

## ನವಜಾತ ಶಿಶು ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ತೂಕದೊಂದಿಗೆ ಜನಿಸಿದ ಮಗುವಿಗೆ ಆರೈಕೆ

### ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಆರೈಕೆ

- ❖ ನವಜಾತ ಶಿಶು (ಆಗ ತಾನೇ ಜನಿಸಿದ ಮಗು) ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಆರೈಕೆ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ❖ ಇವುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು:
  - ಜನಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ಮೃದುವಾದ, ತೇವ ಹೊಂದಿರುವ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮಗುವಿನ ಮೈಯನ್ನು ಉಜ್ಜಬೇಕು ಮತ್ತು ಬಳಿಕ ಮೃದುವಾದ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಮುಚ್ಚಬೇಕು.
  - ಹವಾಮಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮಗುವನ್ನು ಹೊದಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಮಗುವನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಇರಿಸಬೇಕು.
  - ತಲೆ ಮತ್ತು ಕಾಲನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಮುಚ್ಚಬೇಕು.
  - ತಾಯಿಯ ಎದೆ ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ಇರಿಸಬೇಕು.
  - ಮೊದಲನೇ 24 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಾರಿ ಮಲ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಮೊದಲನೇ 48 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಕನಿಷ್ಠ ಒಂದು ಬಾರಿ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- ❖ ನವಜಾತ ಶಿಶುವನ್ನು ಮೊದಲನೇ 24-48 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ತೂಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ಮೊದಲನೇ 7 ದಿನಗಳ ತನಕ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಬಾರದು.
- ❖ ಪ್ರತಿ ಬಾರಿ ಹಾಲು ಕುಡಿದ ಬಳಿಕ ಮಗುವಿನ ಕುತ್ತಿಗೆ, ಎದೆ ಒರೆಸಬೇಕು
- ❖ ಹೊಕ್ಕಳ ಬಳಿಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛ ಮತ್ತು ಒಣಗಿರುವಂತೆ ಇರಿಸಬೇಕು.
- ❖ ವೈದ್ಯರು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿರುವ ಔಷಧಿ ಹೊರತು ಪಡಿಸಿ ಹೊಕ್ಕಳು ಬಳಿಗೆ ಬೇರೆ ಏನನ್ನೂ ಹಚ್ಚಬಾರದು.
- ❖ ಖಾಯಿಲೆ ಹೊಂದಿರುವ ಜನರಿಂದ ಮಗುವನ್ನು ದೂರದಲ್ಲಿರಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಮಗುವನ್ನು ಕೆಲವರು ಮಾತ್ರವೇ ಆರೈಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಬೇಕು.



### ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಮನೆ ಭೇಟಿ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ

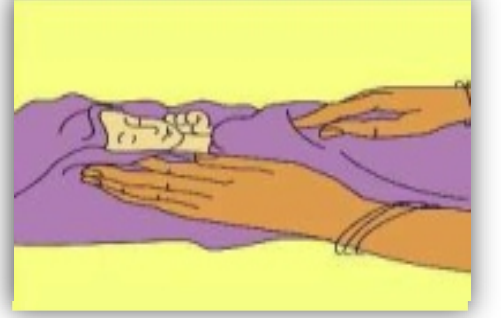


- ❖ ನವಜಾತ ಶಿಶುವನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗೆ ಇರಿಸಲಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಮಗುವಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತಾಯಿ ಹಾಲನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಉಣಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮನೆ ಭೇಟಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ❖ ಒಂದು ವೇಳೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹೆರಿಗೆ ಮಾಡಿಸಿದಲ್ಲಿ, ಮಗುವು ಜನಿಸಿದ ತಕ್ಷಣವೇ ಅದರ ಆರೈಕೆಗಾಗಿ ಮೊದಲನೇ ಭೇಟಿ ಮಾಡಬೇಕು, ಇದಾದ ಬಳಿಕ ಮೊದಲನೇ 24 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೊಂದು ಭೇಟಿ, ಆ ಬಳಿಕ 2 ನೇ ದಿನದಂದು ಭೇಟಿ ಮಾಡಬೇಕು.
- ❖ ಒಂದು ವೇಳೆ ಮಗು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದಲ್ಲಿ, ದಿನ 3, 7 ಮತ್ತು 42 ರಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿಸಬೇಕು.
- ❖ ಒಂದು ವೇಳೆ ಮಗು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದಲ್ಲಿ, ದಿನ 1, 3, 7 ಮತ್ತು 42 ರಂದು ಮನೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡಬೇಕು.
- ❖ ಕಡಿಮೆ ತೂಕ ಹೊಂದಿರುವ, ಅವಧಿಗೆ ಮುಂಚೆ ಜನಿಸಿರುವ ಹಾಗೂ ಖಾಯಿಲೆ ಹೊಂದಿರುವ ಮಗುಗಳಿಗಾಗಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಭೇಟಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.
- ❖ ಜನಿಸುವಾಗ ಕಡಿಮೆ ತೂಕ ಹೊಂದಿರುವ ಶಿಶುಗಳ ಮನೆಗಳಿಗೆ 14, 21 ಮತ್ತು 28 ನೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡಬೇಕು.

## ಜನಿಸುವಾಗ ಕಡಿಮೆ ತೂಕ ಹೊಂದಿರುವ ಶಿಶುಗಳ ಆರೈಕೆ

ಜನಿಸುವ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ 2.5 ಕಿಲೋಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ತೂಕ ಹೊಂದಿರುವ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಆರೈಕೆ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.

- ಮಗುವಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಬೆಚ್ಚಗೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು. ಮಗುವನ್ನು ತಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ತ್ವಚೆಗೆ ತ್ವಚೆ ಸಂಪರ್ಕದೊಂದಿಗೆ ಬೆಚ್ಚಗೆ ಇರಿಸಬೇಕು (ಇದನ್ನು ಕಾಂಗರೂ ಆರೈಕೆ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ).
- ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರು ಇವುಗಳನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಬೇಕು:
  - ಮಗುವನ್ನು ಮೃದುವಾದ ಬಟ್ಟೆಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಹೊದಿಕೆಗಳಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮುಚ್ಚಬೇಕು.
  - ಉಷ್ಣತೆ ನಷ್ಟವಾಗದಂತೆ ಕಾಪಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ತಲೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಬೇಕು.
  - ಮಗುವನ್ನು ತಾಯಿಯ ಎದೆ ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆಗೆ ಸಮೀಪವಾಗಿ ಇರಿಸಬೇಕು.
  - ಮಗುವನ್ನು ತಾಯಿಗೆ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿಲ್ಲದಿರುವಾಗ ಬಿಸಿ ನೀರು ತುಂಬಿದ ಬಾಟಲ್‌ಗಳನ್ನು ಬಟ್ಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಿ ಮಗುವಿನ ಹೊದಿಕೆಗಳ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಬಹುದು.
  - ಮಗುವಿಗೆ ತಾಯಿ ಆಗಾಗ ಹಾಲು ಉಣಿಸಬೇಕು.
- ಜನಿಸುವಾಗ ಕಡಿಮೆ ತೂಕ ಹೊಂದಿದ ಮಗುವನ್ನು ಮೊದಲನೇ ಏಳು ದಿನಗಳ ವರೆಗೆ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸಬಾರದು.



## ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

- ❖ ಮಗು ಜನಿಸಿದ ತಕ್ಷಣವೇ ತಾಯಿ ಹಾಲು ಉಣಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಮೊದಲನೇ 6 ತಿಂಗಳುಗಳ ವರೆಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಉಣಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಬೇಕು.
- ❖ ಬಾಟಲ್ ಹಾಲು ಉಣಿಸುವುದು, ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿಸುವುದು, ಬಾಯಿ ಮೂಲಕ ಇತರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಿಸುವುದು-ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾಡದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ❖ ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿಗೆ ಸಲಹೆ ಮಾಡಿರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮನೆ ಭೇಟಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.
- ❖ ಮಗು ಜನಿಸಿದ ತಕ್ಷಣವೇ ಜನಿಸಿದ ಸಮಯ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ತೂಕವನ್ನು “ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಸುರಕ್ಷೆ ಕಾರ್ಡ್”ನಲ್ಲಿ ಬರೆಯಬೇಕು.
- ❖ ಪ್ರತಿ ಭೇಟಿಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ಮಗುವಿನ ತೂಕದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ನಡೆಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆ ಚಾರ್ಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ತೋರಿಸಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.
- ❖ ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನಲ್ಲಿ ಆರಂಭದಲ್ಲೇ ಕಂಡು ಬರುವ ಅಪಾಯದ ಸಂಕೇತಗಳು ಮತ್ತು ಖಾಯಿಲೆ ಕಂಡು ಬಂದಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ತಕ್ಷಣವೇ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು.
- ❖ ಜನನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ತೂಕ ಹೊಂದಿರುವ ಶಿಶುಗಳ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ನೆರವು ನೀಡಬೇಕು.
  - ಸರಿಯಾಗಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸುವಿಕೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುವ ತನಕ ದಿನಕ್ಕೆ ರಡು ಬಾರಿಯಂತೆ ಮನೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡುವುದು.
  - ಸ್ವಚ್ಛತೆ, ಸಾಕಷ್ಟು ಉಣಿಸುವಿಕೆ, ತ್ವಚೆಗೆ ತ್ವಚೆ ಸ್ಪರ್ಶ ಮೊದಲಾದವುಗಳ ಕುರಿತಂತೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.
  - ಅಗತ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಒತ್ತಿ ಹಾಲು ತೆಗೆದು ಮಗುವಿಗೆ ಉಣಿಸಬೇಕು.