కష్టమైన పరిస్థితుల్లో పాలు ఇవ్వటం

నెలలు నిండకుండా పుట్టిన/తక్కువ బరువుతో పుట్టిన శిశువులకు ఆహారం అందచేయటం

- తక్కువ బరువుతో పుట్టిన శిశువులకు ఎదుగుదల లోపం, అంటువ్యాధులు సోకే, అభివృద్ధిలో ఆలస్యం కలగటం మరియు శిశు దశలో మరియు బాల్యంలో మరణించే ప్రమాదం ఉంది .
- తక్కువ బరువుతో పుట్టిన పిల్లలకు ఆహారం అందచేయటానికి సిఫారసులు:
  - శిశువులకు (తక్కువ బరువుతో పుట్టిన లేదా నెలలు నిండకుండా పుట్టిన) తల్లిపాలు ఇవ్వాలి.
  - చీకలేకపోతే, రొమ్ము నుంచి పాలు పిండి గిన్నె లేక చెంచా ద్వారా అందచేయాలి.
  - తక్కువ బరువుతో పుట్టిన శిశువులకు ప్రత్యేకించి 6 నెలల వరకు అనగా 180 రోజుల వయస్సు వరకు తల్లిపాలు ఇవ్వాలి.
  - పిల్లల వైద్యులు సూచించినప్పుడు నోటి ద్వారా అందచేయటానికి ప్రత్యామ్నాయ పద్ధతిని ఉపయోగించవచ్చు.
  - నెలలు నిండకుండా పుట్టిన శిశువులకు ఉదయం మరియు రాత్రి వేళ ప్రతీ రెండు గంటలకు ఆహారం అందచేయాలి.
  - కంగారు సంరక్షణని అలవాటు చేసుకోవాలి (ఇద్దరికి శరీరం తాకే విధంగా శిశువుని తల్లి రొమ్ముకి తాకే విధంగా ఉంచాలి).

తక్కువ బరువుతో పుట్టటం అంటే పుట్టినప్పుడు బరువు 2.5 కేజీల కంటే తక్కువగా ఉండటం అని అర్థం.

నెలలు నిండకుండా పుట్టటం అంటే 37 పూర్తయిన వారాల సమయం కంటే ముందుగా పుట్టటం.

వివిధ పరిస్థితుల్లో శిశువుకి ఆహారం అందచేయటం

- సాధారణంగా చురుకుగా ఉండే శిశువుల్లో తల్లిపాలని శిశువు కోరిన మేరకు ప్రోత్సహించబడాలి.
- కష్టమైన పరిస్థితుల్లో, ఆహారం అందచేయటానికి ప్రత్యామ్నాయంగా గిన్నె లేక చెంచా ఉపయోగించాలి.
- చాలా అనారోగ్యంగా ఉండే శిశువులకు నిపుణుల సలహా తీసుకోవాలి.
- ఆహారాన్ని అందించిన వెంటనే వెలుపలికి వచ్చే పిల్లలకు ఆహారాన్ని ఇచ్చిన తర్వాత 30 నిముషాలు తిన్నగా ఉండే భంగిమలో వాళ్లని ఉంచాలి మరియు చిన్న మొత్తాల్లో వారికి ఆహారం ఇవ్వాలి.
- అత్యవసర సమయాల్లో, గర్భవతులకు మరియు పాలిచ్చే తల్లులకు ప్రాధాన్యతతో కూడిన ఆరోగ్యం మరియు పౌష్టికాహార మద్దతుల్ని ఏర్పాటు చేయాలి.
- సీసాలు మరియు పాల ఫీకలు దానం చేయడాన్ని తిరస్కరించాలి మరియు వాటిని ఉపయోగించటాన్ని నివారించాలి.
- సాధ్యమైనంత వరకు అన్ని పరిస్థితుల్లో పుట్టిన నాటీ నుంచి 6 నెలల వయస్సు వరకు కేవలం తల్లిపాలు ఇవ్వాలి.
- చక్కటి పరిశుభ్రతతో కూడిన సక్రమంగా తయారు చేసి పెట్టిన అనుబంధ ఆహారాల్ని తరచుగా అందించాలి.

మెటర్నల్ హెచ్.ఐ.వి.లో ఆహారం అందచేయటం.

- మొదటి 6 నెలల్లో శిశు ఆహార ఎంపికలో కేవలం తల్లిపాలు ఇవ్వాలని సిఫారసు చేయబడింది.
- మిశ్రమ ఆహారం ఇవ్వరాదు.
- ఎర్లీ ఇన్‌ఫాంట్ డయాగ్నోసిస్ ద్వారా శిశువుకి హెచ్.ఐ.వి. నెగిటివ్ లేదా పాజిటివ్ ఏదైనా సరే అనుబంధ ఆహారం క్రమేణ ఇవ్వవలెను.
- ఆకస్మాత్తుగా తల్లిపాలు ఇవ్వటాన్ని ఆపుచేయరాదు. తల్లిపాలు ఇవ్వటాన్ని ఆపుచేయాలని నిర్ణయించుకున్న తల్లులు క్రమేణా ఒక నెల రోజుల లోగా ఇవ్వటం ఆపుచేయాలి.

తల్లిపాలు ఇవ్వటం సురక్షితం చేయటం

- ✓ పుట్టిన గంట లోగా తల్లిపాలు ఇవ్వటాన్ని ఆరంభించాలి.
- ✓ ఆరు నెలలు విశేషంగా తల్లిపాలు ఇవ్వాలి. ఏ విధంగాను మిశ్రమ ఆహారం ఇవ్వరాదు.
- ✓ చక్కటి పాలిచ్చే పద్ధతుల్ని అనుసరించాలి.
- ✓ రొమ్ముకి సక్రమంగా బిడ్డ నోరు జోడి అయ్యేలా తప్పక చూడాలి.
- ✓ మస్టైటిస్, చనుమొనలకు పుండ్లు మరియు వాపు వంటివి లేకుండా రొమ్ముని గుర్తించి, సక్రమంగా నిర్వహించాలి. సమస్య ఉన్న రొమ్ము నుంచి శిశువుకి తల్లిపాలు ఇవ్వరాదు.
- ✓ శిశువు నోటిలో పుండ్లు లేదా కాండిడియాసిస్‌ల్ని పరీక్షించండి మరియు సక్రమంగా చికిత్స ఇవ్వండి.
- ✓ తల్లులు సురక్షితమైన లైంగిక పద్ధతుల్ని అవలంబించాలి మరియు తల్లిపాలు ఇస్తున్నంత కాలం తిరిగి ఇన్‌ఫెక్షన్ కలగకుండా ఇతర ప్రమాదకరమైన ప్రవర్తనని నివారించాలి.
- ✓ అవసరమైతే వైద్య సలహా తీసుకోవాలి.

ఏడబ్ల్యూడబ్ల్యూ పాత్ర

- కేవలం తల్లిపాలు మరియు అనుబంధ ఆహార సందేశాల్ని శక్తివంతం చేయండి.
- దానం చేసిన సీసాల్ని తిరిగి ఉపయోగించటాన్ని మరియు మీ ప్రాంతంలో తల్లిపాల రాయితీ ప్రత్యామ్నాయాల సరఫరాని నిషేధించాలి.
- అనారోగ్యంగా ఉన్న తల్లులు లేదా మందులు తీసుకుంటున్న తల్లులు తల్లిపాలు ఇవ్వరాదని వైద్యపరంగా సూచించబడితేనే తల్లిపాలు ఇవ్వటాన్ని ఆపుచేయాలి లేదంటే కొనసాగించాలి.
- ఏదైనా వ్యతిరేక పరిస్థితి వల్ల తల్లిపాలు తాత్కాలికంగా ఆపుచేయబడాలని గమనిస్తే, సాధ్యమైనంత త్వరగా తిరిగి పాలు ఇవ్వటానికి ప్రయత్నించాలి.
- తల్లికి హెచ్.ఐ.వి. పాజిటివ్ ఉంటే ప్రత్యేకమైన కౌన్సిలింగ్ ఇవ్వవలెను.
- హెచ్.ఐ.వి.కి సంబంధించి ఆహారం అందించే పద్ధతుల సమీక్ష, కౌన్సిలింగ్ మరియు ఆహారం అందించే ప్రత్యామ్నాయాలపై మద్దతు (హెచ్.ఐ.వి. పాజిటివ్ ఉన్నట్లుగా గుర్తించబడిన తల్లుల కోసం).