ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತಂದೆಯ ಪಾತ್ರ

ತಂದೆಯ ಪಾತ್ರ

- ತಾಯಿಗೆ ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸಲು ಆಕೆಯ ಪತಿಯಿಂದ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಸದಸ್ಯರಿಂದ ಬೆಂಬಲ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹದ ಅಗತ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.
- ಇದು ನೈಜ ಹಾಗೂ ಬದ್ಧತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರಬೇಕು.
- ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸುತ್ತಿರುವ ತಾಯಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ಒದಗಿಸಲು ಆಕೆಯ ಪತಿಯೇ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.
- ಪತಿಯು ಅನೇಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಬೆಂಬಲಿಸಬಹುದು ಹಾಗೂ ಅವಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸಬೇಕು;
    - ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಮೊಲೆ ಹಾಲನ್ನು ಹಾಲನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಉಣಿಸುತ್ತಾ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಒಂದು ಮಾದರಿಯಾಗಬಹುದು.
    - ಪತಿಯೂ ಕೂಡಾ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದಿಸಬಹುದು.
    - ಮಗುವಿನ ಆರೈಕೆಯಲ್ಲಿ ಆಕೆಗೆ ನೆರವಾಗಬಹುದು, ಮತ್ತು ಇದರಿಂದಾಗಿ ತಾಯಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯಬಹುದು.
    - ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಆಟವಾಡುತ್ತಾ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಕಳೆಯಬಹುದು.

ನೆನಪಿರಲಿ

- ತನ್ನ ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಜನನದ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ ಹೊರ ಬಂದು ತಾಯಿ ತನ್ನ ಮೊದಲ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಬರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ ಹಾಗೂ ಆಕೆಯ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕೂಡಾ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.
- ಈ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತಂದೆ ಸಹಕರಿಸಬೇಕು ಹಾಗೂ ಮನೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ವಹಿಸಿಕೊಂಡು ಪತ್ನಿಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡಬೇಕು.
- ಮಗು ಸರಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆಯೇ? ತಾಯಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆಯೇ?, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾಳೆಯೇ, ಎಂದು ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು.
- ಆರಂಭದ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲೇ ತಂದೆಯಾದವನು ತನ್ನ ಮಗುವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪೋಷಣೆ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಮಗುವಿನ ಅಗತ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡಲ್ಲಿ, ಅದು ಮಗುವಿನ ಮೇಲೆ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ಇದು ಮಗುವಿನ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮೇಲೆ ಉತ್ತಮ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬಲಿಷ್ಠವಾದ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸಂಬಂಧ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗುತ್ತದೆ.

- ಆಕೆಯ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅವಳು ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಒದಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಬಹುದು.
- ಆಕೆಯು ಉತ್ತಮ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ ಎಂದು ಆಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಶಂಶಿಸುತ್ತಾ, ತಾಯಿಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೊಲೆ ಹಾಲೇ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದು ತನ್ನ ಮಡದಿಗೆ, ಸಂಬಂಧಿಕರಿಗೆ ತಿಳಿ ಹೇಳಬೇಕು.

ತಂದೆ/ಪತಿಯಾದವನು ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು

- ಮಗುವಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸಲು ತಾಯಿಯಿಂದ ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ಆತ ಸಂದೇಹ ಮಾಡಬಾರದು.
- ಒಂದು ವೇಳೆ ಆಕೆಯು ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸಿದಲ್ಲಿ ಆತನಿಗೆ ಗಾಬರಿ ಅಥವಾ ನಾಚಿಕೆ ಆಗಬಾರದು.
- ಒಂದು ವೇಳೆ ಆತ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಮಗು ಮಲಗಿಸಿದ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಧೂಮಪಾನ ಮಾಡಬಾರದು.

ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

- ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ, ಪತಿ ಮತ್ತು ಆತನ ಮನೆಯವರಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾ ಸಕಾರಾತ್ಮಕವಾದ ಕುಟುಂಬ ಪರಿಸರವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು.
- ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಉಣಿಸುವುದು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಮೊಲೆ ಹಾಲು ಮಾತ್ರವೇ ಉಣಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಅದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಕುರಿತಂತೆ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.
- ಅಗತ್ಯವಿರುವಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಹಾಲುಣಿಸುವ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಸಾಂದರ್ಭಿಕ ಸಹಾಯವನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು.
- ತನ್ನ ಪತ್ನಿಯೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನೊಂದಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ತಂದೆಗೆ ಅರಿವು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಬೇಕು.