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.

DANONE

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

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

H_SSK_2018_NOV_NUTRICIA_APTAMIL_11067809_POSTDISCHARGE BOOKLET_SIZE_A4

DANONE

વિજય યાત્રા ઘર પર ચાલું રહે છે

– વહેલા જન્મેલા શિશુની ઘર પર સંભાળ

SUPPORTING THE PREEMIES

TOGETHER WE WIN

તમારા શિશુની સારસંભાળ લેવી

વહેલા જન્મેલા શિશુની માતા બનવાથી તમને લડવૈયા બનાવે છે અને તમારા શિશુને વિજેતા બનાવે છે.

એક લડવૈયા માતા તરીકે, તમારે ખૂબ જ ધૈર્ય, તાકાત, સારસંભાળ અને પ્રેમની આવશ્યકતા છે. તમે તમારા શિશુની સારસંભાળ અને વિકાસમાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવો છો. તમારા શિશુની આસપાસ તમારી હાજરી તેઓને વિજેતા બનાવે છે.

વહેલા જન્મેલા શિશુઓ અને તેઓનાં કુટુંબીજનો નીઓનેટલ ઇન્ટેન્સિવ કેર યુનિટ (NICU) મારફત અજાણ, ઉચ્ચ રીતે તકનીકી અને અવારનવાર ભારેખમ યાત્રાનો અનુભવ કરતા હોય છે. ઘર પર જવાનો સમય નજીક આવતા, મોટાભાગનાં માતાપિતા NICU સ્ટાફ અને ટેકનોલોજીનાં સપોર્ટ વગર તેઓનાં શિશુની સારસંભાળ રાખવા અંગેની તેઓની ક્ષમતા બાબતે પ્રશ્નાર્થ અનુભવતા હોય છે. રજા આપવાની પ્રક્રિયામાં માતાપિતાને સપોર્ટ કરવાથી અને સામેલગીરીથી ઘર પર તેઓનાં શિશુની સારસંભાળમાં આત્મવિશ્વાસ આપે છે.[1]

તમે તમારા શિશુને ક્યારે ઘર પર લઇ જઇ શકો છો?

હૉસ્પિટલ પરથી રજા આપતી વખતે, જે સામાન્ય રીતે ગર્ભધારણ કર્યા બાદ 37 અને 40 સપ્તાહ વચ્ચે થતું હોય છે, શિશુ નીચેની લાક્ષણિકતાઓનું નિરૂપણ કરતું હોવું જોઇએ[2]:

- નમાવવામાં આવે ત્યારે માથુ ઉંચું કરવાની ક્ષમતા અને બેડ–લેગ પ્રતિભાવ માટે તપાસવામાં આવે ત્યારે શરીરને સમાંતર માથુ રાખવાની ક્ષમતા
- વૃદ્ધિની રચનાને અનુરૂપ યોગ્ય માત્રા અને પેટર્નમાં વજનમાં વધારો
- ભૂખ લાગે ત્યારે તિવ્રતાથી રડવાની ક્ષમતા
- યોગ્ય વય માટે અનુરૂપ ચેતાતંત્રનાં પ્રતિભાવો

જોકે, લડવૈયા માટે NICU જીવન–બચાવનાર વાતાવરણ બની શકે છે, પરંતુ ત્યાં રહેવાનું લંબાવવાથી NICU ને તેઓનું ઘર બનાવતું નથી. આખરે તો, શિશુએ તેઓનાં માતાપિતા સાથે ઘર પર જ રહેવાનું હોય છે.[1]

તમારા ઘરને તૈયાર કરો

લડવૈયા માતા અને પિતા તરીકે, અસરકારક સંબંધો અને માવતરની પેટર્નનો વિકાસ પામે તે પહેલા તમારે ઘણા બધા માનસિક કાર્યો પૂર્ણ કરવા જરૂરી બને છે. આ કાર્યોમાં નીચેનાનો સમાવેશ થાય છે [2]:

1. ઘરનું વાતાવરણ તમારા શિશુની જરૂરીયાતો સંતોષે તે રીતે એડજસ્ટ કરો.
2. તમારા શિશુને રોગજન્ય જીવાણુંઓનો સંસર્ગ ન્યૂનત્તમ કરવા માટે મુલાકાતીઓની સંખ્યા મર્યાદિત કરો.
3. તમારા શિશુ માટે સુયોગ્ય સ્થિતિ રહે તે મુજબ આસપાસનું તાપમાન બદલો.
4. એવા માર્ગો વિશેની જાણકારી મેળવો જેમાં. તમારું શિશુ તેઓની વિશેષ જરૂરીયાતો, વૃદ્ધિની પેટર્ન, સંભાળ લેવાની જરૂરીયાતો, અને વિકાસની અપેક્ષાઓમાં અલગ પડતું હોય.

સૌથી અગત્યનું એ છે કે, એક લડવૈયા માતા તરીકે તમારે તમારા શિશુનાં વહેલા જન્મ અંગે વ્યથા કરવી ન જોઇએ. તમારું વહેલું જન્મેલુ શિશુ જન્મજાત વિજેતા છે.

પોષણ

વહેલા જન્મેલા શિશુઓને વધારે પોષકતત્વોની આવશ્યકતા રહે છે કારણ કે તેઓ આંશિક કે સંપૂર્ણ રીતે ગર્ભાવસ્થાનાં ત્રીજા ત્રિમાસીક તબક્કામાંથી પસાર થયા નથી, જે પોષકતત્વો જમા કરવાનો અને ઝડપી વૃદ્ધિનો સમયગાળો છે.[3]

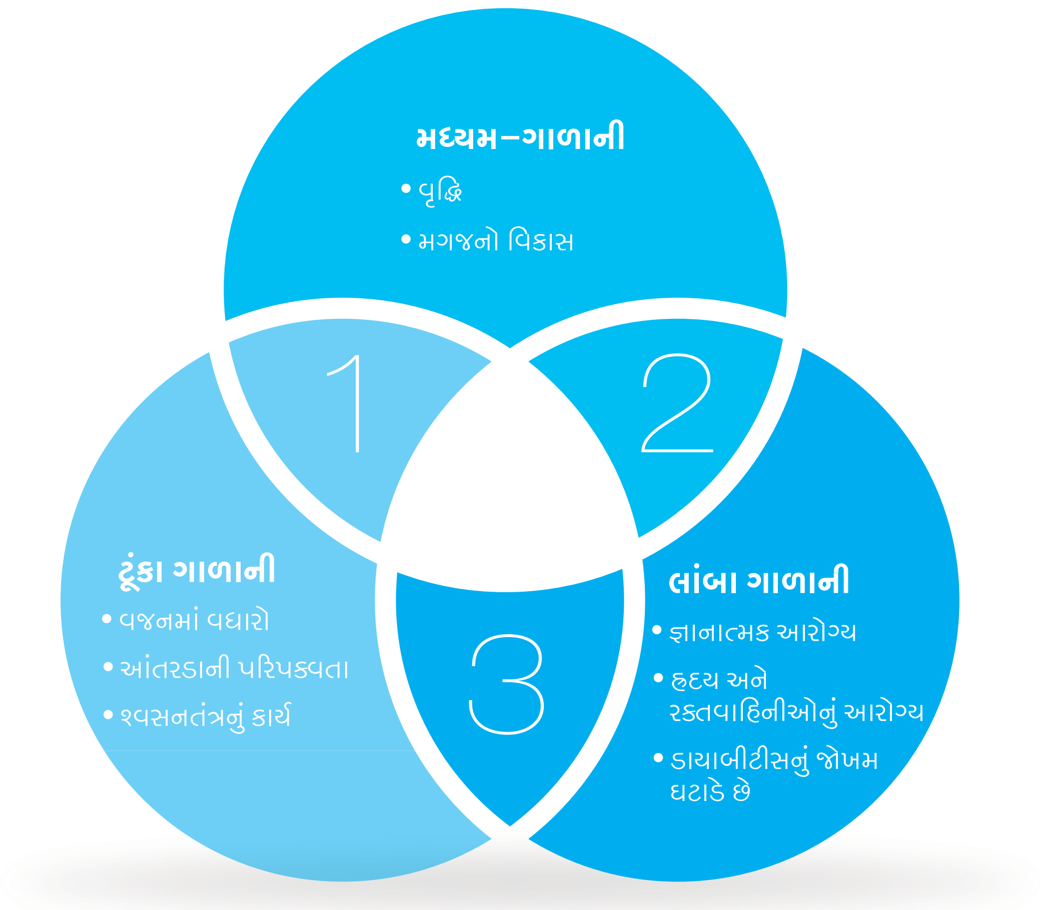
આ સાથે શરૂઆત કરો:

- ડૉક્ટર દ્વારા ભલામણ કરવામાં આવે તે રીતે સ્તનપાન[4]
- ડૉક્ટર દ્વારા ભલામણ કરવામાં આવે તે રીતે વહેલા જન્મેલા શિશુઓ માટેની ફોર્મ્યુલા[4]

સ્તનપાનની શરૂઆત, તેની માત્રા અને સ્તનપાન વધારવાનો દર જન્મ સમયનાં વજન, પાચનતંત્રની વય અને અત્યાર સુધી શિશુએ સ્તનપાનને કેવી રીતે સહન કર્યું છે તેનાં પર આધારિત છે.[4]

પોષણની અસર

પોષણ ટૂંકા-ગાળાનાં, મધ્યમ-ગાળાનાં અને લાંબા-ગાળાનાં પરિણામો પર મગત્વપૂર્ણ અસર પાડે છે[5]:



H_SSK_2018_NOV_NUTRICIA_APTAMIL_11067809_POSTDISCHARGE BOOKLET_SIZE_A4

ભલામણો*

- રજા આપ્યા પછીનાં એક સપ્તાહની અંદર પ્રથમ ફોલો–અપ હોવું જોઇએ.
- 4 મહિનાની સુધારાયુક્ત વય પર, માતાપિતા ડૉક્ટરની સલાહ અનુસાર વધારાનો આહાર શરૂ કરી શકે છે.
- સુયોગ્ય પોષણ વયસ્ક અવસ્થામાં રોગચાળાની પ્રતિકૂળતાનું જોખમ ઘટાડે છે. તે તમારા શિશુની વૃદ્ધિ, પાચનતંત્ર અને રોગપ્રતિકારકતામાં મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે.
- સુયોગ્ય વજનમાં વધારો તેઓનાં વિકાસ માટેનો લક્ષ્યાંક છે. પરંતુ તેઓની વૃદ્ધિનાં વેગ પર દેખરેખ રાખવી અતિ આવશ્યક છે કારણ કે ઝડપી વજનમાં વધારો ભવિષ્યનાં કાર્ડિયોવસ્ક્યુલર જોખમ સાથે પણ સંબંધ ધરાવી શકે છે.
- તમારું શિશુની કિશોરાવસ્થા પ્રાપ્ત કરે ત્યાં સુધી દેખરેખ કરતી રહેવી જોઇએ. રજા મળ્યા બાદ 2 વર્ષ સુધી નિયમિત પણે ફોલો–અપ કરતું રહેવાની સહાલ આપવામાં આવે છે.

*આમાંથી ગ્રહણ કરવામાં આવ્યુંઃ કુમાર આરકે., સિંઘલ એ., એત અલ. ઓપ્ટિમાઇઝિંગ ન્યુટ્રિશન ઇન પેટર્નલ લો બર્થ વેઇટ ઇન્ફન્ટ્સ–કન્સેન્સસ સમરી. ફ્રન્ટ ન્યુટ્ર. 2017 મે 26;4:20.

H_SSK_2018_NOV_NUTRICIA_APTAMIL_11067809_POSTDISCHARGE BOOKLET_SIZE_A4