

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



ବିଜୟ ଯାତ୍ରା ଘରେ ଜାରୀ

-ଘରେ ପ୍ରୀମୀ କେୟର



**SUPPORTING
THE PREMIES
TOGETHER
WE WIN**

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

ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ

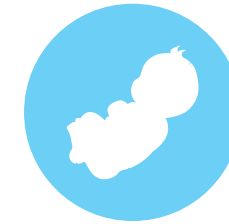
ଜଣେ ପ୍ରାମାଣ୍ୟ ମା' ଭାବରେ ଆପଣଙ୍କୁ ଲଜାଇ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ ଏବଂ ଜିତାଇବାକୁ ପଡିଥାଏ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ।

ଜଣେ ଲଜୁଆ ମା' ରୂପେ, ଆପଣଙ୍କୁ ଯେଉଁଠି, ଶକ୍ତି, ଯତ୍ନ ଓ ସ୍ନେହ ଆବଶ୍ୟକ ଅଟେ । ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଙ୍କ ଯତ୍ନ ଓ ବିକାଶରେ ଆପଣ ବହୁତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିଥାନ୍ତି । ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁ ଚତୁର୍ଥାଂଶରେ ଆପଣଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତି ତାକୁ ବିଜେତା କରିଥାଏ ।

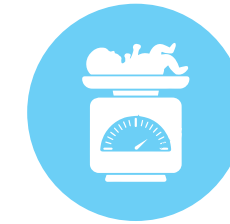
ପ୍ରାମାଣ୍ୟ ଏବଂ ତାଙ୍କ ପରିବାର ନିଃନାଚାଲ ଇଣ୍ଟେନ୍ସିଭ୍ କେୟାର ୟୁନିଟ୍ (ଏନ୍ଆଇସିୟୁ) ମାଧ୍ୟମରେ ଏକ ଅପରିଚିତ, ଅତ୍ୟଧିକ ଚେକିକାଲ୍ ଓ ପ୍ରାୟତଃ ଭାରୀ ଯାତ୍ରାର ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଘରକୁ ଆସିବା ସମୟରେ, ଅଧିକାଂଶ ମାତା-ପିତାଙ୍କ ପାଇଁ ଏନ୍ଆଇସିୟୁ କର୍ମଚାରୀ ଓ ଚେକ୍‌ଇନାକାର ସହାୟତା ବିନା ସେମାନଙ୍କ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ନେବାର ଦକ୍ଷତା ଉପରେ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ନିର୍ବହନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ମାତା-ପିତାଙ୍କୁ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ ଓ ସାମିଲ କରିବାର ପ୍ରୟାସ ତାଙ୍କୁ ଘରେ ନିଜ ଶିଶୁର ରତ୍ନ ନେବାରେ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଦାନ କରେ ।¹

କେତେବେଳେ ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ଘରକୁ ନେଇ ପାରିବେ ?

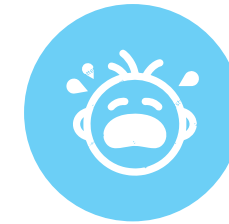
ହସ୍ପିଟାଲ୍ ଛାଡ଼ିବା ପରେ, ଯାହାକି ସାଧାରଣତଃ 37 ଓ 40 ସପ୍ତାହର ପୋଷ୍ଟ-କନେସେପଟନାଲ୍ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ, ଶିଶୁ ଠାରେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଗୁଣମାନ ଦେଖାଯିବା ଉଚିତ୍ ।²:



ମୁଣ୍ଡ ଉଠାଇବା ଯେତେବେଳେ ମୁଣ୍ଡ ମାଡ଼ି ଶୋଇଥାଏ ଏବଂ ଶରୀର ସହିତ ମୁଣ୍ଡକୁ ସମାନ୍ତରାଳ କରି ରଖିବାର ଦକ୍ଷତା ଯେବେ ହେଉ-ଲ୍ୟାଗ୍ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପାଇଁ ପରୀକ୍ଷା ହୋଇଛି ।



ଗୋଥି ଗ୍ରିଡ୍ ଅନୁସାରେ ଓଜନ ବଢ଼ାଇବାର ଉଚିତ୍ ମାତ୍ରା ଓ ପଦ୍ଧତି



ଭୋକିଲା ଥିବା ସମୟରେ କାନ୍ଦିବାର କ୍ଷମତା



ସଠିକ୍ ବୟସ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ନ୍ୟୁରୋଲୋଜିକାଲ୍ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା

ଯଦିଓ, ଏନ୍ଆଇସିୟୁ ଆମର ଫାଇଟରଙ୍କ ପାଇଁ ଜୀବନ-ରକ୍ଷାକାରୀ ପରିବେଶ ହୋଇପାରେ, କିନ୍ତୁ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ରହିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏନ୍ଆଇସିୟୁ ନିଜ ଘର ପରି ହୋଇ ପାରିବ ନାହିଁ । ଅନ୍ତତଃ, ଶିଶୁ ତାର ପିତା-ମାତାଙ୍କ ସହିତ ଘରେ ହିଁ ରହିବା ଉଚିତ୍ ।¹

ଆପଣଙ୍କ ଘର ପସ୍ତୁତ ରଖନ୍ତୁ

ଫାଇଟର ମାତା ଓ ପିତା ରୂପେ, ଆପଣ ଫଳପ୍ରସ୍ତୁତ ସମ୍ପନ୍ନ ଏବଂ ଲାଳନପାଳନ ପଦ୍ଧତି ବିକଶିତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ କିଛି ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ କାର୍ଯ୍ୟ ପୂରଣ କରିବା ଉଚିତ୍ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ସାମିଲ ଅଟେ:²



ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଙ୍କ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ସମାଯୋଜିତ କରିବା ପାଇଁ ଗୃହ ପରିବେଶକୁ ଅନୁକୂଳ କରନ୍ତୁ ।



ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁ ପାଇଁ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଅନୁକୂଳିତ କରିବା ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାବରଣ ତାପମାନକୁ ବଦଳାନ୍ତୁ ।



ଶିଶୁ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବାକୁ କମ୍ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆଗରୁକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ସୀମିତ କରନ୍ତୁ ।



ସେହି ଉପାୟ ଗୁଡ଼ିକ ବିଷୟରେ ଜାଣନ୍ତୁ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କ ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକତା, ବିକାଶ ସ୍ୱରୂପ, ଯତ୍ନ ପ୍ରଦାନର ଆବଶ୍ୟକତା ଓ ବିକାଶ ପ୍ରତୀକ୍ଷା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଭିନ୍ନ ଅଟେ ।

ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ଏହା କି ଜଣେ ଫାଇଟର ମା' ହିସାବରେ ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଅବଧି ପୂର୍ବ ବା ପ୍ରିଟର୍ମ୍ ଜନ୍ମ ବିଷୟରେ ଦୁଃଖ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଅନୁଚିତ୍ ।

ପୋଷଣ

ପ୍ରାମୀୟ ଅତ୍ୟଧିକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଆବଶ୍ୟକ କରିଥାନ୍ତି କାରଣ ସେମାନେ ଗର୍ଭାବସ୍ଥାର କିଛି ବା ସମସ୍ତ ତୃତୀୟ ତ୍ରିମାସକୁ ହରାଇଥାନ୍ତି, ଯାହା ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ଜମା ଓ ହ୍ରାସ ବିକାଶ ଅବଧି ଅଟେ ।³

ଏଥିରୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତୁ:



ଡକ୍ଟରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସୁପାରିଶକୃତ ଖନପାନ



ଡକ୍ଟରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ପ୍ରାମୀୟ ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାୟ⁴

ଭୋଜନର ଆରମ୍ଭ, ତାହାର ମାତ୍ରା ଓ ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଓଜନ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଭୋଜନର ଅଗ୍ରିମ ହାର, ଗର୍ଭାବସ୍ଥା ବୟସ ଓ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶିଶୁ ଫାଉକୁ କିପରି ସହ୍ୟ କରିଛି ।⁴

ପୋଷଣର ପ୍ରଭାବ

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟାବଧି, ମଧ୍ୟମ ଅବଧି ଓ ଦୀର୍ଘକାଳିନ ପରିଣାମ ଉପରେ ପୋଷଣର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଭାବ ରହିଛି ।⁵:



ସୁପାରିଶ:

- ✓ ପୋଷ୍ଟ-ଡିସ୍ଚାର୍ଜ୍ ଏକ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଥମ ଅନୁବର୍ତ୍ତନ ପଲୋ-ଅପ୍ କରାଯିବା ଉଚିତ ।
- ✓ ଠିକ୍ 4 ମାସ ବୟସରେ, ପିତାମାତା ଡକ୍ଟରଙ୍କ ଉପଦେଶ ଅନୁସାରେ ପରିପୂରକ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରଦାନ ଆରମ୍ଭ କରିପାରିବେ ।
- ✓ ଅନୁକୂଳତମ ପୋଷଣ ବୟସ୍କତା ଭିତ୍ତିରେ ପ୍ରତିକୂଳ ରୋଗଜନିତ ଆପଦକୁ କମ୍ କରେ । ଏହା ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ବୃଦ୍ଧି, ବିପାକ କ୍ରିୟା ବା ମେଟାବୋଲିଜିମ୍ ଓ ପ୍ରତିରକ୍ଷାରେ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରେ ।
- ✓ ଅନୁକୂଳତମ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ସେମାନଙ୍କ ବିକାଶର ଲକ୍ଷ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କ ବିକାଶର ବେଗ ନୀରିକ୍ଷଣ କରିବା ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଅଟେ, ଯେହେତୁ ଦ୍ରୁତ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ଭବିଷ୍ୟତ କାର୍ଡିଓକ୍ୟୁଲାରଜନିତ ଆପଦ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ହୋଇପାରେ ।
- ✓ କିଶୋରାବସ୍ଥା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁକୁ ନୀରିକ୍ଷଣ କରାଯିବା ଉଚିତ । ପରାମର୍ଶ କରାଯାଉଛି କି ନିୟମିତ ପୋଷ୍ଟ-ଡିସ୍ଚାର୍ଜ୍ ଅନୁବର୍ତ୍ତନ 2 ବର୍ଷ ବୟସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କରନ୍ତୁ ।

*ଅନୁକୂଳିତ: କୁମାର ଆର୍କେ, ସିଂଗଲ ଏ. ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନେ । ପ୍ରିଟର୍ମ୍ ଲୋ ବାର୍ଥ ଓଜନ ଶିଶୁ ଠାରେ ପୋଷଣକୁ ଅନୁକୂଳିତ କରିବା-ସର୍ବସମ୍ମତ ସାରାଂଶ । ପ୍ରସ୍ତୁତ: 2017 ମଇ 26, 4:20 ।