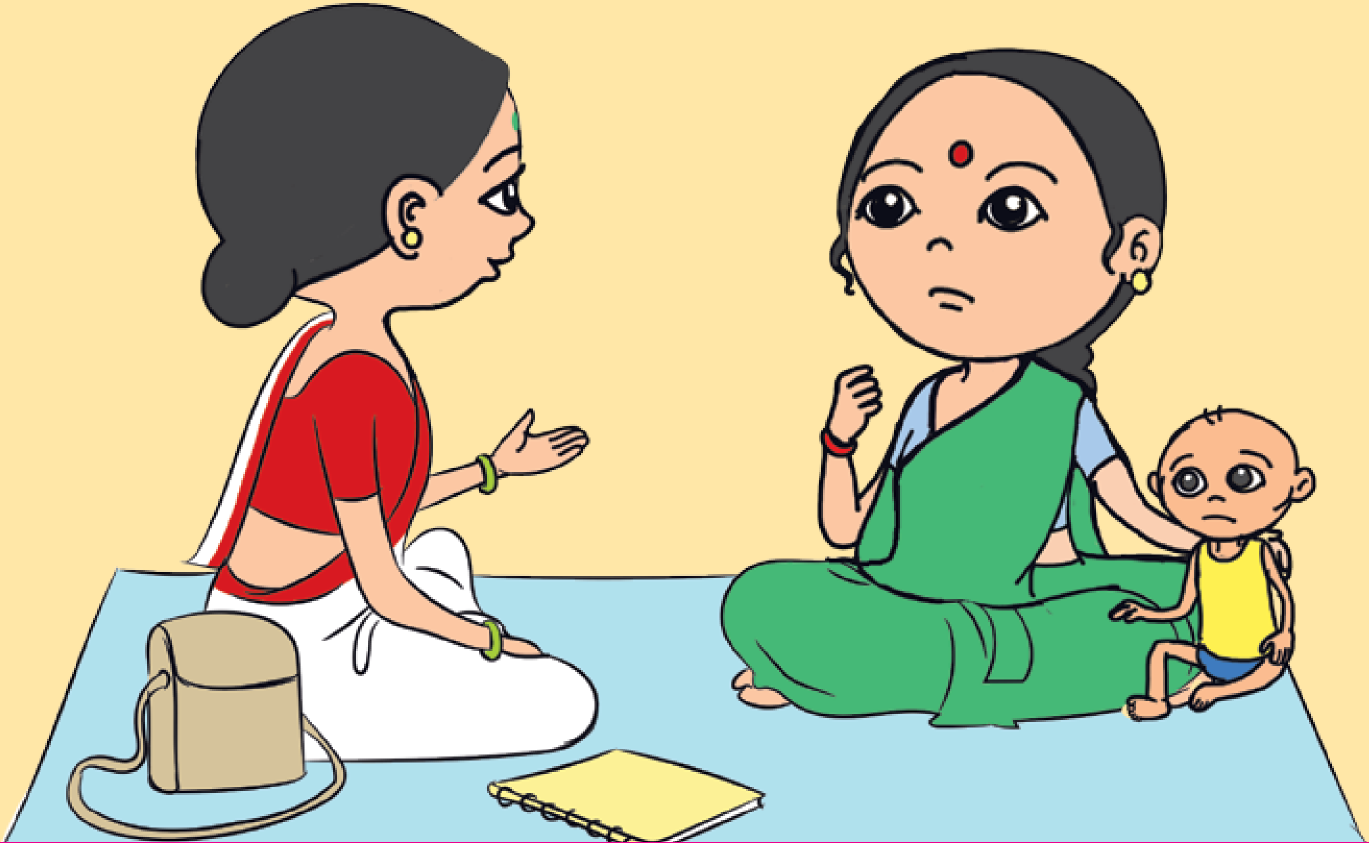
अतिकुपोषण कसे ओळखावे व थांबवावे

विषय IF5 (विषय क्रमांक 15)



अतिकुपोषण काय आहे?

कार्ड दाखवत सर्व कार्यकर्तींना कुपोषित बाळांना ओळखायला सांगा.

विचारा कि

फोटोमध्ये कोणते बाळ त्यांना जास्त कुपोषित दिसत आहे आणि का?

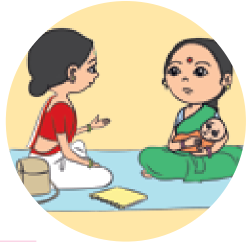
उजवीकडे दिलेल्या माहितीचा उपयोग करत त्यांना समजवा

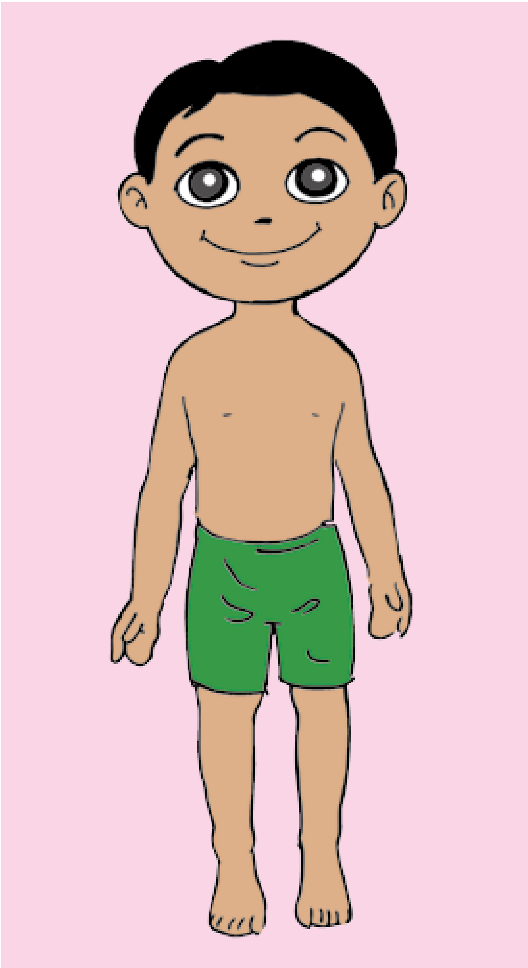
अंगणवाडीवर आपण प्रत्येक बाळांचे वजन घेतो आणि ज्या बाळाचे वजन वृद्धि पत्रकात पिवळ्या किंवा लाल रंगात येतात ते सर्व अतिकुपोषित श्रेणीत येतात परंतु या सर्व बाळांमध्ये जास्तीत जास्त बालके खूप अशक्त किंवा बुटके असतात.

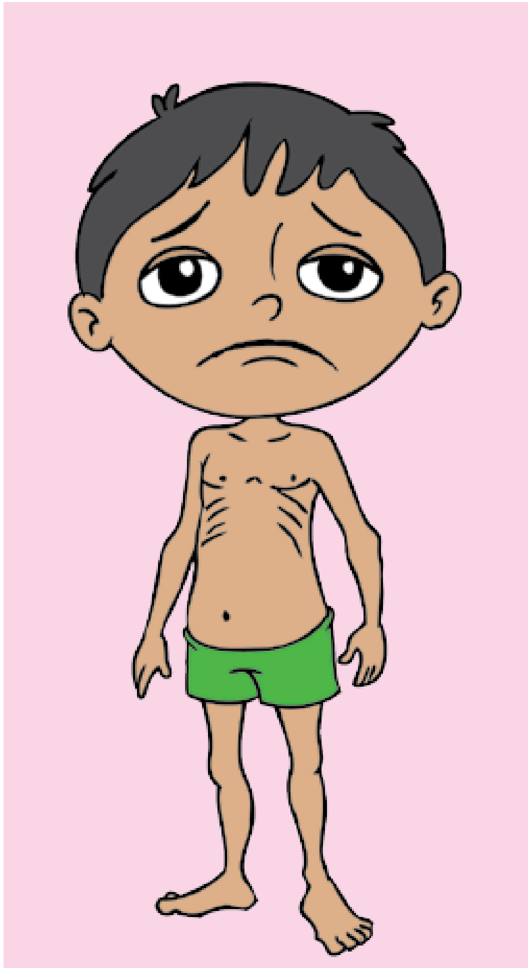
या फोटोमध्ये दिसणाऱ्या तीन मुलांमध्ये

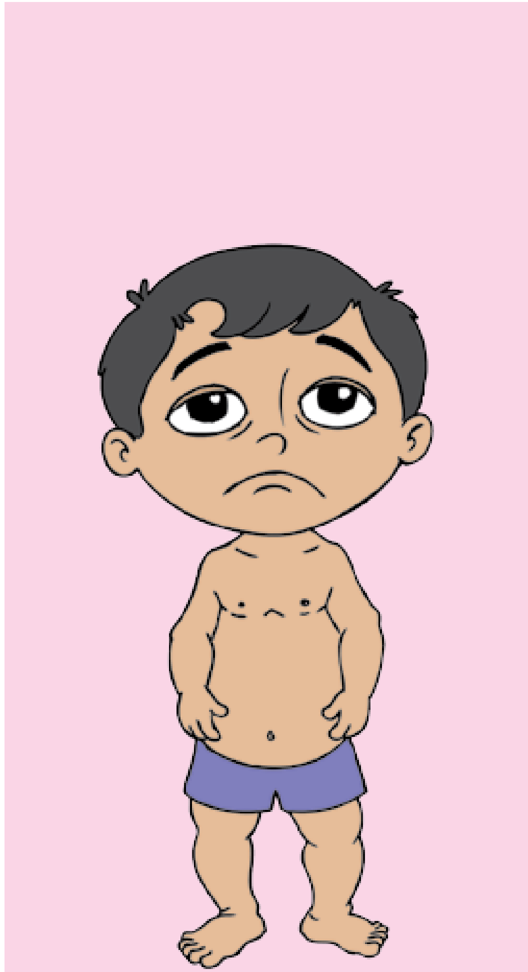
- एक बुटका आहे
- एक कुपोषित आहे
- आणि एक सामान्य दिसत आहे.

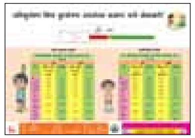
अतिकुपोषण काय आहे?











अतिकुपोषण किंवा बुटकेपणा असलेल्या बाळांना कसे ओळखावे?

चर्चा करा: अतिकुपोषण आणि लठ्ठपणाचा काय अर्थ आहे उंचीच्या तुलनेत वजन कमी आहे कि जास्त आहे.

आपण हे आठवू शकतो का कि आपल्या गावात कोणत्या बाळांमध्ये अतिकुपोषण आहे? अशा बाळांची यादी बनवा.

बुटकेपणा कसा मोजावा?

बुटकेपणा समजण्यासाठी बाळांच्या उंचीला वयासोबत मिळवून पाहिल्याने कळते की बाळ आपल्या वाढत्या वयानुसार उंच होत आहे किंवा नाही. (समोर दिलेली तालिका दाखवा)

कुपोषण दिसून येते आणि त्याला मोजता ही येते

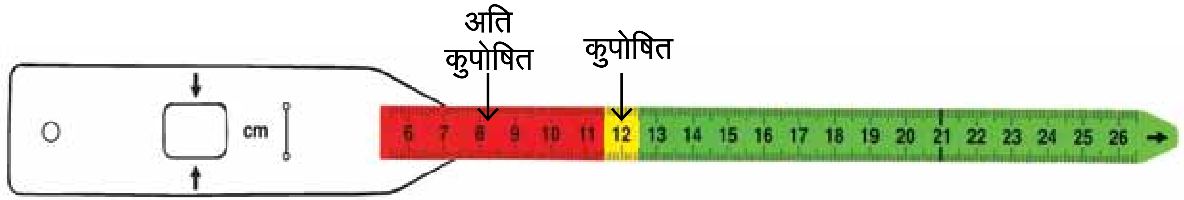
कुपोषण कसे मोजावे

- उंची आणि वजन मोजून:
  - अंगणवाडी केंद्रावर वजन आधीपासूनच मोजले जाते, यासाठी उंची मोजण्याची आवश्यकता असते.
  - उंची प्रत्येक महिन्याला मोजण्याची आवश्यकता नाही कारण ती लवकर बदलत नाही. बाळाच्या 1 वर्षाचे होई पर्यंत प्रत्येक तीन महिन्याला मोजा आणि दुसऱ्या वर्षापर्यंत प्रत्येक सहा महिन्यात एक वेळा मोजा.
  - वजन लवकर घटू किंवा वाढू शकते. जो पर्यंत बाळ तीन वर्षाचे होत नाही तो पर्यंत वजन प्रत्येक महिन्याला मोजणे उपयोगी असते.
  - तालिकेचा उपयोग करून पहा की बाळ किती कुपोषित आहे
  - तालिकेतून शोधा की मोजलेल्या उंचीनुसार मोजलेले वजन किती कमी आहे

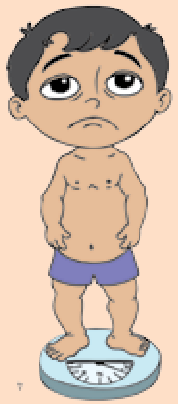
- MUAC – दंडाचा घेर
- दंडाचा घेर मोजा
- 1 ते 4 वर्षाचे बाळ जे पिवळ्या रंगाच्या श्रेणीत येतात ते सरासरी कुपोषणाचे बळी असतात आणि जे लाल रंगाच्या श्रेणीत येतात ते अतिकुपोषणचे बळी असतात.
- हा कुपोषण ओळखण्याचा सोपा मार्ग आहे कारण दंडाचा घेर 1 ते 4 वर्षांपर्यंत एक सारखा राहतो.
- आपल्या राज्यात NFHS 4 नुसार 0 ते 5 वर्षांपर्यंतच्या बाळांमध्ये सरासरी
  - सरासरी कुपोषण – 25.6%
  - अतिकुपोषण – 9.4%

याचा अर्थ आपल्याला आपल्या क्षेत्रात ______कुपोषित बालके मिळतील ज्यात ____बालके अतिकुपोषित मिळतील.

अतिकुपोषण किंवा बुटकेपणा असलेल्या बाळांना कसे ओळखावे?

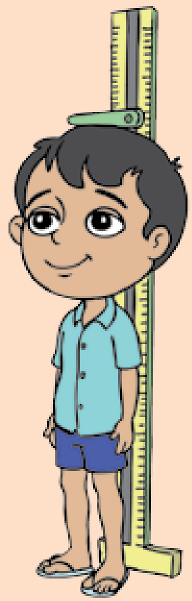


कमी वजनाची सारणी



दोन वर्षांपर्यंतच्या बालकांचे वजन किती असायला हवे? (किलो)				
	मुले		मुली	
वय	यापेक्षा कमी तर वजन कमी	आदर्श	यापेक्षा कमी तर वजन कमी	आदर्श
जन्म	2.5	3.3	2.4	3.2
3 महिने	5.0	6.4	4.5	5.8
6 महिने	6.4	7.9	5.7	7.3
9 महिने	7.1	8.9	6.5	8.2
1 वर्ष	7.7	9.6	7.0	8.9
1 वर्ष 3 महिने	8.3	10.3	7.6	9.6
1 वर्ष 6 महिने	8.8	10.9	8.1	10.2
1 वर्ष 9 महिने	9.2	11.5	8.6	10.9
2 वर्ष	9.7	12.2	9.0	11.5

बुटकेपणाची सारणी



दोन वर्षांपर्यंतच्या बालकांची उंची किती असायला हवी ? (से. मी.)				
	मुले		मुली	
वय	यापेक्षा कमी तर बुटकेपणा	आदर्श	यापेक्षा कमी तर बुटकेपणा	आदर्श
जन्म	46.1	49.9	45.4	49.1
3 महिने	57.3	61.4	55.6	59.8
6 महिने	63.3	67.6	61.2	65.7
9 महिने	67.5	72.0	65.3	70.1
1 वर्ष	71.0	75.7	68.9	74.0
1 वर्ष 3 महिने	74.1	79.2	72.0	77.5
1 वर्ष 6 महिने	76.9	82.3	74.9	80.7
1 वर्ष 9 महिने	79.4	85.1	77.5	83.7
2 वर्ष	81.7	87.8	80.0	86.4

बाळे कुपोषित किंवा बुटके का होतात?

सर्व कार्यकर्तींना विचारा

काय कारण असू शकते एक बाळात कुपोषण आहे आणि एकात बुटकेपणा आहे?

तुम्हाला काय वाटते की कुपोषित किंवा बुटक्या बाळांच्या जीवनात असे काय झाले असेल?

तुम्हाला काय वाटते कि या बाळाची कुपोषणाची स्थिती कधीपासून आहे?

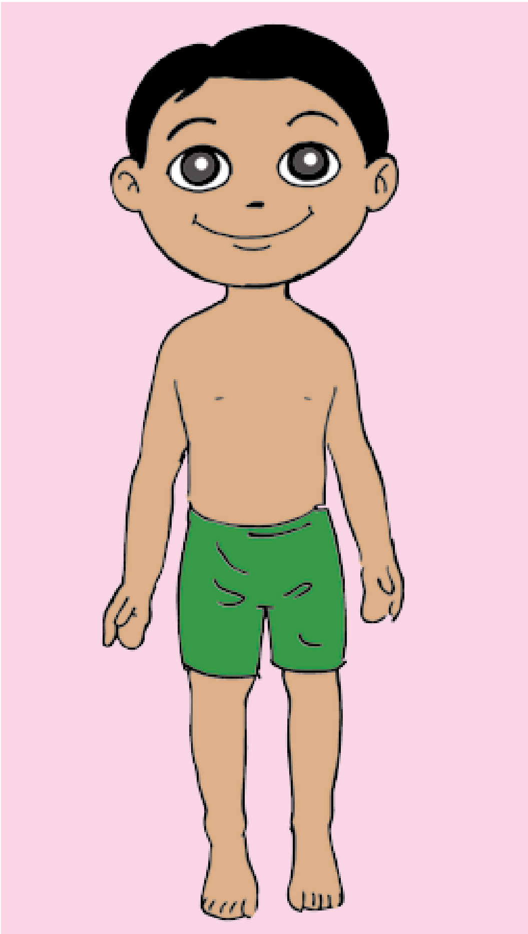
अशा कोणत्या सामाजिक परिस्थिती असतील ज्यामुळे बाळ कुपोषणाला बळी पडला?

चर्चेचे बिंदू

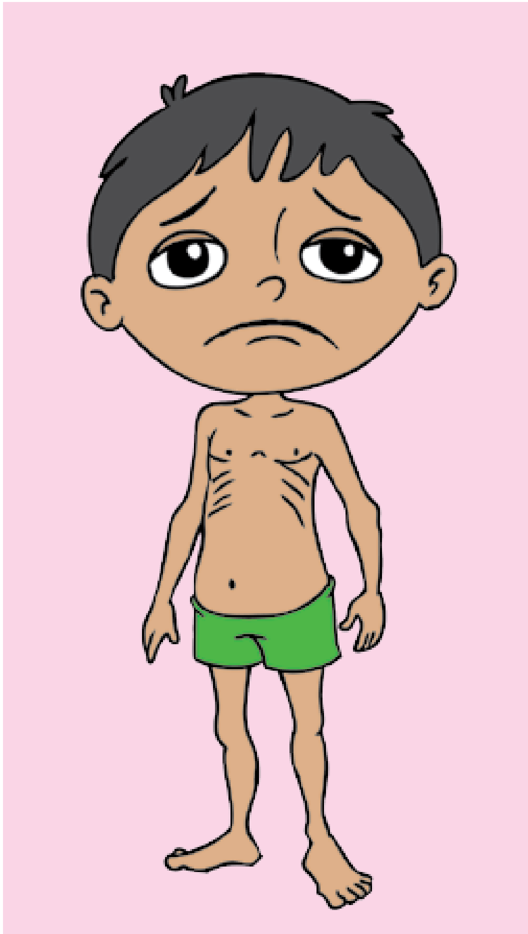
- बुटकेपणाची काय कारणे राहिले असतील –
  - वारंवार आजारी पडणे
  - पुरेसे जेवण न मिळणे (या बद्दल आपण मागच्या मोड्युलमध्ये शिकलो होतो)
- कुपोषणाची काय कारणे राहिले असतील –
  - अलीकडे झालेले मोठे आजार जसे कि क्षयरोग, गोवर इत्यादी
  - सर्व गंभीर आजार जसे हृदयरोग, यकृताशी (लिव्हरशी) संबंधित आजार, कॅन्सर इत्यादी कुपोषणची कारणे आहेत.
- सामाजिक परिस्थिती –
  - कौटुंबिक परिस्थिती जसे कि कुटुंबात विवाद, खूप काळापासून आई किंवा वडिलांचे आजारी असणे, अत्यंत गरीबी, दारू पिण्याची सवय इत्यादी.

बाळे कुपोषित किंवा बुटके का होतात?

सामान्य बाळ



कुपोषित बाळ



बुटके बाळ

अशी काही कुटुंबं आहेत का ज्यांच्यात अतिकुपोषित मुले असण्याची शक्यता जास्त असते?

आपण कुपोषण असलेल्या बाळांसाठी का चिंतीत आहोत?

कार्यकर्तींना अशा बाळांबद्दल विचारा ज्यांना त्यांनी गंभीर आजार किंवा काही कारणाने मृत होताना पहिले आहे.

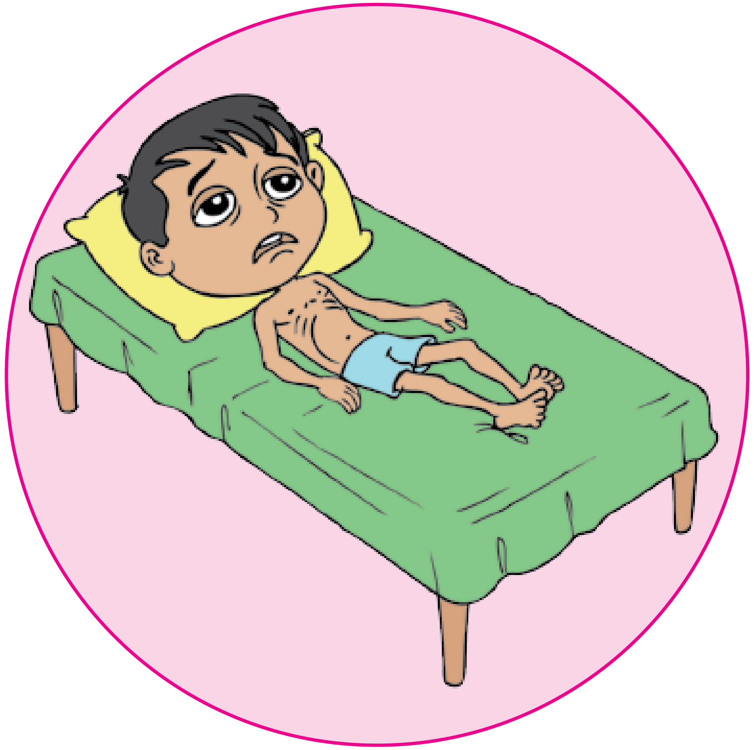
अशा 3 – 4 कार्यकर्ती असतील ज्यांच्याकडे असे अनुभव असतील, त्यांना एक एक करून आपला अनुभव सांगायला सांगा.

कुपोषण धोकादायक का असते?

- कुपोषण वाईट स्वास्थ्य आणि कमकुवत शरीर दर्शवते ज्यामुळे शरीरात संसर्गाशी लढण्याची क्षमता राहत नाही.
- कुपोषण एक आपात्कालीन स्थिती आहे. याला तात्काळ वैद्यकीय सल्ला आणि उपचाराची आवश्यकता असते.
- जर कुपोषण कुठल्या आजारामुळे असेल तर त्याला जाणून घेण्याची आवश्यकता आहे.

आपण कुपोषण असलेल्या बाळांसाठी का चिंतीत आहोत?

- कुपोषण असलेली बालके लवकर आजारी पडतात
- बुटक्या बालकांच्या तुलनेत कुपोषण असलेल्या बालकांचा आजारामुळे (जसे कि अतिसार) मृत्यू होण्याची शक्यता जास्त असते.
- कुपोषण जितके जास्त असेल, मृत्यू होण्याची शक्यता तितकी जास्त असेल.



कुपोषण असलेल्या सर्व बालकांना रुग्णालयात दाखल करण्याची आवश्यकता असते का?

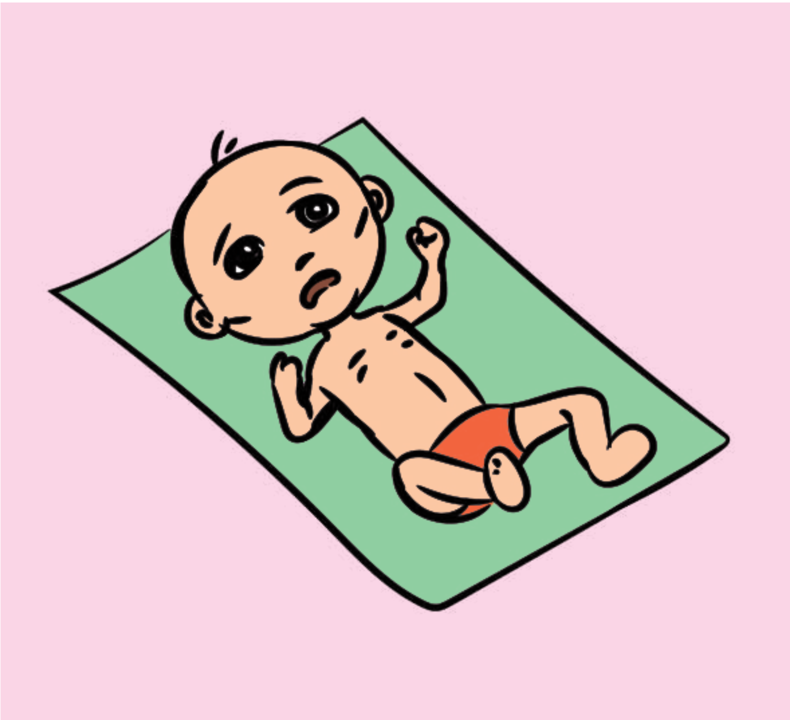
उजवीकडे दिलेल्या बिंदूचा उपयोग करत चर्चा करा.

सर्व कुपोषित बालकांना रूग्णालयात दाखल करण्याची आवश्यकता नसते. एक अंगनवाड़ी कार्यकर्ती च्या नात्याने आपली जबाबदारी आहे कि आपण अतिकुपोषित बालकांना ओळखुन रुग्णालयात तपासणीसाठी पाठवू.

अतिकुपोषित बालकांना ओळखण्यासाठी –

- दंडाचा घेर मोजा हानि जी बालके लाल क्षेत्रात आहेत त्यांना रुग्णालयात पाठवा.
- या व्यतिरिक्त उंचीनुसार वजन मोजा आनि जी बालके वृद्धि पत्रकात लाल क्षेत्रात आहे त्यांना रुग्णालयात पाठवा.

कुपोषण असलेल्या सर्व बालकांना रुग्णालयात दाखल करण्याची आवश्यकता असते का?



त्या अति कुपोषित बालकांसाठी काय करावे, जे रुग्णलयात दाखल झाले नाहीत?

चर्चा करा

जे बाळ आजारी नसेल त्याचे वजन कसे वाढू शकते?

चर्चा करा

कुपोषण पर्यंत घेऊन जाणारी परिस्थितीबद्दल चर्चा करा – सामाजिक, आर्थिक, कौटुंबिक परिस्थिती

कुपोषित बाळाचे वजन वाढवण्यात कशी मदत करावी

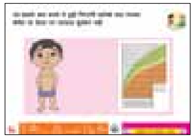
- जर बाळ आजारी असेल तर रुग्णालयात दाखल करा
- जर 6 महिन्यापेक्षा कमी वयाचे बाळ असेल तर बाळांचे डॉक्टर किंवा पोषण पुनर्वास केंद्र (NRC) तुन सल्ला घ्या.

जी कुपोषित बालके रुग्णालयात दाखल झाली नाहित त्यांचे वजन वाढविण्यात मदत कशी करावी

- जर 6 महिन्यापेक्षा जास्त वयाचे बाळ आहे आजारी आहे तर बाळाला चांगल्या प्रकारे खाऊ घालण्या साठी आणि हळू हळू मात्रा वाढविण्यासाठी सल्ला द्या, जसे आपण आधी शिकलो होतो
    - घरात जे काही अन्न उपलब्ध असेल, खाऊ घाला
    - जेवणात विविधता निश्चित करा
    - अधिक मेद खाऊ घाला.
    - दोन वर्षापर्यंत सतत स्तनपान सुरु ठेवा.
- शोध घ्या कि कोणत्या कारणांमुळे बाळ कुपोषित झाले आहे?
- सर्व लसी आणि विटामिन अ देण्याचे निश्चित करा

त्या अति कुपोषित बालकांसाठी काय करावे, जे रुग्णालयात दाखल झाले नाहीत?

- शोध घ्या कि कोणत्या कारणांमुळे बाळ कुपोषित झाले आहे
- 6 महिन्यापेक्षा मोठ्या बालकांना
  - घरात जे अन्न उपलब्ध असेल, ते खाऊ घाला
  - जेवणात विविधता निश्चित करा
  - अधिक मेद खाऊ घाला
  - जास्त वेळा खाऊ घाला, जसे कि प्रत्येक दिवशी 5–6 वेळा
  - दोन वर्षापर्यंत सतत स्तनपान सुरु ठेवा.



त्या बाळांचे काय करावे जे वृद्धी पत्रकात लाल रंगाच्या श्रेणीत तर येतात पण त्यांच्यात कुपोषण नाही?

चर्चा करा

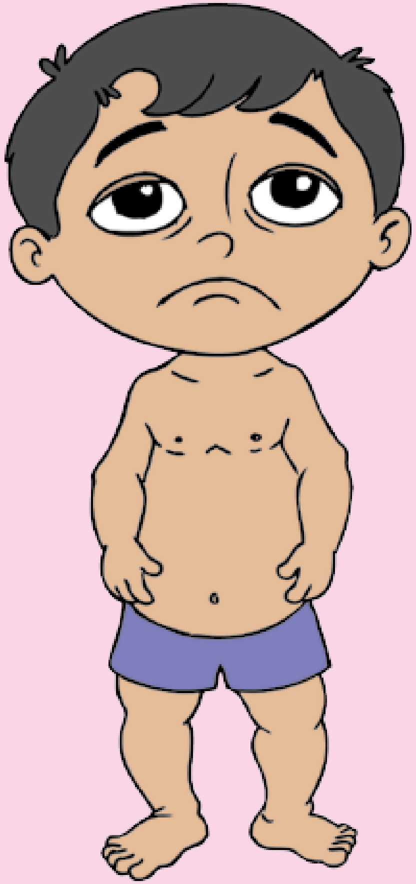
बुटकेपणाचे कमी वजनात काय योगदान आहे?

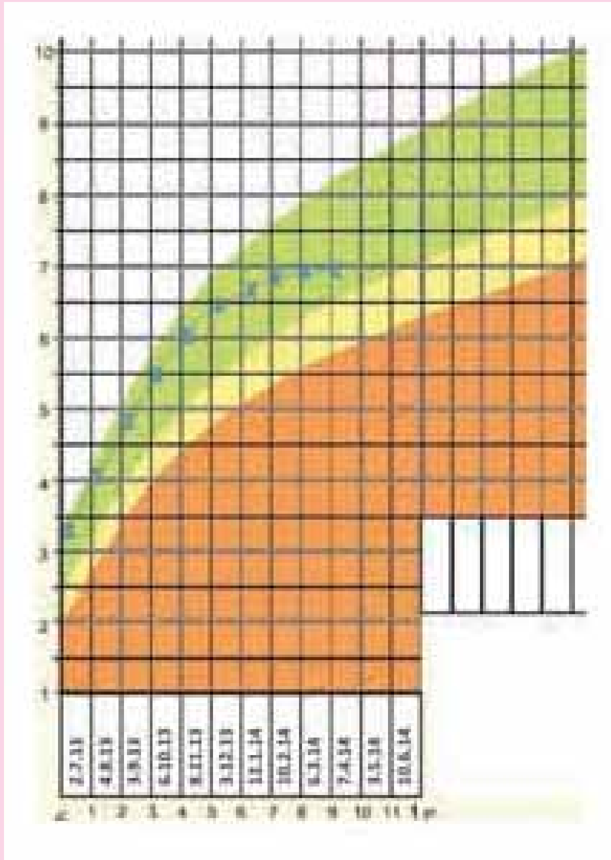
त्या बाळांचे काय करावे जे वृद्धी पत्रकात पिवळ्या किंवा लाल रंगाच्या श्रेणीत तर येतात पण त्यांच्यात कुपोषण नाही जसे कि अशी बालके जी बुटकी आहेत पण अशक्त नाहीत आणि ज्यांचे वजन कमी आहे कारण त्यांची उंची कमी आहे

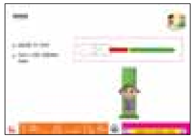
- अशा बुटक्या मुलांनी हरवलेली उंची परत मिळवणे अवघड आहे परंतु त्यांच्यावर लक्ष देने आवश्यक आहे कारण जर ते आजारी पडले आणि अशक्त होऊ लागले तर त्यांचा मृत्यू होण्याची शक्यता जास्त असते
- यासाठी त्यांच्यावर पाळत ठेवण्याची आवश्यकता आहे आणि त्यांचा वरचा आहार, लसीकरण, पोटातील किडे मारणारी औषधी, विटामिन अ निश्चित करणे खूप आवश्यक आहे.
- अशा बाळांचा दंडाचा घेर (MUAC) प्रत्येक महिन्याला तपासायला हवा आणि त्यांच्या तब्येतीबद्दल तपास करायला हवा

जर या बालकांचे वजन कमी होतांना, आजारी पडताना किंवा कुपोषित होतांना मिळाले तर त्यांना तात्काळ रुग्णालयात पाठवले पाहिजे.

त्या बाळांचे काय करावे जे वृद्धी पत्रकात लाल रंगाच्या श्रेणीत तर येतात पण त्यांच्यात कुपोषण नाही?





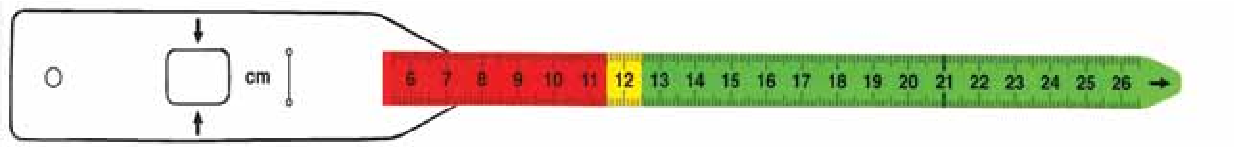


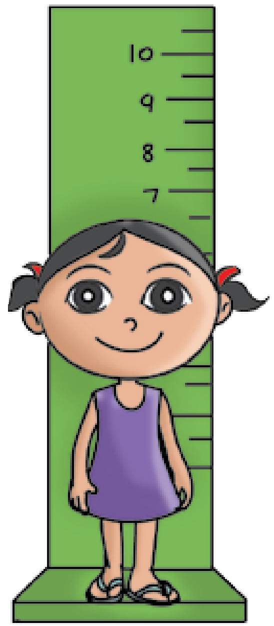
सराव

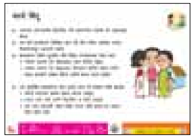
सर्वांकडून दंडाचा घेर, उंची मोजण्याचा सराव करून घ्या

सराव

- MUAC चा सराव
- वजन / उंची तालिकेचा सराव





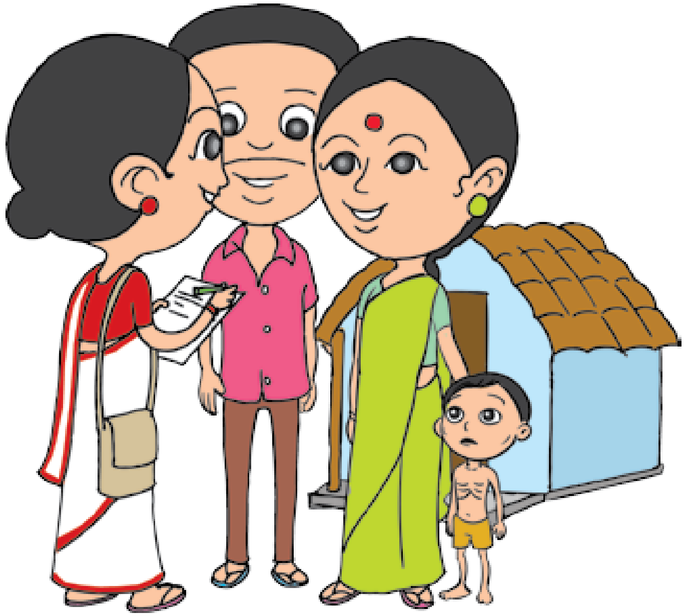


कार्य बिंदू

वाचा आणि चर्चा करा

कार्य बिंदू

- आपल्या अंगणवाडी केंद्रातील सर्व बालकांचा दंडाचा घेर (MUAC) मोजा
- त्या सर्व बालकांना चिन्हित करा जी तीन किंवा त्यापेक्षा जास्त दिवसांपासून आजारी आहेत
- बालकांना पोषण पुनर्वास केंद्र (NRC) किंवा रुग्णालयात पाठवा
  - ज्यांचा दंडाचा घेर (MUAC) लाल श्रेणीत येईल.
  - ज्यांचा दंडाचा घेर (MUAC) पिवळ्या श्रेणीत येईल आणि आता आजारी असेल किंवा ज्यांचे वजन घटत असेल



- त्या कुपोषित बालकांचा पाठ पुरावा करा जे दाखल झाले नाहीत
  - त्यांना चांगल्या प्रकारे खाऊ घातले जाईल
  - त्यांना सर्व लसी आणि विटामिन अ दिले जाईल
  - जर परत आजारी पडले किंवा वजन कमी झाले तर त्यांना पोषण पुनर्वास केंद्र (NRC) किंवा रुग्णालयात पाठवा.