा सकता है और इसके परिणामस्वरूप मृत्यु हो सकती है।

सेप्सिस एक चिकित्सीय आपात-स्थिति होती है। सेप्सिस से ठीक होने का सबसे अच्छा तरीका यह होता है कि इसका इलाज जल्दी किया जाए।

सेप्सिस के लक्षण

तेजी से सांस लेना या सांस लेने में कठिनाई

बुखार और कंपकंपी

तेज़ धड़कन

शरीर का तापमान कम होना

दस्त लगना

मूत्र कम या बिल्कुल नहीं आना

मतली और उल्टी आना

नई थकान, उलझन, उनींदापन या व्यवहार में बदलाव

दर्द या 'अब तक सबसे ज़्यादा अस्वस्थ महसूस होना'

मुझे किन चीज़ों का ध्यान रखने की ज़रूरत है?

किसी भी संक्रमण के कारण सेप्सिस हो सकता है। अधिकांश संक्रमण अपने आप ठीक हो जाते हैं, लेकिन आपको यह जानने की ज़रूरत है कि अगर लक्षण तेजी से ख़राब होने लगें तो आपको क्या करना है।

जब आपको सेप्सिस होता है, तो आपको बहुत ज़यादा अस्वस्थ महसूस हो सकता है — जितना पहले कभी महसूस नहीं हुआ, इस तरह की अस्वस्थता जो सामान्य रोग से अलग है।

अगर मैं चिंतित हूं तो मुझे क्या करना चाहिए?

अगर आपको लगता है कि आपको या किसी प्रियजन को शायद सेप्सिस है, तो अपनी अंतरात्मा पर भरोसा रखें, ट्रिपल ज़ीरो (000) पर फ़ोन करें या सीधे अस्पताल जाएं और डॉक्टर या नर्स से पूछें, 'क्या यह सेप्सिस हो सकता है? '

आप चाहे पहले डॉक्टर के पास जा चुके हों **तो भी फिर से जाना ठीक है** रहता है।

किसी पंजीकृत नर्स से मुफ्त गोपनीय सलाह पाने के लिए कभी भी 13 HEALTH (13 43 25 84) पर फ़ोन भी कर सकते हैं।

सेप्सिस किसे हो सकता है?

सेप्सिस किसी को भी प्रभावित कर सकता है, यहां तक कि युवा और स्वस्थ लोगों को भी। कुछ लोगों को दूसरों की तुलना में सेप्सिस होने की संभावना अधिक होती है। आपको अधिक जोखिम हो सकता है यदि:

- आप 65 वर्ष से अधिक आयु के हैं
- आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली पहले से कमजोर है
- हाल ही में आपकी सर्जरी हुई थी
- आप गर्भवती हैं या थोड़े दिन पहले ही आपने शिशु को जन्म दिया है
- आप एबोरीजनल या टोरेस स्ट्रेट आइलैंडर हैं
- आपका कैंसर का इलाज चल रहा है
- आपको जटिल स्वास्थ्य समस्याएं हैं
- आपके शरीर का कोई हिस्सा जला हुआ है, कहीं चीरे (कट) या चोटें हैं
- आपको COVID- 19 है
- आपको पहले सेप्सिस हो चुका है
- आप 1 वर्ष से कम आयु के बच्चे हैं।

क्या आप जानते हैं कि यह कब पूछना है — 'क्या यह सेप्सिस हो सकता है? '

सेप्सिस के बारे में और अधिक जानने के लिए 1 मिनट का यह वीडियो देखें।

सेप्सिस को कैसे रोका जाए?

सेप्सिस को रोकने का सबसे अच्छा तरीका है संक्रमण से बचें। आप निम्नलिखित करके ऐसा कर सकते हैं:

अगर आप अस्वस्थ हैं **तो अपने डॉक्टर से बात करके**

सभी आवश्यक टीके समय पर लगवाकर

ठीक होते **चीरों कट्स को साफ और ढका हुआ** रखकर

बार-बार **अपने हाथों को धोकर**

संक्रमण और सेप्सिस के संकेतों से **अवगत रहकर।**

स्वीकार्यता
ऑस्ट्रेलियन सेप्सिस नेटवर्क, सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल एंड प्रिवेंशन और ऑस्ट्रेलियन सोसाइटी फॉर इंफेक्शियस डिजीज से अनुकूलित (रूपांतरित)।

अस्वीकरण
यह सूचना पत्र केवल शैक्षिक उद्देश्यों के लिए है और इसका उद्देश्य चिकित्सा पेशेवरों द्वारा दी गई सलाह के विकल्प के रूप में कार्य करना नहीं है। इस सूचना पत्र का परीक्षण किया जा रहा है। फ़ीडबैक देने के लिए कृपया sepsis@health.qld.gov.au पर ईमेल करें।

SC26000479_V1.2 06/2026