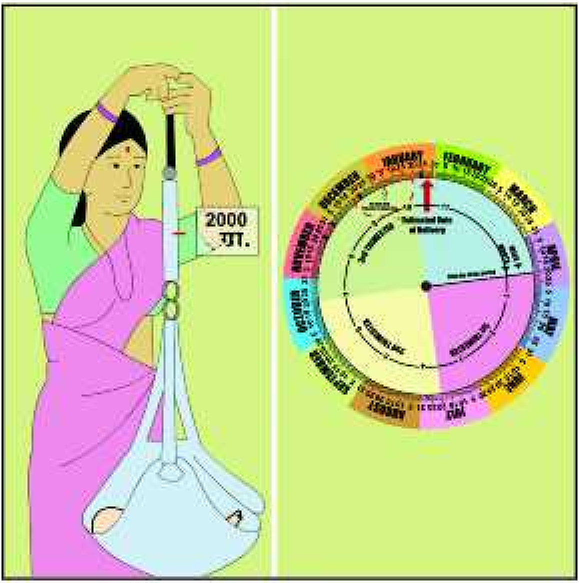
अधिक जोखिम की संभावना वाले शिशुओं की देखभाल

जन्म के कुछ हफ्तों के बाद सभी शिशुओं को देखभाल की ज़रूरत होती है। पर कुछ बच्चों को अधिक जोखिम रहता है और इसलिए उन्हें विशेष देखभाल की ज़रूरत होती है।

इस पुस्तिका में आपको ऐसे शिशुओं को पहचानने तथा उनके लिए आवश्यक विशेष देखभाल के बारे में जानकारी मिलेगी।

अधिक जोखिम वाला शिशु कौन होता है?


2000
ग्रा.

ऐसा शिशु जिसमें गंभीर रूप से बीमार पड़ने और यहां तक की मृत्यु की संभावना अधिक रहती है, अधिक जोखिम वाला शिशु होता है।

अधिक जोखिम वाले शिशुओं में शामिल होते हैं:

जन्म के समय कम वजन वाले शिशु	२००० ग्रा. से कम का वजन
ऐसे शिशु जिनका समय पूर्व जन्म हुआ हो	माँ की गर्भावस्था के ८ महीने और १४ दिन पूरे होने से पहले जन्मा शिशु
ऐसे शिशु जो जन्म के दिन स्तनपान नहीं करते	

अधिक जोखिम वाले शिशुओं का वजन

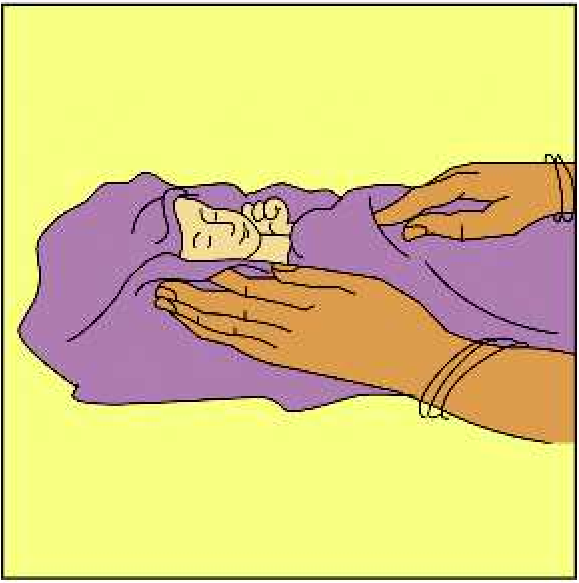
१-१४ दिन	२ किग्रा से कम
१५-२१ दिन	२ किग्रा १०० ग्रा से कम
२२-२७ दिन	२ किग्रा २०० ग्रा से कम
२८ दिन	२ किग्रा ३०० ग्रा से कम

किसी शिशु के वजन से यह पता लगाया जा सकता है कि वह अधिक जोखिम वाला शिशु है अथवा नहीं। जन्म के तुरंत बाद जितनी जल्दी संभव हो शिशु का वजन लेना चाहिए। जन्म के समय पहली बार लिया गया वजन नवजात शिशु के लिए निर्धारित कम से कम वजन से यदि कम हो तो उसे अधिक जोखिम वाला शिशु माना जाता है।

जन्म के समय २ किग्रा तथा २ किग्रा ५०० ग्रा के बीच के वजन का शिशु भी कम वजन वाला माना जाता है। पर २ किग्रा वजन वाले शिशु में रोगों के होने और मृत्यु की संभावना काफी अधिक रहती है।

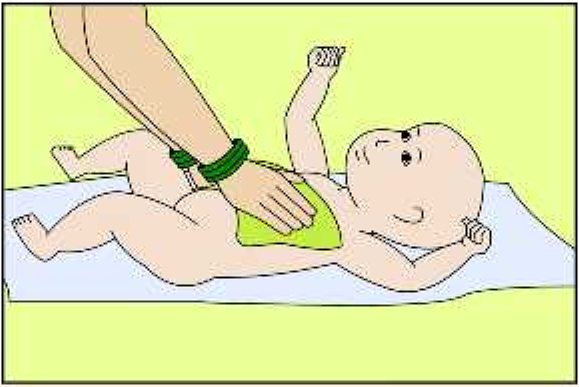
शिशु का वजन यदि नहीं बढ़ता हो तो परिवार वालों को किसी आशा से संपर्क स्थापित करना चाहिए।

अधिक जोखिम की संभावना वाले शिशुओं को किस तरह की देखभाल की ज़रूरत होती है?



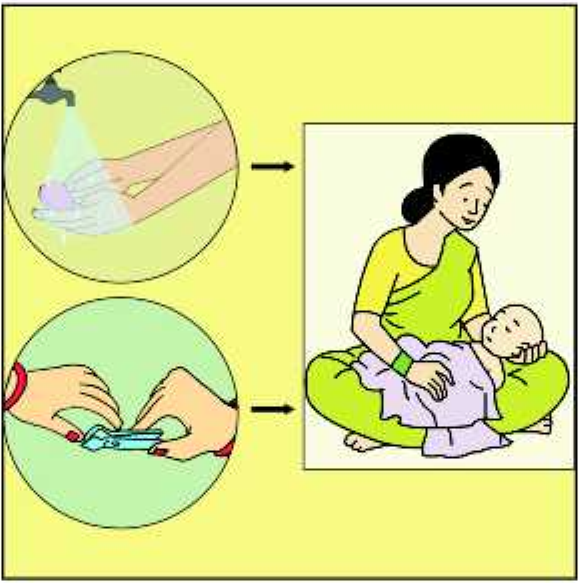
शिशु को गर्म रखें। पहले दिन से ही यह सुनिश्चित करें कि उसे सही तरह से कपड़े में लपेट कर रखा जाए।

सर्दियों के मौसम में शिशु को कंबल में लपेटे।



२००० ग्रा वजन होने तक शिशु को न नहलाएं। इसमें कुछ हफ्ते लग सकते हैं।

तबतक शिशु को साफ, मुलायम कपड़े से हल्के से पोंछा जा सकता है।



शिशु को छूने से पहले मां के (घर के अन्य सदस्यों केभी) के हाथ साबुन से भली-भांति धुले होने चाहिएं।

मां के हाथों को साफ रखना चाहिए, नियमित रूप से नाखून काटना चाहिए तथा शिशु को दूध पिलाने से पहले हाथ धुले होने चाहिए।

अधिक जोखिम वाले बच्चे को बार-बार स्तनपान कराना चाहिए।

ऐसे शिशुओं को प्रत्येक २ घंटे में स्तनपान कराने की ज़रूरत होती है।

अधिक जोखिम वाले शिशु के लिए शीघ्र स्तनपान शुरु करना और केवल स्तनपान कराना ही आवश्यक होता है।

शिशु का वजन यदि दूसरे हफ्ते के बाद भी न बढ़े तो आशा से संपर्क करें। वह अपने निरीक्षक या पी.एच.सी. डॉक्टर से संपर्क करेगी।

यदि निम्न लक्षण दिखाई पड़ें तो शिशु को तुरंत दिखाने के लिए किसी ए.एन.एम. या डॉक्टर को बुलाएं या शिशु को तुरंत उनके पास ले जाएं:

- शिशु की टांगें यदि शिथिल पड़ जाए।
- शिशु स्तनपान बंद कर दे।
- शिशु की छाती अंदर की ओर धंस जाए।
- शिशु को बुखार हो।
- शिशु का शरीर ठंडा पड़ जाए।

अधिक जोखिम वाले शिशुओं को स्तनपान कराना:

आम तौर पर माँ का दूध सभी शिशुओं के लिए एक संपूर्ण आहार होता है और अधिक जोखिम वाले शिशुओं के लिए तो यह और भी अहम होता है। माँ के दूध में न केवल सही पोषण होता है बल्कि यह पचने में भी आसान होता है।

माँ के दूध से शिशु को संक्रमणों से मुकाबला करने में मदद मिलती है।

स्तनपान के समय शिशु माँ के करीब रहता है और उसका शरीर गर्म रहता है।

स्तनपान कराते समय शिशु को बगल के नीचे रखकर (दोनों स्थितियों में) स्तनपान कराने से शिशु को बेहतर सहारा मिलता है। अत: माँ को जितना संभव हो ऐसी ही स्थितियों का उपयोग करना चाहिए।

शिशु को प्रत्येक २-३ घंटे पर स्तनपान कराना चाहिए। यदि वह सो रहा हो तो किसी भींगे कपड़े से उसके चेहरे पर स्पर्श कर उसे जगाना चाहिए।

ऐसे शिशु जो काफी छोटे होते हैं माँ का दूध नहीं खींच पाते हैं। ऐसी स्थितियों में माँ को अपना दूध निचोड़कर किसी साफ कटोरी में निकाल कर उसे चम्मच से पिलाना चाहिए।

माँ के निचुड़े दूध को शिशु को हर २-३ घंटे में पिलाया जाना चाहिए।

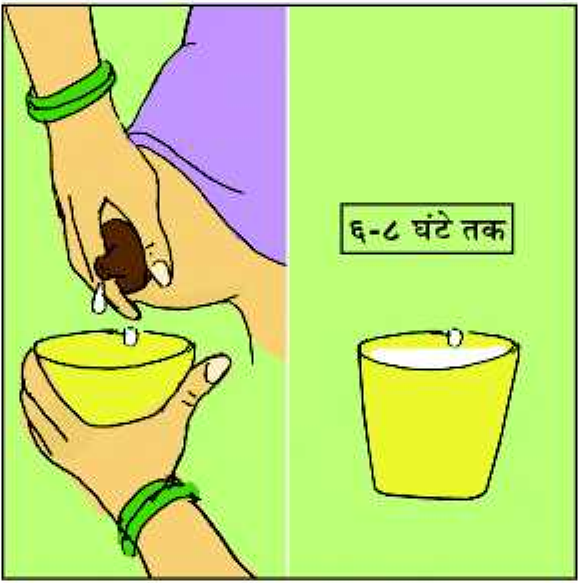
माँ को स्तन दूध निचोड़ने का सही तरीका पता होना चाहिए।

८-१२ बार

दूध की कुल मात्रा को ८-१२ बार में देना चाहिए (अर्थात २-३ घंटे में एक बार)।

शिशु जब स्तन से दूध खींचने में सक्षम हो जाए तो उसे जितनी बार संभव हो स्तनपान ही करवाया जाना चाहिए।

इसके साथ चम्मच से भी दूध देना तबतक जारी रखना चाहिए जबतक कि माँ को ना लगे कि शिशु को स्तनपान से पर्याप्त दूध मिलने लगा है।


६-८ घंटे तक

पहले ७२ घंटे के बाद निचोड़े दूध को कमरे के तापमान पर ६-८ घंटे तक के लिए रखा जा सकता है।

यदि माँ को थोड़े समय के लिए शिशु को छोड़कर बाहर जाना हो तो यह जानकारी कारगर साबित होती है।

NATIONAL RURAL HEALTH MISSION