



বিজয় যাত্রা ঘৰত অব্যাহত থাকক

– ঘৰত অকালজাত কেঁচুৱাৰ যত্ন

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

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



SUPPORTING
THE PREMIES
**TOGETHER
WE WIN**

আপোনাৰ কেঁচুৱাটোৰ যত্ন লোৱা

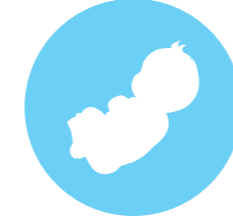
এক অকালজাত কেঁচুৱাৰ মাতৃ এগৰাকী হোৱাৰ বাবে আপুনি হয় এগৰাকী যুঁজাৰু আৰু আপোনাৰ সন্তান, এক বিজেতা।

এগৰাকী যুঁজাৰু মাতৃ হিচাপে, আপোনাক যথেষ্ট ধৈৰ্য্য, শক্তি, যত্ন আৰু স্নেহৰ প্ৰয়োজন। আপোনাৰ সন্তানৰ যত্ন আৰু বিকাশত আপুনি এক অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে। আপোনাৰ সন্তানৰ ওচৰত আপোনাৰ উপস্থিতিয়ে সিহঁতক বিজয়ী কৰি তোলে।

অকালজাত কেঁচুৱা আৰু সিহঁতৰ পৰিয়ালবোৰে নিওনেটেল ইন্টেনচিভ কেয়াৰ ইউনিট (NICU) মাজেৰে এক অপৰিচিত, যথেষ্ট প্ৰযুক্তিগত আৰু প্ৰায়ে বিফলকাৰী যাত্ৰাৰ অভিজ্ঞতাৰ সন্মুখীন হয়। ঘৰলৈ যোৱাৰ সময় ওচৰ চাপি অহাৰ সৈতে, বেছিভাগ ৰোগীয়ে NICU ক্ৰমচাৰী আৰু প্ৰযুক্তিৰ সমৰ্থন তেওঁলোকৰ সন্তানৰ যত্ন লোৱাৰ তেওঁলোকৰ সামৰ্থৰ ওপৰত প্ৰশ্ন কৰে। চিকিৎসালয়ৰ পৰা যাবলৈ দিয়াৰ প্ৰক্ৰিয়াটোত ৰোগীসকলক সমৰ্থন আৰু অৰ্ন্তভুক্ত কৰিলে তেওঁলোকক ঘৰত তেওঁলোকৰ কেঁচুৱাটোৰ যত্ন লোৱাৰ আত্মবিশ্বাস প্ৰদান কৰে।¹

আপুনি কেতিয়া আপোনাৰ সন্তানক ঘৰলৈ লৈ যাব পাৰে ?

চিকিৎসালয়ৰ পৰা যাবলৈ দিয়াৰ সময়ত, যি সাধাৰণতে 37-ৰ পৰা 40 সপ্তাহৰ গৰ্ভধাৰণ পূৰ্ব বয়সত ঘটে, কেঁচুৱাটোৱে নিম্নলিখিত বিশেষত্ববোৰ প্ৰদৰ্শন কৰিব লাগে²:



মূৰটো উঠাই ৰখাৰ আৰু মূৰ-ব্যৱধান সঁহাৰিৰ বাবে পৰীক্ষা কৰোঁতে মূৰটো সমান্তৰাল কৰি ৰখাৰ সামৰ্থ্য।



এক বিকাশ গ্ৰিড অনুসৰি ওজন বৃদ্ধিৰ এক সঠিক পৰিমাণ আৰু প্ৰকাৰ



যেতিয়া ভোক লাগে জোৰেৰে কন্দাৰ সামৰ্থ্য



সঠিক বয়সৰ বাবে উপযুক্ত স্নায়ুগত সঁহাৰি

যদিও, আমাৰ যুঁজাৰুৰ বাবে NICU এক জীৱন-ৰক্ষক পৰিৱেশ হ'ব পাৰে, কিন্তু দীঘলীয়া সময়ৰ বাবে থাকিলেও NICU সিহঁতৰ ঘৰ হৈ নপৰে। অৱশেষত, কেঁচুৱাটো সিহঁতৰ মাক-দেউতাকৰ সৈতে ঘৰত থাকিব লাগিব।¹

আপোনাৰ ঘৰটো সাজু কৰক

এক যুঁজাৰু মাক আৰু দেউতাক হিচাপে, কাৰ্যকৰী সম্পৰ্ক আৰু সন্তান প্ৰতিপালনৰ প্ৰকাৰ উদ্ভৱ হোৱাৰ আগতে আপুনি বহুতো মনোবৈজ্ঞানিক কাৰ্য সম্পাদন কৰিব লাগিব। এই কামবোৰত নিম্নলিখিতবোৰ অন্তৰ্ভুক্ত আছে²:



ঘৰৰ পৰিৱেশৰ সৈতে খাপ খাই লওক যাতে আপোনাৰ কেঁচুৱাটোৰ প্ৰয়োজনবোৰ পূৰণ কৰিব পৰা যায়।



আপোনাৰ কেঁচুৱাৰ বাবে পৰিস্থিতি অনুকূলিত কৰাৰ বাবে পাৰিপাৰ্শ্বিক উষ্ণতা পৰিৱৰ্তন কৰা।



আপোনাৰ কেঁচুৱা বীজাণুৰ সংস্পৰ্শলৈ অহা নিম্নতম কৰিবলৈ দৰ্শনাৰ্থীৰ সংখ্যা সীমিত কৰা।



বিশেষ প্ৰয়োজন, বৃদ্ধিৰ ধৰণ, পৰিচৰ্যাৰ আৱশ্যকতা আৰু বিকাশৰ প্ৰত্যাশাৰ ক্ষেত্ৰত আপোনাৰ কেঁচুৱাটো অলপ বেলেগ, গতিকে উপায়সমূহ শিকক।

আটাইতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণভাৱে, এক যুঁজাৰু মাতৃ হিচাপে আপুনি আপোনাৰ সন্তানৰ সময়পূৰ্ব জন্মৰ বাবে দুখ কৰিব নালাগে। আপোনাৰ অকালজাত কেঁচুৱাটো হৈছে জন্মৰে পৰাই বিজেতা।

পুষ্টি

অকালজাত কেঁচুৱাটোৰ পুষ্টিৰ প্ৰয়োজনীয়তা অধিক হয় কিয়নো সিঁহতে গৰ্ভধাৰণৰ তৃতীয় তিনিমাহৰ কিছুমান বা সকলো পুষ্টি প্ৰাপ্ত নকৰে, যি হৈছে পুষ্টি জমা আৰু দ্ৰুত বিকাশৰ এক সময়।^৩

ইয়াৰে আৰম্ভ কৰক:



ইয়াৰে আৰম্ভ কৰক: চিকিৎসকৰ পৰামৰ্শ অনুসৰি মাতৃদুগ্ধ^৪

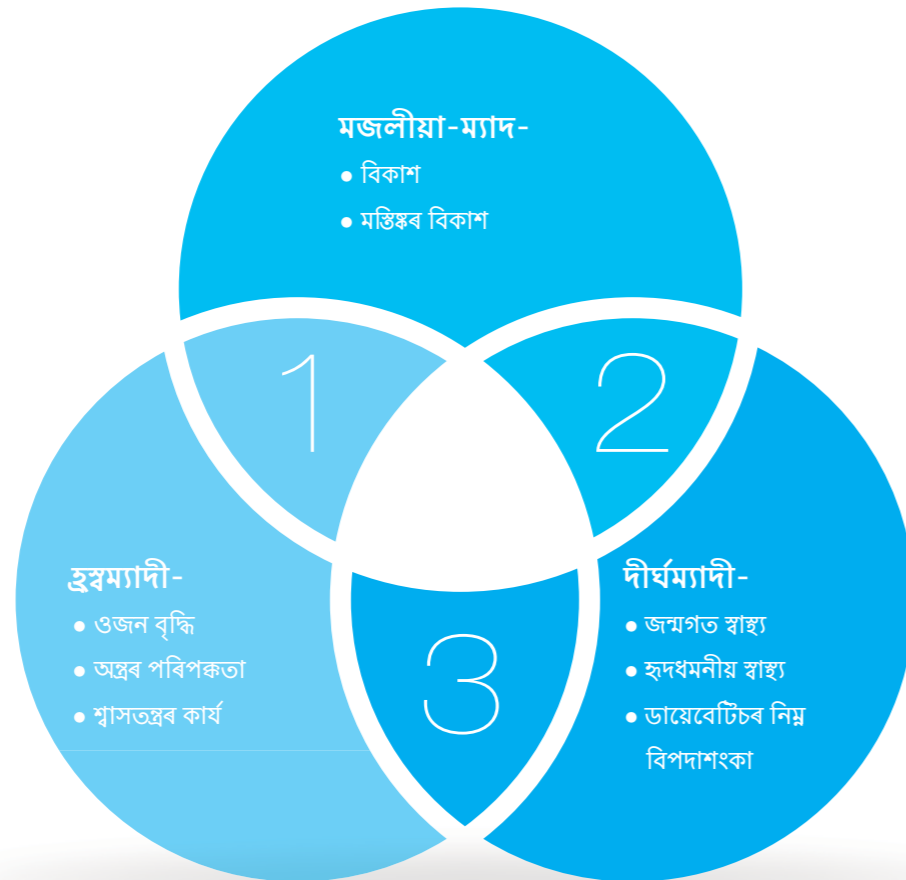


চিকিৎসকে দিহা দিয়া অনুসৰি অকালজাত কেঁচুৱাটোৰ বাবে ফৰ্মুলা খাদ্য^৫

খাদ্য প্ৰদানৰ আৰম্ভণি, তাৰ পৰিমাণ আৰু খাদ্য প্ৰদানত প্ৰগতিৰ হাৰ জন্মৰ সময়ৰ ওজন, গৰ্ভজাত বয়স আৰু কেঁচুৱাটোৱে তেতিয়ালৈকে কেনেদৰে খাদ্য সহন কৰিছে তাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰে।^৬

পুষ্টিৰ প্ৰভাৱ

হৃদয়ম্যাদী, মজলীয়া ম্যাদী আৰু দীৰ্ঘম্যাদী: ফলাফলৰ ওপৰত পুষ্টিৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ প্ৰভাৱ আছে^৭:



পৰামৰ্শৱলী

- ✓ চিকিৎসালয়ৰ পৰা যোৱাৰ পিছত এক সপ্তাহৰ ভিতৰত প্ৰথম অনুসৰণ সাক্ষাৎ কৰিব লাগে।
- ✓ 4 মাহৰ সংশোধিত বয়সত, মাক দেউতাকে চিকিৎসকৰ উপদেশ অনুসৰি পৰিপূৰক খাদ্য প্ৰদান আৰম্ভ কৰিব পাৰে।
- ✓ অনুকূল পুষ্টিয়ে প্ৰাপ্তবয়স্ক হোৱাৰ পিছত প্ৰতিকূল ৰোগৰ আশংকা হ্রাস কৰে। ই আপোনাৰ সন্তানৰ বিকাশ, বিপাক আৰু ৰোগ প্ৰতিৰোধক ক্ষমতাত এক গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰে।
- ✓ অনুকূল ওজন বৃদ্ধি হৈছে সিঁহতৰ বিকাশৰ লক্ষ্য। কিন্তু সিঁহতৰ বিকাশৰ বেগ নিৰীক্ষণ কৰাটো অত্যাৱশ্যকীয়, কিয়নো দ্ৰুত ওজন বৃদ্ধিও ভৱিষ্যতে হৃদযমনীয় আশংকাৰ সৈতে সম্পৰ্কিত হ'ব পাৰে।
- ✓ আপোনাৰ সন্তানক সম্ভৱতঃ কিশোৰাৱস্থালৈ নিৰীক্ষণ কৰা উচিত। 2 বছৰ বয়সলৈকে ডিচছাৰ্জ-পশ্চাৎ অনুসৰণ কৰা উচিত।



*ইয়াৰ পৰা সংগ্ৰহিত: কুমাৰ আৰ.কে, সিংঘল এ আৰু অন্যান্যসকল. অপটিমাইজিং নিউট্ৰিচন প্ৰিটাৰ্ম লো বাৰ্থ ওৱেট ইনফেণ্ট-কনচেনচাচ চামাৰী। ফণ্ট নিউট্ৰি. 2017 মে 26; 4:20।