ଜନ୍ମ ସମୟରେ କମ୍ ଓଜନର ହୋଇଥିବା ଶିଶୁଙ୍କର ଯତ୍ନ

ନବଜାତ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ:

- ଗୋଟିଏ ନବଜାତ ଶିଶୁ ବହୁତ କୋମଳ ଏବଂ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇଥାଏ, ତେଣୁ ତାକୁ ବହୁତ ଅଧିକ ଯତ୍ନ ଦରକାର ।
- ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ନିମ୍ନମତେ ନିଆଯିବା ଉଚିତ୍:
    - ଜନ୍ମପରେ ତାକୁ ତୁରନ୍ତ ଶୁଖେଇ, ଘୋଡ଼େଇ ଦିଆଯିବା ଉଚିତ୍ । ତାକୁ କୋମଳ ଓଦାଳିଆ କନାରେ ଧିରେ ଧିରେ ପୋଛି, ତାପରେ ଶୁଖିଲା କୋମଳ କନାରେ ଛାପଛାପ କରିବା ପରି ପୋଛିବା ଉଚିତ୍।
    - ପାଣିପାଗର ଅବସ୍ଥା ଅନୁଯାୟୀ ତାକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବରେ ଘୋଡ଼େଇ ଉଷୁମ୍ କରି ରଖିବା ଉଚିତ୍ ।
    - ମୁଣ୍ଡ ଓ ପାଦ ଢାଙ୍କିକରି ରଖିବା ଉଚିତ୍ ।
    - ମା ର ଛାତି ଓ ପେଟ ପାଖକୁ ଲଗେଇ ଧରି ରଖାଯିବା ଉଚିତ ।
    - ଶିଶୁ, ଜନ୍ମର ପ୍ରଥମ 24 ଘଣ୍ଟା ରେ ଝାଡ଼ା ଏବଂ ପ୍ରଥମ 48 ଘଣ୍ଟାରେ ପରିସ୍ରା ନିଶ୍ଚୟ କରିବା ଉଚିତ୍ ।

- ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ପ୍ରଥମ 24ରୁ 48 ଘଣ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ ଏବଂ ଜନ୍ମ ସମୟରେ କମ୍ ଓଜନର ହୋଇଥିବା ପିଲାକୁ ପ୍ରଥମ 7 ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗାଧୁଆନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥର ସ୍ତନପାନ କରାଇବା ପରେ ଏଉଡି କରାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ଲାହି ପାଖକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ପରିଷ୍କାର ଓ ଶୁଖିଲା ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ **ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିବା ଔଷଧ ବ୍ୟତିତ ଆଉ କିଛି ବି ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।**
- ଅସୁସ୍ଥ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ଠାରୁ ପିଲାକୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ କମ୍ ସେ କମ୍ ଲୋକଙ୍କୁ ହିଁ ପିଲାକୁ ଧରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ।

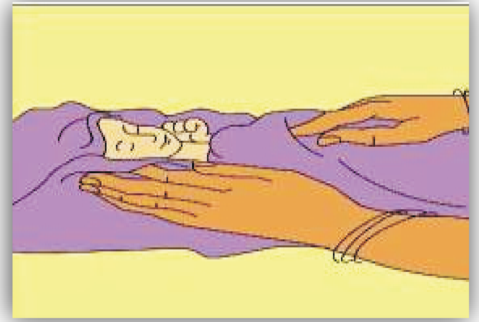
ନବଜାତ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ପାଇଁ ଗୃହ ପରିଦର୍ଶନ ସାରଣୀ

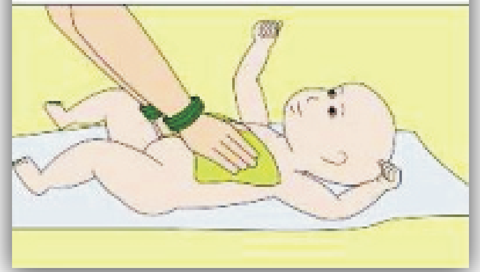
- ଏହି ସବୁ ଗୃହ ପରିଦର୍ଶନର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ଏକଥା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରାଇବା ଯେ, ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଆବଶ୍ୟକ ମାତ୍ରାର ଉଷୁମ ରଖାଯାଉଛି ଏବଂ ତାକୁ କେବଳ ହିଁ କେବଳ ଓ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ସ୍ତନପାନ କରାଯାଉଛି ।
- ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ ଜନ୍ମର ତୁରନ୍ତ ପରେ ଅଥବା ଜନ୍ମର 24 ଘଣ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ, ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିନ ନିଶ୍ଚୟ ଦେଖାଯିବା ଦରକାର ଯଦି ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ଘରେ ହୋଇଛି ।
- ଯଦି ଶିଶୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଛି, ତେବେ ଆପଣ ଶିଶୁକୁ 3ୟ ଦିନ, 7ମ ଦିନ ଓ 42 ତମ ଦିନ ଦେଖିବାକୁ ଯିବା ଉଚିତ୍ ।
- ଯଦି ଶିଶୁ ଘରେ ଜନ୍ମ ହୋଇଛି, ତେବେ ତାକୁ 1ମ, 3ୟ, 7ମ ଏବଂ 28 ତମ ଦିବସରେ ଆପଣ ଦେଖିବାକୁ ଯିବା ଉଚିତ୍ ।
- ଜନ୍ମ ସମୟରେ କମ୍ ଓଜନ, ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଜନ୍ମ ଓ ବେମାର ଶିଶୁ ମାନଙ୍କୁ ଦେଖିବା ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ପରିଦର୍ଶନର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡିବ ।
- ଜନ୍ମ ବେଳେ କମ୍ ଓଜନର ହୋଇଥିଲେ ଶିଶୁକୁ ଏହା ସମେତ 14 ତମ, 21ତମ ଏବଂ 28 ତମ ଦିବସରେ ଆପଣ ଦେଖିବାକୁ ଯିବା ଉଚିତ୍ ।

ଜନ୍ମ ସମୟରେ କମ୍ ଓଜନର ହୋଇଥିବା ଶିଶୁଙ୍କର ଯତ୍ନ

ଜନ୍ମବେଳେ ଅଢେଇ (2.5) କିଲୋରୁ କମ୍ ଓଜନର ହୋଇଥିବା ପିଲାଙ୍କୁ ଅଧିକ ଯତ୍ନ ଦରକାର, ତାହା ହେଉଛି ଏମିତି:

- ଶିଶୁ କୁ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଉଷୁମ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବା ଦରକାର ଏବଂ ତାକୁ ମା' ର ତ୍ୱଚା ସହିତ ଲଗାଇ ରଖଯିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ (କଙ୍ଗାରୁ ଯତ୍ନ)
- ପରିବାର ଏକଥା ସୁନିଶ୍ଚିତ କରାଇବା ଦରକାର ଯେ:-
  - ଶିଶୁକୁ ପତଳା ଚାଦର ବା କମ୍ବଳ ଦ୍ୱାରା ଯେମିତି ଆଚ୍ଛାଦିତ କରି ରଖାଯାଇଛି ।
  - ତାପମାତ୍ରା ଯେମିତି କମ୍ ହୋଇନଯାଏ, ସେଥିପାଇଁ ଶିଶୁର ମୁଣ୍ଡ ଘୋଡ଼େଇ କରି ରଖାଯାଇଛି ।
  - ଶିଶୁକୁ ମା ର ଛାତି ଓ ପେଟ ସହ ଯେମିତି ଲଗେଇ କରି ରଖାଯାଇଛି ।
  - ଶିଶୁକୁ ଯେତେବେଳେ ମା ର ପାଖରେ ରଖାଯାଇନପାରେ, ସେତେବେଳେ, ଉଷୁମ ପାଣି ରଖିଥିବା ବୋତଲକୁ କନାରେ ଗୁଡେଇ, ଶିଶୁର କମ୍ବଳ ଚାରିପଟେ ମଧ୍ୟ ରଖା ଯାଇପାରେ ।
  - ଏହିପରି ଶିଶୁକୁ ଅଧିକ ବାରାମ୍ବାର ସ୍ତନପାନ କରାଯିବା ଉଚିତ୍ ।
- କମ୍ ଓଜନରେ ଜନ୍ମିତ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ 7 ଦିନ ଗାଧୋଇବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ।





ଅଙ୍ଗନବାଡ଼ି କର୍ମୀଙ୍କର ଭୂମିକା

- ଜନ୍ମ ପରେ ପରେ ତୁରନ୍ତ ଏବଂ ପୁରା ଛଅ ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେବଳ ଓ କେବଳ ସ୍ତନପାନ କରାଇବା ପାଇଁ ମା କୁ ପରାମର୍ଶ ଓ ଉତ୍ସାହିତ କରାନ୍ତୁ ।
- ବୋତଲ ରେ ଖୁଆଇବା, ଶୀଘ୍ର ଗାଧୋଇବା, ପାଟିରେ ଅନ୍ୟ କିଛି ଦେବା ପରି ବିପଦଜନକ ଅଭ୍ୟାସରୁ ଦୂରରେ ରହିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତୁ ।
- ନବଜାତ ଶିଶୁଙ୍କ ଯତ୍ନ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ଗୃହ ପରିଦର୍ଶନ କରନ୍ତୁ ।
- ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ହେବା ମାତ୍ରେ ଜନନୀ ଓ ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା କାର୍ଡରେ ସମୟ ଓ ଓଜନ ନିଶ୍ଚୟ ଲେଖନ୍ତୁ ।
- ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିଦର୍ଶନ କାଳରେ ଶିଶୁର ଓଜନ ଯାଞ୍ଚକରି ଅଭିବୃଦ୍ଧି ତାଲିକାରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ମୁତାବକ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ।
- ସେପସିସ୍ ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବେମାରୀ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖା ଦେଲେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତର ଙ୍କୁ ଦେଖାନ୍ତୁ ।
- ଦୁର୍ବଳ ଏବଂ ଜନ୍ମ ସମୟର କମ୍ ଓଜନ ଶିଶୁଙ୍କ ପରିଚାଳନା ରେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।
  - ବାରାମ୍ବାର ପରିଦର୍ଶନ- ଦିନକୁ ଦୁଇଥର ଶିଶୁ ଠିକ୍ ରେ ସ୍ତନପାନ କରିବା ଯାଏଁ ।
  - ସ୍ୱଚ୍ଛତା, ସ୍ତନପାନ, ଉଷ୍ମତା, ତ୍ୱଚା ସହ ଲାଗି ରହିବା ରହିବା ଆଦି ପାଇଁ ଅଧିକ ଯତ୍ନ ।
  - ସ୍ତନରୁ କ୍ଷୀରର ବାହାର କରି ଶିଶୁକୁ ପିଆଇବା ।