



References

1. Jefferies AL. Going home: Facilitating discharge of the preterm infant. Paediatr Child Health. 2014 Jan; 19(1): 31-36.
2. Kenner C. and Ellerbee S. Nursing Care of the High Risk Newborn. Unit 8.
3. Khashana A., et al. Incidence of feeding intolerance in preterm neonates in neonatal intensive care units. J Clin Neonatol 2016; 5:230-2.
4. University of California. San Francisco, Intensive Care Nursery House Staff Manual.
5. Embleton ND. and Tinnion RJ. Nutrition in preterm infants before and after hospital discharge. Infant 2009; 5(6): 174-78.
6. Kumar RK. and Singhal A. et al. Optimizing Nutrition in Preterm Low Birth Weight Infants-Consensus Summary. Front Nutr. 2017 May 26;4:20.

Important Notice

The World Health Organization (WHO)* has recommended that pregnant women and new mothers be informed of the benefits and superiority of breast-feeding, in particular, the fact that it provides the best nutrition and protection from illness for babies. Mothers should be given guidance on the preparation for and maintenance of lactation, with special emphasis on the importance of the well-balanced diet both during pregnancy and after delivery. Unnecessary introduction of partial bottle feeding or other foods and drinks should be discouraged since it will have a negative effect on breast-feeding. Similarly mothers should be warned of the difficulty of reversing a decision not to breastfeed. Before advising a mother to use an infant formula, she should be advised of the social and financial implications of her decision. For example, if a baby is exclusively bottle-fed, more than one can (500g) per week will be needed, so the family circumstances and cost should be kept in mind. Mother should be reminded that breast milk is not only the best but also the most economical food for babies. If a decision to use infant formula is taken, it is important to give instruction on correct preparation methods, emphasizing that unboiled water, unsterilized bottles or incorrect dilution can lead to illness. *See: International Code of Marketing of Breast Milk Substitutes, adopted by the World Health Assembly in Resolution WHA 34.22, May 1981.

Mothers should be explained the following advantages & nutritional superiority of breastfeeding:

(i) Immediately after delivery, breast milk is yellowish and sticky. This milk is called colostrum, which is secreted during the first week of delivery. Colostrum is more nutritious than mature milk because it contains more protein, more anti-infective properties which are of great importance for the infant's defence against dangerous neonatal infections. It also contains higher levels of, Vitamin 'A', (ii) Breast milk: a. is, a complete and balanced food and provides all the nutrients needed by the infant (for the first six months of life) b. has anti-infective properties that protect the infants from infection in the early months c. is always available d. needs no utensils or water (which might, carry germs) or fuel for its preparation (iii) Breastfeeding is much cheaper than feeding infant milk substitutes as the cost of the extra food needed by the mother is negligible compared to the cost of feeding infant milk substitutes, (iv) Mothers who breast-feed usually have longer periods of infertility after child birth than non-lactators.

Details of management of breastfeeding, as under:

(i) Breast-feeding- a. Immediately after delivery enables the contraction of the womb and helps the mother to regain her figure quickly; b. is successful when the infant suckles frequently and the mother wanting to breast-feed is confident in her ability to do so (ii) In order to promote and support breast-feeding the mother's natural desire to breast feed should always be encouraged by giving, where needed, practical advice and making sure that she has the support of her relatives. (iii) Adequate care for the breast and nipples should be taken during pregnancy. (iv) It is also necessary to put the infant to the breast as soon as possible after delivery. (v) Let the mother and the infant stay together after the delivery, the mother and her infant should be allowed to stay together (in hospital, this is called "rooming-in"); (vi) Give the infant colostrum as it is rich in many nutrients and anti-infective factors protecting the infants from infections during the few days of its birth; (vii) The practice of discarding colostrum and giving sugar water, honey water, butter or other concoctions instead of colostrum should be very strongly discouraged (viii) Let the infants suckle on demand; (ix) Every effort should be made to breast-feed the infants whenever they cry; (x) Mother should keep her body and clothes and that of the infant always neat and clean.

(i) Breastfeeding is the best form of nutrition for babies and provides many benefits to babies and mothers. It is important that, in preparation for and during breastfeeding, you eat a healthy, balanced diet. Combined breast and bottle-feeding in the first weeks of life may reduce the supply of your own breastmilk, and reversing the decision not to breastfeed is difficult.

(ii) Always consult your Healthcare Professional for advice about feeding your baby. The social and financial implications of using infant formula should be considered. Improper use of an infant formula or inappropriate foods or feeding methods may present a health hazard. If you use infant formula, you should follow manufacturer's instructions for use carefully - failure to follow the instructions may make your baby ill.



Date of printing:

Printed by:

Publisher Details:

NUTRICIA INTERNATIONAL PRIVATE LIMITED
(A subsidiary of DANONE) Regd. office, The Centrium, Office No. 1, 3rd Floor, Phoenix Market City,
LBS Marg, Kurla (W), Mumbai- 400 070, India.

For your feedback / queries contact: Nutricia Consumer Services

✉ Write to us at given Regd. office address ☎ 022-66696787

✉ care.india@danone.com

IMPORTANT NOTICE: MOTHER'S MILK IS BEST FOR YOUR BABY

ವಿಜಯ ಪಥದ ಪಯಣವು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ

- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಜನನದ ಶಿಶುವಿನ ಆರೈಕೆ



FOR THE USE OF HEALTHCARE PROFESSIONALS ONLY Post discharge booklet 1/11/2018



SUPPORTING
THE PREMIES
**TOGETHER
WE WIN**

ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗಾಗಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದು

ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಜನನದ ಶಿಶುವಿನ ತಾಯಿಯಾಗಿರುವುದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೋರಾಟಗಾರರನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ, ನಿಮ್ಮ ಮಗುವನ್ನು ವಿಜಯಿಯನ್ನಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಓರ್ವ ಹೋರಾಡುವ ತಾಯಿಯಾಗಿ, ನಿಮಗೆ ಬಹಳಷ್ಟು ತಾಳ್ಮೆ, ಶಕ್ತಿ, ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿಯ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ವಿಕಾಸದಲ್ಲಿ ನೀವು ಒಂದು ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತೀರಿ. ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಸುತ್ತಮುತ್ತ ನಿಮ್ಮ ಇರುವಿಕೆಯು ಅದನ್ನು ವಿಜಯಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಜನನದ ಶಿಶುಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಕುಟುಂಬಗಳು ಒಂದು ಅಪರಿಚಿತ, ಅತ್ಯಂತ ತಾಂತ್ರಿಕ ಮತ್ತು ಬಹುವೇಳೆ ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ತೀವ್ರ ಆರೈಕೆಯ ಘಟಕದ (ನಿಯೋನೇಟಲ್ ಇಂಟೆನ್ಸಿವ್ ಕೇರ್ ಯುನಿಟ್)(ಎನ್‌ಐಸಿಯು) ಮೂಲಕ ಅಗಾಧವಾದ ಪಯಣದ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತವೆ. ಮನೆಗೆ ಹೋಗುವ ಸಮಯ ಸಮೀಪಿಸಿದಂತೆಲ್ಲ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾತಾಪಿತರು ಎನ್‌ಐಸಿಯು ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ತಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವ ತಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಕುರಿತು ಪ್ರಶ್ನೆ ಬೆಚ್ಚಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಮಾತಾಪಿತರಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಬಿಡುಗಡೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಒಳಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಅವರಿಗೆ ಅವರ ಮಗುವನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.¹

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮಗುವನ್ನು ಮನೆಗೆ ಯಾವಾಗ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬಹುದು?

37 ಮತ್ತು 40 ವಾರಗಳ ನಡುವಿನ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯೋತ್ತರ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಡೆಯುವ ಬಿಡುಗಡೆಯಲ್ಲಿ ಮಗುವು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಬೇಕು²:

-  ಬೋರಲು ಮಲಗಿರುವಾಗ ತಲೆಯನ್ನು ಎತ್ತುವ ಮತ್ತು ತಲೆಕುತ್ತಿಗೆ ನಿಯಂತ್ರಣ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ(ಹೆಡ್-ಲ್ಯಾಗ್ ರೆಸ್ಪಾನ್ಸ್)ಗಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದಾಗ ತಲೆಯನ್ನು ದೇಹದೊಂದಿಗೆ ಸಮಾಂತರವಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಒಂದು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ.
-  ಬೆಳವಣಿಗೆ ಗ್ರಿಡ್‌ಗೆ ಅನುಸಾರವಾಗಿ ಸೂಕ್ತವಾಗಿರುವ ಪ್ರಮಾಣ ಮತ್ತು ನಮೂನೆಯ ತೂಕ ಗಳಿಕೆ
-  ಹಸಿವೆಯಾದಾಗ ಜೋರಾಗಿ ಆಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ
-  ಸರಿಪಡಿಸಲಾದ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಿರುವ ನರ ಸಂಬಂಧಿತ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳು

ನಮ್ಮ ಹೋರಾಟಗಾರರಿಗೆ ಎನ್‌ಐಸಿಯು ಜೀವ-ಉಳಿಸುವ ಪರಿಸರವಾಗಬಹುದಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ, ದೀರ್ಘ ಕಾಲ ಅಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿರುವಿಕೆಯು ಎನ್‌ಐಸಿಯುಅನ್ನು ಅವರ ಮನೆಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಅಂತಿಮವಾಗಿ, ಮಗುವು ಅದರ ತಂದೆ ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರಲೇಬೇಕು.¹

ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಪೂರ್ವ ಸಿದ್ಧತೆಯಿಂದ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಿರಿ

ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಲಾಲನೆ ಪಾಲನೆ ಪೋಷಣೆಗಳ ವಿಧಾನಗಳು ವಿಕಸನ ಹೊಂದಿ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವ ಮೊದಲು ನೀವು ಹೋರಾಟಗಾರ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ತಂದೆಯಾಗಿ, ಅನೇಕ ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಈಡೇರಿಸಲೇಬೇಕು. ಈ ಕಾರ್ಯಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ²:

-  ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಆವಶ್ಯಕತೆಗಳಿಗೆ ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಸಲುವಾಗಿ ಮನೆಯ ಪರಿಸರವನ್ನು ಸರಿಹೊಂದಿಸಿರಿ.
-  ನಿಮ್ಮ ಮಗು ರೋಗಾಣುಗಳಿಗೆ ಒಡ್ಡಲ್ಪಡುವುದನ್ನು ಕನಿಷ್ಠಗೊಳಿಸಲು ಸಂದರ್ಶಕರ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಮಿತಗೊಳಿಸುವುದು.
-  ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗಾಗಿ ಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ಅತಿ ಪ್ರಶಸ್ತಗೊಳಿಸಲು ಪರಿಸರದ ತಾಪಮಾನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿರಿ.
-  ನಿಮ್ಮ ಮಗು ಅದರ ವಿಶೇಷ ಆವಶ್ಯಕತೆಗಳು, ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ನಮೂನೆಗಳು, ಆರೈಕೆ ನೀಡುವಿಕೆಯ ಆವಶ್ಯಕತೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿಕಾಸದ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ಕುರಿತಾಗಿ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದರ ಕುರಿತು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಓರ್ವ ಹೋರಾಡುವ ತಾಯಿಯಾಗಿ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಜನನಕ್ಕಾಗಿ ದುಃಖ ಪಡಬಾರದು. ನಿಮ್ಮ ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಜನನದ ಮಗುವು ಜನ್ಮತಃ ವಿಜಯಿಯಾಗಿದೆ.

ಪೋಷಣೆ

ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಜನನದ ಶಿಶುಗಳು ಪೋಷಕಾಂಶ ಸಂಚಯಗೊಳ್ಳುವ ಮತ್ತು ಕ್ಷಿಪ್ರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅವಧಿಯಾಗಿರುವ ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯ ಮೂರನೆಯ ತ್ರೈಮಾಸಿಕದ ಸ್ವಲ್ಪ ಅಥವಾ ಎಲ್ಲ ಅವಧಿ ತಪ್ಪಿ ಹೋಗಿರುವುದರಿಂದ ಅಧಿಕ ಪೋಷಕಾಂಶದ ಆವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ.³

ಇದರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರಿ:



ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಸಲಹೆ ನೀಡಲ್ಪಟ್ಟಂತೆ ಎದೆಹಾಲು⁴

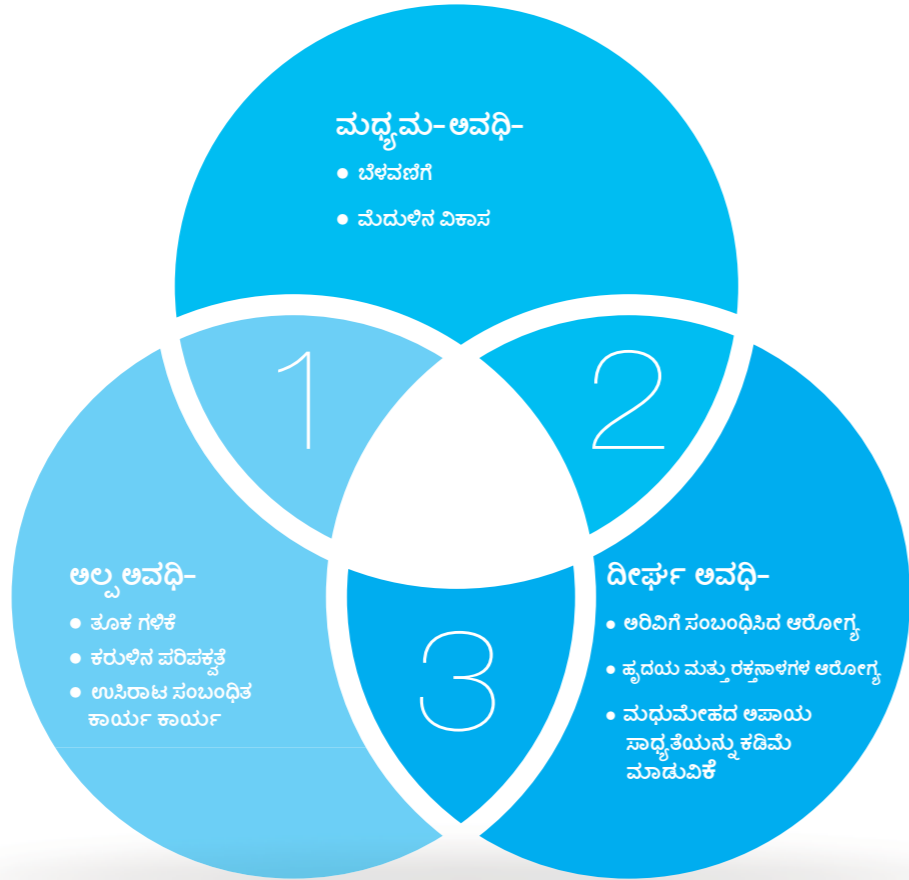


ವೈದ್ಯರಿಂದ ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಂತೆ ಅವಧಿಪೂರ್ವ ಶಿಶುಗಳಿಗಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಶಿಶು ಆಹಾರ (ಫಾರ್ಮೂಲಾ)⁴

ಊಡಿಸುವಿಕೆಗಳ ಪ್ರಾರಂಭ, ಅವುಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಮತ್ತು ಊಡಿಸುವಿಕೆಗಳ ಮುಂದುವರಿಯುವ ಪ್ರಮಾಣಗಳು ಜನನ ತೂಕ, ಗರ್ಭದಾರಣೆಯೋತ್ತರ (ಜೆಸ್ಟೇಶನಲ್) ವಯಸ್ಸು ಮತ್ತು ಈ ದಿನಾಂಕದ ತನಕ ಶಿಶುವು ಊಡಿಸುವಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ತಾಳಿಕೊಂಡಿದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿರುತ್ತದೆ.⁴

ಪೋಷಣೆಯ ಪರಿಣಾಮ

ಪೋಷಣೆಯು ಅಲ್ಪ-ಅವಧಿ, ಮಧ್ಯಮ-ಅವಧಿ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘ-ಅವಧಿಯ ಫಲಿತಾಂಶಗಳ ಮೇಲೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ⁵:



ಶಿಫಾರಸುಗಳು

- ✓ ಮೊದಲ ಅನುಸರಣೆಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆಯ ನಂತರ ಒಂದು ವಾರದ ಒಳಗೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- ✓ 4ತಿಂಗಳುಗಳ ಸರಿಪಡಿಸಿದ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಪೂರಕ ಊಡಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು.
- ✓ ಅತಿಪ್ರಶಸ್ತ ಪೋಷಣೆಯು ಪ್ರಾಪ್ತ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಅನಾರೋಗ್ಯಗಳ ಅಪಾಯ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಚಯಾಪಚಯತೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿರಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ.
- ✓ ಅವರ ವಿಕಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಅತಿಪ್ರಶಸ್ತ ತೂಕ ಗಳಿಕೆಯು ಗುರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕ್ಷಿಪ್ರ ತೂಕ ಗಳಿಕೆಯು ಭವಿಷ್ಯದ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಅಪಾಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯೊಂದಿಗೆ ಜತೆಗೂಡಿರಬಹುದಾದ್ದರಿಂದ ಅವರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ವೇಗದ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಪರಿವೀಕ್ಷಿಸುವುದು ಕೂಡ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ✓ ನಿಮ್ಮ ಮಗುವನ್ನು ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆಯ ತನಕವಾದರೆ ಉತ್ತಮ, ಪರಿವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ನಿಯಮಿತ ಬಿಡುಗಡೆಯೊತ್ತರ ಅನುಸರಣೆ 2 ವರ್ಷಗಳ ವಯಸ್ಸಿನ ತನಕ ಸಲಹಾರ್ಥವಾಗಿದೆ.

