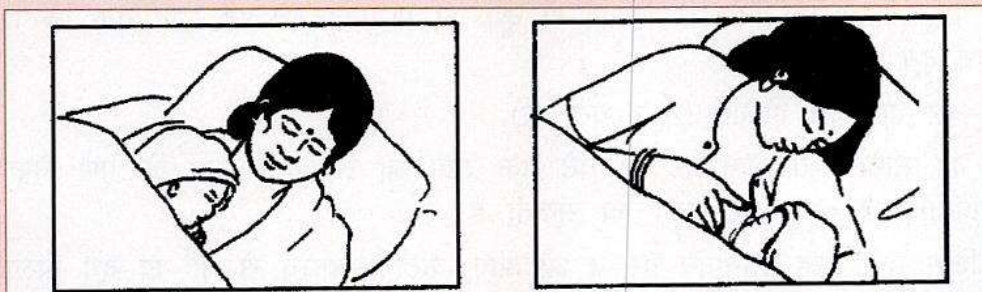


कम वजन के और समय से पूर्व जन्मे शिशु को स्तनपान कराना

कम वजन के और समय से पूर्व जन्में शिशुओं को माँ के दूध के लाभ :

- ✓ कम वजन और समयपूर्व जन्में शिशुओं के लिए आवश्यक सभी पोषक तत्व उचित मात्रा में मौजूद रहते हैं। समयपूर्व जन्मे शिशुओं को प्रोटीन की अधिक आवश्यकता होती है और समयपूर्व के दूध में प्रोटीन की मात्रा अधिक होती है।
- ✓ सुपाच्य (आसानी से पच जाता है)
- ✓ संक्रमणों से लड़ने के लिए आवश्यक तत्व मौजूद रहते हैं (नवजात शिशु जल्दी बीमार पड़ते हैं)
- ✓ स्तनपान से शिशु का शरीर गर्म रहता है (माँ के शरीर के पास होने के कारण); शरीर ठंडा रहने से (कम तापमान से) संक्रमण हो सकता है।



माँ के शरीर की त्वचा से चिपकाकर शिशु को गर्म रखना तथा स्तनपान कराना

आवश्यक बातें

छोटे शिशुओं के लिए, जो स्तनपान कर सकते हैं :

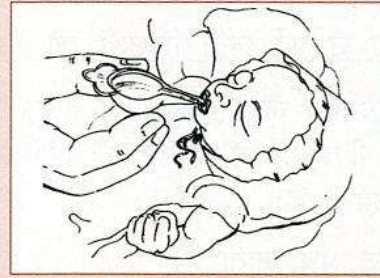
- ✓ बाहों के नीचे रखकर या बाह के नीचे उलटी तरफ रखकर, स्तनपान कराएँ।
- ✓ यदि बच्चा सोता रहता हो, तो उसे हर दो-तीन घंटे बाद जगाकर स्तनपान कराएँ।

छोटे शिशु, जो शुरू में स्तनपान नहीं कर पाते :

- ✓ 1500 ग्रा. से कम वजन के शिशु शुरू-शुरू में स्तनपान नहीं कर पाते।
- ✓ माँ के शरीर की त्वचा से चिपकाकर रखें।
- ✓ हाथ से स्तन दबाकर दूध निकालें, और चम्मच से पिलाएँ।
- ✓ स्तनों में दूध अधिक बने, इसलिए प्रत्येक 2-3 घंटे बाद स्तनों से दूध निकालती रहें।
- ✓ शिशु को स्तनों से लगाएँ जिससे कि वह चूचुकों को थोड़ा-थोड़ा चूसे।
- ✓ जब एक बार चूसना शुरू कर दे, तो शिशु को बार-बार स्तनों से लगाना चाहिए ताकि दूध बनता रहे। कप/चम्मच से पिलाना जारी रखें जब तक कि शिशु पूरी तरह से स्तनपान करके अपनी आवश्यकता की पूर्ति कर सकें।



स्तन दबाकर दूध निकालना



शिशु को चम्मच से दूध पिलाना

कितना दूध दें :

- ✓ कम वज़न का नवजात शिशु – पहले दिन 60 मि.ली. प्रति कि.ग्रा. शरीर के वज़न के अनुसार।
- ✓ 20 मि.ली. प्रति कि.ग्रा. प्रतिदिन के हिसाब से दूध की मात्रा बढ़ाती रहें, जब तक कि शिशु 200 मि.ली. प्रतिदिन दूध न पी ले।
- ✓ दिन में 8–12 बार दूध पिलाएँ (2–3 घंटे पर)
- ✓ कोलोस्ट्रम को सामान्य तापमान पर 12 घंटे तक रखा जा सकता है जब कि पूर्ण विकसित दूध को सामान्य तापमान पर 6–8 घंटे रखा जा सकता है।
- ✓ जब तक शिशु पूरी तरह स्तनपान पर न आ आए, कटोरी-चम्मच से माँ का दूध पिलाती रहें।