

मोड्यूल 9 : बीमार शिशु की देखभाल तथा टीकाकरण और पोषण के लिए परामर्श

9क : परामर्श तथा पुनः जाँच

सत्र 1 : बच्चों के आहार का आंकलन करना तथा आहार संबंधी समस्याओं को पहचानना

दिवस : 2

समयावधि : 1 घं. 30 मि.

उद्देश्य

सत्र के अंत में आशा में निम्न योग्यताएँ आएँगी:

1. आहार चार्ट का प्रयोग कैसे करना है यह समझाना।
2. आहार के आंकलन के लिए उचित प्रश्न पूछना।
3. आहार संबंधी समस्याओं को पहचानना और उचित व्यवहार को बढ़ावा देना।

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 'बच्चे के स्वास्थ्य को प्रोत्साहन दें' से लेकर 'खानपान के लिए सुझाव' तक पढ़ें।

बतायें कि 6 माह से अधिक आयु के सभी बच्चों को चाहे उनमें हथेली के फीकेपन के लक्षण हो या नहीं, वर्ष में 100 दिनों तक आईएफए की गोलियाँ दी जानी चाहियें। जब भी माँ से मिले बच्चे के अगले टीके लगवाने के लिये याद दिलाना। प्रशिक्षणार्थियों को विटामिन 'ए' देने के बारे में भी बतायें।

गतिविधि 2: प्रदर्शन : आहार वाले चार्ट का प्रयोग

बतायें कि केस मैनेजमेंट चार्ट से 'माँ को परामर्श' के भाग का प्रयोग कैसे करना है। आशा को क्या क्या सिखाया जाएगा यह बताते हुए चार्ट के विभिन्न भागों के बारे में समझायें –

- बच्चे के आहार के बारे में जानें।
- चार्ट में दिये गये आहार के सुझाव से तुलना करते हुये बच्चे में खान-पान संबंधी समस्याओं को जानें।
- माँ जो कार्य ठीक से कर रही हैं, उसके लिये उसकी प्रशंसा करें और बच्चे की आहार संबंधी समस्याओं के समाधान में उसकी मदद करें।

गतिविधि 3: प्रशिक्षणार्थी 'बच्चे के खान-पान का आंकलन' से लेकर 'खानपान का समस्याएँ पहचाने' तक पढ़ें।

प्रशिक्षणार्थियों से पूछें कि बच्चे के आहार के आंकलन के लिए केस मैनेजमेंट चार्ट का प्रयोग करते हुए क्या प्रश्न पूछने चाहिये? आंकलन के समय केस मैनेजमेंट चार्ट का प्रयोग करने का महत्त्व समझाएँ।

प्रशिक्षणार्थियों से पूछें कि वे कौनसे आयु के बच्चों के आहार का आंकलन करेंगी? (उत्तर: 2 साल से छोटे बच्चे तथा 2 से 5 साल के बीच के आयु के सारे बच्चे जिनका आयु के अनुसार वज़न बहुत कम है।

गतिविधि 4: भूमिका नाटक – खान-पान संबंधी समस्याओं का आंकलन।

- किसी प्रशिक्षणार्थी से आशा की तथा किसी अन्य से माँ की भूमिका निभाने को कहें।

माँ के लिये जानकारी

7 माह की बच्ची रुबी की आप माँ है। आप उसे आशा के पास लायी हैं क्यों कि उसे खॉसी है और उसकी नाक बह रही है। आशा ने आपको खॉसी की स्थानीय घरेलू चिकित्सा बतायी है। अब वह आपसे पूछेगी कि आप रुबी को कैसे आहार देती हैं।

आप अब भी रुबी को दिन में लगभग 3 बार तथा रात में एक बार स्तनपान कराती हैं। पिछले महीने से आपने उसे पतला दलिया देना शुरू किया है क्योंकि लगता था कि स्तनपान के बाद वह भूखी रह जाती थी और आपकी सास ने आपको यह सलाह दी थी। आप दिन में 3 बार उसे चम्मच से दलिया खिलाती हैं। आपके पास दूध की बोतल नहीं है, और आप उसका प्रयोग नहीं करतीं।

बीमारी के दौरान भी रुबी ने पहले की तरह स्तनपान किया पर दलिया उल्टी कर देती है और रो रही है। आपकी सहेली ने आपको बताया कि बीमारी के दौरान रुबी को दलिये की बजाय मीठा पानी दें। आपने कप से रुबी को मीठा पानी पिलाया जो रुबी को पसंद आ रहा है।

भूमिका नाटक निभा रहे दोनो पात्रों को इसकी एक-एक प्रति दें

केस मैनेजमेंट चार्ट का प्रयोग

आशा केस मैनेजमेंट चार्ट का प्रयोग खान-पान के उचित तरीकों को ढूँढने के लिये करे और दायीं ओर दिये हुये दूसरे बाक्स को देखें। ध्यान रहें कि रुबी को स्तनपान कराया जा रहा है। पर उसे दिन/रात में 4 बार आहार दिया जा रहा है जबकि 24 घंटे में कम से कम 8 बार आहार देना चाहिये। उसे दूध के अतिरिक्त पतला दलिया दिया जा रहा है पर रुबी दलिया उल्टी कर देती है। अब चार्ट पर खान-पान की सही विधियों पर निशान लगायें – स्तनपान, बोतल का प्रयोग नहीं करना। खान-पान संबंधी समस्याओं की जानकारी दें और उस पर निशान लगायें – पर्याप्त बार स्तनपान नहीं कराया जा रहा, पतला दलिया तथा मीठा पानी दिया जा रहा है। प्रशिक्षक केस मैनेजमेंट चार्ट के प्रयोग की सही विधि बतायें।

आशा हेतु जानकारी

- आहार संबंधी समस्याओं के बारे में जानने हेतु आप चार्ट में दिये गये प्रश्नों का प्रयोग करें।
- मानकर चलें कि आपने बच्चे की जाँच कर ली है तथा उसे आवश्यक उपचार तथा सलाह दे दी है। ध्यान रहे कि आपको घरेलू उपचार के अंतर्गत नाक बहने की समस्या के बारे में बता दिया है।
- यदि माँ आधे-अधूरे उत्तर दे या ठीक उत्तर न दे तो अन्य प्रश्न पूछने पड़ सकते हैं।
- आहार संबंधी समस्याएँ हैं – (क) ठीक से स्तनपान न करना (ख) रुबीने बीमारी के दौरान 'दलिया' न लेना (ग) पूरक आहार पतला तथा ऊर्जा से रहित होना तथा (घ) बीमारी के दौरान मीठा पानी देना।

भूमिका नाटक खेलना

जो लोग नाटक में भाग नहीं ले रहे, वे नाटक देखें और निम्न बातें नोट करें –

- क्या आहार लेने संबंधी सभी प्रश्न पूछे गये?
- कौन से प्रश्न नहीं पूछे गये?
- क्या रूबी को स्तनपान कराने के साथ दलिया देने के लिये माँ की प्रशंसा की गयी?
- माँ के उत्तरों को स्पष्ट करने के लिये अन्य प्रश्न पूछे गये?
- क्या आशा रूबी के आहार लेने संबंधी समस्याओं को समझ पायी?

भूमिका नाटक के बाद, सारांश प्रस्तुत करें –

- आहार लेने संबंधी प्रश्नों के जो उत्तर माँ ने दिये, उनकी चर्चा करें।
फिलप चार्ट/ ब्लैकबोर्ड पर भूमिका नाटक में बताये गये आहार देने के सही तरीके तथा आहार संबंधी समस्याएँ लिखें।

आहार देने के सही तरीके	आहार संबंधी समस्याएँ
• रूबी को स्तनपान कराना • दूध की बोतल का प्रयोग नहीं • पूरक आहार के तौर पर दलिया देना	• स्तनपान पर्याप्त नहीं • दलिया पतला देना • बीमारी के दौरान मीठा पानी देना

- माँ से सभी आवश्यक प्रश्न पूछे गये, इस पर चर्चा करें। यदि नहीं, तो कौन से प्रश्न और पूछे जाने चाहियें थे? प्रश्न न पूछने के क्या परिणाम हो सकते हैं?
- आहार संबंधी प्रत्येक समस्या के संभावित समाधान पर चर्चा करें।

आहार संबंधी समस्या	संभावित समाधान
• स्तनपान पर्याप्त नहीं कराया जा रहा। • पतला दलिया दिया जा रहा है। • बीमारी के दौरान मीठा पानी दिया जा रहा है।	• रूबी को बीमारी के दौरान भी स्तनपान कराया जाना चाहिये। • दिन/रात में कम से कम 8 बार स्तनपान कराया जाना चाहिये। • रूबी को उसकी माँ रात में भी स्तनपान कराये। • दलिया गाढ़ा होना चाहिये। एक कप में 1 चम्मच घी/तेल डालें। इससे दलिया पौष्टिक हो जायेगा। • दिन में 2 बार उतना दलिया रूबी को दिया जाये जितना वह खाना चाहे। स्तनपान कराने के बाद दलिया दें। • माँ के दूध में पर्याप्त मात्रा में पानी होता है। अतः अतिरिक्त पानी नहीं डालना चाहिये। • मीठे पानी से बच्चा स्तनपान नहीं करेगा। अतः मीठा पानी नहीं देना चाहिये।

सारांश

- किसी एक प्रशिक्षणार्थी से पूछें कि आहार संबंधी चार्ट का प्रयोग कैसे करना है?
- किसी अन्य प्रशिक्षणार्थी से पूछें कि आहार का आंकलन करने के लिए कौनसे प्रश्न पूछे जाने चाहिये?

सत्र का मूल्यांकन

उद्देश्य	आंकलन विधि
आहार चार्ट का प्रयोग कैसे करना है यह समझाना।	प्रश्न उत्तर
आहार के आंकलन के लिए उचित प्रश्न पूछना।	भूमिका नाटक तथा चर्चा
आहार संबंधी समस्याओं को पहचानना और उचित व्यवहार को बढ़ावा देना।	भूमिका नाटक तथा चर्चा