

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



সফরে জয়লাভ নিজের বাড়িতেও অব্যাহত থাক

– বাড়িতে অকালজাত শিশুকে দেখাশোনা



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

আপনার শিশুর জন্য যত্ন নেওয়া

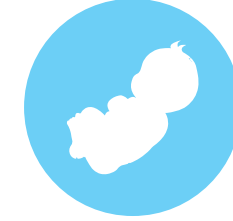
একটি অকালজাত শিশুর মা হওয়া আপনাকে একজন যোদ্ধা করে তোলে এবং আপনার শিশুকে, একজন বিজয়ী।

একজন যোদ্ধা মা হিসেবে, আপনার প্রয়োজন হয় প্রচুর ধৈর্য, শক্তি, যত্ন এবং ভালোবাসা। আপনার শিশুর যত্ন ও বেড়ে ওঠায় আপনি খুব গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করেন। আপনার শিশুকে ঘিরে আপনার উপস্থিতি তাদের বিজয়ী করে তোলে।

অকালজাত শিশুরা এবং তাদের পরিবারেরা নিওন্যাটাল ইন্টেনসিভ কেয়ার ইউনিট (এনআইসিইউ)-এর মাধ্যমে অনভ্যস্ত, ভীষণ প্রযুক্তিগত এবং প্রায়শ বিধবস্ত একটি যাত্রার অভিজ্ঞতা লাভ করেন। বাড়ি ফিরে যাওয়ার সময় এগিয়ে আসলে, বেশিরভাগ বাবা-মা এনআইসিইউ-এর কর্মী এবং প্রযুক্তির সহায়তা ছাড়া তাদের শিশুর যত্ন নিতে তাদের সামর্থ্য সম্বন্ধে প্রশ্ন করেন। ডিসচার্জ প্রক্রিয়ায় বাবা-মাদের অন্তর্ভুক্ত করলে এবং সহায়তা দিলে বাড়িতে তাদের শিশুর জন্য যত্ন নিতে তারা আত্মবিশ্বাস পান।¹

আপনার শিশুকে আপনি কখন বাড়ি নিয়ে যেতে পারেন ?

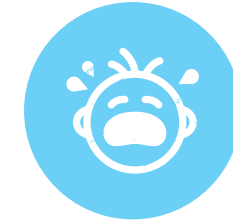
হাসপাতাল থেকে ডিসচার্জের সময়ে, যেটি সাধারণত গর্ভধারণের পর 37 থেকে 40 সপ্তাহের মধ্যে ঘটে, শিশুর উচ্চ নিচের বৈশিষ্ট্যগুলি প্রদর্শন করা²:



উপড় অবস্থায় মাথা তোলার সামর্থ্য এবং হেড-ল্যাগ টেস্টের সময়ে শরীরের সমান্তরালে মাথাটি ধরে রাখা



বৃদ্ধির নির্দেশিকা অনুযায়ী যথাযথ পরিমাণে ও ধরণে ওজন লাভ



খিদে পেলে জোরে কাঁদার সামর্থ্য



নিয়মানুগ বয়সের জন্য যথাযথ স্নায়ুতাত্ত্বিক প্রতিক্রিয়া

যদিও, আমাদের যোদ্ধার জন্য এনআইসিইউ একটি জীবনদায়ী পরিবেশ হতে পারে, কিন্তু দীর্ঘস্থায়ী বসবাস এনআইসিইউ-কে তাদের বাড়ি করে তুলতে পারে না। অবশেষে, তাদের বাবা-মায়ের সঙ্গে শিশুকে অবশ্যই বাড়িতে যেতে হয়।¹

আপনার বাড়ি গুছিয়ে নিন

যোদ্ধা মা এবং বাবা হয়ে, ফলপ্রসূ সম্পর্কের আগে আপনাদের অনেকগুলি মনস্তাত্ত্বিক কাজকর্ম করতে হবে এবং শিশুকে বড় করার ধারণা বিবর্তিত হতে পারে। এই কাজকর্মগুলি নিচে বলা হল²:



1 আপনার শিশুর প্রয়োজনগুলির উপযোগী করতে বাড়ির পরিবেশ বিন্যস্ত করুন।



3 আপনার শিশুর জন্য অবস্থা কার্যকর করতে পরিবেশের তাপমাত্রা পরিবর্তন করুন।



2 রোগজীবাণুর প্রতি আপনার শিশুর উন্মোচন কমাতে অতিথিদের সংখ্যা সীমিত করুন।



4 তাদের বিশেষ প্রয়োজন, বৃদ্ধির ধরণ, যত্ন দেওয়ার প্রয়োজন, এবং বিকাশের আশা সম্বন্ধে আপনার শিশু কি কি উপায়ে ভিন্নরূপ হয়, সেগুলি বোঝার চেষ্টা করুন।

সবথেকে গুরুত্বপূর্ণ হল, একজন যোদ্ধা মা হয়ে আপনার শিশুর অকাল জন্ম সম্বন্ধে আপনি দুঃখ করবেন না। আপনার অকালজাত শিশু হল একজন জন্মগত বিজয়ী।

পুষ্টি

অকালজাত শিশুদের বেশি পুষ্টির প্রয়োজন হয় কারণ তারা গর্ভাবস্থার তৃতীয়ার্থ, যেটি পুষ্টি অবক্ষিপ এবং দ্রুত বৃদ্ধির সময়, সেটির কিছুটা বা সম্পূর্ণ পেতে বঞ্চিত হয়েছে।^৩

এগুলি দিয়ে আরম্ভ করুন:



চিকিৎসকের পরামর্শ মতো বুকের দুধ^৪



চিকিৎসকের পরামর্শ মতো অকালজাত শিশুদের জন্য ফর্মুলার ব্যবস্থা^৪

খাওয়ানোর শুরু, সেগুলির পরিমাণ এবং খাওয়ানোর অগ্রগতির হার জন্মকালীন ওজন, গর্ভাবস্থার বয়স এবং বর্তমান সময় পর্যন্ত নবজাতক কিভাবে খাদ্য সহ্য করেছে সেসবের সঙ্গে সম্পর্কিত হয়।^৪

পুষ্টির প্রভাব

স্বল্প-মেয়াদী, মধ্য-মেয়াদী এবং দীর্ঘ-মেয়াদী ফলাফলের উপর পুষ্টির গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা আছে^৫:



পরামর্শ

- ✓ ডিসচার্জের পর এক সপ্তাহের মধ্যে প্রথম ফলো-আপ করা উচিত।
- ✓ নিয়মানুগ 4 মাস বয়সে, চিকিৎসকের উপদেশ মতো বাবা-মা সম্পূর্ণক আহার দেওয়া শুরু করতে পারেন।
- ✓ সন্তোষজনক পুষ্টি পরিণত অবস্থায় ক্ষতিকর রোগ-উপসর্গ কম করে। এটি আপনার শিশুর বৃদ্ধি, বিপাক এবং রোগ-প্রতিরোধে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।
- ✓ তাদের বিকাশের লক্ষ্য হল সন্তোষজনক ওজন লাভ করা। কিন্তু তাদের বৃদ্ধির গতিমাত্রা খেয়াল রাখা প্রয়োজনীয় হয়, কারণ দ্রুত ওজন লাভ ভবিষ্যতে হৃদযন্ত্রের ঝুঁকির সাথে যুক্ত হতে পারে।
- ✓ আপনার শিশুর প্রতি বয়ঃসন্ধিকাল পর্যন্ত খেয়াল রাখা বাঞ্ছনীয়। ডিসচার্জের পর 2 বছর বয়স পর্যন্ত নিয়মিত ফলো-আপ করা উচিত।

*সংগৃহীত হয়েছে: কুমার আর.কে., সিংঘল এ. প্রমুখ। অপটিমাইজিং নিউট্রিশন ইন প্রিটার্ম লো বার্ণ ওয়েট ইনফ্যান্টস-কনসেনসাস সামারি। ফ্রন্ট নিউট্রি. 2017 মে 26; 4:20।