



# जिंकण्याचा प्रवास घरीदेखील सुरू राहिल

- प्रीमीची (मुदतपूर्व जन्म झालेल्या बाळाची) काळजी घरामध्ये

## 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**

## काळजी तुमच्या बाळाची

प्रीमीची (मुदतीआधी जन्माला आलेल्या बाळाची) माता म्हणजे तुम्ही आहात एक लढवय्यी माता आणि तुमचे बाळ आहे विजेता.

लढवय्यी माता म्हणून, तुमच्याकडे संयम, सामर्थ्य, देखभाल करण्याची क्षमता आणि प्रेम असणे गरजेचे आहे. बाळाच्या देखभालीमध्ये व विकासामध्ये तुमची भूमिका अत्यंत महत्त्वाची आहे. तुमच्या बाळासोबतची तुमची उपस्थिती त्याला विजेता बनवते.

प्रीमीज आणि त्यांचे कुटुंबीय हे निओनेटल इन्टेसिव्ह केअर युनिटच्या (एनआयसीयू- नवजात अतिदक्षता विभाग) माध्यमातून अपरिचित, अत्यंत तांत्रिक आणि बऱ्याचदा दडपण आणणाऱ्या प्रवासाचा अनुभव घेतात. घरी जेण्याची वेळ जसजशी जवळ येते, तसतसे बहुतांश पालक हे एनआयसीयू कर्मचाऱ्यांच्या व तंत्रज्ञानाच्या मदतीशिवाय बाळाची काळजी घेण्याच्या आपल्या क्षमतेवर प्रश्न उपस्थित करतात. डिस्चार्जच्या प्रक्रियेमध्ये पालकांना साहाय्य केल्याने आणि त्यांना सहभागी करून घेतल्याने बाळाची घरी काळजी घेण्याबद्दल पालकांमध्ये आत्मविश्वास निर्माण होतो.<sup>1</sup>

## तुम्ही तुमच्या बाळाला घरी कधी घेऊन जाऊ शकता?

रुग्णालयातून डिस्चार्जच्या वेळी, जो सामान्यपणे गर्भधारणा वयापश्चात 37 ते 40 आठवड्यांदरम्यान उद्भवतो, बाळाने पुढील वैशिष्ट्ये प्रदर्शित करायला हवीत<sup>2</sup>:



पालथे केल्यावर डोके वर उचलण्याची आणि हेड-लॅंग प्रतिसादासाठी चाचणी केल्यावर डोके शरीराशी समांतर धरून ठेवण्याची क्षमता



ग्रोथ ग्रिडनुसार वजन वाढीचे योग्य प्रमाण व पॅटर्न



भूक लागलेली असताना जोरात रडण्याची क्षमता



करेक्टेड वयासाठी योग्य असा मज्जारसंस्थाशास्त्रीय प्रतिसाद

जरी, एनआयसीयू हे आमच्या लढवय्यांसाठी जीवरक्षक वातावरण निर्माण करत असले, तरीही त्यांना दीर्घकाळ एनआयसीयूमध्ये ठेवल्याने ते काही त्यांचे घर वनू शकत नाही. अखेरीस, बाळांना पालकांसोबतचा घरचा सहवास मिळणे आवश्यक आहे<sup>1</sup>.

## तुमच्या घराची सज्जता

लढवय्ये माता-पिता म्हणून, प्रभावी नातेसंबंध आणि पालकत्व विकसित होण्यापूर्वी तुम्ही अनेक मानसशास्त्रीय कार्ये साध्य करणे आवश्यक आहे. ह्या कार्यांमध्ये पुढीलचा समावेश आहे<sup>2</sup>:



1 तुमच्या बाळाच्या गरजांच्या पूर्ततेसाठी घरातील वातावरणाची जुळवणी करणे.



3 तुमच्या बाळासाठी स्थितीच्या अनुकूलतेसाठी पर्यावरणीय तापमानामध्ये बदल करणे.



2 तुमच्या बाळाचा पॅथोजेन्सशी किमान संपर्क व्हावा ह्यासाठी घरातील पाहुण्यांची संख्या मर्यादित ठेवणे.



4 तुमच्या बाळाच्या विशेष गरजा, वाढीचे स्वरूप, देखभालीच्या गरजा, आणि विकासाच्या अपेक्षा ह्यांच्या बाबतीत तुमच्या बाळाच्या बाबतीत कोठे तफावत आहे त्या गोष्टींबद्दल जाणून घेणे.

अधिक महत्त्वाचे म्हणजे, तुम्ही एक लढवय्यी माता असल्याने तुमच्या बाळाच्या मुदतपूर्व जन्माबद्दल तुम्ही दुःख करत राहू नये. तुमचे प्रीमी एक जन्मजात विजेता आहे.



## पोषण

प्रीमीजच्या पोषणविषयक गरजा अधिक प्रमाणात असतात कारण त्यांना गरोदरपणाच्या तिसऱ्या त्रैमासिकाचा काही किंवा सर्व भाग मिळत नाही, हा कालावधी पोषणद्रव्यांचा संचयाचा आणि जलद वृद्धीचा काळ असतो<sup>3</sup>.

द्वारासह सुरुवात करा:



डॉक्टरांनी शिफारस केल्याप्रमाणे स्तनाचे दूध (ब्रेस्ट मिल्क)<sup>4</sup>

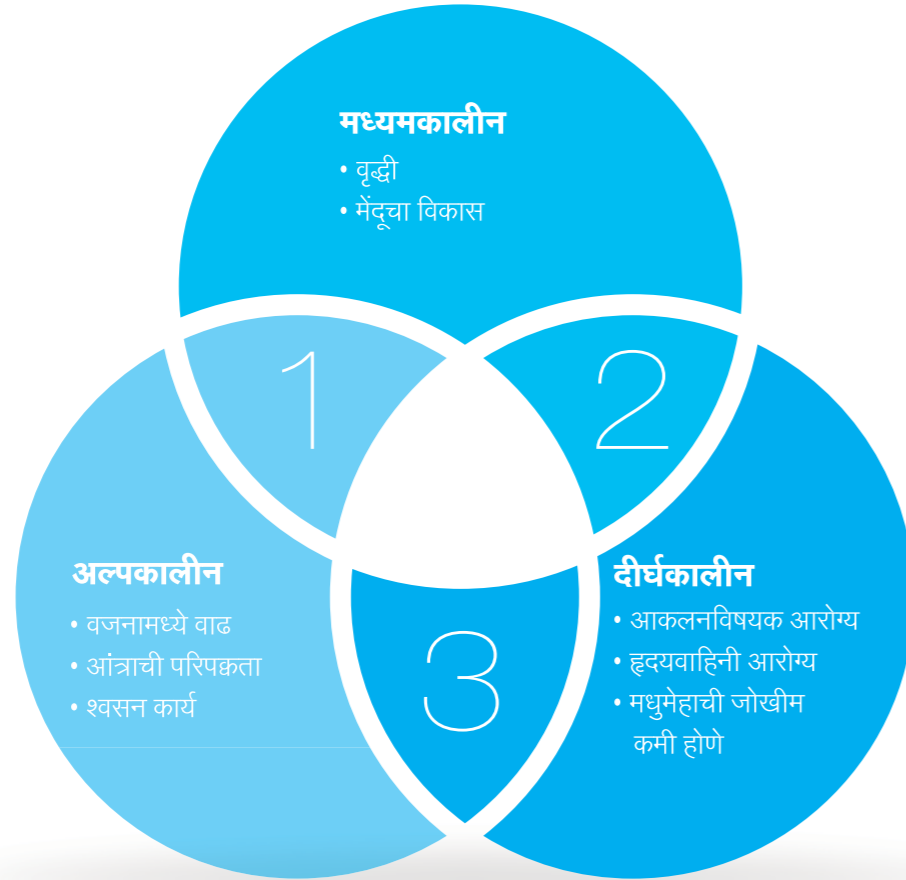


डॉक्टरांनी नेमून दिलेला प्रीमीजसाठीचा फॉर्म्युला<sup>4</sup>

आहाराची सुरुवात, त्याचे प्रमाण आणि आहाराच्या प्रगतीचा दर हे जन्माच्या वेळचे वजन, गर्भधारणा वय आणि आतापर्यंत बाळाला आहार किती सुसह्य झाला ह्या गोष्टींशी संबंधित आहे<sup>4</sup>.

## पोषणाचा परिणाम

पोषणाचा अल्पकालीन, मध्यमकालीन आणि दीर्घकालीन निष्पत्तींवर महत्त्वपूर्ण परिणाम होतो<sup>5</sup>:





## शिफारशी\*

- ✓ डिस्चार्जपश्चात एका आठवड्यामध्ये पहिला पाठपुरावा करण्यात यायला हवा.
- ✓ 4 महिन्यांच्या करेक्टेड वयाला, पालक हे डॉक्टरांच्या सल्ल्याप्रमाणे पूरक आहार (कॉम्प्लिमेंटरी फीडिंग) सुरु करू शकतात.
- ✓ सुयोग्य पोषण हे प्रौढत्वामध्ये प्रतिकूल रोगटपणाची जोखीम कमी करते. तुमच्या बाळाच्या वाढीमध्ये, चयापचयामध्ये आणि प्रतिक्षमतेमध्ये ते महत्त्वाची भूमिका बजावते.
- ✓ बाळाच्या विकासासाठी सुयोग्य वजन वाढ हे एक लक्ष्य आहे. परंतु त्यांच्या वृद्धीच्या गतीचे निरीक्षण करणे आवश्यक आहे, कारण वजनामध्ये जलदरीत्या होणारी वाढ ही भविष्यातील हृदयवाहिनी जोखमीशीही संबंधित असू शकते.
- ✓ शक्यतो पौर्गंडावस्थेपर्यंत तुमच्या बाळाची देखरेख करायला हवी. 2 वर्षे वयापर्यंत नियमित डिस्चार्ज-पश्चात पाठपुरावाची शिफारस करण्यात येते.



\*ह्यांमधून अनुकूलन: कुमार आरके., सिंगल ए., ईटी एएल. ऑप्टिमाइझिंग न्युट्रिशन इन प्रीटर्म लो बर्थ वेट इन्फंट्स- कन्सेसस समरी. फ्रंट न्युट्रि. 2017 मे 26;4:20