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

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 PREEMIES
TOGETHER WE WIN

H_SSK_2018_NOV_NUTRICIA_APTAMIL_11067809_POSTDISCHARGE BOOKLET_SIZE_A4

आपके शिशु की देखभाल करना

समय पूर्व जन्मे की माता होने के कारण आप योद्धा होती हैं, और आपका शिशु विजेता होता है.

एक योद्धा माता होने के नाते, आपको बहुत अधिक धैर्य, बल, देखभाल और प्यार की आवश्यकता होती है. आप अपने शिशु की देखभाल और विकास में एक बहुत ही महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं. आपके शिशु के आसपास आपकी उपस्थिति उन्हें विजेता बनाती है.

समय पूर्व जन्मे शिशु और उनके परिवार एक अपरिचित, बहुत अधिक तकनीकी तथा अकसर नवजात शिशु गहन देखभाल इकाई (एनआईसीयू) के जरिए एक गहन अनुभव से गुजरते हैं. जैसे जैसे घर जाने का समय नजदीक आता है, अधिकांश माता-पिता एनआईसीयू कर्मचारियों तथा तकनीकी के बिना अपने शिशु की सहायता करने से संबंधित अपनी योग्यता के संबंध में प्रश्न पूछते हैं. छुट्टी देने की प्रक्रिया में माता पिता की सहायता करना और उनकी भागीदारी से उनमें घर पर अपने शिशु की देखभाल करने के लिए विश्वास पैदा होता है.[1]

आप अपने शिशु को कब घर ले जा सकते हैं?

अस्पताल से छुट्टी के समय, जो कि आमतौर पर पोस्ट-कन्सेप्चुलाईज़ेशन आयु के 37 से 40 सप्ताह के बीच में होता, शिशु द्वारा निम्नलिखित विशेषताओं को दर्शाया जाना चाहिए[2]:

- झुकने पर सिर को ऊंचा करने की क्षमता तथा जब हेड-लैग प्रतिक्रिया के लिए जांच की जाती है, तो शरीर के समांतर सिर को बनाए रखने की क्षमता
- विकास ग्रिड के अनुसार, वज़न बढ़ने की उचित मात्रा तथा परिपाटी
- भूख लगने पर ज़ोर से रोने की योग्यता
- सही आयु के लिए तंत्रिका संबंधी प्रतिक्रियाएं

हालांकि हमारे योद्धा के लिए एनआईसीयू एक जीवन-रक्षक परिवेश हो सकता है, लेकिन लंबे समय तक ठहरने से एनआईसीयू उनका घर नहीं बन जाता है. अंततः शिशु को अपने माता-पिता के साथ घर में होना चाहिए[1].

अपने घर को तैयार करें

एक योद्धा माता और पिता के रूप में, प्रभावी रिश्ते और परवरिश परिपाटियों के विकसित होने से पहले, आपको अनेक मनोवैज्ञानिक कार्यों को पूरा करना होगा. इन कार्यों में निम्नलिखित शामिल हैं[2]:

1. आपके शिशु की आवश्यकताओं को समायोजित करने के लिए घर के परिवेश को समायोजित करें
2. आपके शिशु को पैथोजन के न्यूनतम संपर्क तक रखने के लिए आगन्तुकों की संख्या को सीमित करें.
3. आपके शिशु के स्थितियों को इष्टतम करने के लिए परिवेशी तापमान को परिवर्तित करें.
4. ऐसे तरीकों के बारे में जानकारी प्राप्त करें जिनमें आपका शिशु अपनी विशेष आवश्यकताओं, विकास परिपाटियों, देखभाल करने संबंधी आवश्यकताओं तथा विकास प्रत्याशाओं में दूसरों से भिन्नता रखता है.

सर्वाधिक महत्वपूर्ण रूप से, एक योद्धा माता होने के नाते, आपको अपने शिशु के समयपूर्व जन्म के प्रति दुख नहीं मनाना चाहिए. आपका समय पूर्व जन्मा बच्चा विजेता है.

पौष्टिकता

समयपूर्व जन्मे शिशुओं की पौष्टिकता संबंधी उच्चतर ज़रूरतें होती हैं क्योंकि वे गर्भावस्था की तीसरी तिमाही के कुछ या पूरी तिमाही से चूक जाते हैं, जो कि पौष्टिक तत्वों के संचयन और तीव्र विकास का समय होता है[3].

निम्नलिखित के साथ शुरूआत करें:

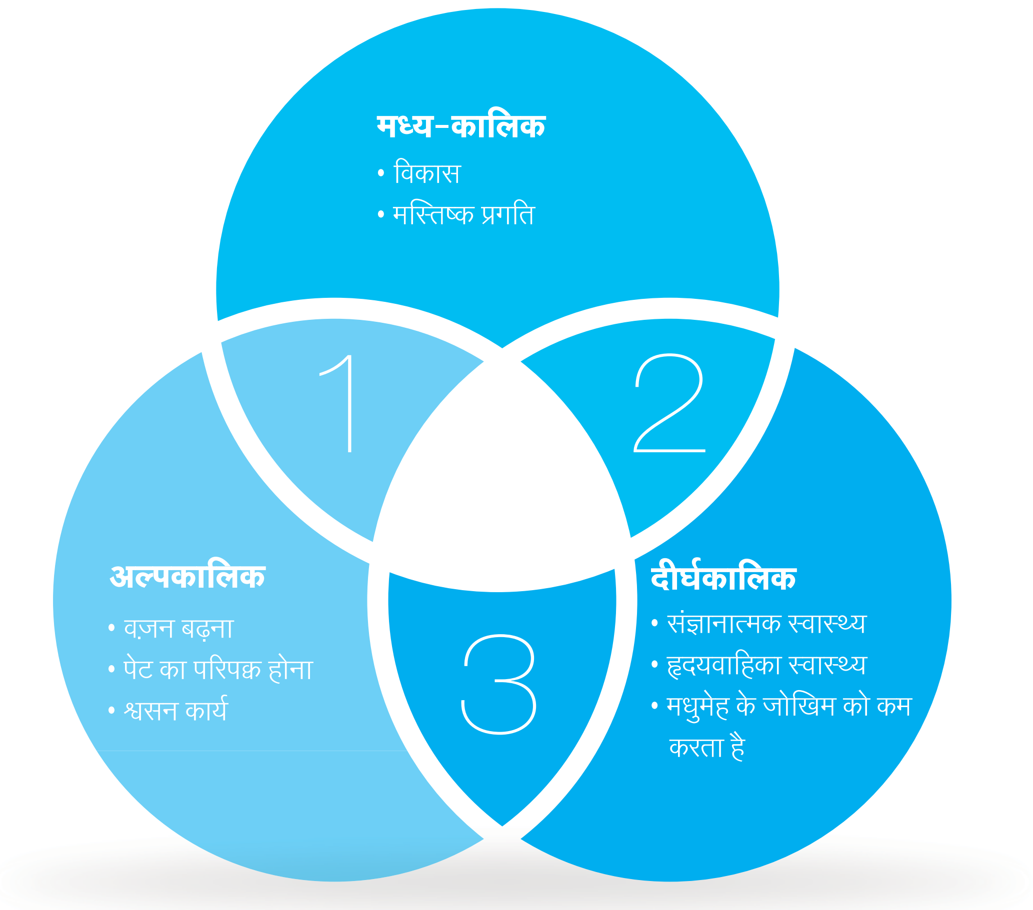
चिकित्सक की सिफारिश अनुसार मां का दूध[4]

चिकित्सक द्वारा विहित किए गए अनुसार समय पूर्व जन्मे शिशुओं के लिए फार्मूला[4]

दुग्धपान की शुरुआत, उसकी मात्रा तथा दुग्धपान के स्तर को बढ़ाने की दर- जन्म के समय वज़न, गर्भावधि की आयु (समय) तथा वर्तमान समय तक शिशु द्वारा दुग्धपान को किस प्रकार से सहन किया गया है[4].

पौष्टिकता का प्रभाव

पौष्टिकता का अल्पकालिक, मध्य कालिक तथा दीर्घकालिक परिणामों पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है[5]:



H_SSK_2018_NOV_NUTRICIA_APTAMIL_11067809_POSTDISCHARGE BOOKLET_SIZE_A4

सिफारिशें*

- अस्पताल से छुट्टी के बाद पहला फॉलो-अप एक सप्ताह के भीतर किया जाना चाहिए.
- 4 महीने की करेक्टेड आयु में, माता-पिता चिकित्सक की सलाह से अनुपूरक आहार की शुरूआत कर सकते हैं.
- इष्टतम पौष्टिकता से वयस्क होने पर प्रतिकूल रूग्णताओं का जोखिम कम होता है. यह आपके शिशु के विकास, चयापचय और प्रतिरक्षा के संबंध में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है.
- उनके विकास के लिए इष्टतम रूप से वज़न बढ़ना लक्ष्य होता है. लेकिन, उनके विकास की तीव्रता की निगरानी करना अनिवार्य है, क्योंकि तीव्र रूप से वज़न बढ़ना भावी हृदयवाहिका जोखिम के भी जुड़ा हो सकता है.
- वरीयता के रूप में आपके शिशु की निगरानी किशोरावस्था तक की जानी चाहिए. 2 वर्ष की आयु तक अस्पताल से छुट्टी के बाद नियमित फॉलो-अप किया जाना चाहिए.

*कुमार आरके., सिंघल ए, और अन्य से अनुकूलित. ऑप्टीमाईजिंग न्यूट्रिशन इन प्रिटर्म लो बर्थ वेट इन्फेंट्स- कन्सेंस्स सम्मरी. फ्रंट न्यूट्र. 2017 मई २६;४:२०. मे 26;4:20