ସଫଳତାର ସହ ସ୍ତନପାନ କରାଇବାରେ ପିତାଙ୍କର ଭୂମିକା

ପିତାଙ୍କର ଭୂମିକା

- ସ୍ତନପାନ କରାଉଥିବା ଜଣେ ମା' ସଫଳତାର ସହ ସ୍ତନପାନ କରାଇବା ପାଇଁ ନିଜ ସ୍ୱାମୀ ଓ ପରିବାରର ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ଠାରୁ ସାହାଯ୍ୟ ସମର୍ଥନ ଦରକାର କରିଥାଆନ୍ତି ।
- ଏହି ସାହାଯ୍ୟ ଓ ସମର୍ଥନ ପୁରାପୁରି ଆନ୍ତରିକ ଏବଂ ସ୍ୱଚ୍ଛୋଟତାସହ ହେବା ଦରକାର ।
- ଜଣେ ମହିଳା ସ୍ତନପାନ କରାଇଥିବା ବେଳେ, ତାଙ୍କର ସ୍ୱାମୀ ହେଉଛନ୍ତି ସମର୍ଥନ କରିବାର ସର୍ବୋତ୍ତମ ମଣିଷ ।
- ଜଣେ ସ୍ୱାମୀ ତାଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ସାହାଯ୍ୟ ଓ ସମର୍ଥନ କରିପାରିବେ ଯାହାଦ୍ୱାରାକି ସେ ମା' ତାଙ୍କର ସ୍ତନପାନ କରାଇବାର ନିଷ୍ପତ୍ତିକୁ ନେଇ ଖୁସି ଅନୁଭବ କରିପାରିବେ । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ କେତେକ ହେଉଛି:
    - ମା'ଙ୍କୁ ଏକଥା କହି ଉତ୍ସାହିତ କରନ୍ତୁ ଯେ ସେ ତାଙ୍କର ଶିଶୁକୁ କେବଳ ହିଁ କେବଳ ସ୍ତନପାନ ଦରକାର, ତାଙ୍କ ଅଞ୍ଚଳର ଅନ୍ୟ ମା' ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଉଦାହରଣ ହୋଇ ପାରିଛନ୍ତି ।
    - ସ୍ତନପାନ କିପରି କରାଯାଏ, ସେ ବିଷୟରେ ଶୁଣିବା ଶିଖିବା ।
    - ପିଲାର ଯତ୍ନ ନେବାରେ ମା'ଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା, ଯାହାଦ୍ୱାରାକି ମା' ବିଶ୍ରାମ କରି ପାରିବେ ।
    - ପିଲା ସହ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରିବା, ପିଲାକୁ କୋଳେଇ ଧରିବା ଇତ୍ୟାଦି ।

ମନେରଖନ୍ତୁ

- ଜଣେ ମା' ଗର୍ଭବତୀ ହୋଇଥିବା ଓ ମା' ହୋଇଥିବା ପରେ ତାଙ୍କ ଶାରୀରିକ ଦାବୀ ଓ ପରିବର୍ତ୍ତନ ର ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଦେଇ ଗତିକରନ୍ତି ଓ ପୂର୍ବ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଫେରିବାକୁ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚାଲିଥାଏ ତଥା ତାଙ୍କ ଶରୀରର ହରମୋନ୍ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ କୁ ସହ୍ୟକରୁଥାନ୍ତି ।
- ତେଣୁ ବାପା ଜଣକ, ପ୍ରତିଟି ଘରୋଇ କାମ ଦାମରେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ ସହ ପ୍ରତି କାମରେ ଆଗଭର ହୋଇ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ ଦିଗରେ ଆଗ୍ରହୀ ହେବା ଉଚିତ୍ ।
- ସେ ଶିଶୁର ପ୍ରଗତିକୁ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ସହ ଏକଥା ବି ସୁନିଶ୍ଚିତ କରାଇବା ଉଚିତ୍ ଯେ ନୂଆ ମା' ଜଣକ ଭଲ ଖାଉଛନ୍ତି ଓ ଯଥେଷ୍ଟ ବିଶ୍ରାମ କରୁଛନ୍ତି ।
- ଯେତେବେଳେ ଜଣେ ବାପା ତାଙ୍କ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ନେଇଥାଆନ୍ତି, ସେ ଶିଶୁର ଆବଶ୍ୟକତା ଗୁଡିକ ସହ ପରିଚିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି ଫଳରେ ଶିଶୁର ଭବିଷ୍ୟତର ଅଭିବୃଦ୍ଧିକୁ ନେଇ ତାଙ୍କର ସକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାଧାରା ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ସେ ଗୋଟିଏ ସୁଦୃଢ଼ ପାରିବାରିକ ବନ୍ଧନ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିଥାଆନ୍ତି ।

- ମାତାଙ୍କୁ ଅତିରିକ୍ତ ସମୟ ଦେଇ ଏବଂ ବଡ ସନ୍ତାନ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବାଦ୍ୱାରା ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।
- ଜଣେ ମା' ହିସାବରେ ସେ ନିଜ କାମ ବଢିଆ କରୁଛନ୍ତି କହି ଓ ପ୍ରଶଂସା କରି ତାଙ୍କୁ ଭଲ ଓ ଖୁସି ଅନୁଭବ କରାନ୍ତୁ ।
- ସେ ବାପା ଏହିପରି କହିବା ଦ୍ୱାରା ବି ସାହାଯ୍ୟ କରି ପାରିବେ ଯେ ସେ ଚାହାଁନ୍ତି ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ସ୍ତନପାନ କରାନ୍ତୁ କାରଣ ସେ ଜାଣିଛନ୍ତି ଯେ ମା' କ୍ଷୀର ତାଙ୍କ ପିଲାପାଇଁ ସର୍ବୋତ୍ତମ । ଏକଥା ସେ ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ କହିବା ଦରକାର ।

ଜଣେ ବାପା/ସ୍ୱାମୀ କଣ କରିବାରୁ ନିବୃତ୍ତ ରହିବା ଦରକାର

- ସେ, ତାଙ୍କର ପତ୍ନୀ ଯେ ଶିଶୁକୁ କ୍ଷୀର ଦେବାରେ ସକ୍ଷମ ନୁହନ୍ତି ସେ ପ୍ରସଙ୍ଗ ନେଇ ପତ୍ନୀଙ୍କ ଉପରେ ସନ୍ଦେହ କରିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ।
- ଯଦି ପତ୍ନୀ, ନିଜ ଶିଶୁକୁ ଘରଠାରୁ ବାହାରେ ଥିବା ବେଳେ ବି ସ୍ତନପାନ କରାଉଛନ୍ତି ତାକୁ ନେଇ ସ୍ୱାମୀ ଲଜ୍ଜା ବା ଅପମାନ ବୋଧ କରିବା ଅନୁଚିତ୍ ।
- ଯଦି ସେ ବାପା ଧୂମପାନ କରୁଥିବେ, ତେବେ ସେ ଶିଶୁର ବଖରାରେ ଏହିପରି କରିବା ଅନୁଚିତ୍ ।

ଅଙ୍ଗନବାଡି କର୍ମୀଙ୍କ ଭୂମିକା

- ଅଙ୍ଗନବାଡି କର୍ମୀ, ମା'ଙ୍କର ଶାଶୁଘର ଲୋକ ଓ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ ସ୍ତନପାନ ବିଷୟରେ ପରାମର୍ଶ ଓ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରାଇ ଘରେ ଏ ବିଷୟରେ ଏକ ସକାରାତ୍ମକ ବାତାବରଣ ସୃଷ୍ଟି କରାଇ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିବା ଦରକାର ।
- ସ୍ତନପାନ କରାଇବାର ଗୁରୁତ୍ୱ, କେବଳ ଓ କେବଳ ସ୍ତନପାନ ମହତ୍ୱ ଏବଂ ସ୍ତନକ୍ଷୀରର ସାମାଜିକ ଏବଂ ମାନସିକ ପ୍ରଭାବ ବିଷୟରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ବୁଝାଇବା ।
- ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ମା' ମାନଙ୍କୁ ସ୍ତନପାନ କରାଇବା ଦିଗରେ ସାହାଯ୍ୟ କରାଇବା ।
- ବାପାଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ପତ୍ନୀ ଓ ନବଜାତ ଶିଶୁ ପାଇଁ ସୃଷ୍ଟି ଦାୟୀତ୍ୱ ବିଷୟରେ ଅନୁଭବ କରାଇବା ଦିଗରେ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ।