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

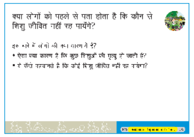
सत्यमेव जयते

नए समाज की ओर

कमज़ोर नवजात शिशु की पहचान और देखभाल

5

महिला एवं बाल विकास मंत्रालय
भारत सरकार, 2018



क्या लोगों को पहले से पता होता है कि कौन से शिशु जीवित नहीं रह पाएंगे?

कार्ड को दिखाएं।

चर्चा शुरू करने के लिए प्रतिभागियों से निम्न प्रश्न पूछें

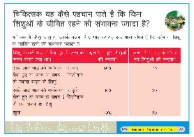
1. क्या शिशु का जन्म होते ही परिवार के लोगों को यह अंदेशा हो जाता है कि शायद यह बच्चा नहीं बचेगा?
2. ऐसे क्या लक्षण है जिसे देखकर लोग समझ जाते हैं कि शिशु नहीं बचेगा।
3. ऐसी स्थिति में कौन सलाह देता है कि शिशु की सेहत कुछ ठीक नहीं है? कुछ बुर्जुग, गॉव की दाई या अन्य कोई?

किसी भी तरह के सही उत्तर अपनी तरफ से न बताएं। कुछ देर की चर्चा के बाद अगले कार्ड पर जाएं।

क्या लोगों को पहले से पता होता है कि कौन से शिशु जीवित नहीं रह पायेंगे?

इस बारे में लोगों की क्या धारणायें हैं?

- ऐसा क्या कारण है कि कुछ शिशुओं की मृत्यु हो जाती है?
- ये कैसे पहचानते है कि कोई शिशु जीवित नहीं रह पायेगा?



चिकित्सक यह कैसे पहचान पाते है कि किन शिशुओं के जीवित रहने की संभावना ज्यादा है?

कार्ड दिखाएं।

प्रतिभागियों से चर्चा करें।

दिखाए जा रहे आंकड़े अपने ही राज्य के किसी जिले के हैं। सारणी को ध्यान से पढ़िए।

पूछें, सारणी में दिखाए गए आंकड़ों से आप क्या समझ पा रहे हैं?

किसी भी सक्रिय प्रतिभागी से इन आंकड़ों को पढ़ने व समझाने के लिए कहें और दूसरे प्रतिभागियों को उत्तर देने व चर्चा करने का मौका दें।

कुछ देर की चर्चा के बाद दाहिनी ओर लिखे बिन्दुओं का उपयोग समझाने के लिए करें।

भारत के कुछ राज्यों में प्रति 1000 जन्म लिए शिशुओं में से लगभग 30 शिशुओं की एक माह पूरा करने से पहले ही मृत्यु हो जाती हैं। इस आंकड़े को सारणी के अंतिम पंक्ति में दिखाया गया है।

जब एक शिशु अपनी मां के गर्भ में साढ़े आठ माह पूरा किये बिना ही पैदा हो जाता है, तब हम उसे समूय से पहले अपरिपक्व प्रसव कहते है। प्रति 1000 पैदा हुए शिशुओं में कुल 100 शिशु समय से पहले जन्में (अपरिपक्व) होते हैं ऐसे शिशुओं का वज़न आमतौर पर 2 किलो से कम होता है। इस आंकड़ों को भी सारणी में दिखाया गया है।

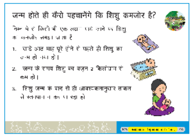
जैसा कि हम सारणी में आकडों के रूप में देख सकते है कि 100 में से मरने वाले 30 शिशुओं में 20 ऐसे शिशु है जिनका जन्म या तो समय से पूर्व हुआ है या जिनका वज़न 2 किलो से कम है। परन्तु कुल ऐसे 900 शिशु जिनका जन्म समय पर हुआ तथा जन्म के समय जिनका वज़न 2 किलो या अधिक था उनमें मृत शिशुओं की संख्या केवल 10 पायी गयी। इस आंकड़े को भी सारणी में दिखाया गया है।

प्रति 1000 जन्में शिशुओं में से मृत शिशुओं की संख्या का बढ़ना या घटना इस बात पर निर्भर करता है कि हम अपने शिशुओं का ध्यान किस प्रकार रख रहे है। कुछ राज्यों में यह संख्या बहुत ही कम है। इसका मतलब यह है कि यदि हम अपने शिशुओं की देखभाल अच्छी तरह से करेंगे तो हम शिशुओं की मृत्यु पर काबू पा सकते हैं।

चिकित्सक यह कैसे पहचान पाते है कि किन शिशुओं के जीवित रहने की संभावना ज्यादा है?

गर्भकाल में शिशु आयु या उसके वज़न के आधार पर यह देख पाना संभव है कि कौन से शिशु के जीवित रहने की संभावना ज्यादा है।

शिशु कितने माह में पैदा हुआ? जन्म के समय वज़न क्या था।	कुल पैदा हुए शिशुओं की संख्या?	जन्म के 1 माह के भीतर मृत शिशुओं की संख्या?
साढ़े आठ माह की गर्भावस्था के बाद पैदा हुए या जन्म के समय 2 किलोग्राम से ज्यादा वज़न के शिशु	900	10
साढ़े आठ माह की गर्भावस्था के पूर्व पैदा हुए या जन्म के समय 2 किलोग्राम से कम वज़न के शिशु	100	20
कुल	1000	30



जन्म के समय कैसे पहचानेंगे कि शिशु कमज़ोर है?

कार्ड को दिखाएं।

दाहिनी ओर लिखे बिन्दुओं का उपयोग करके समझाएं कि जन्म के तुरंत बाद कमज़ोर शिशुओं की पहचान कैसे करते हैं।
बताएं कि आशा मॉड्यूल 7 के भाग सी के पेज नं0 49 के अनुसार उन्हें यह पहले भी बताया जा चुका है।
बताएं कि यही बात आई.सी.डी.एस. के नए एम.आई.एस. रजिस्टर नंम्बर 8 और 9 में भी बताई गई है। साथ ही गृह भेंट पंजी के सेदेंशों वाली सूची में इसे बताया गया है।
प्रतिभागियों के द्वारा इन तीनों बिन्दुओं को समझ लेने के बाद पूछें।

कमज़ोर बच्चे और बीमार बच्चे में क्या अन्तर होता है। याद करने की कोशिश करें कि नवजात की देखभाल वाले पिछले सत्र से हमने क्या सीखा था।

प्रतिभागियों के उत्तर देने के बाद ही उत्तर बताएं।

जो शिशु जन्म के बाद से ही आवश्यकतानुसार ताकत लगाकर स्तनपान नहीं कर पा रहा हो, वह कमज़ोर शिशु कहलाता है।
जो शिशु अच्छी तरह से स्तनपान कर रहा था लेकिन अब वह स्तनपान में कम रूची ले रहा हो साथ ही कम सक्रिय दिख रहा हो तो वह बीमार कहलाता है।
दोनों के बीच अंतर समझना महत्वपूर्ण है, कमज़ोर शिशु की देखभाल घर पर की जा सकती है लेकिन बीमार शिशु की जान बचाने के लिए उसे तुरंत अस्पताल ले जाना चाहिए।

अब हम जन्म के तुरन्त बाद कमज़ोर शिशु की पहचान करना सीखेंगे। यदि आपको नवजात में निम्न में से कोई भी लक्षण दिखे तो शिशु को कमज़ोर माना जाएगा:

1. गर्भकाल के साढ़े आठ माह या 37 सप्ताह पूरा करने से पहले ही यदि शिशु का जन्म हो गया है। आपको यह पता कैसे चलेगा? (यदि आपको महिला की एल.एम.पी. पता हो तो आप यह पता लगा सकती है कि शिशु का जन्म कितने दिन पहले हो गया है। जल्दी ही हम लोग एल.एम.पी., ई.डी.डी. सारणी का उपयोग करके इसकी गणना करना सीखेगें)।
2. जन्म के समय शिशु का वज़न 2 किलोग्राम से कम है। यह आप कैसे जान पाएंगे। (यदि आपने जन्म के बाद जल्द से जल्द शिशु का वज़न लिया हो तो आप यह जान सकते है।)
3. शिशु जन्म के बाद से ही आवश्यकतानुसार ताकत लगाकर स्तनपान नहीं कर पा रहा है। आपको यह कैसे पता चलेगा? यदि आपने जन्म के बाद जल्द से जल्द शिशु को स्तनपान करते हुए ध्यान से अवलोकन किया हो। इस बारे में हम नवजात की देखभाल वाली पिछली चर्चा में अपनी समझ बना चुके है।

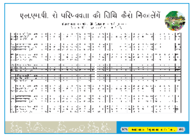
यदि शिशु में इन तीनों लक्षणों में से एक भी लक्षण दिखाई दे तो उसे कमज़ोर चिन्हित किया जाना चाहिए। इन शिशुओं को जीवित रखने के लिए अतिरिक्त देखभाल अत्यन्त आवश्यक है।

जन्म होते ही कैसे पहचानेंगे कि शिशु कमज़ोर है?

निम्न में से किसी भी एक लक्षण पाये जाने पर शिशु को कमज़ोर समझा जाता है:

1. साढ़े आठ माह पूरे होने से पहले ही शिशु का जन्म हो गया हो।

2. जन्म के समय शिशु का वज़न 2 किलोग्राम से कम हो।

3. शिशु जन्म के बाद से ही आवश्यकतानुसार ताकत से स्तनपान न कर पा रहा हो।

एल.एम.पी. से परिपक्वता की तिथि कैसे निकालेगें?

कार्ड को दिखाएं।

प्रतिभागियों को LMP-EDD-DOM की गणना करने वाला पन्ना खोलने को कहें। पूछें कि क्या उन्होंने कभी इस शीट का प्रयोग किसी गर्भवती महिला की EDD (प्रसवकी संभावित तिथि) निकालने के लिए किया है। पूछे कि क्या उन्होंने कभी इस शीट का प्रयोग किसी गर्भवती महिला का डी.ओ.एम. परिपक्वता की तिथि निकालने के लिए किया है। प्रतिभागियों को किसी गर्भवती महिला की निम्न एल.एम.पी. से ई.डी.डी. और डी.ओ.एम. निकालने के लिए कहें (उदाहरण के लिए एल.एम.पी., ई.डी.डी. और डी.ओ.एम. वाले पन्ने से किसी भी महिला की एल.एम.पी. का प्रयोग करें)। प्रतिभागियों द्वारा कोशिश कर लेने के बाद दाहिनी ओर दिए गए बिन्दुओं का उपयोग करके उन्हें EDD और डी.ओ.एम. निकालने की शीट के माध्यम से गणना करना सिखाएं

प्रतिभागियों को 2 अन्य महिलाओं की निम्न LMP से EDD और DoM निकालने के लिए कहें (उदाहरण के लिए एल.एम. पी., ई.डी.डी. और डी.ओ.एम. वाले पन्ने से किसी भी महिला की एल.एम.पी. का प्रयोग करें)। प्रतिभागियों को समझने के लिए कुछ समय दें। देखे कि कौन से प्रतिभागी कम समय में सही तिथि की गणना कर पा रहे है। इन प्रतिभागियों को अन्य लोगों को भी तिथियां निकालना सीखाने में सहायता करने को कहे।

निम्न बिन्दुओं पर जोर दें:

- गर्भावस्था के साढ़े आठ माह या 37 सप्ताह के पहले पैदा हुए शिशु को समय से पहले पैदा हुआ (अपरिपक्व) शिशु कहते है। इन शिशु को जीवित रखने के लिए अतिरिक्त देखभाल की जरूरत होती है। इसलिए जन्म के बाद इस तरह के शिशुओं का जल्द से जल्द पहचानना जरूरी होता है।
- यदि किसी महिला को परिपक्वता की तिथि से पहले ही प्रसव पीड़ा शुरू हो जाती है तो इस बात की संभावना होती है कि वह अपरिपक्व शिशु को जन्म देगी। इस तरह का प्रसव अस्पताल में ही करवाया जाना चाहिए।
- परिपक्वता की तिथि बहुत महत्वपूर्ण होने की वजह से इसका पता लगाने के बाद इसे गृह भेंट पंजी में प्रसव की अनुमानित तिथि के साथ लिख लेना चाहिए। इस तरह से प्रसव पीड़ा शुरू होने पर हम यह पता लगा सकते है कि प्रसव कही अपरिपक्व तो नहीं या परिपक्तवता की तिथि निर्धारित तिथि से आगे तो नहीं बढ़ गई।

तालिका 3 का इस्तेमाल

- तालिका 3 में पहली पंक्ति में उन तिथियों को लिखा गया है जो अंतिम माहवारी के दिनांक के लिए है (एल.एम.पी.)।
- दूसरी पंक्ति में उन तिथियों को लिखा गया है जो प्रसव की संभावित तिथि होती है (ई.डी.डी.)।
- तीसरी पंक्ति में उन तिथियों को लिखा गया है जो परिपक्वता की तिथि होती है (डी.ओ.एम.)।

उदाहरण: सलमा की अन्तिम माहवारी का दिनांक 10 जून है। अन्तिम माहवारी के दिनांक को लिखें। ''जून'' वाली पंक्ति में ''10'' को खोजे। इस दूसरी पंक्ति में ''10'' के नीचे ''17'' तिथि लिखी है। इससे आप जान पायेंगे कि पंक्ति 8 मार्च से शुरू होती है और 6 अप्रैल को समाप्त होती है, जिसका मतलब 17 मार्च ही प्रसव की संभावित तिथि है। तीसरी पंक्ति में 10 के नीचे की तिथि 24 है इससे आप जान पायेगं कि पंक्ति 15 फरवरी से शुरू होती है और 16 मार्च को समाप्त हो जाती है। जिसका मतलब है कि 24 फरवरी ही परिपक्वता की तिथि है।

एल.एम.पी. से परिपक्वता की तिथि कैसे निकालेगें?

तालिकाः प्रसव की सम्भावित तिथि (EDD) तथा समय से पूर्व जन्म गणना

(परिपक्वता तिथि से पूर्व कोई भी जन्म असामयिक है)

जनवरी	अन्तिममाहवारीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	जनवरी
अक्टूबर	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	नवम्बर
सितम्बर	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	अक्टूबर
फरवरी	अन्तिममाहवारीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28				फरवरी
नवम्बर	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5				दिसम्बर
अक्टूबर	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				नवम्बर
मार्च	अन्तिममाहवारीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	मार्च
दिसम्बर	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	जनवरी
नवम्बर	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	दिसम्बर
अप्रैल	अन्तिममाहवारीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		अप्रैल
जनवरी	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4		फरवरी
दिसम्बर	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		जनवरी
मई	अन्तिममाहवा रीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	मई
फरवरी	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	1	2	3	4	5	6	7	मार्च
जनवरी	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	फरवरी
जून	अन्तिममाहवारीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		जून
मार्च	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6		अप्रैल
फरवरी	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		मार्च
जुलाई	अन्तिममाहवारीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	जुलाई
अप्रैल	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	मई
मार्च	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	अप्रैल
अगस्त	अन्तिममाहवारीकादिनांक (LMP)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	अगस्त
मई	प्रसवकीसम्भावितितिथि (EDD)	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	जून
अप्रैल	परिपक्वताकीतिथि (DOM)	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	मई

कमज़ोर शिशु को जीवित रखने में किस तरह मदद करे?

कार्ड को दिखाएं।

प्रतिभागियों से पूछें:

इन तीनों बिन्दुओं में से एक एक बिन्दु का क्या मतलब है?

दाहिनी ओर लिखे बिन्दुओं का प्रयोग करके समझाएं कि कमज़ोर शिशु की देखभाल कैसे करनी है।

बताएं कि आशा मॉड्यूल 7 के भाग सी के पेज नम्बर 50 के अनुसार उन्हें यह पहले भी बताया जा चुका है।

बताएं:

यही बात आई.सी.डी.एस. के नए एम.आई.एस. की मार्गदर्शिका के पाठ 9 में भी बताई गई है। साथ ही गृह भेंट पंजी के संदेशों वाली सूची में इसे बतलाया गया है।

बताए कि यदि उनके यहां एस.एन.सी.यू. या इस तरह की कोई भी दूसरी सुविधा उपलब्ध है जिसका खर्चा परिवार वहन कर सकता है तो बच्चे को तुरत भर्ती किया जाना चाहिए। यदि यह संभव न हो तो दाहिनी ओर दिये गये बिन्दुओं का सख्ती से अनुसरण कर शिशु की घर पर ही देखभाल की जानी चाहिए।

सभी नवजात शिशुओं को एक समान आधारभूत देखभाल की जरूरत होती है।

- जन्म के तुरंत बाद स्तनपान कराया जाना तथा अन्य किसी भी तरह का तरल या घरेलू दवा न दिया जाना।
- गर्माहट बनाए रखने के लिए जन्म के समय सूखे कपड़े से पोछना व साफ और सूखे सूती कपड़े में लपेटकर मां के पास रखना।
- पंच सफाई सूत्र का उपयोग करना खासतौर पर सुनिश्चित करना कि नाल नई ब्लेड से काटी जाए व साफ धागे से बांधी जाए और नाल पर कुछ भी न लगाया जाए।
- इस तरह की देखभाल से शिशुओं को संक्रमण और बीमारी से बचाया जा सकता है।
- समय से पहले पैदा हुए शिशुओं को ज्यादा देखभल की जरूरत होती है क्योंकि उनमें संक्रमण होने की वजह से बीमार पड़ने की संभावना ज्यादा होती है।
- स्तनपान के अलावा कुछ न दें व बार–बार स्तनपान कराएं। कमज़ोर व छोटे शिशुओं को हर घंटे जगा कर स्तनपान कराना आवश्यक है क्योंकि कमज़ोर होने की वजह से वह एक बार में ज्यादा दूध नहीं पी पाते।
- परिपक्व शिशुओं की तुलना में कमज़ोर शिशुओं को ज्यादा गर्माहट की आवश्यकता होती है जिसे बनाए रखने के लिए कंगारू देखभाल देना सबसे अच्छा उपाय है इसके बारे में हम विस्तार से बाद में सीखेंगे। कमरे को पर्याप्त गर्म रखे उतना जितने में किसी व्यस्क को पसीना आ जाएं। इस प्रकार की देखभाल की जरूरत ठंड के दिनों में रात का तापमान कम होने पर या बरसात के मौसम पर होती है। जन्म के 1 सप्ताह तक शिशु को न नहलाएं।
- शिशु को छूने से पहले, साफ करने से पहले या कपड़े बदलने से पहले हमेशा हाथ जरूर धोएं। नाल को हमेशा साफ व सुखा रखें तथा नाल पर कुछ भी न लगाएं। यहां तक की नाल सुख कर गिर जाने पर भी कुछ न लगाएं।

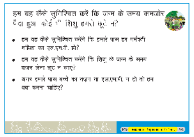
सारांश: समय से पहले पैदा हुए शिशु को हमेशा अतिरिक्त स्तनपान, अतिरिक्त गर्माहट व अतिरिक्त सफाई की आवश्यकता होती है।

कमज़ोर शिशु को जीवित रखने में किस तरह मदद करे?

लगातार स्तनपान

कंगारु देखभाल

सफाई बहुत ही ज़रुरी



हम यह कैसे सुनिश्चित करें कि जन्म के समय कमज़ोर पैदा हुआ कोई भी शिशु हमसे छूटे न?

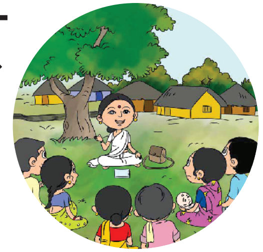
कार्ड को दिखाएं।

किसी एक प्रतिभागी से एक–एक करके प्रश्न पढ़ने को कहें और अन्य प्रतिभागी से इन प्रश्नों का उत्तर देने को कहें।

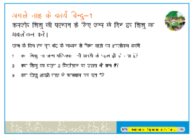
चर्चा को आगे बढ़ाने के लिए दाहिनी ओर लिखे बिन्दुओं का उपायोग करें।

1. हम यह कैसे सुनिश्चित करेंगे कि हमारे पास हर गर्भवती महिला की एल.एम.पी. है।
   - गर्भावस्था का पंजीकरण जल्द से जल्द करें और सुनिश्चित करें कि महिला से उसकी एल.एम.पी की जानकारी उसके तारीख भूल जाने के पहले ही ले लें।
   - बाद में ई.डी.डी और डी.ओ.एम. की जानकारी नर्स या डॉक्टर की मदद से ली जा सकती है। लेकिन यह जरूरी नहीं है कि हर बार यह जानकारी मिल जाए।
   - डी.ओ.एम. की जानकारी मिलते ही डी.ओ.एम के साथ ई.डी.डी. भी गृह भेंट पंजी दर्ज करे।
2. यह कैस सुनिश्चित करेंगे कि जन्म के समय शिशु का सही वज़न लिया जाए।
   - अस्पताल में जन्म के समय वज़न लेने व लिखे जाने का हर संभव प्रयास किया जाना चाहिए। अभिभावकों द्वारा यह सुनिश्चित करना चाहिए कि उनके शिशु के वज़न संबंधी कागज उन्हें दिए जाए।
   - जन्म के तीन दिन तक शिशु का वज़न घर पर भी लिया जा सकता है इसके लिए शिशुओं का वज़न करने वाली मशीन का उपयोग करना चाहिए।
3. क्या करें जब, न तो जन्म के समय वज़न उपलब्ध हो और न ही एल.एम.पी. की जानकारी हो।
   - इनके उपलब्ध होने या न होनें की स्थिति में जन्म वाले दिन या अस्पताल से घर लौटने वाले दिन स्तनपान का अवलोकन जरूर करें।
   - इसे सुनिश्चित करने के लिए पहले दिन गृह भ्रमण किया जाना आवश्यक है।

हम यह कैसे सुनिश्चित करें कि जन्म के समय कमज़ोर पैदा हुआ कोई भी शिशु हमसे छूटे न?



- हम यह कैसे सुनिश्चित करेंगे कि हमारे पास हर गर्भवती महिला का एल.एम.पी. हो?
- हम यह कैसे सुनिश्चित करेंगे कि शिशु के जन्म के समय वज़न लेना छूट न जाए?
- अगर हमारे पास बच्चे का वज़न या एल.एम.पी. न हो तो हम क्या करना चाहिए?



अगले माह के कार्य बिन्दु–1

कमज़ोर शिशु की पहचान के लिए जन्म के दिन हर शिशु का अवलोकन करें।

प्रतिभागियों को बताएं।

अब हम बताएंगे कि किस तरह से हम कमज़ोर शिशु की पहचान कर सकते है।

कार्ड को दिखाएं।

किसी एक प्रतिभागी से कार्ड को पढ़ने के लिए कहें।

दाहिनी ओर लिखे बिन्दुओं का उपयोग करके बताएं कि इसका क्या मतलब है।

चर्चा के बाद पूछें:

आप के हिसाब से एक आंगनवाड़ी केन्द्र में साल में कितने कमज़ोर बच्चे मिलने चाहिए?

प्रतिभागियों को उत्तर दने के लिए प्रोत्साहित करें। सही उत्तर कुछ इस तरह का होना चाहिए:

हर 10 में से एक पैदा हुआ शिशु कमज़ोर पैदा होता है। यदि किसी एक आंगनवाड़ी केन्द्र में साल में 20 प्रसव होते है तो हर साल उस केन्द्र में कम से कम 2 कमज़ोर शिशु मिलने चाहिए।

अंत में जोर दें

हम कमज़ोर शिशुओं को तभी चिन्हित कर सकतें है जब हम सभी शिशुओं की जांच करें। इसलिए हर शिशु के घर पर गृह भेंट करना जरूरी है।

जितनी जल्दी हम कमज़ोर शिशु को चिन्हित कर लेते है उतनी ही जल्दी हम यह सुनिश्चित कर सकते है कि शिश को पर्याप्त देखभाल मिले। इसलिए हर शिशु का जन्म वाले दिन अवलोकन करना अति आवश्यक है। बाद में काफी देर हो सकती है।

हम हर शिशु के जन्म वाले दिन ही उसके घर पर गृह भेंट करेंगे या तो अस्पताल से प्रसव के बाद घर लौटने वाले दिन ही) और हम निम्न बातों पर ध्यान देगें:

1. यदि शिशु का जन्म अस्पताल में हुआ है तो क्या परिवार को अस्पताल में यह बताया गया है कि उनके शिशु का जन्म समय से पहले हो गया है या शिशु छोटा व कमज़ोर है और उसे अतिरिक्त देखभाल की जरूरत है? यदि हां तो परिवार से पूछे कि उन्हें क्या बताया गया है और क्या वे अतिरिक्त देखभाल संबंधी बताई गई बातों का अनुसरण कर रहे है।
2. क्या परिवार के पास डिस्चार्ज कार्ड या अस्पताल से मिला कोई दूसरा कागज है जिस पर शिशु का गर्भकाल या जन्म के समय वज़न लिखा हो? यदि हां तो हम इस जानकारी का उपयोग यह जानने में करेंगे कि बच्चा कहीं कमज़ोर तो नहीं है।
3. यदि शिशु का जन्म घर पर हआ हो या अस्पताल में जन्म होने के बावजूद ऐसा कोई कागज हो जिस पर शिशु का गर्भकाल या वज़न की जानकारी लिखी हो, परिवार के पास न हो तो हम खुद ही इसका पता लगाएंगे।
   - हम उचित वज़न मशीन का उपयोग करके शिशु का वज़न लेगें और लिखेंगे।
   - हम अपने रजिस्टर में लिखे हुए डी.ओ.एम. के आधार पर यह पता करेंगे कि कहीं शिशु का जन्म डी.ओ.एम. के पहले तो नही हो गया है।
4. सभी स्थिति में हम प्रसव के पहले दिन के भीतर कम से कम एक बार स्तनपान का अवलोकन जरूर करेंगे। इस तरह से हम सुनिश्चित कर पायेंगे कि शिशु पूरी तरह से स्वस्थ है।

एक बार यह पता चल जाने पर कि शिशु कमज़ोर है, इन तीन जानकारियों को अपने गृह भेंट पंजी में लिख लेंगे।

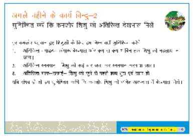
- जन्म के समय वज़न
- जन्म के समय शिशु का गर्भकाल माह या सप्ताह। क्या शिशु सही प्रकार से स्तनपान कर पा रहा है या उसे ताकत लगाकर स्तनपान करना पड़ रहा है या बिल्कुल ही दूध नही पी पा रहा है।

अगले माह के कार्य बिन्दु–1

कमज़ोर शिशु की पहचान के लिए जन्म के दिन हर शिशु का अवलोकन करें।

जन्म के दिन हम गृह भेंट के माध्यम से निम्न बातों का अवलोकन करेंगें

1. क्या शिशु का जन्म परिपक्वता की अवधि के पहले ही हो गया है?
2. क्या शिशु का वज़न 2 किलोग्राम या उससे भी कम है?
3. क्या शिशु अच्छी तरह से स्तनपान कर रहा है?



अगले महीने के कार्य बिन्दु–2
सुनिश्चित करें कि कमज़ोर शिशु को अतिरिक्त देखभाल मिले

प्रतिभागियों को बताएं

समय से पहले जन्म लिए शिशु या बहुत कम वज़न के शिशुओं की सबसे अच्छी देखभाल एस.एन.सी.यू. जैसे खास अस्पताल में ही हो सकती है। फिर भी कुछ जगहों पर इस तरह के अस्पताल न होने की स्थिति में भी हम घर पर समुचित देखभाल करके शिशु की जान बचा सकते है।

दूसरा कार्य बिन्दु यह है कि हम सुनिश्चित करें कि कमज़ोर शिशु को अतिरिक्त देखभाल मिल रही हो।

कार्ड को दिखाएं।

किसी एक प्रतिभागी से कार्ड को पढ़ने के लिए कहें।

दाहिनी ओर लिखें बिन्दुओं का उपयोग करके बताएं कि इसका क्या मतलब है।

चर्चा के बाद पूछें

यदि आपको यह पता चले कि किसी शिशु को स्तन चूसने या दूध निगलने में कठिनाई महसूस हो रही है तो आप क्या करेंगी? मां द्वारा स्तनपान का प्रयास किये जाने पर भी यदि शिशु मुंह न खोल रहा हो और स्तनपान न कर पा रहा हो तो आप क्या करेंगी?

प्रतिभागियों को उत्तर देने के लिए प्रोत्साहित करें। उसके बाद सही उत्तर बताएं।

ऐसे शिशु जो कोशिश करने के बाद स्तन चूसने या दूध निगलने मे सक्षम नहीं है तो इस बात की ज्यादा संभावना है कि उनका जन्म समय से काफी पहले (अपरिपक्व) ही हो गया है। इन शिशुओं की देखभाल घर पर नहीं की जा सकती है। इन शिशुओं को एस.एन.सी.यू. जैसे किसी उचित अस्पताल में दाखिल करवाना चाहिए। यदि यह अस्पताल दूर हो तो भी दाखिल करवाना आवश्यक है।

किसी शिशु के कमज़ोर के रूप में चिन्हित किये जाने के बाद हम निम्न बातों का अवलोकन करेंगे:

1. क्या शिशु को पर्याप्त गर्माहट मिल रही है?
   - क्या कमरे में पर्याप्त गर्माहट है?
   - क्या कमरे में हवा का आवागमन हो रहा है?
   - क्या शिशु को कंगारू देखभाल (के.एम.सी) दी जा रही है या शिशु को अच्छी तरह से साफ एवं सुखें कपड़ों में लपेटा गया है तथा उसे मां के समीप रखा गया है?
   - क्या परिवार द्वारा शिशु को नहलाया गया है?
2. क्या शिशु को पर्याप्त मात्रा में स्तनपान करवाया जा रहा है?
   - क्या मां को यह जानकारी है कि शिशु को हर घंटे में जगह–जगह पर स्तनपान करवान है, यहां तक की रात में भी?
   - क्या मां को यह पता है कि शिशु किस स्थिति में ज्यादा आराम से स्तनपान कर सकता है?
   - क्या कमरे में परिवार द्वारा शिशु को दूध पिलाने में उपयोग किया गया कप या बोतल दिख रही है? (यदि ऐसी कोई चीज दिखे तो उसे हटाने के लिए कहें)
3. क्या परिवार द्वारा सफाई बनाए रखने के लिए पर्याप्त कदम उठाया जा रहा है?
   - क्या वे शिशु को छूने से पहले हाथ धो रहे है?
   - क्या वे कई लोगों द्वारा शिशु को छूने का विरोध कर रहे है?
   - क्या नाल साफ व सुखा है?

यदि परिवार द्वारा इन सावधानियों को बरतने में कोई भी गलती हो रही हो तो हम परिवार को देखभाल के सही तरीकों की जानकारी देंगे तथा साथ ही यह भी बताएंगें कि यह सब जरूरी क्यों है?

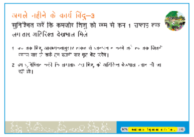
अगले महीने के कार्य बिन्दु–2

सुनिश्चित करें कि कमज़ोर शिशु को अतिरिक्त देखभाल मिलें

हर कमज़ोर पहचाने हुए शिशुओं के लिए हम निम्न बातें सुनिश्चित करेंगे

1. अतिरिक्त गर्माहट– कंगारू देखभाल और कम से कम 7 दिन तक शिशु को नहलाया न जाय।
2. अतिरिक्त स्तनपान– शिशु को कई बार जगा कर स्तनपान करवाया जाय।
3. अतिरिक्त साफ–सफाई– शिशु को छूने से पहले हाथ धुले एवं साफ हो।

यदि संभव हो तो हम सुनिश्चित करेंगे कि कमज़ोर शिशु को उचित अस्पताल में देखभाल मिलें।



अगले महीने के कार्य बिंदु–3

सुनिश्चित करें कि कमज़ोर शिशु को कम से कम 1 सप्ताह तक लगातार अतिरिक्त देखभाल मिले

प्रतिभागियों को बताएं

परिवार को विशेष देखभाल के बारे में केवल एक बार पता देना ही पर्याप्त नही होता है। एक कमज़ोर जन्में शिशु को सही तरीके से स्तनपान करने लायक मजबूत बनने में कम से कम एक सप्ताह का समय लगता है। शिशु द्वारा आवश्यकतानुसार ताकत से दूध पीना इस बातका संकेत है कि शिशु अब खतरे से बाहर है।

इस बीच ऐसी बहुत सारी बातें होती है जो हो सकता है कि परिवार या तो समझ ही न पाए या भूल जाए। इसी बीच यह भी हो सकता है कि परिवार अपना धैर्य खो बैठे या डर की वजह से कोई गलती कर बैठे। यह भी हो सकता है कि वे अनावश्यक घरेलु उपचार करना शुरू कर दें, या किसी किसी अयोग्य चिकित्सक द्वारा उपचार करवा लें। इस स्थिति में हमें लगातार परिवार की मदद तथा हौसला तब तक बढ़ाना चाहिए जब तक शिशु के स्तनपान में सुधार न आ जाए तथा शिशु नींद से उठ कर स्तनपान न करने लगे एवं स्वस्थ्य न हो जाए।

तीसरे कार्य बिन्दु में यह सुनिश्चित करना है कि हम लगातार परिवार की मदद तब तक करेंगे जब तक शिशु आवश्यकतानुसार ताकत के साथ स्तनपान करना शुरू न कर दें।

कार्ड दिखाएं।

किसी एक प्रतिभागी से कार्ड पढ़ने को कहें।

दाहिनी ओर लिखे हुए बिन्दुओं का उपयोग करके बताएं कि इसका क्या मतलब है।

चर्चा के बाद बताएं

आगे के सत्रों में हम कंगारू देखभाल (के.एम.सी.) के सही तरीकों पर समझ बनाएंगे।

यदि जन्म से पहले दिन ही हम यह पहचानने में सक्षम हो गये कि शिशु कमज़ोर है और हमने यह भी सुनिश्चित कर लिया कि सही और विशेष देखभाल शुरू कर दी गई है तो हम निम्न को भी सुनिश्चित करेंगे:

1. तब तक हर दिन गृह भेंट करते रहेंगे जब तक शिशु आवश्यकतानुसार ताकत से स्तनपान करना शुरू न कर दें:
   - इसमें सामान्यत: एक सप्ताह लगता है पर कभी–कभी इससे ज्यादा समय भी लग सकता है।
2. हर गृह भेंट के समय सुनिश्चित करें कि शिशु की पर्याप्त देखभाल की जा रही है:
   - पर्याप्त गर्माहट तथा एक सप्ताह तक शिशु को नहलाया न जा रहा हो।
   - पर्याप्त मात्रा में केवल स्तनपान, बोतल का प्रयोग न हो रहा हो।
   - पर्याप्त साफ–सफाई, हाथ धोना तथा नाल की देखभाल।

इस उद्देश्य हेतु हो सकता है कि हमें कुछ दिन शिशु के घर पर एक ही दिन में कई बार गृह भेंट करने जाना पड़े।

यदि गृह भेंट के समय हमें पता चले कि शिशु की स्तनपान करने में रूचि कम हो रही है या एक घंटे तक शिशु को जगाना कठिन हो रहा हो तो हम परिवार को सलाह देगें कि शिशु को एस.एन.सी.यू. जैसे उचित अस्पताल में ले जाएं।

अगले महीने के कार्य बिंदु–3

सुनिश्चित करें कि कमज़ोर शिशु को कम से कम 1 सप्ताह तक लगातार अतिरिक्त देखभाल मिले

1. जब तक शिशु आवश्यकतानुसार ताकत से स्तनपान न करने लगे तब तक जितनी ज्यादा बार हो सके हम उतनी बार गृह भेंट करेंगे।

2. हम सुनिश्चित करेंगे कि लगातार उस शिशु को अतिरिक्त देखभाल प्रदान की जा रही हो।

1 यह मासिक बैठक क्यों?
2 गृह भेंट योजना पंजी कैसे बनाएं या अपडेट करें, गृह भेंट की शुरूआत
3 आंगनवाड़ी केन्द्र पर आयोजित समुदायिक कार्यक्रम की योजना एवं आयोजन
4 नवजात शिशुओं में स्तनपान का अवलोकन - क्यों और कैसे?
5 कमज़ोर नवजात शिशु की पहचान और देखभाल
6 ऊपरी आहार - भोजन में विविधता
7 महिलाओं में एनीमिया की रोकथाम
8 शिशुओं में शारीरिक वृद्धि का आकलन
9 समय के साथ ऊपरी आहार में सुधार और वृद्धि
10 केवल स्तनपान सुनिश्चित करना
11 कमज़ोर नवजात शिशु की देखभाल - आखिर कितने कमज़ोर बच्चे हम से छूटे रहे हैं?
12 हम ऊपरी आहार की शुरूआत समय से कैसे सुनिश्चित करें?
13 गंभीर दुबलेपन को कैसे पहचाने एवं रोकें?
14 बीमारी के दौरान शिशु का आहार
15 स्तनपान संबंधित समस्याओं में माता को सहयोग
16 कंगारू मदर केयर की मदद से कमज़ोर शिशु की देखभाल कैसे करें?
17 बीमार नवजात शिशु की पहचान एवं रेफरल सेवा
18 कुपोषण और मृत्यु से बचने के लिए बीमारियों से बचाव
19 बच्चों और किशोरियों में खून की कमी/एनीमिया की रोकथाम
20 प्रसव पूर्व तैयारी - अस्पताल और घर पर होने वाले प्रसव के लिए
21 गर्भावस्था के दौरान तैयारी - नवजात शिशु की देखभाल और परिवार नियोजन

NATIONAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन

स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर

प्रधानमंत्री मातृ वंदना योजना

बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ