

मोड्यूल 9ब : उपचार पहचानना तथा रेफरल पूर्व उपचार करना

सत्र 7 : घरेलू देखभाल

दिवस : 2

समयावधि : 2 घं.

उद्देश्य

सत्र के अंत में आशा में निम्न योग्यताएँ आएँगी:

1. खाँसी और जुकाम वाले बच्चे के लिए घरेलू देखभाल समझाना।
2. बच्चे की निर्जलीकरण के बिना दस्त रोग में घर में देखभाल समझाना।
3. दस्त के दौरान निर्जलीकरण से बच्चे को बचाने के लिए उपयोगी 2 घरेलू तरल पदार्थ बताना।

सामग्री तथा तैयारी

- इस मोड्यूल की शुरुआत में दी गई प्रशिक्षण सामग्री की जाँच-सूची देखें। यह सामग्री बीमार शिशु के मोड्यूल में प्रयोग की जाएगी।

प्रशिक्षण गतिविधियाँ

गतिविधि 1: प्रशिक्षणार्थी खाँसी-जुकाम की घरेलू चिकित्सा पढ़ें।

गतिविधि 2: 'घर में बने सुरक्षित खाँसी के नुस्खों' पर सामूहिक चर्चा

उद्देश:

1. माता-पिता, दादी-नानी अथवा परिवार के अन्य सदस्यों द्वारा प्रयोग की जाने वाली स्थानीय रूप से उपलब्ध खाँसी अथवा साँस लेने में कठिनाई की दवायें जानना
2. बताना कि घर में बने खाँसी के नुस्खे बच्चे के लिये अधिक सुरक्षित एवं लाभप्रद हैं।
3. बताना कि बाज़ार में उपलब्ध खाँसी की दवायें खाँसी-जुकाम से पीड़ित बच्चे के लिये हानिकारक हो सकती हैं।

मुख्य मुद्दे:

1. घर पर में बने नुस्खे, जैसे चीनी का घोल, चाय, नीबू पानी, तुलसी वाला पानी सुरक्षित होते हैं क्योंकि वे –
 - आसानी से उपलब्ध हैं
 - सालों से बिना किसी हानिकारक प्रभाव के प्रयोग किये जा रहे हैं।
 - माताओं, नानी-दादियों को इन पर भरोसा है।
 - सस्ती हैं।
 - मीठे होने के कारण बच्चे आसानी से पी लेते हैं।
2. बाज़ार में बिकने वाली खाँसी की दवाइयाँ हानिकारक हो सकती हैं क्योंकि –
 - इनमें ऐसी दवायें होती हैं जिनसे बच्चा सोने लगता है।
 - इनका स्वाद अच्छा नहीं होता और बच्चा उल्टी कर देता है।

- मँहँगी तथा हानिकारक होती हैं।
- आसानी से (गाँव में) उपलब्ध नहीं होती।

3. घर पर तैयार कुछ दवायें सुरक्षित नहीं होती — जैसे मँथॉल वाली दवायें हानिकारक होती हैं। खॉसी की सुरक्षित दवा वह है जिसके हानिकारक प्रभाव न हों, जैसे उल्टी न हो, बच्चा सोने न लगे तथा आसानी से उपलब्ध हों और मँहँगी भी न हों।

गतिविधि 3: भूमिका नाटक: खॉसी अथवा साँस लेने में कठिनाई से पीड़ित बच्चा जिसे निमोनिया नहीं है, के लिये घरेलू चिकित्सा की सलाह।

उद्देश्य

बातचीत की सफल विधियों का प्रयोग करते हुये खॉसी या साँस लेने में कठिनाई वाले बच्चे के लिये घर पर दवा तैयार करने की सलाह देना।

माँ के लिये परिदृश्य

एक माँ 4 दिनों से खॉसी से पीड़ित अपनी 7 माह की बच्ची टीना को लेकर आती है। आशा टीना की जाँच के बाद पाती हैं कि उसमें कोई खतरे का लक्षण, छाती अंदर धँसे होना तथा तेज़ साँस चलना मौजूद नहीं हैं। आशा ने उसका वर्गीकरण किया — निमोनिया नहीं : खॉसी—जुकाम हैं। वह टीना को घरेलू चिकित्सा देने का निश्चय करती हैं। 10 कि.मी. चलकर माँ क्लिनिक तक आयी है। यह उसकी पहली संतान है और उसे डर है कि खॉसी कहीं बढ़कर निमोनिया का रूप न ले ले। वह चाहती है कि आशा, बोटल में आनेवाली खॉसी की दवा दें। टीना की नाक बंद है।

भूमिका नाटक कर रहे दोनो पात्रों को आलेख की प्रति दें

केस मैनेजमेंट चार्ट का प्रयोग

आशा केस मैनेजमेंट चार्ट में दी गयी 'खॉसी जुकाम (निमोनिया नहीं) के लिये माँ को घरेलू चिकित्सा की सलाह' वाला बॉक्स (हरा) देखती हैं। वह इन पर निशान लगाती हैं— बच्चे को दूध पिलाना, अधिक से अधिक द्रव देना, गले को आराम देना तथा अन्य लक्षण दिखायी देते ही वापस अस्पताल लाना। सभी को केस मैनेजमेंट चार्ट देखने में मदद करें।

आशा हेतु अभ्यास

1. इतनी दूर आने के लिये माँ की प्रशंसा करें।
2. बतायें कि टीना को निमोनिया नहीं है और यदि वह दी गयी सलाह मानेगी तो खॉसी से निमोनिया नहीं होगा।
3. पूछें कि इससे पहले खॉसी होने पर बच्चे को क्या दिया था। बतायें कि बाज़ार में उपलब्ध खॉसी की दवायें बच्चे के लिये सुरक्षित नहीं हैं।
4. बतायें कि स्थानीय रूप से उपलब्ध चीज़ों से घर पर ही खॉसी के लिये सुरक्षित दवा तैयार की जा सकती है जिससे गले को आराम मिलता है। पूछें कि क्या क्या चीज़ें उसके घर में/ आस पास उपलब्ध हैं।
5. पूछें कि क्या वह बच्ची को घर पर तैयार दवा पिला सकती है।
6. बतायें तथा करके दिखायें कि नाक साफ करने के लिये नमकीन पानी का प्रयोग कैसे करना है। पानी में नमक की थोड़ी सी मात्रा घोलकर नाक में डालनी हैं। इससे बच्चा ठीक से दूध भी पी सकेगा।
7. बतायें कि किन लक्षणों के दिखायी देते ही बच्चे के लिए तुरंत सहायता लेनी चाहिये।

भूमिका नाटक देखते समय प्रशिक्षणार्थी देखें -

- क्या आशा ने टीना को लाने के लिये माँ की प्रशंसा की।
- क्या वह खॉंसी-जुकाम हेतु घर पर तैयार दवाओं के सुरक्षित होने तथा बाज़ार में उपलब्ध इन दवाओं के हानिकारक प्रभाव के बारे में माता को विश्वास दिला पायी?
- क्या उसने माँ द्वारा इससे पूर्व प्रयोग की गयी खॉंसी की सुरक्षित दवा के बारे में पूछा?
- क्या उसने बच्चे की नाक साफ करने तथा नमकीन पानी तैयार करने की विधि बतायी?
- क्या उसने माँ को बताया कि कब बच्चे को तुरंत क्लिनिक पर लाना है।
- क्या जाँच के लिये प्रश्न पूछें ?
- क्या माँ आश्वस्त तथा संतुष्ट हुयी?

भूमिका नाटक का सारांश

- स्तनपान कराना जारी रखें।
- गले को आराम देने के लिये घर पर तैयार सुरक्षित दवायें देनी चाहिये। माँ को ऐसी 1-2 सुरक्षित दवाओं के बारे में बतायें जो वह घर पर तैयार कर सकती है।
- बच्चे को अधिक तरल पदार्थ पीने को दें जिससे स्ट्राव निकलने में आसानी होगी। बच्चा खॉंसते समय स्ट्राव निकल जायेंगे।
- नमकीन पानी डालकर नाक साफ करें।
- माँ को बतायें कि निम्न लक्षण नज़र आते ही बच्चे को सहायता की आवश्यकता होगी।
 - सॉस लेने में कठिनाई हो
 - सॉस तेज़ चल रही हो
 - दूध पीने में कठिनाई

गतिविधि 4: प्रशिक्षणार्थी बिना निर्जलीकरण के दस्त की घरेलू चिकित्सा' वाला भाग पढ़ें।

गतिविधि 5: 'घर पर उपलब्ध तरल पदार्थ' पर सामूहिक चर्चा करें।

उद्देश्य :

1. प्रशिक्षणार्थियों को सिखाना कि दस्त होने पर माँ घर पर ही तैयार कौन से स्थानीय तरल पदार्थ बच्चे को दे।
2. बताना कि दस्त के दौरान कौन से तरल पदार्थ नहीं देने हैं।

चर्चा के विषय

- दस्त के दौरान घर पर उपलब्ध तरल पदार्थ बच्चे को देने का महत्व।
- एक एक करके प्रशिक्षणार्थियों से पूछें कि कौनसे स्थानीय तरल पदार्थ सामान्यतया उपलब्ध होते हैं और उनकी सूची तैयार करें।
- दस्त के दौरान कौन-कौन से तरल पदार्थ बच्चे को दिये जा सकते हैं, इस पर चर्चा करें। बतायें कि दिये जाने वाले पदार्थ न ज्यादा मीठे हों, न नमकीन, न मिर्च-मसाले वाले।
- जो तरल पदार्थ नहीं देने हैं, उनकी सूची बनायें। क्यों नहीं देने हैं, वह भी बतायें।
- घर पर तैयार तरल पदार्थ देने की विधि समझायें।

मुख्य बातों का सारांश

- घर पर ही तैयार तरल पदार्थ अतिसार (दस्त) के दौरान होने वाले निर्जलीकरण (शरीर में पानी की कमी) से बचाते हैं।
- माँ को बताये कि आसानी से घर पर उपलब्ध तरल पदार्थ बच्चे को दिये जा सकते हैं जो सस्ते हैं।
- बाजार में उपलब्ध मृदु पेय (कोका कोला आदि), चीनी डालकर फलों का रस, मसालेदार द्रव, कॉफी आदि नहीं देने चाहिये। इनसे दस्त बढ़ सकते हैं।
- कभी भी तरल पदार्थ को पतला न करें। यदि ऐसा लगे कि वह स्वाद में तीखा है, तो तुरंत सादा पानी पिलायें।
- कप अथवा चम्मच से तरल पदार्थ दें। बोतल का प्रयोग न करें।
- थोड़ी-थोड़ी देर में तरल देंती रहें।
- बच्चे को अन्य ठोस खाद्य पदार्थ भी दें।
- जहाँ तक संभव हो, कई तरह के तरल पदार्थ दें। इससे नमक – चीनी का संतुलन बना रहेगा।
- घर पर तैयार तरल पदार्थों से इनका शोषण ठीक से होता है।

घर पर उपलब्ध तरल पदार्थ

कौन से तरल दें	कौन से तरल न दें
● चावल की कॉजी (मॉड आदि) ● सब्जियाँ ● मट्ठा (लस्सी) ● पानी ● नीबू पानी नमक-चीनी सहित (शिकंजी) ● दूध ● दाल ● फलों का ताज़ा रस (चीनी न डालें)	● बाजार में उपलब्ध मृदु पेय जैसे कोका कोला, फ़ैन्टा आदि ● फलों का रस (चीनी डालकर) ● कॉफी
_____	_____
_____	_____

तैयार तरल पदार्थ में ऊपर से कच्चा पानी न डालें। यदि ऐसा लगे कि तरल तीखा है तो तरल पदार्थ देने के तुरंत बाद बच्चे को सादा पानी पिला दें। बीमारी के दौरान दिये जाने वाले तरल पदार्थ पानी ड़ालकर पतले कर के देने की आदत को बढ़ावा न दें।

गतिविधि 6: बिना निर्जलीकरण के दस्त के घरेलू चिकित्सा के बारे में सलाह देने हेतु भूमिका नाटक

उद्देश्य:

इस भूमिका नाटक का उद्देश्य है माँ के साथ, बिना निर्जलीकरण के दस्त से पीड़ित बच्चे की घरेलू चिकित्सा के बारे में चर्चा।

— इस नाटक के पात्र हैं माँ तथा आशा

माँ के लिये परिदृश्य

गोपाल 11 माह का बच्चा, जिसे 2 दिन से दस्त लगे हुये हैं आशा के पास लाया जाता है। जॉच के बाद आशा ने पाया कि उसमें निर्जलीकरण नहीं हुआ है। भूमिका नाटक कि शुरुआत में आशा माँ को समझाती है कि गोपाल के शरीर में पानी की कमी नहीं हुयी है और उसे घरेलू उपचार से ठीक किया जा सकता है। माँ ग्रामीण, अनपढ़ तथा गरीब है और मजदूरी करके रोजी रोटी चलाती है। गोपाल उसकी चौथी संतान है। वह स्तनपान पर है और माँ को लगता है कि बच्चे का पेट नहीं भर पाता। इसलिये वह उसे गाय का दूध पतला करके देती है। बीमार पड़ने से पहले गोपाल दो चम्मच दलिया खाता था पर दस्त होने पर यह बंद कर दिया गया। माँ चाहती है कि आशा बच्चेको ठीक करने के लिये कोई दवा दें।

केस मैनेजमेंट चार्ट का प्रयोग

प्रशिक्षणार्थी केस मैनेजमेंट चार्ट में दिये गये बिना निर्जलीकरण के दस्त की घरेलू चिकित्सा हेतु माँ को सलाह वाले बाक्स (हरा) को देखें। घर पर उपलब्ध तरल पदार्थ पर माँ के साथ मिलकर निशान लगाये। स्तनपान संबंधी सुझाव, घर पर उपलब्ध तरल पदार्थ कैसे और कितनी मात्रा देने है (½ कप प्रत्येक बार दस्त होने पर), आहार देते रहना तथा किन लक्षणों के दिखने पर क्लिनिक लाना है, इन सब पर निशान लगायें। सभी को केस मैनेजमेंट चार्ट देखने की विधि समझायें।

आशा हेतु सुझाव

1. गोपाल को लाने के लिए माँ की प्रशंसा करें।
2. माँ को बतायें कि बच्चे के शरीर में पानी की कमी नहीं है। बच्चे को शुरू में ही आशा के पास लाने के लिये प्रशंसा करें।
3. घर पर उपलब्ध तरल पदार्थों पर निशान लगायें।
4. माँ को बतायें कि घर पर तैयार तरल पदार्थ सामान्य से अधिक मात्रा में देने हैं। मात्रा के बारे में कुछ सलाह दें।
5. माँ को बतायें कि गाय के दूध में पानी न मिलायें। बतायें कि माँ का दूध गोपाल के लिये सर्वश्रेष्ठ है और दस्त के दौरान भी दूध पिलाती रहें।
6. दस्त के दौरान दूध पिलाते रहने पर जोर दें।
7. माँ को रोग के खतरे के लक्षण समझायें। यदि इनमें से कोई भी लक्षण दिखाई दे तो तुरंत उसके पास लायें।
8. माँ को समझायें कि बच्चे को दवा बिल्कुल न दें।

भूमिका नाटक देखने वाली प्रशिक्षणार्थी इन बातों की जाँच करें –

- क्या आशा ने गोपाल को उसके पास लाने के लिये माँ की प्रशंसा की?
- क्या आशा ने गोपाल को देने के लिये घर पर उपलब्ध सही तरल पदार्थ की सलाह दी?
- क्या आशा ने माँ के प्रश्नों का संतोषपूर्ण ढंग से जवाब दिया?
- क्या आशा माँ द्वारा बतायी गयी बच्चे की दूध पीने संबंधी समस्याओं का समाधान सुझा पायी?
- क्या तरल पदार्थ की मात्रा बढ़ाने की कोई सलाह दी?
- बीमारी के खतरे के लक्षण किस प्रकार बताये गये?
- क्या माँ विश्वास कर पायी कि दवायें नहीं देनी चाहिये?
- जाँच के लिये पूछा गया कोई एक प्रश्न बताएँ।
- भूमिका नाटक में क्या अभिनय ठीक सँ किया गया?
- माँ के साथ सफलतापूर्वक बातचीत में कैसे सुधार किया?

भूमिका नाटक का सारांश

- बच्चे में बिना निर्जलीकरण वाले दस्त के उपचार के लिये केवल घरेलू चिकित्सा की जानी चाहिये।
- घरेलू चिकित्सा के तीन नियम हैं – अधिक मात्रा में तरल पदार्थ देना, दूध पिलाते रहना तथा खतरे के लक्षणों के दिखते ही बच्चे को आशा के पास लाना।
- बिना निर्जलीकरण के दस्त के उपचार हेतु सामान्यतया दवा देने की आवश्यकता नहीं होती।
- घर पर तैयार तरल पदार्थ सुरक्षित होते हैं और बच्चे को देने चाहियें।
- बीमारी के दौरान दिये जाने वाले तरल पदार्थ को कभी भी पतला न करें।

सारांश

- किसी प्रशिक्षणार्थी से पूछें कि खॉंसी जुकाम हो और निमोनिया न हो तो क्या घरेलु उपचार देना है यह बताएँ।
- किसी प्रशिक्षणार्थी से बताने को कहें कि दस्त और निर्जलीकरण हो तो क्या घरेलु उपचार देना है।
- किसी प्रशिक्षणार्थी से बताने को कहें कि निर्जलीकरण के बिना दस्त हो तो क्या घरेलु उपचार देना है।

सत्र का मूल्यांकन

उद्देश्य	आंकलन विधि
खॉंसी और जुकाम वाले बच्चे के लिए घरेलू देखभाल समझाना।	भूमिका नाटक तथा चर्चा
बच्चे की निर्जलीकरण के बिना दस्तारोग में घर में देखभाल समझाना।	भूमिका नाटक तथा चर्चा
दस्त के दौरान निर्जलीकरण से बच्चे को बचाने के लिए उपयोगी 2 घरेलू तरल पदार्थ बताना।	प्रश्न उत्तर