مشکل حالات میں بچوں کو کھلانا پلانا

وقت سے پہلے پیدا ہوئے / بہت کم وزن کے نومولود بچوں کو دودھ پلانا

- کم وزن کے پیدا ہونے والے بچوں میں بڑھت میں کمی، انفیکشن سے بیماریاں لگنے، بڑھت میں تاخیر اور دودھ پینے کی عمر میں یا اس کے بعد موت ہونے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔
- پیدائش کے وقت بہت کم وزن کے بچوں کو کھلانے پلانے کے طریقے:
  - تمام (کم وزن پیدا ہونے والے بچے یا وقت سے پہلے پیدا ہوئے) بچوں کو ماں کا دودھ پلانا چاہیئے
  - اگر یہ بچے ماں کا دودھ چوسنے میں معذور ہوں تو ان کو ماں کا دودھ کسی کٹوری وغیرہ میں نکال کر چمچے سے پلانا چاہیئے۔
  - کم وزن پیدا ہونے والے بچوں کو خاص طور پر کم از کم 6 ماہ یعنی 180 دن تک صرف ماں کا دودھ ہی پلایا جانا چاہیئے۔
  - صرف ڈاکٹر کی صلاح کے بعد ہی بچے کو متبادل طریقے سے کھلایا پلایا جانا چاہیئے۔
  - وقت سے پہلے پیدا ہوئے بچے کو دن میں اور رات میں ہر دو گھنٹے بعد دودھ پلانا چاہیے۔
  - کنگاروں کی طرح رکھیں یعنی بچے کو ماں کی چھاتیوں کے درمیان رکھیں تا کہ بچے کی جلد اور ماں کی جلد آپس میں ملی رہے۔

پیدائش کے وقت معمول سے کم وزن کا مطلب ہے 2.5 کلوگرام سے کم

وقت سے پہلے پیدائش کا مطلب ہے مکمل 37 ہفتوں سے پہلے پیدائش)

مختلف صورتحال میں نومولود بچوں کو غذا دینا

• • •

- عام بچوں کے مانگنے پر ماں کو دودھ پلانے کی ہمت افزائی کی جانی چاہیئے۔
- پریشانی کی صورت میں بچے کو دودھ پلانے کے لئے کپ اور چمچ کا استعمال کرنا چاہیئے۔
- بہت بیمار بچوں کیلئے ماہرین سے صلاح لینی چاہیئے۔
- ایسے بچوں کو جو دودھ پی کر فوراً اُلٹی کر دیتے ہیں، تھوڑے تھوڑے وقفے سے دودھ پلانا چاہیئے اور دودھ پلانے کے بعد 30 منٹ تک بیٹھنے کی پوزیشن میں رکھنا چاہیئے۔
- ایمرجنسی کی صورت میں حاملہ اور دودھ پلانے والی ماؤں کو ترجیحی بنیاد پر صحت منداور غذائی خوراک دینی چاہیئے۔
- بوتل اور چُسنی کے ذریعے دودھ پلانے سے گریز کیا جانا چاہیئے اور اسے منع کرنا چاہیئے۔
- اگر ممکن ہو تو پیدائش سے 6 ماہ تک کے عرصے میں صرف اور صرف ماں کا دودھ ہی دینا چاہیئے۔
- وقفے وقفے سے اضافی خوراک نہایت صفائی ستھرائی کے ساتھ تیار کی جانی چاہیئے اور بچوں کو احتیاط کے ساتھ کھلانا چاہیئے۔

HIV متاثرہ ماں کے ذریعے دودھ پلانا

- ❖ پیدائش کے بعد پہلے 6 ماہ تک بچے کو صرف ماں کا دودھ پلانے کی سفارش کی جاتی ہے۔
- ❖ ملا جلا دودھ نہیں پلانا چاہیئے
- ❖ اس بات کے برعکس کہ نومولود بچے کو ابتدائی جانچ میں HIV سے متاثرہ یا HIV سے پاک قرار دیا گیا ہے، بچے کی اضافی خوراک رفتہ رفتہ شروع کی جانی چاہیئے۔
- ❖ بچے سے ماں کا دودھ اچانک ہی بند نہیں کیا جانا چاہیئے۔ ایسی مائیں جو بچے کو اپنا دودھ نہیں پلانا چاہتیں انہیں چاہیئے کہ وہ رفتہ رفتہ اس میں کمی کر کے ایک ماہ میں دودھ چھڑائیں۔

ماں کے دودھ کو محفوظ بنانا

- ✓ بچے کی پیدائش کے ایک گھنٹے کے اندر ہی ماں کو دودھ پلانا چاہیئے
- ✓ 6 مہینے تک صرف ماں کا دودھ دیا جائے۔ اس دوران ملا جلا دودھ نہیں دینا چاہیئے
- ✓ ماں کو دودھ پلانے کے اچھے طریقے اپنانے چاہئیں۔
- ✓ اس بات کو یقینی بنائیں کہ بچہ ماں کی چھاتی سے چپک کر دودھ پیے
- ✓ ماں کی چھاتی میں کسی قسم کے انفیکشن جیسے نپل میں زخم یا پیپ وغیرہ ہونے پر فوری طور سے دھیان دیں اور متاثرہ چھاتی سے بچے کو دودھ نہ پلائیں
- ✓ بچے کے منہ میں چھالے یا دیگر کسی قسم کی پریشانی کو دیکھیں تو اس کا فوری علاج کریں
- ✓ مائیں بچے کو دودھ پلانے کے پورے عرصے کے دوران محفوظ طریقے سے ہم بستری کریں اور ان تمام خطروں والے طریقوں سے پرہیز کریں جن سے انفیکشن ہونے کا خطرہ ہو
- ✓ اگر ضرورت ہو تو فوری طور پر طبّی امداد حاصل کریں

آنگن واڑی کارکن کا کردار

- ❖ اس بات کو یقینی بنائیں کے صرف ماں کے دودھ اور اضافی خوراک کے پیغامات پر ہر حال میں عمل کیا جا رہا ہے۔
- ❖ اپنے علاقے میں عطیہ کی گئی بوتلوں کی سپلائی پر روک لگائیں اور ماں کے دودھ کے متبادل کسی بھی قسم کے رعایتی دودھ کے استعمال سے انکار کریں۔
- ❖ ایسی ماؤں کی جو بیمار ہیں یا دوا لے رہی ہیں، ہمت افزائی کریں تا کہ وہ اپنا دودھ پلاتی رہیں اور صرف ڈاکٹر کی صلاح کے بعد ہی بچے کو اپنا دودھ پلانا بند کریں۔
- ❖ اگر کسی ناگزیر حالت کی وجہ سے ماں کا دودھ پلانا عارضی طور پر بند ہو جائے تو کوشش کریں کہ جتنی جلد ممکن ہو بچے کو ماں کا دودھ پھر سے پلانا شروع کریں۔
- ❖ اگر ماں HIV سے متاثرہ ہے تو خصوصی صلاح مشورہ اور بندوبست فراہم کریں۔
- ❖ HIV کے ضمن میں دودھ پلانے کے عمل پر نظر ثانی کریں اور دودھ پلانے کے متبادل طریقوں کے بارے میں مشورہ دیں اور اس میں تعاون کریں (ان ماؤں کیلئے جو HIV سے متاثرہ ہیں)