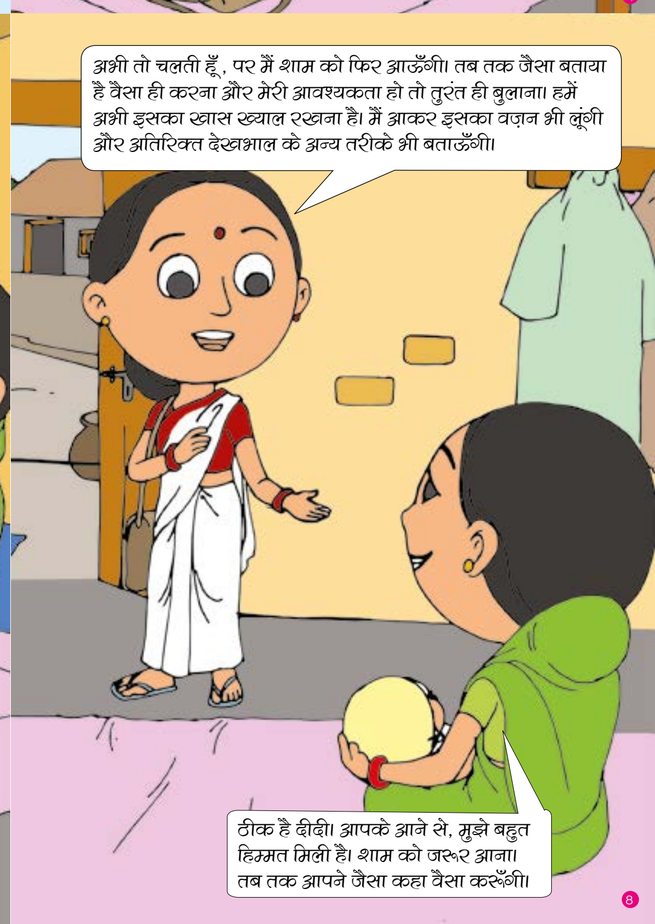
नवजात शिशुओं में स्तनपान का अवलोकन

टेकअवे 4

POSHAN Abhiyaan
PM's Overarching Scheme for Holistic Nourishment
सही पोषण - देश रोशन

सत्यमेव जयते

नए समाज की ओर



जन्म के तुरंत बाद स्तनपान का अवलोकन कैसे करना है?

जन्म के तुरंत बाद शिशु के घर जाकर अपने सामने माँ को स्तनपान कराने का अनुरोध करें और देखें–

❶ स्तनपान कराते समय क्या माँ आराम से बैठी है या लेटी है?

❷ क्या शिशु के शरीर को अच्छी तरह से पूरा सहारा मिल रहा है?

❸ क्या शिशु का सिर थोड़ा सा पीछे की ओर झुका है?

❹ क्या स्तन का काला/भूरा हिस्सा पूरी तरह बच्चे के मुंह में है? क्या बच्चा स्तन से लगातार दूध चूस रहा है?

❺ स्तनपान करते समय शिशु सो तो नहीं रहा है?

हमें स्तनपान का अवलोकन कब करना चाहिए?

अस्पताल में जन्मे शिशुओं का अवलोकन या तो अस्पताल में या उनके घर आने के 24 घंटे के अंदर करना चाहिए।

घर पर जन्मे शिशुओं का अवलोकन जन्म के तुरंत बाद या 24 घंटे के अंदर करना चाहिए।

घर पर शिशु के बीमार पड़ने का पता चलते ही तुरंत अवलोकन करना चाहिए।

स्तनपान से कमज़ोर शिशु को कैसे पहचानें?

- यदि शिशु कमज़ोर है तो वह स्तन का काला भाग पूरी तरह से मुंह में लेने में सक्षम नहीं होता है।
- कमज़ोर शिशु कम चूसेगा और फिर निगलने के लिए या स्वयं को आराम देने के लिए कुछ देर तक चूसना बंद कर देगा।
- एक कमज़ोर शिशु धीरे–धीरे स्तनपान करेगा, स्तनपान करने में ज्यादा समय लेगा व बार–बार सो जाएगा। उसे बार–बार जगाने की ज़रूरत पड़ेगी। शिशु एक बार में एक स्तन का दूध भी पूरा नहीं पी पायेगा।

लेकिन ऐसे शिशु को अपेक्षाकृत ज़्यादा बार स्तनपान करवाने की ज़रूरत होती है। हर घंटे में या उससे भी कम समय के अन्तराल पर बार–बार।

खेल-खेल में अन्तर पहचानो

तीनों चित्रों को ध्यान से देखें और तीनों में अंतर पहचानें।
अवलोकन कर बतायें कौन सा शिशु ठीक से स्तन चूस रहा है।

क

ख

ग

उत्तर : क

आंगनवाड़ी कार्यकर्ता क्या करें?

❶ जन्म के दिन (संस्थागत जन्म) स्तनपान का अवलोकन करना

- अस्पताल में प्रसव के बाद घर वापस आने के एक दिन के अंदर नवजात शिशु की माता से भेंट करें।
- पता करें कि अस्पताल में परिवार को किसी भी तरह की विशेष देखभाल की सलाह दी गयी है या नहीं और अस्पताल के कागज़ पर शिशु का वज़न देखें।
- माँ से आग्रह करें कि वह हमारे सामने अपने शिशु को स्तनपान करायें और स्तनपान का अवलोकन करें।

❷ जन्म के दिन (घर पर प्रसव) स्तनपान का अवलोकन करना

- घर पर प्रसव होने की स्थिति में हम जितनी जल्दी हो सके पहले दिन ही नवजात शिशु के घर पर माता से भेंट करें और स्तनपान का अवलोकन करें।
- यदि संभव हो तो शिशु का वज़न माप लें, जन्म के समय उपस्थित रहें और एक घंटे के अंदर स्तनपान शुरू कराएं।

❸ शिशु के बीमार पड़ जाने पर स्तनपान का अवलोकन करना

- जब भी पता चले कि शिशु बीमार है तो उसके यहां जल्द से जल्द गृह भेंट करें।
- माँ से आग्रह करें कि वह हमारे सामने शिशु को स्तनपान कराएं और स्तनपान का अवलोकन करें।
- यदि शिशु आवश्यकतानुसार ताकत से स्तनपान नहीं कर रहा है तो हम परिवार को तुरंत अस्पताल जाने की सलाह दें।