

بچے کی بڑھت پر نظر اور نشوونما

بچے کی بڑھت

کسی بھی جاندار میں، چاہے وہ بیڑپودے ہوں، جانور ہوں یا انسان، ہر جاندار میں بڑھت یا فروغ کا مطلب اس کی اونچائی اور وزن میں اضافہ ہوتا ہے۔



بچے کی بڑھت پر نظر

بڑھت پر نظر رکھنا بچے کے فروغ کو مسلسل ناپنا ہے جس سے مائیں اپنے بچے میں بڑھت کو دیکھ سکتی ہیں یا اس بڑھت میں کمی کا احساس کر سکتی ہیں اور بچوں کے مسلسل اور صحت مند فروغ کو یقینی بنانے کے لئے مناسب اور عملی رہنمائی حاصل کر سکتی ہیں۔



یاد رکھیں

WHO (عالمی صحت تنظیم) کے بچوں کے فروغ کے نئے معیارات کے مطابق لڑکیوں اور لڑکوں کے فروغ کے چارٹ علیحدہ علیحدہ ہیں کیونکہ پیدائش کے وقت اور اس کے بعد ان کی لمبائی، وزن اور بڑھت عمر کے لحاظ سے الگ الگ ہوتی ہے۔

بچے کی بڑھت پر نظر اور نشوونما

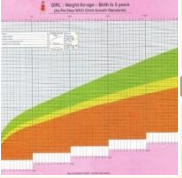
اوسط وزن میں اضافہ/ماہانہ (گرام)	عمر
800	پیدائش سے 6 ماہ تک
600	3 مہینے سے 4 مہینے تک
400	5 مہینے سے 6 مہینے تک
200	7 مہینے سے 3 سال تک



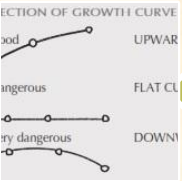
پہلا قدم: بچے کی درست عمر بتائیں



دوسرا قدم: بچے کا صحیح وزن کریں



تیسرا قدم: جنس کی مناسبت سے فروغ کے چارٹ پر وزن کو نا پھیں



چوتھا قدم: فروغ کی سمت بتانے والے گراف کو دیکھیں اور سمجھیں کہ کیا بچہ کی نشوونما صحیح ہو رہی ہے۔



پانچواں قدم: ماں کے ساتھ بچے کی نشوونما پر تبادلہ خیال کریں اور دیکھیں کہ کیا اس کے لئے مزید کچھ کرنے کی ضرورت ہے۔

فروغ کی نگرانی کے اقدامات

یاد رکھیں

بچے میں فروغ کی نگرانی اس کی عمر بلکہ اس کی پیدائش کے ساتھ شروع کی جانی چاہئے۔