मोड्यूल 8 : तापमान नियंत्रण

सत्र 3 : शिशु के ठंडे शरीर को फिर से गर्म करना

दिवस : 3
समयावधि : 1 घं. 40 मि.

प्रयोजन

नवजात शिशुओं के शरीर से गर्मी जल्दी बाहर निकल जाती है। इससे उनमें संक्रमण और रोग का खतरा बढ़ जाता है। आशाओं को यह जानना जरूरी है कि यदि शिशुओं का शरीर ठंडा पड़ जाए, तो माँ उसे फिर से गर्म कैसे करे।

उद्देश्य

सत्र के अंत में आशा में निम्न योग्यताएँ आएँगी –

1) बताना कि शिशु के शरीर का तापमान ठीक है या बहुत कम।
2) बताना कि जरूरत पड़ने पर उसके शरीर को फिर से कैसे गर्म करे।
3) हायपोथर्मिया उपचार फॉर्म भरना।

सामग्री

- गर्म थैली[1]
- बच्चों का कम्बल
- गर्म (ऊनी) कपड़े
- गुड़िया
- अभ्यासपत्र 1 : हायपोथर्मिया उपचार फॉर्म (पूरक फॉर्म 2)
- अभ्यासपत्र 2 : केस अध्ययन व्दारा मूल्यांकन : हायपोथर्मिया से बचाव तथा उपचार
- प्रशिक्षक प्रपत्र 1 : केस अध्ययन, मूल्यांकन के उत्तर (अभ्यासपत्र 2)
- अध्ययनपत्र 1 : ठंड पड़ रहे शिशु को कैसे गर्म रखना
- छोटा प्लास्टिक
- एक छोटा कपड़ा

तैयारी

- ऊपर दी गयी सभी सामग्री तैयार रखें।
- प्रशिक्षणार्थियों की संख्या के अनुसार अभ्यासपत्र 1 और 2 तथा अध्ययनपत्र 1 की प्रतियाँ तैयार रखें।

---

[1]: यदि माँ के शरीर से चिपकाकर रखना संभव है, तो पहले उसे करके देखें, यदि यह संभव नही है (शिशु आकार में बड़ा है, माँ मानसिक रूप से तैयार नही है आदि) तो गर्म थैली का प्रयोग करें।

प्रशिक्षण विधि

चर्चा एवं प्रदर्शन (25 मि.)

प्रशिक्षकों हेतु सुझाव :

1. आशा से पूछें कि वे कैसे जानेंगी कि शिशु बहुत ठंडा पड़ चुका है (*सबसे अच्छा तरीका है शरीर का तापमान लेना, हथेली के पीछे की तरफ से छूकर देखना, या शिशु के पैर/शरीर छूकर देखना,। याद रहे कि बाद की दो विधियाँ एकदम सटीक नहीं है*)
2. यदि शिशु के शरीर का तापमान 97.0° फै (36.1° सें.) से कम हो, या उसकी माता को या आपको उसके हाथ–पैर छूने में ठंडे लग रहे हों, तो उसे तुरंत गर्मी पहुँचाने की आवश्यकता है। गुड़िया के माध्यम से समझाएँ (एक आशा माँ की भूमिका निभाए) : (विषय–वस्तु बाक्स देखें)

विषय–वस्तू

ठंडे पड़ रहे शिशु को कैसे गर्म रखना –
ठंडा (<97.0°फै (36.1°सें.)) या बहुत ठंडा (<95.0°फै (35.0°सें.))

- ✓ कमरे का तापमान बढ़ाएँ
- ✓ गीले/ठंडे कम्बल और कपड़े हटा दें।
- ✓ शिशु को इस प्रकार पकड़ें, जिससे कि उसकी त्वचा माँ की त्वचा से चिपकी रहे और उसकी पीठ या छाती पर एक गर्म कपड़ा रखें (इतना गर्म न हो कि शिशु की त्वचा जल जाए)। कपड़े के ठंडा होने पर उसे फिर गर्म कर दें या दूसरा गर्म कपड़ा रखें। ऐसा तब तक करें, जब तक कि शिशु के शरीर का तापमान सामान्य न हो जाए।
- ✓ कपड़े पहना दें, टोपी पहनाकर उसे गर्म थैली में रख दें और माँ के पास लिटा दें।
- ✓ शिशु का तापमान दिन में दो बार देखें और अगले दो दिनों तक तापमान देखती रहें, जिससे उसके शरीर को गर्म रखा जा सके।
- ✓ शिशु को स्तनपान कराती रहें, जिससे उसे ऊर्जा और तरल पदार्थ मिलते रहें और उसके खून में शक्कर की कमी न हो (जो हाइपोथर्मिक शिशुओं में एक आम समस्या होती है)

यदि शिशु बहुत ठंडा पड़ गया हो <95° फै.(35° सें.) तो ऊपर दिया हुआ तरीका अपनाएँ और

- ✓ शिशु को माँ के शरीर की त्वचा से चिपकाकर तब तक रखें जब तक उसका शरीर थोड़ा गर्म हो जाए। उसे कपड़े पहना दें और पहले से गर्म किए हुए बिस्तर में लिटा दें। बिस्तर को गर्म पत्थर या गर्म पानी की बोतल से गर्म किया जा सकता है। (शिशु को लिटाने से पहले इन वस्तुओं को हटा दें)

3. **अति आवश्यक :** प्रशिक्षणार्थियों को याद दिलाएँ – हाइपोथर्मिया संक्रमण का लक्षण भी हो सकता है; संक्रमण के लक्षणों की भी जाँच करें। शिशु को दुबारा गर्म करें। यदि हाइपोथर्मिया (शरीर ठंडा) बना रहे और शिशु के हाथ पैर लुंज पुंज हो तो उसे संक्रमण हो सकता है (संक्रमण का इलाज करना आगे प्रशिक्षण कार्यशाला में सिखाया जाएगा)

प्रदर्शन: शिशु को गर्म थैली में रखना (10 मि.)

प्रशिक्षकों हेतु सुझाव

1. गुड़िया की सहायता से समझाएँ कि शिशु को गर्म थैली में कैसे रखना है।
   - गर्म थैली की चैन खोलें।
   - गर्म थैली में प्लास्टिक फैलाएँ।
   - प्लास्टिक के ऊपर कपड़ा फैलाएँ।
   - अच्छे से कपड़े पहनाएँ हुए गुड़िया को गर्म थैली में रखें।
   - गुड़िया का सिर गर्म थैली की टोपी से ढँके।
   - अपनी उँगलियाँ चैन के नीचे रखकर चैन को खींचे। आपकी उँगलियाँ चैन के नीचे होने से शिशु की त्वचा चैन में फँसेंगी नहीं।
   - हलके से गर्म थैली की रस्सीयाँ बाँध लें।
2. शिशु को गर्म थैली में रखने का प्रदर्शन करने को एक दो आशाओं से कहें।

प्रस्तुति/ चर्चा : हायपोथर्मिया फॉर्म भरना (30 मि.)

प्रशिक्षकों हेतु सुझाव

अभ्यासपत्र 1– हायपोथर्मिया उपचार फॉर्म सभी प्रशिक्षणार्थियों को दें। बताएँ कि यह पूरक फॉर्म 4 है और गाँव मे काम करते समय ज़रूरत पड़ने पर इसका प्रयोग करना हैं।

1. प्रशिक्षणार्थियों से कहें कि वे अभ्यासपत्र 1– हायपोथर्मिया उपचार फॉर्म देखें।
2. प्रशिक्षणार्थियों को पूरा फॉर्म पढ़ने दें।
3. प्रशिक्षणार्थियों को बताएँ कि जिस शिशुको हायपोथर्मिया की समस्या हो (बगल मे तापमान 95° फै. (35.0° सें.) से कम) उसके लिए यह फॉर्म भरना है। बताएँ कि हायपोथर्मिया शिशुसे 3 दिन तक, दिन में 2 बार मिलना है। हर दौरे पर शिशु का तापमान नापना है और यह देखना है कि शिशु का तापमान नियंत्रण में हों। माँ से सवाल पूछकर यह भी देखना है की बताई गई सारी बातों के अनुसार वह शिशु की देखभाल कर रही है जैसे, शिशु को शरीर से चिपकाकर अपने पास रखना या गर्म कंबल में या गर्म बॅग में रखना, टोपा तथा जुराबें पहनाके रखना, बार बार दूध पिलाना और कमरे को गर्म रखना।
4. कुछ सवाल हों तो उत्तर दें और शंकाओ का समाधान करें।
5. निम्नलिखित केस प्रस्तुति बोर्ड पर लिखें और उसके आधारपर फॉर्म भरने को प्रशिक्षणार्थियों से कहें।

   केस 5 अगस्त 2004 को अनिल 5 दिन का था। उस दिन सवेरे आशा ने उसके घर के दौरे में पाया कि शिशु का तापमान 94° फै. (34.4° सें.)था। आशा ने शिशु को गर्म करने के लिए माँ की मदद की। शाम को उसने दुबारा शिशु के घर का दौरा किया और पाया की उसका तापमान 97° फै. (36.1° सें) था। शिशु ने टोपा, जुराबें पहने थे और उसे गर्म बॅग में रखा था। कमरा गर्म था और माँ शिशु को 2–2 घंटे बाद दूध पिला रही थी।

   6 अगस्त को सवेरे शिशु का तापमान 98° फै. (36.7° सें.) था। शिशु ने टोपा तथा जुराबें पहने थे, वह कंबल में लिपटा था, कमरा गर्म था और माँ उसे 2–2 घंटे में दूध पिला रही थी।
6. सभी फॉर्मस् इकट्ठा कर लें। देखें कि सारे फॉर्म केस प्रस्तुति के आधार पर सही भरे गए हैं।

केस अध्ययन – मूल्यांकन (40 मि.)

प्रशिक्षकों हेतु सुझाव :

1. अभ्यासपत्र : 2 केस प्रस्तुति मूल्यांकन बाँटें।
2. केस प्रस्तुति अध्ययन पत्र में दिए प्रश्नों का उत्तर देने के लिए सभी प्रशिक्षणार्थियों को अलग–अलग कार्य करने दें। (20 मि.)
3. सभी उत्तर पत्रिकाएँ इकट्ठी करें और सभी के उत्तरों की समीक्षा बड़े समुह में करें। (20 मि.)

सारांश : (5 मि.)

- एक आशा से पूछें कि एक शिशु जिसके शरीर का तापमान 96° फै. (35.6° सें.) है, उसे कैसे फिर से गर्म किया जाएगा।
- दूसरी आशा से पूछें कि यदि शिशु बहुत ही ठंडा पड़ चुका हो 95° फै. (35.0° सें.) से कम तो क्या करना चाहिए।
- कुछ गलतियाँ हो तो सुधारें और महत्वपूर्ण जानकारी दोहराएँ।
- आशाओं की उनके अच्छे काम के लिए प्रशंसा करें।

सत्र का मूल्यांकन :

उद्देश्य	आंकलन विधि	परिणाम
बताना कि शिशु के शरीर का तापमान ठीक है या बहुत कम।	प्रश्न–उत्तर	–
बताना कि जरूरत पड़ने पर उसके शरीर को फिर से कैसे गर्म करे।	प्रश्न–उत्तर, केस प्रस्तुति व्दारा मूल्यांकन	आशाओं व्दारा हल किया गया केस प्रस्तुति मूल्यांकन
हायपोथर्मिया उपचार फॉर्म भरना	सत्र के दौरान केस प्रस्तुति। प्रत्येक प्रशिक्षणार्थी हायपोथर्मिया उपचार फॉर्म सही भरें।	आशाओं व्दारा भरे गये हायपोथर्मिया उपचार फॉर्म