नवजात शिशु तथा बच्चों की घर में देखभाल
बाल्यकाल के बीमारियों की समेकित देखभाल

आशा के लिए अध्ययन साहित्य

व्दारा
डा. हरीश कुमार
और
सर्च टीम

सर्च, गडचिरोली

परिचय

पांच वर्ष की आयु से छोटे बच्चों में निमोनिया, दस्त, और मलेरिया बच्चों की आम बीमारीयॉं है। हर बीमारी कई दिन तक रहती है जिससे बच्चों को दर्द और परेशानी होती है और उनका आहार कम होता है। इससे परिवार को भी परेशानी होती है। बीमारी से आहार कम होता है और बीमारी में बच्चों को कम खिलाया जाता है जिससे बच्चा कुपोषित होता है। यह बीमारीयॉं और खिलाने–पिलाने में कमियां बच्चों में मौत के आम कारण होते हैं।

सभी बच्चों की घर में सही देखभाल, गंभीर स्थिति का समय से आंकलन तथा तुरंत रेफरल से इन में से कई बच्चों को बचाया जा सकता है। आप के मार्गदर्शन में बच्चों का घर पर उपचार करना संभव हैं। प्रारम्भिक अवस्था में ही बीमारी को पहचानना और समय पर उपचार के लिए अस्पताल या डाक्टर के पास भेजना अब संभव हैं।

भाग 1

इस भाग में आप सीखेंगी कि अपने स्वास्थ्य केन्द्र या बच्चे के घर की भेंट के दौरान निम्नलिखित कार्य कैसे करेंगे:

- खतरे के लक्षणों की जाँच।
- माँ से प्रमुख लक्षणों की जानकारी लेना : खाँसी या साँस लेने में कठिनाई, दस्त तथा बुखार।
- किसी प्रमुख लक्षण के मौजूद होने पर बच्चे का अन्य संबंधित लक्षणों के लिए आंकलन करना और लक्षणों के होने तथा न होने के आधारपर बीमारी का वर्गीकरण करना।
- कुपोषण तथा एनीमिया के लक्षणों के लिए आंकलन करना और बच्चे के पोषण स्तर का वर्गीकरण करना।
- बच्चे के टीकाकरण की स्थिति देखना और आज कुछ टीके जरूरी है क्या यह निश्चित करना।
- अन्य समस्याओं के लिए आंकलन करना।

उपचार तथा सलाह के लिए तकनीकी योग्यताएँ :

माँ के साथ बातचीत करने तथा उपचार करने की योग्यताएँ प्राप्त करने का सबसे अच्छा तरीका है उन योग्यताओं का सुपरवाईजर की उपस्थिती में अभ्यास करना और उसके पश्चात् स्वयं अभ्यास करना। निरंतर अभ्यास तथा सुपरवाईजर के मार्गदर्शन से योग्यताएँ अच्छी तरह से हासील होंगी।

हो सकता है कि आप अभी भी खॉंसी, दस्त, बुखार तथा कुपोषण का उपचार कर रही है। आप अच्छे स्वास्थ्य तथा कुपोषण समेत अन्य बीमारीयों के बचाव के लिए भी सहायता देंगी। यह पुस्तिका अच्छा काम करने में, मृत्यु कम करने में, कुपोषण से बचाव करने में और स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में आपकी सहायता करेंगी। इससे कार्यकर्ता के तौर पर समुदाय में आपका स्वीकार होगा।

बीमार बच्चे के उपचार के कदम :

बीमार बच्चे के उपचार के निम्न कदम है :

1. आंकलन
2. बीमारी का वर्गीकरण
3. उपचार पहचानना तथा उपचार करना
4. माँ को सलाह देना
5. फालो अप

इस पाठ्यक्रम के प्रत्येक हिस्से में एक प्रशिक्षण पुस्तिका और रंगों के आधार पर देखभाल करने वाला एक चार्ट है।

रंगों के आधार पर देखभाल करने वाले देखभाल चार्ट का परिचय

देखभाल चार्ट में शामिल हैं,

- आकलन और वर्गीकरण चार्ट
- शिशु या बच्चे का उपचार
- माँ को सलाह देने का चार्ट

आकलन और वर्गीकरण में चार भाग है,

- **आकलन** भाग में दर्शाया गया है कि किन चिन्हों और लक्षणों की जांच करनी है और उसे कैसे करना है।
- **चिन्हों** के भाग में मौजूद चिन्हों और लक्षणों का सारांश है।
- **वर्गीकरण** शिशु या बच्चे की हर बीमारी का वर्गीकरण करने में मदद करता है।
- **उपचार पहचानें** भाग में प्रत्येक वर्गीकरण के लिए उपचार के सही निर्णयों की सूची हैं

आकलन और वर्गीकरण चार्ट में तीन विभिन्न रंगों (लाल,पीला और हरा) का उपयोग किया गया है,

- **लाल रंग** वाले बॉक्स में शामिल स्थितियां **गम्भीर बीमारी** का संकेत है। गम्भीर बीमारी वाले बच्चों को अस्पताल रेफर करना या डॉक्टर के पास भेजना आवश्यक है।
- **पिले रंग** वाले बॉक्स में शामिल स्थितियों को **घर पर दवा** से उपचारित करना चाहिए और माँ को घर पर देखभाल के लिए सलाह दी जानी चाहिए।
- **हरे रंग** वाले बॉक्स में शामिल स्थितियों का **दवा के बिना घरेलू देखभाल** से उपचार किया जाना चाहिए।

इन चार्टो के उपयोग के तरीके का प्रदर्शन किया जाएगा

भाग 2

बीमार बच्चे का आकलन और वर्गीकरण

शुरुआत बच्चे का नाम और उम्र पूछ कर करें। माँ से पूछें कि बच्चे को क्या परेशानी है।

❖ **माँ का अभिवादन** करे और मुस्कुराकर मिलें।

❖ **माँ से पूछें कि शिशु को क्या परेशानी है।**

माँ शिशु की परेशानी के बारे में जो कुछ बताती हैं, उसे लिख लें।

यह सवाल पूछने का एक प्रमुख कारण माँ के साथ अच्छी तरह बातचीत की शुरूआत करना है। अच्छी तरह बातचीत करने से माँ को यह भरोसा दिलाने में मदद मिलती है कि उसके शिशु की सही देखभाल होगी। जब आप शिशु की बीमारी का इलाज करेंगे तो आपको माँ को यह सिखाना और बताना होगा कि वह घर में अपने बीमार शिशु की देखभाल कैसे करे।

- **माँ आपको जो कुछ बताती है, ध्यान से सुनें।** इससे उसे महसूस होगा कि आप उसकी चिन्ता पर गम्भीरता से ध्यान दे रहे हैं।
- **उन्ही शब्दों का प्रयोग करें जिन्हें माँ समझ सकें।** यदि वह आपका सवाल नहीं समझ पाई तो आवश्यक जानकारी नहीं दे पाएगी।
- **माँ को सवालों का जवाब देने के लिए समय दे** । उदाहरण के लिए उसे यह तय करने में समय लग सकता है कि आप जो लक्षण पूछ रहे हैं, वह मौजूद है या नहीं।
- **यदि माँ निश्चित रूप से जवाब न दे पाए तो कुछ और सवाल पूछें।** जब माँ को पता न हो कि जिस लक्षण के बारे में आप जानना चाहते हैं वह मौजूद है या नहीं तो कुछ और सवाल पूछें, जिससे उसे स्पष्ट जवाब देने में मदद मिले।
- **प्रभावी बातचीत के लिए अन्य ध्यान देने लायक बातें,**
  - ❖ माँ को बराबर का स्थान दें।
  - ❖ बच्चे को सही ढंग से छुएं या उसके साथ खेलें।
  - ❖ माँ जब कुछ कह रही है तो सिर हिलाएं, हाँ कहें। इससे उसे महसूस होगा कि आप उसकी बात समझ रहे हैं।
  - ❖ जल्दबाजी में न दिखें

❖ **यह तय करें कि इस समस्या के लिए यह पहली भेंट या पुनः भेंट है।**
यदि इस बीमारी या समस्या के लिए शिशु से पहली बार भेंट हुई है तो यह पहली भेंट है। यदि इसी बीमारी के लिए कुछ दिन पहले भी आपने शिशु को देखा था तो यह पुनः भेंट है।

प्रभावकारी बातचीत के कदमों के बारे में समूह में चर्चा करें

खतरे के आम चिन्हों के लिये जांच करें

पूछें,	देखें	
• क्या बच्चा पी सकता है या स्तनपान कर सकता है? • क्या बच्चा सब कुछ उल्टी कर देता है? • क्या बच्चे को दौरे पड़े थे?	• क्या बच्चा सुस्त या बेहोश है?	• पी नहीं सकना या स्तनपान नहीं कर सकना । या • सब कुछ उल्टी कर देना। या • दौरे पड़ना। या • सुस्त या बेहोश।
खतरे के आम चिन्ह वाले बच्चे को तुरन्त ध्यान देने की जरुरत है। आकलन और रेफरल पूर्व उपचार तुरन्त दें, जिससे कि रेफरल में देरी नहीं हो।		

खतरे के चिन्ह गम्भीर बीमारी के संकेत हैं। ये कई बीमारियों में हो सकते हैं। यह भी हो सकता है कि खतरे के कुछ चिन्हों का बीमारी के प्रकार से कोई संबंध न हो। उदाहरण के लिए, दस्तरोग, निमोनिया, गर्दनतोड़ बुखार, या मलेरिया के कारण भी सुस्ती या बेहोशी हो सकती है। ये बिमारियां बच्चे को इतना बीमार भी कर सकती हैं कि वह कोई तरल पदार्थ न पी सके। इन्हें खतरे के आम चिन्ह कहते हैं। इनमें से कोई एक आम चिन्ह होना भी गम्भीर बीमारी का संकेत है।

हर बीमार बच्चे को देखते समय खतरे के निम्नलिखित आम चिन्हों की जांच करनी चाहिए,

- ➢ बच्चा पी नहीं सकता या स्तनपान नहीं कर सकता।
- ➢ बच्चा सब कुछ उल्टी कर देता है।
- ➢ बच्चे को दौरे पड़े थे।
- ➢ सुस्त या बेहोश।

पूछें–क्या बच्चा पी सकता है या स्तनपान कर सकता है ?

यदि बच्चा माँ का दूध नहीं चूस पा रहा है या नहीं पी पा रहा है तो उसमें 'पी नहीं पाने या स्तनपान न कर पाने' का चिन्ह है।

यदि माँ कहती है कि बच्चा कुछ पी नहीं पा रहा है या स्तनपान नहीं कर पा रहा है तो उससे यह बताने को कहें कि जब वह बच्चे को कुछ पीने को देती है तो क्या होता है। उदाहरण के लिए क्या बच्चा तरल पदार्थ मुंह में ले कर पी सकता है? यदि आप माँ के जवाब से संतुष्ट नहीं हैं तो माँ से कहें कि वह आपके सामने बच्चे को साफ पानी या अपना दूध पिलाएं। देखें कि क्या बच्चा पानी या माँ का दूध पी रहा है।

स्तनपान करने वाले बच्चे की यदि नाक बंद होगी तो उसे दूध चूसने में कठिनाई हो सकती है। यदि बच्चे की नाक बंद है तो उसे साफ कर दें। यदि नाक साफ होने के बाद बच्चा माँ का दूध पी सकता है तो उसमें 'पी नहीं पाने या स्तनपान न कर पाने' का खतरे का चिन्ह नहीं है।

पूछें – क्या बच्चा सब कुछ उल्टी कर देता है ?

यदि बच्चा कुछ भी हजम नहीं कर पा रहा है तो यह 'सब कुछ उल्टी कर देने' का चिन्ह है। उसने जो कुछ भी पिया, सब कुछ उल्टी कर दिया। सब कुछ उल्टी कर देने वाला बच्चा खाना, तरल पदार्थ या मुंह से ली गई दवा हजम नहीं कर पाएगा। कई बार उल्टी करने वाला बच्चा यदि कुछ तरल पदार्थ हजम कर लेता है तो उसमें खतरे का यह आम चिन्ह नहीं है।

पूछें – क्या बच्चे को दौरे पड़े थे ?

माँ से पूछें कि बच्चे को दौरे (स्थानीय शब्द) पड़े थे या नहीं।

देखें – क्या बच्चा सुस्त या बेहोश है ?

सुस्त बच्चा उस वक्त भी नींद में रहता है जब कि उसे जागना चाहिए। यदि बच्चा शून्य में देखता रहे और अपने आसपास की हलचल पर ध्यान देता न दिखाई दे तो भी वह सुस्त कहलाएगा।

बेहोश बच्चा बिलकुल नहीं जागता। यह बच्चा स्पर्श, शोर या दर्द होने पर भी कोई प्रतिक्रिया नहीं करता।

टिप्पणी – यदि बच्चा सो रहा है और उसे खांसी है या सांस लेने में कठिनाई हो रही है तो बच्चे को जगाने से पहले उसकी सांस की गिनती कर लें।

अब आप खतरे के आम चिन्हों के लिए बच्चों का आकलन करने के तरीके के बारे में एक वीडियो देखेंगे

वीडियो देखने के बाद निम्नलिखित सवालों के जवाब लिखें:

	क्या बच्चा सुस्त या बेहोश है ?	
	हाँ	नहीं
बच्चा 1		
बच्चा 2		
बच्चा 3		
बच्चा 4		

याद रखें –

- सभी बीमार बच्चों का खतरे के आम चिन्हों के लिए आकलन होना चाहिए।
- यदि बच्चे में खतरे का एक भी आम चिन्ह है तो समस्या गम्भीर है। बच्चे को तुरंत अस्पताल रेफर करें।
- बाकी आकलन और रेफर करने से पहले का उपचार जल्दी पूरा करें ताकि रेफर करने में देर न हो।

खांसी या सांस लेने में कठिनाई के लिए आकलन और वर्गीकरण

मुख्य लक्षणों के बारे में पूछें

क्या बच्चे को खांसी है या सांस लेने में कठिनाई है ?

यदि हाँ

पूछें

- कब से ?

देखे

- एक मिनट में सांस की गिनती करें।
- पसली का धंसना देखें।

माँ से पूछें कि बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई तो नहीं है। **यदि बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई नहीं है तो उसके लिए आकलन न करें।** यदि माँ कहती है कि बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई हो रही है तो,

पूछें – कब से ?

यदि बच्चे को 30 दिन से भी अधिक समय से खांसी है तो उसे और आकलन के लिए अस्पताल में रेफर करना आवश्यक है।

पसली का धंसना देखें

खांसी या सांस लेने में कठिनाई महसूस करने वाले बच्चे में पसली का धंसना इस बात का संकेत है कि बच्चे को गम्भीर निमोनिया है। शिशुओं के विपरीत बच्चे की पसली का हल्का धंसना भी सामान्य नहीं है। यदि बच्चे की पसली धंस रही है तो उसे अस्पताल में रेफर किया जाना चाहिए।

एक मिनट तक सांस की गिनती करें

जैसा कि आप पहले सीख चुके हैं एक मिनट तक बच्चे की सांस की गिनती करें। फिर यह तय करें कि बच्चे की सांस सामान्य है या तेज़ है।

आयु	तेज़ सांस
2 से 12 महीने तक,	50 या अधिक सांसें प्रति मिनट
12 महीने से 5 साल तक	40 या अधिक सांसें प्रति मिनट

टिप्पणी, पूरे 12 महीने की आयु वाले बच्चे में यदि आपकी गिनती 40 सांस प्रति मिनट या अधिक है तो उसकी सांस तेज़ चल रही है।

खांसी या सांस लेने में कठिनाई के लिए वर्गीकरण करें

खांसी या सांस लेने में कठिनाई के लिए वर्गीकरण तालिका इस प्रकार है,

• कोई खतरे का आम चिन्ह। या • पसली धंसना।	गम्भीर निमोनिया या बहुत गम्भीर बीमारी	• कोट्रिमोक्साज़ोल की पहली खुराक दें। • तुरंत अस्पताल रेफर करें।
• तेज़ सांस।	निमोनिया	• पांच दिन तक कोट्रिमोक्साज़ोल दिन में दो बार दें (2 से 12 महीने तक के बच्चे को बच्चों की 2 गोली हर बार व 12 महीने से 5 साल तक के बच्चे को बच्चों की 3 गोली हर बार) • दो दिन बाद पुनः देखें।
• बहुत गम्भीर बीमारी या निमोनिया का कोई चिन्ह नहीं	खांसी या जुकाम	• खांसी, जुकाम के बारे में घरेलू देखभाल की सलाह दें। • अगर खांसी 30 दिन से ज्यादा की है तो जांच के लिए रेफर करें।

याद रखें:

- खतरे का कोई चिन्ह या पसली धंसने का अर्थ है कि बच्चा गम्भीर निमोनिया या बहुत गम्भीर बीमारी (लाल वर्गीकरण) का शिकार है। उसे तुरंत अस्पताल रेफर करने की जरूरत है।
- यदि बच्चे में खतरे का कोई आम चिन्ह नहीं है और पसली भी नहीं धंस रही, लेकिन सांस तेज़ है तो उसे निमोनिया (पीला वर्गीकरण) है। बच्चे का दवा देकर घर पर इलाज किया जाना चाहिए।
- यदि बच्चे में खतरे का कोई आम चिन्ह नहीं है, पसली नहीं धंस रही और सांस भी तेज़ नहीं है तो उसे खांसी या जुकाम है (हरा वर्गीकरण)। इस बच्चे की माँ को घर पर देखभाल करने की सलाह दी जानी चाहिए।

साँस की गती गिनना : जाँच सूची

1. बच्चा शांत होने तक इन्तजार करें।
2. बच्चे की कमीज उपर उठाएँ ताकी आप साँस गिन सके, एक बार पेट उपर उठ़कर नीचे जाएँ तो एक साँस है।
3. हाथ की घड़ी निकालकर बच्चे के पेट के पास पकड़े।
4. एक मिनट तक साँस गीने।
5. एक मिनट में कितनी साँसे गीनी लिख लें।

अब आप खांसी या सांस लेने में कठिनाई के लिए बच्चे का आकलन करने के तरीके के बारे में वीडियो देखेंगे

1. वीडियो में दिखाए गए हर बच्चे के लिए इस सवाल का जवाब लिखें,

			क्या बच्चे की सांस तेज़ चल रही है ?	
	आयु	सांस प्रति मिनट	हाँ	नहीं
मानो	चार वर्ष			
वामबाई	छः माह			

2. वीडियो में दिखाए गए हर बच्चे के लिए इस सवाल का जवाब लिखें,

	क्या बच्चे की पसली धंस रही है ?	
	हाँ	नहीं
मेरी		
जेना		
हो		
अन्ना		
लो		

वीडियो केस स्टडी – बेन

दो माह से पांच वर्ष तक के बीमार बच्चे की देखभाल

नाम ——— उम्र ——— वजन —— कि.ग्रा. शरीर का तापमान ——°से. दिनांकः ———

पूछें, बच्चे को क्या समस्यायें हैं? ————— प्रथम भेंट? ——— पुनः भेंट ? ———

आकलन करें (पाये गये सभी चिन्हों पर गोला लगायें)	वर्गीकरण
खतरे के आम लक्षणों के लिये बच्चे की जांच करें • कुछ पी नहीं सकता या स्तनपान नहीं कर सकता • सब कुछ उल्टी कर देता है • सुस्त या बेहोश • दौरे पड़ते हैं	खतरे के आम लक्षण हैं हाँ — नहीं — वर्गीकरण के समय इन लक्षणों का उपयोग करें
क्या बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई है? हाँ — नहीं – • कब से? — दिन • एक मिनट के लिए सांस गिनें — सांस प्रति मिनट तेज़ सांस? • पसली धंसना देखे	

दस्तरोग का आकलन और वर्गीकरण

माँ से पूछें कि क्या बच्चे को दस्त हैं। यदि माँ कहती है कि बच्चे को दस्त हैं तो,

पूछें कि बच्चे को कब से दस्त हैं। यदि दस्त 14 दिन या उससे पहले से हैं तो बच्चे को गम्भीर लगातार दस्त हैं। इस बच्चे को अस्पताल रेफर किया जाना चाहिए।

पूछें कि मल में खून तो नही आ रहा है। यदि मल में खून आ रहा है तो उसे **पेचिश** है। बच्चे का घर में कोट्रिमोक्साज़ोल से इलाज किया जाना चाहिए और माँ को घर में देखभाल के बारे में सलाह दी जानी चाहिए।

क्या बच्चे को दस्त है ?

यदि हाँ

पूछें	**देखे व महसूस करे**
• कब से • क्या मल में खून आता है	• बच्चे की सामान्य स्थिति देखें, – सुस्त या बेहोश है ? – बेचैन व चिड़चिड़ा है ? • धंसी हुई आंखों के लिए देखो • बच्चे को कुछ पीने को दें, क्या – बच्चा पी नही सकता या बहुत कम पीता है? – पीने को उतावला है, प्यासा है ? • पेट की त्वचा पर चिकोटी भरें, यह कैसे वापस जाती है – बहुत धीरे (2 सैकन्ड से अधिक समय में)। – धीरे।

दस्तरोग के शिकार हर बच्चे का **निर्जलीकरण** के लिए आकलन करें।

निम्नलिखित चिन्हों के लिए **देखें** और **महसूस** करें,

देखे – बच्चे की सामान्य स्थिति। क्या बच्चा सुस्त या बेहोश है ? बेचैन व चिड़चिड़ा है ?

धंसी हुई आंखों के लिए देखें।

बच्चे को कुछ पीने को दें। क्या बच्चा पी नहीं सकता या बहुत कम पीता है ?

पीने को उतावला है, प्यासा है ?

माँ से कहें कि वह बच्चे को कप या चम्मच से पानी पिलाएं। बच्चे को पीते हुए देखें।

बच्चा पी नही सकता यदि देने पर बच्चा पानी नीचे नहीं निगल सकता है। हो सकता है कि बच्चा सुस्त या बेहोश होने के कारण कुछ पी नहीं पा रहा हो।

बच्चा बहुत कम पीता है यदि बच्चा कमजोर है और बिना मदद के पी नहीं सकता। हो सकता है कि वह तभी पी सके जब तरल पदार्थ उसके मुंह में डाल दिया जाए।

यदि बच्चा पीना चाहता है तो यह उसके पीने के लिए उतावला, प्यासा होने का चिन्ह है। देखें कि जब आप बच्चे को पानी देते हैं तो वह कप या चम्मच की तरफ लपकता है या नहीं। जब आप पानी दूर हटा लेते हैं तो देखें कि क्या बच्चा रोता है, क्योंकि वह और पीना चाहता है।

यदि बच्चा सिर्फ उत्साहित करने पर पीता है तथा और नहीं पीना चाहता है तो उसमें पीने के लिए उतावला, प्यासा होने का चिन्ह नहीं है।

पेट की त्वचा पर चिकोटी भरें, यह कैसे वापस जाती है ?

– बहुत धीरे (2 सैकन्ड से अधिक समय में)

– धीरे।

दस्तरोग का वर्गीकरण

दस्तरोग के लिए वर्गीकरण तालिका इस प्रकार है,

निम्न में से कोई 2 चिन्ह • सुस्त या बेहोश। • धंसी हुई आंखें। • पी नही सकता या कम पी रहा है। • चिकोटी भरने पर त्वचा का बहुत धीरे वापस जाना।	गम्भीर निर्जलीकरण	• **तुरंत रेफर करें व माँ को बतायें कि बच्चे को रास्ते में ओ.आर. एस. पिलाती रहे।**
निम्न में से कोई 2 चिन्ह • बेचैन व चिड़चिड़ा। • धंसी हुई आंखें। • पीने को उतावला, प्यासा। • चिकोटी भरने पर त्वचा का धीरे वापस जाना।	कुछ निर्जलीकरण	• पीने व खाने को दें, (प्लान बी) • अगर सुधार न हो तो दो दिन बाद पुनः देखें।
कुछ, गंभीर निर्जलीकरण के वर्गीकरण के लिए पर्याप्त चिन्हों का न होना।	निर्जलीकरण नही	• घर पर दस्त के उपचार के लिए पीने व खाने को दें, (प्लान ए)। • अगर सुधार न हो तो दो दिन बाद पुनः देखें।

Cyan Magenta Black

• दस्त 14 या अधिक दिनों से।	गंभीर लगातार दस्त	• **अस्पताल रेफर करें।**
• मल में खून	पेचिश	• कोट्रिमोक्साज़ोल 5 दिन (2 से 12 महीने तक के बच्चे को बच्चों की 2 गोली व 12 महीने से 5 साल तक के बच्चों को बच्चों की 3 गोली दिन में दो बार) तक दें। • दो दिन बाद पुनः देखें।

याद रखें:

- **दस्त के सभी रोगीयों का निर्जलीकरण के लिए वर्गीकरण करें। यदि दस्त 14 या अधिक दिनों से है तो गम्भीर लगातार दस्त के लिए और यदि मल में खून आता है तो पेचिश के लिए भी वर्गीकरण करें।**
- गम्भीर निर्जलीकरण के चिन्ह वाले बच्चों को अस्पताल रेफर किया जाना चाहिए।
- गम्भीर लगातार दस्त वाले बच्चों को अस्पताल रेफर किया जाना चाहिए।
- पेचिश वाले बच्चों का घर में दवा से इलाज किया जाना चाहिए।
- कुछ निर्जलीकरण वाले बच्चों को ओआरएस पिलाया जाना चाहिए।
- **निर्जलीकृत न होने वाले ओर 14 दिन से कम समय से दस्तरोग के शिकार के बच्चों की घर पर देखभाल होनी चाहिए।**

निर्जलीकरण के लिए बच्चे के आकलन के तरीके के बारे में वीडियो देखेंगे

1. वीडियो में दिखाए गए हर बच्चे के लिए इस सवाल का जवाब लिखें:

	क्या बच्चे की आंखें धंसी हुई है ?	
	हाँ	नहीं
बच्चा 1		
बच्चा 2		
बच्चा 3		
बच्चा 4		
बच्चा 5		
बच्चा 6		

2. वीडियो में दिखाए गए हर बच्चे के लिए इस सवाल का जवाब लिखें,

	क्या बच्चे की त्वचा वापस जाती है ?		
	बहुत धीरे	धीरे	तुरंत
बच्चा 1			
बच्चा 2			
बच्चा 3			
बच्चा 4			
बच्चा 5			

वीडियो केस स्टडी – जोश

दो माह से पांच वर्ष तक के बीमार बच्चे की देखभाल

नाम—————————उम्र———— वजन————कि.ग्रा. शरीर का तापमान ————————^{0}सें/^{0}फै

पूछें, बच्चे को क्या समस्यायें हैं?—————————प्रथम भेंट?—————— पुनः भेंट?—————

आंकलन (पाये गये सभी चिन्हों पर गोला लगायें)	**वर्गीकरण**
खतरे के आम लक्षणों के लिये बच्चे की जांच करें • कुछ पी नहीं सकता या स्तनपान नहीं कर सकता • सुस्त या बेहोश • सब कुछ उल्टी कर देता है • दौरे पड़ते हैं	खतरे के आम लक्षण हैं वर्गीकरण के समय इन लक्षणों का उपयोग करें
क्या बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई है? हाँ — नहीं –	
• कब से ? — दिन • एक मिनट के लिए सांस गिनें — सांस प्रति मिनट तेज़ सांस? • पसली धंसना देखे	
क्या बच्चे को दस्त है ? हाँ — नहीं –	
• क्या मल में खून आता है? • कब से? — दिन • बच्चे की सामान्य स्थिति देखे सुस्त या बेहोश? बेचैन एवं चिड़चिड़ा? • धंसी हुई आखों के लिए देखें, • बच्चे को कुछ पिने को दे, पी नही सकता या कम पीता है? पीने को उतावला, प्यासा है? • पेट की त्वचा पर चिकोटी भरें, क्या वह वापस जाती है? – बहुत धीरे (2 सैकन्ड से अधिक समय में) – धीरे?	

अभिप्रेरक तस्वीरों व्दारा अभ्यास कराएंगे

तस्वीरों व्दारा अभ्यास

- तस्वीर : 1
- तस्वीर : 2
- तस्वीर : 3
- तस्वीर : 4
- तस्वीर : 5
- तस्वीर : 6
- तस्वीर : 7

बुखार का आकलन और वर्गीकरण

छोटे बच्चों में बुखार एक आम समस्या है। बुखार से पीड़ित बच्चा मलेरिया या साधारण खांसी या जुकाम या वायरल संक्रमण जैसी किसी अन्य बीमारी का शिकार हो सकता है।

क्या बच्चे को बुखार है? (पूछने से या छूने से या तापमान 37.5^0 सें (99.5^0फै) या अधिक)

यदि हाँ,

पूछें:
- कब से ?
- अगर 7 दिन से ज्यादा है, क्या बुखार रोजाना आता है

देखें व महसूस करें
- गर्दन में अकड़ाहट को देखें या महसूस करें।

पूछें – क्या बच्चे को बुखार है ?

माँ से पूछें कि क्या बच्चे को बुखार है। तापमान देखने के लिए बगल में दो मिनट तक थर्मामीटर लगाएं। यदि आपके पास थर्मामीटर नहीं है तो अपनी हथेली का उल्टा हिस्सा बच्चे के बगल में या उसके पेट में रखें ताकि यह महसूस कर सकें कि क्या बच्चा गर्म है।

यदि माँ को भरोसा है कि उसके बच्चे को बुखार था या आपने छूकर महसूस किया है कि बच्चा गर्म है तो उसे बुखार है।

पूछें– कबसे ? अगर 7 दिन से ज्यादा है, क्या बुखार रोज़ाना होता है ?

माँ से पूछें कि बच्चे को कब से बुखार है। यदि सात दिन से भी अधिक समय से रोज़ाना बुखार है तो बच्चे को और आकलन के लिए रेफर करें।

गर्दन में अकड़ाहट को देखें और महसूस करें।

यदि बच्चे को बुखार के साथ गर्दन में अकड़ाहट है तो उसे मैनिनजाइटिस हो सकती है। मैनिनजाइटिस के शिकार बच्चे को एंटिबॉयटिक का इंजेक्शन लगाकर तुरंत अस्पताल रेफर करने की ज़रूरत है।

जब आप आकलन के दौरान माँ से बात कर रहे होते हैं उस समय देखें कि बच्चा इधर–उधर नज़र डालते हुए अपनी गर्दन आसानी से घुमाता और झुकाता है या नहीं। यदि बच्चा अपनी गर्दन घुमा और झुका रहा है तो इसका मतलब उसकी गर्दन में अकड़न नहीं है।

यदि आप किसी तरह की हलचल नहीं देखते, या आप तय नहीं कर पा रहे हैं तो बच्चे का ध्यान उसकी नाभि या पंजों की तरफ खींचे। उदाहरण के लिए, आप उसके पंजों या नाभि पर रौशनी डाल सकते हैं या उसके तलवों में गुदगुदी कर सकते हैं ताकि बच्चा नीचे की तरफ देखे। अब आपको देखना है कि बच्चा अपनी नाभि या पंजों की तरफ देखते हुए गर्दन झुका सकता है या नहीं।

बुखार की वर्गीकरण तालिका इस प्रकार है,

• खतरे का आम चिन्ह। या • गर्दन में अकड़ाहट	बहुत गंभीर बुखार रोग	• कोट्रिमोक्साज़ोल की पहली खुराक दें। • मलेरिया प्रोग्राम निर्देशानुसार खून की स्लाईड लेने के बाद मलेरिया की दवा की पहली खुराक दें। • तेज़ बुखार होने पर पैरासीटामोल की एक खुराक दें। • तुरंत अस्पताल रेफर करें।
• बुखार (पूछने या छूने या तापमान 37.5° सें या अधिक)।	मलेरिया	• मलेरिया प्रोग्राम निर्देशानुसार खून की स्लाईड लेने के बाद मलेरिया की दवा दें। • तेज़ बुखार होने पर पैरासीटामोल की एक खुराक दें। • अतिरिक्त तरल पदार्थ और आहार जारी रखने की सलाह के साथ खतरे के चिन्हों के बारे में सलाह दें। • यदि बुखार जारी रहे तो दो दिन बाद पुनः जांच करें। • यदि सात दिन से अधिक समय से रोज़ाना बुखार है तो आकलन के लिए रेफर करें।

याद रखें,

- यदि बच्चे को बुखार न हो तो बुखार के लिए आकलन न करें।
- यदि सात दिन या अधिक समय से रोज़ाना बुखार हो तो अस्पताल रेफर करें।
- यदि बुखार वाले बच्चे में खतरे का एक भी आम चिन्ह हो तो उसे 'बहुत गंभीर बुखार रोग' में वर्गीकृत करना याद रखें।

अब आप बच्चे की गर्दन में अकड़ाहट के बारे में एक वीडियो देखेंगे 'अभ्यास जे'

वीडियो मे दिखाए गये हर बच्चे के लिए इस सवाल का जवाब दें:

	क्या बच्चे की गर्दन में अकड़ाहट है ?	
	हॉ	नहीं
बच्चा 1		
बच्चा 2		
बच्चा 3		
बच्चा 4		

वीडियो केस स्टडी – पू

दो माह से पांच वर्ष तक के बीमार बच्चे की देखभाल

नाम ——— उम्र ——— वजन —— कि.ग्रा. शरीर का तापमान ————— °सें/°फै

पूछें: बच्चे को क्या समस्यायें हैं? ————— प्रथम भेंट ? ——— पुन: भेंट ? ——

आकलन करें (पाये गये सभी चिन्हों पर गोला लगायें)	**वर्गीकरण**
खतरे के आम लक्षणों के लिये बच्चे की जांच करें • कुछ पी नहीं सकता या स्तनपान नहीं कर सकता • सब कुछ उल्टी कर देता है • सुस्त या बेहोश • दौरे पड़ते हैं	खतरे के आम लक्षण हैं हाँ – नहीं – वर्गीकरण के समय इन लक्षणों का उपयोग करें
क्या बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई है? हाँ – नहीं – • कब से ? – दिन • एक मिनट के लिए सांस गिनें —सांस प्रति मिनट तेज़ सांस? • पसली धंसना देखे	
क्या बच्चे को दस्त है हाँ – नहीं – • क्या मल में खून आता है? • कब से? – दिन बच्चे की सामान्य स्थिति देखे क्या बच्चा – सुस्त या बेहोश – बेचैन एवं चिड़चिड़ा • धंसी हुई आखों के लिए देखें,	

• बच्चे को कुछ पिने को दे, – पी नही सकता या कम पीता है? – पीने को उतावला, प्यासा है? • पेट की त्वचा पर चिकोटी भरें, क्या वह वापस जाती है? – बहुत धीरे (2 सैकन्ड से अधिक समय में) – धीरे	
क्या बच्चे को बुखार है? (पूछकर/ छूकर/ या तापमान 99.5°फै (37.5°सें) या अधिक) हाँ – नहीं – • कब से ? – दिन • यदि 7 दिन से अधिक समय से बुखार है,तो क्या बुखार रोज़ाना आता है? हाँ ——नहीं —— • गर्दन में अकड़ाहट के लिए देखे या महसूस करे	

कुपोषण के लिए जांच करें

सभी बीमार बच्चों की कुपोषण के लिए जांच करें।

कुपोषण के लिए जांच करें
देखें व महसूस करें • दिखने वाला गंभीर सूखापन। • दोनों पैरों में सूजन। • वज़न को ग्रोथ चार्ट पर दर्शा कर कुपोषण का ग्रेड निर्धारित करें।

दिखने वाला गंभीर सूखापन देखें।

दिखने वाले गंभीर सूखापन वाला बच्चा बहुत पतला–दुबला होता है, उसके शरीर पर चर्बी नही होती। बिलकुल हड्डियों का ढांचा लगता है। कुछ बच्चे दुबले–पतले होते हैं, लेकिन उनमें दिखने वाला गंभीर सूखापन नहीं होता। आकलन के इस चरण से आपको दिखने वाले गंभीर सूखापन के उन बच्चों को पहचानने में मदद मिलेगी जिन्हें तत्काल उपचार और अस्पताल रेफर किए जाने की आवश्यकता है।

दिखने वाले गंभीर सूखापन की जांच के लिए बच्चे के कपड़े उतार दें । कंधों की मांसपेशियों, बाहों, कूल्हों और पैरों पर गंभीर सूखापन के चिन्ह देखें। बच्चे को एक तरफ से देखें, क्या कूल्हों पर चर्बी नहीं है। जब सूखापन अधिक होता है तब कूल्हों और नितम्बो की त्वचा पर झुर्रियां पड़ी होंगी।

ऐसा हो सकता है कि स्पष्ट गंभीर सूखापन वाले बच्चे का चेहरा एकदम सामान्य दिखे। बच्चे का पेट बढ़ा हुआ या फूला हुआ हो सकता है।

दोनो पैरों में सूजन देखें और महसूस करें

देखे और महसूस करें कि बच्चे के दोनों पैरों में सूजन तो नहीं है। बच्चे के पैर के ऊपर अपने अंगूठे से कुछ सेकैंड के लिए आराम से दबाएं। यदि आपके अंगूठा हटा लेने के बाद भी बच्चे के पैरों पर गड्ढा बना रहे तो उसके पैरों में सूजन है।

कुपोषण का स्तर तय करें

आप उन बच्चों की पहचान करेंगे जिनका आयु के अनुसार वज़न, आयु के अनुसार वज़न चार्ट की दूसरी रेखा से नीचे है। चार्ट की दूसरी रेखा पर या उससे ऊपर रहने वाले बच्चे भी कुपोषित हो सकते हैं। किन्तु जो बच्चे दूसरी रेखा से नीचे है उनका आयु के अनुसार वज़न बहुत कम है और उन्हें आहार के बारे में परामर्श की आवश्यकता है।

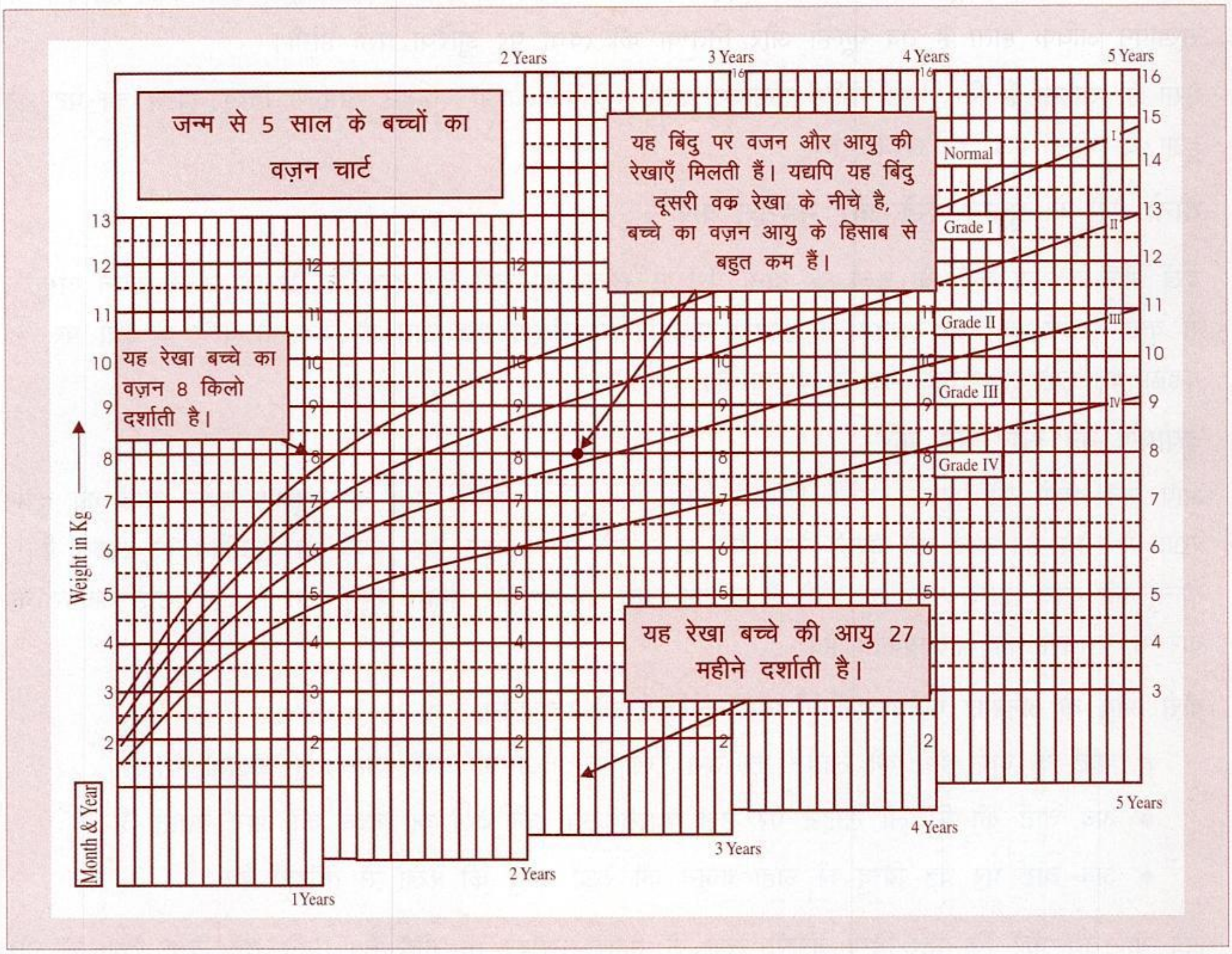
कैसे आयु के अनुसार वज़न दर्शाएंगे और कुपोषण को पहचानेंगे,

- चार्ट के बाएं हाथ की लाईन पर उस रेखा को देखें जो बच्चे का वज़न बताती है।
- अब चार्ट की निचली लाइन पर उस पतली रेखा को देखें जो बच्चे की आयु बताती है।
- अब चार्ट पर वह बिन्दु लें जहां वज़न की रेखा आयु की रेखा से मिलती है।

अब यह तय करें कि यह बिन्दु दूसरी रेखा के ऊपर, उसपर या नीचे है। (यदि यह बिन्दु रेखा से नीचे है तो बच्चे का आयु के अनुसार वज़न बहुत कम है)

- यदि यह बिन्दु चौथी रेखा के नीचे है तो बच्चे में ग्रेड 4 का कुपोषण है।
- यदि यह बिन्दु तीसरी और चौथी रेखा के बीच में है तो बच्चे में ग्रेड 3 का कुपोषण है।
- यदि यह बिन्दु दूसरी और तीसरी रेखा के बीच में है तो बच्चे में ग्रेड 2 का कुपोषण है।
- यदि यह बिन्दु पहली और दूसरी रेखा के बीच में है तो बच्चे में ग्रेड 1 का कुपोषण है।
- यदि यह बिन्दु पहली रेखा पर या उसके ऊपर है तो बच्चे का आयु के अनुसार वज़न सामान्य है।

उदाहरण, बच्चे की उम्र 27 माह और वज़न 8 किलोग्राम है। बच्चे का आयु के अनुसार वज़न निकालें और आयु के अनुसार वज़न चार्ट पर दर्शाएं।



कुपोषण का वर्गीकरण

कुपोषण के लिए वर्गीकरण तालिका इस प्रकार है :

• दिखने वाला गंभीर सूखापन। या • दोनों पैरों में सूजन।	**गंभीर कुपोषण**	• विटामिन ए की खुराक दें। • खून में शक्कर की कमी रोकने के लिए स्तनपान कराएं। उपरी दूध, पानी में शक्कर मिलाकर दें (4 चम्मच शक्कर एक कप पानी में)। • बच्चे को गर्म रखें। • **तुरंत अस्पताल रेफर करें।**

• कुपोषण ग्रेड 2, 3 या 4	**बहुत कम वज़न**	• आकलन करें व माँ को खाने–पीने के बारे में समझाएं। • 14 दिन बाद पुनः देखें। (अगर खानपान की समस्या हो तो 5 दिन बाद पुनः देखें)
• आयु के अनुसार सामान्य वज़न या कुपोषण ग्रेड 1	**बहुत कम वज़न नहीं**	• यदि बच्चा दो वर्ष की उम्र से छोटा है तो खानपान का आकलन करें और परामर्श दें। • यदि खानपान की समस्या रहती है तो पाच दिन बाद पुनः जांच करें।

याद रखें:

- गंभीर कुपोषण वाला बच्चा गंभीर परेशानी में है और उसे तुरंत अस्पताल रेफर करना चाहिए।
- बहुत कम वज़न वाले बच्चे का खानपान के लिए आकलन करना चाहिए और परामर्श दिया जाना चाहिए।
- दो वर्ष से छोटे सभी बच्चों का खानपान के लिए आकलन होना चाहिए और परामर्श दिया जाना चाहिए।

अभिप्रेरक सामूहिक गतिविधि और तस्वीरों द्वारा अभ्यास कराएंगे

तस्वीर 8, यह दिखने वाले गंभीर सूखापन का उदाहरण है। पेट की तुलना में बच्चे के कूल्हे छोटे और पैर पतले हैं। देखें कि फिर भी बच्चे का गाल भरा है।

तस्वीर 9, यह तस्वीर – 8 वाला बच्चा ही है जो नितम्ब पर चर्बी की कमी दिखा रहा है।

तस्वीर 10, यह तस्वीर – 8 वाला बच्चा है जिसके नितम्ब पर चर्बी की कमी के कारण त्वचा की परतें दिख रही हैं। दिखने वाले गंभीर सूखापन वाले सभी बच्चों में यह चिन्ह नहीं होता। यह बेहद गंभीर अवस्था का चिन्ह है।

तस्वीर 11, इस बच्चे के दोनों पैरों में सूजन है।

अब 12 से 20 तक तस्वीरें देखें। हर तस्वीर के लिए यह देखकर निशान (✓) लगाएं कि बच्चे में दिखने वाला गंभीर सूखापन है या नहीं। तस्वीर 20, देखकर यह निशान लगाएं कि बच्चे के दोनों पैरों में सूजन है या नहीं।

	क्या बच्चा दिखने वाले गंभीर सूखापन का शिकार है ?	
	हाँ	नहीं
तस्वीर 12		
तस्वीर 13		
तस्वीर 14		
तस्वीर 15		
तस्वीर 16		

	क्या बच्चा दिखने वाले गंभीर सूखापन का शिकार है ?	
	हाँ	नहीं
तस्वीर 17		
तस्वीर 18		
तस्वीर 19		
	क्या बच्चे के दोनों पैरों में सूजन है ?	
	हाँ	नहीं
तस्वीर 20		

अभिप्रेरक अब दिखाएंगे कि आयु के अनुसार वज़न कैसे तय करें

एनीमिया के लिए जांच

सभी बीमार बच्चों की एनीमिया यानी खून की कमी के लिए जांच की जानी चाहिए।

एनीमिया के लिए जांच करें

देखें व महसूस करें
• हथेली का फीकापन – ज्यादा फीकापन – कुछ फीकापन – फीकापन नही

हथेली का फीकापन देखें

फीकापन त्वचा का असामान्य सफेद होना है। यह एनीमिया का चिन्ह है।

बच्चे की हथेली में फीकेपन को देखने के लिए उसकी हथेली की त्वचा देखें। बच्चे की खुली हथेली एक तरफ से पकड़ लें। उंगलियों को पीछे न मोड़ें। इससे खून रूकेगा ओर फीकापन हो सकता है।

बच्चे की हथेली के रंग को अपनी हथेली और अन्य बच्चों की हथेली के रंग से मिलाएं। यदि इस बच्चे की हथेली की त्वचा का रंग फीका है तो बच्चे को हथेली का कुछ फीकापन है। यदि हथेली की त्वचा का रंग बहुत फीका है या इतना फीका है कि सफेद दिखता है तो बच्चे को हथेली का ज्यादा फीकापन है।

एनीमिया का वर्गीकरण

एनीमिया के लिए वर्गीकरण तालिका इस प्रकार है,

• हथेली का ज्यादा फीकापन	गंभीर एनीमिया	• अस्पताल रेफर करें
• हथेली का कुछ फीकापन	एनीमिया	• 14 दिन के लिए आयरन फोलिक एसिड गोलियाँ दें। • आकलन कर खानपान के बारे में सलाह दें।
• हथेली का फीकापन नहीं	एनीमिया नहीं	• बीमारी से ठीक होने पर, 6 माह से बड़े बच्चे को बच्चों की आई.एफ.ए. की 1 गोली रोज़ाना साल भर में 100 दिन तक दें (अगर पिछले एक साल में 100 दिन आई.एफ.ए. की गोलियां नहीं ली हैं)।

याद रखें,

गंभीर एनीमिया के शिकार बच्चे को अस्पताल रेफर किया जाना चाहिए।

अभिप्रेरक अब तस्वीरों द्वारा अभ्यास कराएंगे

तस्वीर 21 बच्चे की त्वचा सामान्य है। हथेली का कोई फीकापन नहीं है।

तस्वीर 22ए इस तस्वीर में दो अलग–अलग बच्चों के हाथ दिखाए गए हैं। बाएं तरफ के बच्चे को हथेली का कुछ फीकापन है।

तस्वीर 22बी दाई तरफ के बच्चे को हथेली का कोई फीकापन नहीं है।

तस्वीर 23ए इस तस्वीर में दो अलग अलग बच्चों के हाथ दिखाए गये हैं। बाएं तरफ के बच्चे को हथेली का कोई फीकापन नहीं है।

तस्वीर 23बी दाई तरफ के बच्चे को हथेली का ज्यादा फीकापन है।

	क्या बच्चे में यह चिन्ह है ?		
	ज्यादा फीकापन	कुछ फीकापन	फीकापन नहीं
तस्वीर 24			
तस्वीर 25			
तस्वीर 26 अ			
तस्वीर 26 ब			
तस्वीर 27			
तस्वीर 28			
तस्वीर 29			

टीकाकरण, प्रतिरक्षक विटामिन ए की जांच करें।

बच्चे के टीकाकरण की जांच करें

आप जिन बच्चों को देखते हैं, उन सबके टीकाकरण की जांच की जानी चाहिए।

टीकाकरण की जांच

आयु	टीका
जन्म	बी.सी.जी. + ओ.पी.वी.–0
6 सप्ताह	डी.पी.टी.–1 + ओ.पी.वी. + हैपेटाइटिस बी–1*
10 सप्ताह	डी.पी.टी.–2 + ओ.पी.वी.–2 + हैपेटाइटिस बी–2*
14 सप्ताह	डी.पी.टी.–3 + ओ.पी.वी.–3 + हैपेटाइटिस बी–3*
9 महीने	खसरा
16–18 महीने	डी.पी.टी. + ओ.पी.वी. बूस्टर
60 महीने	डी.टी.

***हैपटाइटिस बी अगर टीकाकरण में शामिल है।**

बच्चे के प्रतिरक्षक विटामिन ए पूरक खुराक के स्तर की जांच करें

राष्ट्रीय कार्यक्रम में विटामिन ए की खुराक तब दी जाती है जब बच्चे को 9 माह की आयु में खसरे का टीका लगवाने और फिर 16–18 माह की आयु में डीपीटी का बूस्टर टीका लगवाने लाया जाता है। इसके बाद तीन वर्ष की आयु तक, हर छः महीने में बच्चे को विटामिन ए दिया जाता है।

आकलन और वर्गीकरण चार्ट देखें तथा विटामिन ए की पूरक खुराक के लिए बताए गए कार्यक्रम का पता लगाएं।

विटामिन ए पूरक खुराक के स्तर की जांच करें	
प्रतिरक्षक विटामिन ए	विटामिन ए की एक खुराक दें, 9 माह में खसरे के टीके के साथ 1,00,000 आईयू (1 मिली) 16–18 माह में डीपीटी बूस्टर के साथ 2,00,000 आईयू (2 मिली) 24 माह में 2,00,000 आईयू (2 मिली) 30 माह में 2,00,000 आईयू (2 मिली) 36 माह में 2,00,000 आईयू (2 मिली)

बच्चा जब खुराक की उपयुक्त आयु में पहुंचे तो उसे बताई गई मात्रा में विटामिन ए दें। यदि 15 माह से भी बड़े बच्चे को पिछले छः महीने में विटामिन ए की खुराक नहीं दी गई है तो उसे आयु के अनुसार बताई गई मात्रा में खुराक दें।

शिशु की प्रोफाइलेक्सिस पूरक आईएफए स्तर की जाँच करें

एनीमिया प्रोफाइलेक्सिस कार्यक्रम के अंतर्गत छः माह की आयु से बड़े सभी बच्चों को, उनको भी जिनमें हथेली का फीकापन नहीं (एनीमिया नही) है, वर्ष में 100 दिन के लिए आईएफए देने की सिफारिश की गई है।

आंकलन तथा वर्गीकरण चार्ट देखें और पूरक आईएफए देने की समयसूची देखें।

प्रोफाइलेक्सिस आईएफए

बीमारी से ठीक होने के बाद बच्चे को बच्चों की आईएफए की एक गोली वर्ष में 100 दिन के लिए दें, यदि

- बच्चे की आयु छः माह या अधिक है, और
- उसे पिछले एक वर्ष में 100 दिन के लिए बच्चों वाली आईएफए की गोली नहीं मिली है।

अन्य समस्याओं के लिए आकलन

चार्ट में आकलन तरफ का अंतिम बॉक्स आपको याद दिलाता है कि बच्चे में मौजूद किसी अन्य समस्या का आकलन भी करना है।

आकलन और वर्गीकरण चार्ट बीमार बच्चे की सभी समस्याओं पर ध्यान नहीं देता, इसलिए अब आप उन अन्य समस्याओं का आकलन करेंगे जिनके बारे में बच्चे की माँ ने बताया है। अन्य समस्याओं की पहचान और उपचार अपने प्रशिक्षण और अनुभव के आधार पर करें। यदि किसी अन्य समस्या का आकलन और उपचार आपके लिए सम्भव न हो तो बच्चे को रेफर करें।

अभिप्रेरक वीडियो अभ्यास कराएंगे – केस स्टडी

केस स्टडी 1

दो माह से पांच वर्ष तक के बीमार बच्चे की देखभाल

नाम————————उम्र——————— वजन——————— कि.ग्रा. शरीर का तापमान——————— ^{0}सें/ ^{0}फै.

पूछें, बच्चे को क्या समस्यायें हैं?————————प्रथम भेंट ?————————पुनः भेंट ? ————————

आंकलन करें (पाये गये सभी चिन्हों पर गोला लगायें)		वर्गीकरण
खतरे के आम लक्षणों के लिये बच्चे की जांच करें • कुछ पी नहीं सकता या स्तनपान नहीं कर सकता • सुस्त या बेहोश • सब कुछ उल्टी कर देता है • दौरे पड़ते हैं		खतरे के आम लक्षण हैं हाँ – नहीं – वर्गीकरण के समय इन लक्षणों का उपयोग करें
क्या बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई है? हाँ – नहीं – • कब से ? – दिन	• एक मिनट के लिए सांस गिनें – सांस प्रति मिनट तेज़ सांस? • पसली धंसना देखे	
क्या बच्चे को दस्त है? हाँ – नहीं – • क्या मल में खून आता है? • कब से? – दिन	• बच्चे की सामान्य स्थिति देखे – सुस्त या बेहोश? – बेचैन एवं चिड़चिड़ा? • धंसी हुई आखों के लिए देखें, • बच्चे को कुछ पिने को दे, – पी नही सकता या कम पीता है? – पीने को उतावला, प्यासा है? • पेट की त्वचा पर चिकोटी भरें, क्या वह वापस जाती है? – बहुत धीरे (2 सैकन्ड से अधिक समय में) – धीरे?	
क्या बच्चे को बुखार है? (पूछकर/ छूकर/ या तापमान 99.5^{0}फै (37.5^0 सें) या अधिक) हाँ – नहीं –		
• कब से ? दिन • यदि 7 दिन से अधिक समय से बुखार है, तो क्या बुखार रोज़ाना आता है? हॉ– नही–	• गर्दन में अकड़ाहट के लिए देखे या महसूस करे	
कुपोषण के लिए जांच करें	• दिखनेवाला गंभीर सूखापन देखें • दोनो पैरों में सूजन देखें • कुपोषण के ग्रेड को निर्धारित करें ग्रेड 1 2 3 4 या सामान्य वज़न	
एनीमिया के लिए जांच करें	• हथेली के फीकापन को देखें – गंभीर फीकापन – कुछ फीकापन - फीकापन नहीं?	

केस स्टडी 2

दो माह से पांच वर्ष तक के बीमार बच्चे की देखभाल

नाम————————उम्र———————— वजन———— कि.ग्रा. शरीर का तापमान———— °सें/°फै.

पूछें, बच्चे को क्या समस्यायें हैं?——————प्रथम भेंट ?——————पुनः भेंट ? ——————

आंकलन करें (पाये गये सभी चिन्हों पर गोला लगायें)		वर्गीकरण
खतरे के आम लक्षणों के लिये बच्चे की जांच करें ● कुछ पी नहीं सकता या स्तनपान नहीं कर सकता ● सुस्त या बेहोश ● सब कुछ उल्टी कर देता है ● दौरे पड़ते हैं		खतरे के आम लक्षण हैं हॉं – नहीं – वर्गीकरण के समय इन लक्षणों का उपयोग करें
क्या बच्चे को खांसी या सांस लेने में कठिनाई है? हॉं – नहीं – ● कब से ? – दिन	● एक मिनट के लिए सांस गिनें – सांस प्रति मिनट तेज़ सांस? ● पसली धंसना देखे	
क्या बच्चे को दस्त है? हॉं – नहीं – ● क्या मल में खून आता है? ● कब से? – दिन	● बच्चे की सामान्य स्थिति देखे – सुस्त या बेहोश? – बेचैन एवं चिड़चिड़ा? ● धंसी हुई आखों के लिए देखें ● बच्चे को कुछ पिने को दे, – पी नही सकता या कम पीता है? – पीने को उतावला, प्यासा है? ● पेट की त्वचा पर चिकोटी भरें, क्या वह वापस जाती है? – बहुत धीरे (2 सैकन्ड से अधिक समय में) – धीरे?	
क्या बच्चे को बुखार है? (पूछकर/ छूकर/ या तापमान 99.5°फै (37.5° सें) या अधिक) हॉं – नहीं –		
● कब से ? दिन ● यदि 7 दिन से अधिक समय से बुखार है, तो क्या बुखार रोज़ाना आता है? हॉं– नही–	● गर्दन में अकड़ाहट के लिए देखे या महसूस करे	
कुपोषण के लिए जांच करें	● दिखनेवाला गंभीर सूखापन देखें ● दोनो पैरों में सूजन देखें ● कुपोषण के ग्रेड को निर्धारित करें ग्रेड 1 2 3 4 या सामान्य वज़न	
एनीमिया के लिए जांच करें	● हथेली के फीकापन को देखें – गंभीर फीकापन – कुछ फीकापन - फीकापन नहीं?	

भाग 3

उपचार पहचानें और बच्चे का उपचार करें

आपको घरों के दौरे में क्या करना है यह मोड्यूल के इस भाग में सीखाया जाएगा।

- क्या तुरंत अस्पताल भेजने की आवश्यकता है यह निश्चित करना।
- आवश्यक उपचार पहचानना
- जिन बीमार बच्चों को उपचार की आवश्यकता है उनके लिए
  - रेफर करने के पहले तुरंत दिया जाने वाला उपचार पहचानना
  - माँ को रेफरल की आवयश्कता समझाना
  - रेफरल नोट लिखना

''उपचार पहचानें'' भाग में शिशु के वर्गीकरणों के मुताबिक उपचार बताए गए हैं।

यदि शिशु एक से अधिक वर्गीकरण में आता है तो उन निर्देशों को हटा दें, जिन्हे दोहराया गया हो। उदाहरण के लिए, यदि शिशु सम्भावित गम्भीर जीवाणु संक्रमण के लाल वर्गीकरण के साथ–साथ गम्भीर निर्जलीकरण के लाल वर्गीकरण में भी आता है तो दो बॉक्स में से एक में बताए गए उपचारों में से **अस्पताल रेफर करें,** हटा दें।

यदि शिशु **लाल वर्गीकरण** में आता है तो उसे अस्पताल रेफर किया जाना चाहिए, लेकिन उससे पहले बताया गया उचित उपचार दिया जाना चाहिए।

पिले वर्गीकरण वाले शिशु को सभी सूचीबध्द उपचार दिए जाने चाहिए।

हरे वर्गीकरण वाले शिशु की माँ को घर पर देखभाल के बारे में सलाह दी जानी चाहिए।

उपचार पहचानने के बारे में अब प्रदर्शन किया जाएगा

अभ्यास–उपचार पहचानें

इस अभ्यास में आप निर्णय करेंगे कि तुरंत रेफर करना आवश्यक है या नहीं। सही जबाब पर निशान लगाएं।

1. सरला की उम्र 11 महीने की है। उसका वर्गीकरण है,
   गंभीर निमोमिया, बहुत कम वज़न नहीं, और एनीमिया
   क्या सरला को तुरंत रेफर करना आवश्यक है? हाँ ––– नहीं –––
   उसके लिए आवश्यक उपचार पहचानें।

2. नीना 6 माह की बच्ची है। उसके बीमारी का वर्गीकरण है –
   दूध नही पी पा रही – बहुत गंभीर बुखार रोग
   क्या नीना को तुरंत अस्पताल भेजना चाहिये? हाँ––– नहीं –––
   अस्पताल भेजने से पूर्व उसे क्या उपचार देना चाहिये?

3. हनीफ 7 माह का लड़का है। उसके बीमारी का वर्गीकरण है –

बिना निर्जलीकरण के दस्त तथा बहुत कम वज़न

क्या हनीफ को तुरंत अस्पताल भेजना चाहिये? हॉ ––– नहीं–––

4. हबीब 19 माह का लडका है। उसे

न निमोनिया है, न ही खाँसी ज़ुकाम पर गंभीर कुपोषण है

क्या उसे तुरंत अस्पताल भेजना चाहिये हॉ ––– नहीं –––

शिशु को रेफर करना

लाल वर्गीकरण वाले शिशुओं को अस्पताल में रेफर करना आवश्यक है। सफलतापूर्वक रेफर करने के लिए निम्नलिखित कदम आवश्यक है।

1. माँ को बताएं कि रेफर करना क्यों जरूरी है और शिशु को अस्पताल ले जाने के लिए उसको मना लें। यदि वह हिचकिचाती हो तो उसका कारण जानें।
2. समस्या का समाधान करें और उसका डर दूर करें।
3. एक रेफरल कार्ड लिखें, जिसे लेकर माँ अस्पताल जाएगी। माँ को समझाएं कि वह यह कार्ड अस्पताल में डॉक्टर को दे दे ।

रेफरल कार्ड

तारीख–––––

नाम –––––––––––––––––– आयु –––––– लिंग –––––––

चिन्ह ––

वर्गीकरण ––––––––––––––––––––––––––––––––––––––

उपचार सलाह –––––––––––––––––––––––––––––––––

हस्ताक्षर

पदनाम और केंद्र

रेफेरल कार्ड पर शिशु का नाम, आयु और लिंग लिखे। साथ में रेफर करने की तारीख और समय, आपने जो समस्या पहचानी हो और जो वर्गीकरण किया हो, उसका विवरण तथा दिए गये उपचार का ब्यौरा भी दें। इसके अलावा ऐसी अन्य जानकारी भी दें जो रेफरल अस्पताल के कर्मचारियों के लिए जानना आवश्यक हो। अपना नाम और केन्द्र लिखना न भूलें। रेफरल कार्ड का नमूना यहां दिखाया गया है।

4. माँ के साथ शिशु को भेजने से पहले आवश्यक उपचार दें और मॉ को अस्पताल के रास्ते अपनाने के लिए आवश्यक निर्देश दें।

क. यदि यह तय हुआ है कि शिशु को एंटिबॉयटिक दवा दि जानी है तो अपने सामने ही उसे एंटिबॉयटिक की पहली खुराक दे दें। यदि शिशु को अस्पताल पहुंचने में बहुत अधिक समय लगने वाला है तो इस दवा की एक अतिरिक्त खुराक उसके साथ भेजें। (यदि आपको यकीन है कि मॉ शिशु को अस्पताल नहीं ले जाएगी तो एंटिबॉयटिक की सभी खुराकें देना उचित होगा)

ख. माँ को सलाह दें कि वह शिशु को अस्पताल ले जाते समय स्तनपान कराती रहे।

ग. यदि शिशु गम्भीर निर्जलीकरण का शिकार है, लेकिन वह पी सकता है तो माँ से कहें कि वह पूरे सफर के दौरान हर एक या दो मिनट बाद शिशु को ओआरएस का घोल पिलाती रहें।

यदि बच्चे में खतरे का कोई आम चिन्ह है या लाल वर्गीकरण है तो बच्चे को रेफर पूर्व उपयुक्त उपचार देकर बच्चे को रेफर करें।

घर में दवाई से उपचार

निमोनिया/ पेचिश का कोट्रिमोक्साज़ोल से उपचार करें

पांच दिन तक रोज़ाना सुबह और रात को मुंह से कोट्रिमोक्साज़ोल की गोली दें। आयु के अनुसार कोट्रिमोक्साज़ोल की खुराक तालिका में दी गई है।

आयु	कोट्रिमोक्साज़ोल (बच्चों वाली) गोली (दिन में दो बार) 20 मिग्रा ट्रिमिथोप्रिम + 100 मिग्रा सल्फामीथोक्साज़ोल	
	सुबह	शाम
2 महीने से 12 महीने तक	2	2
12 महीने से 5 वर्ष तक	3	3

यदि आपके पास बच्चों वाली कोट्रिमोक्साजोल गोली न हो, लेकिन बड़ों वाली कोट्रिमोक्साजोल गोली हो तो याद रखें कि 1/4 कोट्रिमोक्साजोल बड़ों वाली गोली बच्चों वाली एक गोली के बराबर होती है।

माँ को सिखाएं कि घर पर कोट्रिमोक्साजोल कैसे दें

घर पर मुंह से दवाई देने के लिए मां को सिखाएं

- शिशु की उम्र या वज़न के हिसाब से दवाइयों की खुराक निश्चित करें।
- दवा देने का कारण समझाएं।
- खुराक की सही मात्रा लेकर दिखाएं।
- माँ को दवा की खुराक बनाते हुए देखें।
- माँ से पहली खुराक देने को कहें।
- दवा देने की विधि भलीप्रकार समझाएं और दवाई की पुड़िया बना कर लेबल लगाएं।
- मां को समझाएं कि अगर बच्चा ठीक दिखे तब भी दवाई की पूरी खुराक देनी है।
- जाने से पहले अवश्य जाँच लें कि माँ कितना और क्या समझी है।

माँ से ऐसे सवाल पूछें, जिनसे यह जांच लिया जाए कि उसने शिशु को देने के लिए दवा तैयार करने के सभी कदम अच्छी तरह समझ लिए हैं।

दस्तरोग के साथ निर्जलीकरण का उपचार ओआरएस घोल से करें (प्लान बी)

14 दिन से कम समय से दस्तरोग के शिकार जिस बच्चे में कुछ निर्जलीकरण के चिन्ह हों उसका उपचार चार घंटे तक आपकी निगरानी में ओआरएस से होना चाहिए इसके लिए माँ और बच्चे को अपनी निगरानी में स्वास्थ्य केंद्र या बच्चे के घर में रखें।

माँ से कहें कि बच्चे को एक चाय वाला चम्मच भरकर ओआरएस घोल पिलाएं। हर एक–दो मिनट बाद इतनी मात्र में घोल पिलाती रहें (बड़ा बच्चा यदि खुद घूंट लेकर पी सकता है तो हर एक–दो मिनट में एक घूंट पिलाएं)।

यदि बच्चा ओआरएस की उल्टी कर देता है तो माँ से कहें कि 10 मिनट इंतज़ार करने के बाद फिर ओआरएस पिलाना शुरू करें। लेकिन इस बार पहले से और धीरे–धीरे पिलाएं। स्तनपान करने वाले बच्चों को ओआरएस के बीच–बीच में स्तनपान जारी रखें। 24 घंटे बाद यदि ओआरएस का घोल बच जाए तो उसे फेंक दें।

बच्चे को चार घंटे में ओआरएस की कितनी मात्रा देनी है इसके लिए निम्नलिखित तालिका उपयोग करें:

ओआरएस	आयु			
	4 महीने तक	4–12 महीने तक	12 महीने से 2 वर्ष तक	2–5 वर्ष तक
कप	2	3	5	7

चार घंटे तक ओआरएस पिलाने के बाद बच्चे में निर्जलीकरण की स्थिति का फिर आकलन करें। अब यदि बच्चे में निर्जलीकरण नहीं है तो माँ से कहें कि वह ओआरएस की तरह घर में उपलब्ध तरल पदार्थ पिलाती रहें। घर में उपलब्ध तरल पदार्थों की सूची अगले भाग में दी गई है। यदि निर्जलीकरण मौजूद रहता है तो भी ओआरएस के साथ बच्चे को आहार देती रहें। यदि बच्चा अब भी निर्जलीकरण का शिकार हो तो अस्पताल रेफर करें। माँ से कहें कि रास्ते में भी बच्चे को ओआरएस का घोल पिलाती रहें।

अभिप्रेरक ड्रिल करेंगे फिर ओआरएस घोल बनाकर दिखाएंगे

पैरासिटामोल से तेज़ बुखार का उपचार

बुखार का कारण जो भी हो उसका पैरासिटामोल से उपचार किया जाना चाहिए। यदि बच्चे के बगल का तापमान 38.5 डिग्री से. या अधिक हो तो पैरासिटामोल दें। पैरासिटामोल की खुराक तालिका में दी गई है। यदि बुखार तेज़ हो तो पैरासिटामोल छः घंटे बाद दोबार दी जा सकती है। यदि बुखार सात दिन या उससे ज्यादा समय तक रहे तो बच्चे को अस्पताल में रेफर करें।

बच्चे की आयु	पैरासिटामोल (500 मिग्रा गोली)
2 महीने से 3 वर्ष तक	1/4
3 वर्ष से 5 वर्ष तक	1/2

आईएफए से एनीमिया का उपचार व एनीमिया से बचाव

हथेली में कुछ फीकापन का उपचार आयरन से करें। आयरन की खुराक तालिका में दी गई है। आयरन की गोली चाय के साथ न खिलाए क्योंकि इससे दवा का पाचन कम होता है और प्रभाव भी कम हो जाता है। माँ को सलाह दें कि 'आयु के अनुसार खानपान की सिफारिशों' के अनुरूप बच्चे को खाना देती रहें। इनका वर्णन आगे किया जाएगा।

❖ आईरन फोलिक एसिड से इलाज करें रोजाना एक खुराक 14 दिन तक दें	
उम्र	आई.एफ.ए. बच्चों की गोली (20 मि. ग्राम एलीमेंटल आयरन)
4–24 महीने	एक गोली
2–5 साल तक	दो गोली

आयरन की गोली 14 दिन के लिए दें और माँ से कहें कि वह बच्चे को दोबारा जांच के लिए उसके बाद लाए। बच्चे को देने से पहले गोली को पीस कर चूरा बना लें। माँ को बता दें कि बच्चे के मल का रंग काला हो जाएगा। वह इस बारे में चिंतित न हो।

घरेलु देखभाल

खांसी या जुकाम के लिए बच्चे की घर में देखभाल

1. माँ को सलाह दें कि बीमारी के दौरान बच्चे को खाना देती रहें और स्तनपान कराती रहें।
2. माँ को सलाह दें कि बच्चा जितनी मात्रा में चाहे उसे घर में उपलब्ध तरल पदार्थ पिलाती रहें। इससे खांसी में भी राहत मिलेगी।
3. माँ को सलाह दें कि यदि बच्चे की आयु छः माह से अधिक है तो घर में बने आरामदायक खांसी के नुस्खे भी दें। घर में तैयार किए जा सकने वाले खांसी के कुछ नुस्खों के उदाहरण इस प्रकार है,

खांसी के कुछ घरेलू नुस्खे		
1	चीनी, अदरक, नींबू, तुलसी पत्ता	गर्म पेय बनाएं*
2	चीनी, अदरक, नींबू, पुदीना	गर्म पेय बनाएं*
3	सौंफ, इलायची, अदरक, चीनी	चाय *

*बच्चे को देने से पहले इसे गुनगुना होने तक ठण्डा करें।

4. यदि बीमार बच्चे की नाक बंद है तो उसे खाने–पीने में दिक्कत होगी। माँ को सलाह दें कि वह बच्चे की नाक साफ रखें। इसके लिए नमक मिला पानी उबालकर ठण्डा कर लें और नाक में 1–2 बूंद डाल दें और नाक को मुलायम सूती कपड़े से साफ कर दें।
5. माँ को तुरंत वापस दिखाने वाले निम्नलिखित लक्षण बताएं,
   – बच्चा अधिक बीमार हो जाए।
   – स्तनपान या पेय पदार्थ नहीं ले सके।
   – तेज सांस।
   – सांस लेने में कठिनाई।
   – बुखार आ जाए।

नोट : अगर बच्चे में बुखार, तेज़ सांस या सांस लेने में कठिनाई पहले से ही हो तो, ये लक्षण न समझाएं।

अभिप्रेरक खांसी के सुरक्षित घरेलू नुस्खों के बारे में समूह में चर्चा कराएंगे

बुखार वाले बच्चों की घर में देखभाल

बच्चे को बुखार है पर कोई गंभीर बीमारी नहीं है तो माँ को घरेलू देखभाल से उपचार के बारे में सलाह दें।

1. माँ से कहें कि वह बच्चे को बीमारी के दौरान खाना देती रहे। स्तनपान कराती रहे।
2. माँ से कहें कि बच्चा जितनी मात्रा में पीना चाहे उसे घर में उपलब्ध तरल पदार्थ पिलाती रहें। बुखार से पीड़ित बच्चे को अधिक तरल पदार्थ की जरूरत होती है।
3. माँ को सिखाएं कि बीमारी के चिन्ह कैसे पहचानें और बच्चे को तुरंत आपके पास कब लाएं
   - बच्चा अधिक बीमार हो जाए।
   - स्तनपान या पेय पदार्थ नहीं ले सके।

बच्चे की निर्जलीकरण के बिना दस्तरोग में घर में देखभाल (प्लान ए)

बच्चे को दस्त हो रहे है पर निर्जलीकरण नहीं है तो घर में देखभाल इस प्रकार करें,

1. बच्चे को सामान्य से अधिक मात्रा में तरल पदार्थ पिलाना चाहिए

माँ को सलाह दें कि वह बच्चे को घर में उपलब्ध तरल पदार्थ पिलाए। घर में उपलब्ध, उपयोगी और खतरनाक तरल पदार्थों की सूची नीचे दी गई है,

उपयोगी		खतरनाक
1.	माँ का दूध	साफ्ट ड्रिंक
2.	छाछ	फ्रूट जूस (कृत्रिम मिठास वाले)
3.	नींबू पानी	कॉफी
4.	चावल का मांड	
5.	दाल	
6.	सब्जी का सूप	
7.	ताजे फलों का रस	
8.	सादा स्वच्छ पानी	

तरल पदार्थ, कितनी अधिक मात्रा दें

आयु		
2 महीने तक	2 महीने से 2 वर्ष तक	2 वर्ष और अधिक
5 चम्मच	1/4 – 1/2 कप	1/2 – 1 कप
बच्चा चाहें तो और दें		

2. खानपान जारी रखें

बच्चा जितना खाना चाहे, उसे खाना देती रहें। यदि बच्चा खाने में आनाकानी करे तो पहले से अधिक बार थोड़ा–थोड़ा खिलाएं। बच्चे के स्वस्थ होते ही उसकी भूख वापस आ जाएगी। तब माँ उसे अतिरिक्त खाना दे ताकि बीमारी के दौरान हुई अत्यधिक क्षति की भरपाई हो सके।

3. माँ को सलाह दें कि बच्चे को फिर कब लाना हैं,

माँ को तुरंत वापस दिखाने वाले निम्नलिखित लक्षण बताएं,

– बच्चा अधिक बीमार हो जाए।

– स्तनपान या पेय पदार्थ नहीं ले सके।

– मल में खून।

– बहुत कम पीना।

– बुखार हो जाए।

नोट*–अगर बच्चे को बुखार या मल में खून आ रहा हो तो, ये लक्षण न समझाएं।

बच्चे के स्वास्थ्य को प्रोत्साहन दें

1. **सभी टीके लगवाएं**
2. **विटामिन ए की खुराक दें**
3. **प्रतिरक्षक आईएफए दें**

छः माह से बड़े बच्चे को साल में 100 दिन के लिए बच्चों वाली आईएफए गोलियां दें। एक बार में 15 दिन के लिए गोलियां दें। फिर से देने के लिए माँ को 15 दिन बाद बुलाएं। कुछ इलाकों में सिरप भी उपलब्ध है। यदि सिरप हो तो अपने सुपरवाइज़र से बच्चे के लिए सही खुराक के बारे में पूछ लें।

मोड्यूल के इस भाग में आप सीखेंगी कि केंद्र पर या घर में भेंट के समय आप निम्न कार्य कैसे करेंगी:

- बच्चे के आहार का आंकलन करना
- आहार संबंधी समस्या पहचानना
- आहार संबंधी समस्या के लिए माँ को सलाह देना
- बीमारी के दौरान अधिक तरल पदार्थ देने के बारे में माँ को सलाह देना
- माँ को निम्न संबंधी सलाह देना
  - – पुनः भेट के लिए कब आना है
  - – अधिक देखभाल के लिए तुरंत कब आना है
  - – टीकाकरण के लिए कब आना है

इन कार्यो को करते समय आप निम्न पर ध्यान दें –

- प्रत्येक माँ को उचित सलाह दें
- बातचीत की प्रभावकारी विधि का प्रयोग करें
- बातचीत में सहायता के लिए केस मैनेजमेंट चार्ट का प्रयोग करें

माँ को सलाह देते समय जल्दबाजी न करें। माँ को पूरी सलाह सावधानी से दें। आप इस प्रशिक्षण के दौरान बातचीत की विधि सीख रही है। वार्तालाप की जिन विधियों का प्रयोग आपने बच्चे के बीमारी का आंकलन तथा वर्गीकरण के लिए किया है उनका प्रयोग माँ को सलाह देते समय भी करना है।

उदाहरण के लिए: माँ बच्चे को क्या आहार दे रही है यह जानने के लिए आप **माँ को प्रश्न पूछेंगी।** उचित सलाह देने के लिए **माँ क्या कह रही है यह आप ध्यान से सुनेंगी।** उचित व्यवहार के लिए आप माँ की **प्रशंसा** करेगी और जिस व्यवहार को बदलने की आवश्यकता है उनके लिए उचित सलाह देंगी। आप **स्थानीय** भाषा में बात करेंगी जो माँ समझ सके। घर में बच्चे की देखभाल कैसे करनी है यह **माँ को कितना समझ में आया है यह जानने के लिए अंत में आप प्रश्न पूछेंगी।**

बच्चे के खानपान का आकलन

यदि बच्चे का वज़न आयु के अनुसार बहुत कम है या एनीमिया है या बच्चे की आयु 2 वर्ष से कम है तो उसके खानपान का आकलन आवश्यक है।

निम्नलिखित सवाल पूछें,

- **क्या आप बच्चे को स्तनपान कराती है ?**
  - यदि हाँ तो दिन में कितनी बार।
  - क्या आप रात में भी स्तनपान कराती है?
- **क्या बच्चा कोई अन्य तरल पदार्थ या भोजन लेता है ?**
  - कौन सा भोजन या तरल पदार्थ ?
  - दिन में कितनी बार ?
  - भोजन कितनी मात्रा (चम्मच व कटोरी) में देते है ?
  - क्या बच्चे को अलग से खिलाते है ?
  - बच्चे को कौन खिलाता है, व कैसे ?
- **क्या बीमारी के दौरान बच्चे का खानपान बदल गया है ?**
  - अगर हाँ तो कैसे ?

खानपान के लिए सुझाव

आयु – 6 महीने तक

सिर्फ स्तनपान कराएं, अर्थात बच्चे को मुंह से और कुछ न दें, पानी भी नहीं। याद रखें के सिर्फ स्तनपान करने वाले बच्चे को गर्मी के मौसम में भी अतिरिक्त पानी की आवश्यकता नही होती।

माँ के दूध में इतना पानी हमेशा होता है कि बच्चा निर्जलीकरण का शिकार न होने पाए। बच्चा जब जितना चाहे, उसे स्तनपान कराएं। बच्चे को रात में भी स्तनपान कराएं। अधिकांश बच्चों को 24 घंटे में कम से कम 8 बार स्तनपान कराने की आवश्यकता होती है।

6 महीने तक*

▪बच्चे को जितना ज्यादा हो सके स्तनपान कराएं, दिन में व रात में, 24 घंटे में कम से कम 8 बार

▪बच्चे को अन्य भोजन या तरल पदार्थ नहीं दें, पानी भी नहीं पिलाएं।

<u>याद रखें</u>

* अगर बच्चा बीमार हो, तब भी स्तनपान जारी रखें।

जब तक डॉक्टर न कहें, किसी भी कारण से पानी, भोजन या अन्य तरल पदार्थ न दें।

आयु – 6 महीने से 12 महीने तक

इस आयु में भी बच्चे को स्तनपान कराती रहें। बच्चा जितनी बार चाहे उसे स्तनपान कराएं। बच्चे को माँ के दूध के अलावा दिया जाने वाला पहला आहार पूरक आहार कहलाता है। स्तनपान करने वाले बच्चे को दिन में कम से कम 3 बार पूरक आहार दें। यदि स्तनपान न करता हो तो दिन में 5 बार आहार दें। स्तनपान न करने वाले बच्चे को पशु का दूध पतला किए बिना कप से दिया जा सकता है। पिलाने के लिए बोतल का इस्तेमाल कभी न करें।

बच्चे को प्यार से कोशिश करके खिलाएं। बच्चे को पूरक आहार खिलाते समय माँ को मौजूद रहना चाहिए। बच्चे का हिस्सा परिवार के अन्य सदस्यों के हिस्से से अलग होना चाहिए। बच्चा जब खाना बंद कर दे तब भी कुछ खाना प्लेट/ कटोरी में बचा रहना चाहिए।

6 महीने से 12 महीने तक

- बच्चा जितनी बार चाहे उतनी बार स्तनपान करायें।
- एक बार में एक कटोरी निम्न में से कोई खाद्य पदार्थ दें।

– बिना पानी मिले मीठे दूध में रोटी/चावल/ब्रेड/बिस्कुट मसलकर दें। या

– गाढ़ी दाल में रोटी/चावल मसलकर, खिचड़ी में घी/तेल डालकर दें। इनमें पकी हुई सब्जीया भी मिलाए। या

– खीर/ सिवैंया/ हलवा/ दलिया दूध में बनाया हुआ या अन्य किसी अनाज को दूध में पकाकर दें। या

– उबले/ तले हुए आलू मसलकर दें। या

– केला, बिस्कुट, चीकू, आम, पपीता मसलकर दें।

* बच्चा स्तनपान करता है, तो रोजाना 3 बार नहीं तो 5 बार दें।

<u>याद रखें</u> * बच्चे को गोद में बिठाकर अपने हाथ से खिलाएं।

* खिलाने से पहले अपने व बच्चे के हाथों को साबुन व पानी से धोयें।

*अच्छे दैनिक आहार में ऊर्जा से भरपूर चीजें पर्याप्त मात्रा में होनी चाहिएं (जैसे तेल/ घी डाला हुआ गाढ़ा अनाज का दलिया, मीट, मछली, अंडा, या दालें और फल– सब्जीयां। यदि परिवार में स्वीकार्य हो तो अंडा अच्छे नाश्ते का काम कर सकता है।)

आयु – 12 महीने से 2 वर्ष तक

स्तनपान जारी रखना चाहिए। बच्चा जितनी बार चाहे उसे स्तनपान कराती रहें। बच्चे के खाने में परिवार के खाने को शामिल कर भोजन की विविधता बढ़ाएं। परिवार के खाने के छोटे टुकड़े कर दे ताकि बच्चा आसानी से खा सके। खाने में तेज मसाला नही होना चाहिए। यदि हो सके तो दिन में एक बार खासतौर पर बच्चे के लिए बनाया भोजन ही बच्चे को खिलाएं।

बच्चे को दिन में कम से कम 5 बार भोजन दें।

12 महीने से 2 साल तक*

- बच्चा जब जाहे, स्तनपान करायें। परिवार के खाने में से ही खिलाएं।
- 1/2 कटोरी खाना एक बार में दें,
  - बिना पानी मिले मीठे दूध में रोटी, चावल/ब्रेड/बिस्कुट मसलकर दें। या
  - गाढ़ी दाल में रोटी/चावल मसलकर, खिचड़ी में घी/तेल डालकर दें। इनमें पकी हुई सब्जीया भी मिलाएं। या
  - खीर/सिवैंया/हलवा/दलिया दूध में पकाया हुआ या किसी अन्य अनाज को दूध में पकाकर दें। या
  - उबले हुए/तले हुए आलू मसलकर दें। या
  - केला, बिस्कुट, चीकू, आम, पपीता मसलकर दें।
- रोजाना पांच बार दें।

<u>याद रखें</u> * बच्चे के पास बैठें एवं उसको पूरा खाने में मदद करें।
* खिलाने से पहले अपने व बच्चे के हाथों को अच्छी तरह साबुन व पानी से धोयें

आयु – 2 वर्ष और अधिक

बच्चे को दिन में 3 बार परिवार का भोजन दें।

दिन में 2 बार अतिरिक्त आहार दें। यह चाहे परिवार का भोजन हो,

विशेष रूप से बच्चे के लिए बनाया गया हो या कुछ नाश्ता हो।

2 साल व ज्यादा

- परिवार का भोजन दिन में तीन बार दें।
- भोजन के बीच में दिन में दो बार पौष्टीक आहार जैसा केला, बिस्कुट, चीकू आम, पपीता, अंडा आदि दें।

<u>याद रखें</u>

- सुनिश्चित करें कि बच्चा अपना खाना पूरा खाये।
- बच्चे को सिखाएं की खाना खाने से पहले अपने हाथ साबुन व पानी से धोये।

खानपान की समस्याएं पहचानें

आयु के अनुसार जो कुछ खाने को बताया गया है और बच्चे को वास्तव में जो कुछ खिलाया गया है उसके अंतर को ही खानपान की समस्या कहते हैं।

खानपान के बारे में सलाह देने से पहले आप खानपान की सभी समस्याओं की पहचान कर लें।

खानपान की कुछ आम समस्याएं इस प्रकार हैं,

* स्तनपान कराने में समस्या
* 6 माह की आयु से पहले ही चीनी का पानी या चाय देना
* स्तनपान को पर्याप्त न मानना
* दूध पिलाने के बोतल का इस्तेमाल करना
* बच्चे को प्यार से कोशिश करके खुद न खिलाना (यदि छोटे बच्चे को खुद से खाने के लिए छोड़ दिया जाए या दूसरे भाई बहनों के साथ खाने के लिए छोड़ दिया तो हो सकता है कि उसे पर्याप्त

खाना न मिले। यह पूछ कर कि 'बच्चे को कौन खिलाती है और कैसे?' आप यह पता लगा सकेंगे कि बच्चे को प्यार से खाने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है या नहीं)।

* बीमारी के समय बच्चा ठीक से खाना नहीं खाता है।

आप खानपान की कुछ और समस्याओं का भी पता लगा सकते हैं। यदि खानपान की कुछ ऐसी समस्याएं भी हैं जो इस सूची में नहीं है तो समाधान के लिए सुपरवाइज़र से सलाह करें।

आयु के अनुसार खानपान की सलाह दें

मॉ से यह बताने को कहें कि बच्चे को खाना कैसे खिलाया जाता है। इसके लिए चार्ट में सूचीबध्द सवाल पूछे जा सकते हैं।

मॉ ने जो कुछ बताया उसको खानपान की सिफारिशों से मिलाने के आधार पर खानपान की समस्याओं को तय करें।

खानपान की वह सलाह दें जो बच्चे की आयु और स्थिति के हिसाब से आवश्यक हों। भ्रम से बचने के लिए खानपान में 2 से अधिक बदलाओं की सलाह न दें। 2 सबसे आवश्यक बदलाव चुनें जिनका बच्चे के स्वास्थ्य पर सीधा प्रभाव पड़ने वाला हो।

आप बच्चे की खुराक में जो बदलाव चाहते हैं उनके बारे में मॉं से चर्चा करें और समझाएं कि वह ठीक समझे तो इन्हें घर में अपना कर देख सकती हैं। यदि उन्हें कोई समस्या हो तो उसके समाधान में मदद करें।

अभिप्रेरक विभिन्न आयु वर्गो के लिए उपलब्ध स्थानीय पूरक आहार के बारे में समूह में चर्चा कराएंगे

मॉं को सलाह दें कि उसने फिर से दिखाने कब आना है

यह निश्चित करने के लिए कि निमोनिया के उपचार में दवा काम कर रही है या नहीं या आयरन की गोली रक्तक्षय दूर करने में सहायक है या नहीं या खानपान की सलाह का पालन हो रहा है या नहीं, मॉ को एक निश्चित अवधि के बाद दोबारा आने को कहें।

स्थिति	**पुनः जांच का समय**
निमोनिया	2 दिन
पेचिश	2 दिन
दस्तरोग (यदि दस्त आते रहें)	2 दिन
मलेरिया (यदि बुखार आता रहें)	2 दिन
बहुत कम वज़न	14 दिन
एनीमिया	14 दिन
खानपान में समस्या	5 दिन

टीकाकरण कार्यक्रम देख कर मॉं को सलाह दें कि अगला टीका लगवाने के लिए बच्चे को कब लाना है।

दोबारा आने के बारे में बहुत सारे निर्देश मॉं को उलझन में न डालें। उन्हें सिर्फ अगली बार आने के बारे में बताएं।

पुनः जांच

निमोनिया

दो दिन बाद माँ के साथ बात कर देखें कि उन्होंने सलाह के अनुसार उपचार किया है या नहीं। उसके बाद खतरे के आम चिन्हों, पसली के धंसने और एक मिनट तक सांस की गिनती कर बच्चे का आकलन करें।

आकलन के निष्कर्ष	उपचार
• यदि पसली धंस रही है या खतरे के आम चिन्ह हैं	• तुरंत रेफर करें
• यदि सांस अब भी तेज़ हैं और बच्चे को बताई गई दवा दी गई है	• दवा बलदने के लिए डॉक्टर के पास रेफर करें
• यदि सांस धीमी हुई है और बच्चे का खानपान सुधरा है	• एंटीबायटिक 3 दिन के लिए जारी रखें

पेचिश

पेचिश के शिकार बच्चे को 2 दिन बाद देखा जाना चाहिए। यदि मल में खून न आता हो 5 दिन का उपचार पूरा करें। यदि अब भी मल में खून आता हो तो बच्चे को रेफर करें। इसके अलावा निर्जलीकरण के लिए भी बच्चे का आकलन करें। यदि बच्चे में निर्जलीकरण गम्भीर हो तो रेफर करें अन्यथा प्लान ए या प्लान बी के मुताबिक उपचार करें।

दस्तरोग

दस्तरोग के शिकार बच्चे की हालत न सुधर रही हो तो 2 दिन बाद पुनः देखें। बच्चे के दस्तरोग का आकलन करें और खानपान की समीक्षा करें।

आकलन के निष्कर्ष	उपचार
• यदि त्वचा की चुटकी बहुत धीरे जाती है या पीने में परेशानी है या खतरे का कोई चिन्ह है	• तुरंत अस्पताल रेफर करें
• यदि बच्चे में कुछ निर्जलीकरण है (त्वचा की चुटकी धीरे जाती है और पीने को उतावला है)	• ओआरएस से उपचार करें • 4 घंटे बाद फिर आकलन करें
• यदि बच्चे में निर्जलीकरण का कोई चिन्ह नहीं है (त्वचा की चुटकी और पीना सामान्य है)	• घर में उपलब्ध तरल पदार्थ पिलाती रहें • खानपान की समीक्षा करें और समस्याएं सुलझाएं

मलेरिया

यदि 2 दिन तक उपचार के बाद भी बुखार आता रहे तो बुखार का फिर से आकलन करें:

आकलन के निष्कर्ष	उपचार
• यदि बच्चे में खतरे के आम चिन्ह या गर्दन में अकड़न है	• तुरंत रेफर करें
• यदि बच्चे में मलेरिया के अलावा बुखार का कोई और स्पष्ट चिन्ह है	• उपचार करें या रेफर करें
• यदि सिर्फ मलेरिया के कारण बुखार है	• दूसरे स्तर की दवा हो तो दे या रेफर करें
• यदि बुखार 7 दिन से चल रहा है	• आकलन के लिए रेफर करें

आयु के अनुसार बहुत कम वज़न

खानपान की समीक्षा करें, जैसे पहले बताया गया है या 'खानपान के बारे में माँ को सलाह दें' चार्ट का उपयोग करें। बच्चे का वज़न लेकर देखें कि वज़न बढ़ा है या नहीं।

• आयु के अनुसार वज़न अब बहुत कम नहीं	• माँ की तारीफ करें और खानपान ऐसे ही जारी रखने के लिए प्रोत्साहित करें।
• अब भी आयु के अनुसार वज़न बहुत कम	• माँ को खानपान की समस्याओं के बारे में सलाह दें • 14 दिन बाद फिर आने को कहें • यदि आप खानपान की समस्या न सुलझा सकें तो रेफर करें • बच्चा जब तक स्वस्थ न हो जाए पुनः जांच करते रहें

अच्छा तो यही होगा कि आप हर सप्ताह बहुत कम वज़न वाले बच्चे को देखने जाएं, उसका खानपान देखें और खानपान की उन समस्याओं को हल करें जिन्हें खुद से देख कर ही पहचान सकते हैं।

एनीमिया

देखें कि बच्चे को बताई गई मात्रा में आयरन मिल रहा है या नहीं। क्या बच्चा बेहतर महसूस कर रहा हैं? क्या बच्चा बेहतर ढंग से खा–पी रहा है?

- अगले 14 दिन के लिए आयरन की गोलियां दें।
- 14 दिन बाद फिर आने को कहें।
- 1 माह तक उपचार के बाद हथेली का फीकापन देखें।
- 1 माह तक उपचार के बाद भी यदि बच्चे की हालत न सुधरे तो उसे रेफर करें।

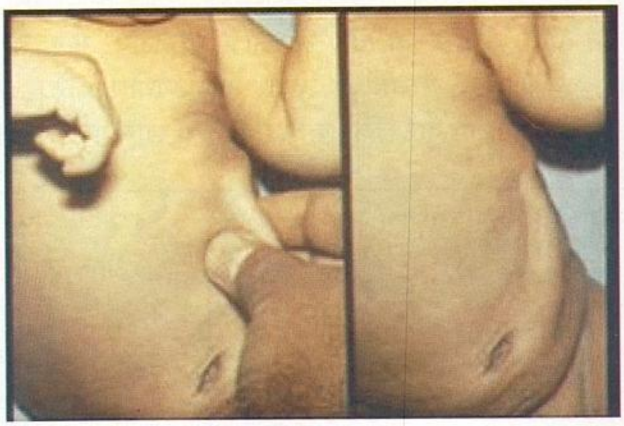
खानपान की समस्याएं

पांच दिन बाद जब बच्चा दोबारा जांच के लिए आए तो खानपान का फिर से आकलन करें। 'माँ को खानपान के बारे में सलाह दें' चार्ट का उपयोग करें।
माँ के साथ समीक्षा करें कि वह बच्चे के खानपान में किस तरह का बदलाव कर पाई हैं।

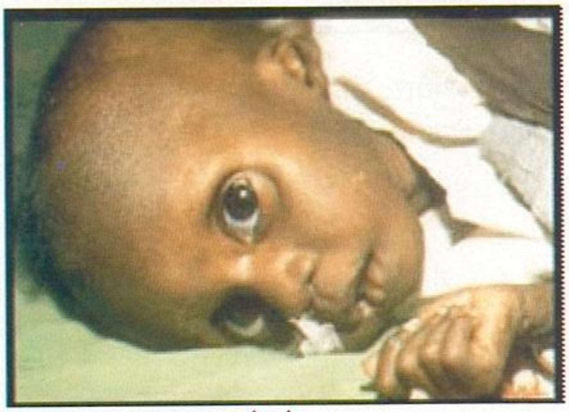
• क्या माँ की कोशिश सफल रही	• यदि सफल रही तो माँ को आश्वस्त करें और जारी रखने को कहें • यदि उपयुक्त हो तो एक या दो और चीजें खिलाने को कहें • 14 दिन बाद फिर आने को कहें • यदि बच्चा पहले से अधिक खाने लगा है तो माँ की तारीफ करें
• यदि माँ सलाह का पालन नहीं कर पाई है	• कारण का पता लगाए और सुधार की कोशिश करें • 14 दिन बाद फिर आने को कहें

माँ से 2 **सप्ताह** बाद फिर आने को कहें ताकि बच्चे की हालत में सुधार की जांच की जा सके। किंतु यदि एक माह बाद भी कोई सुधार न हो तो बच्चे को डॉक्टर के पास भेज दें।

फोटो 1

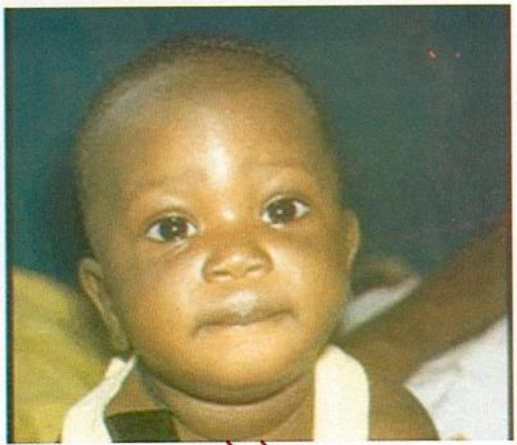


फोटो 2

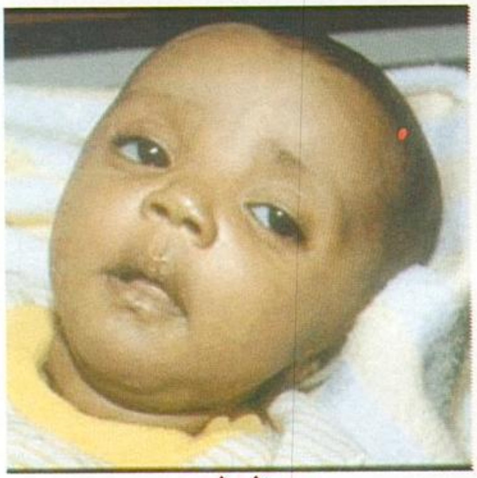


फोटो 3

फोटो 4

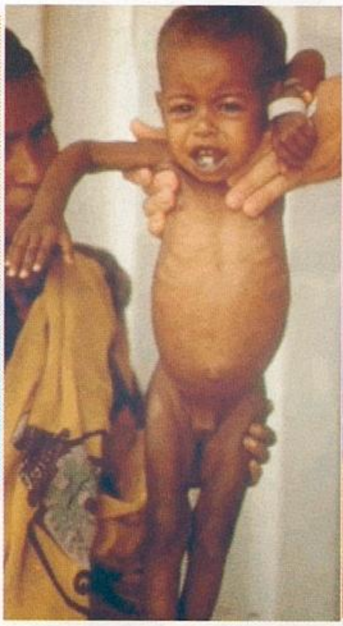


फोटो 5



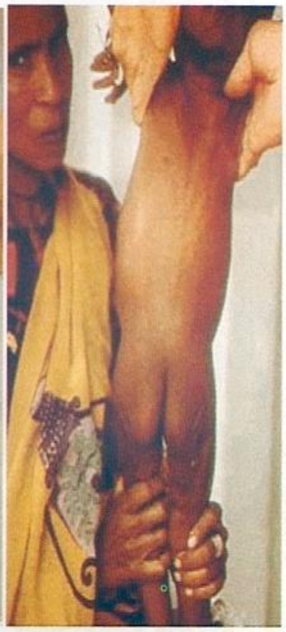
फोटो 6

फोटो 7



फोटो 8

फोटो 9



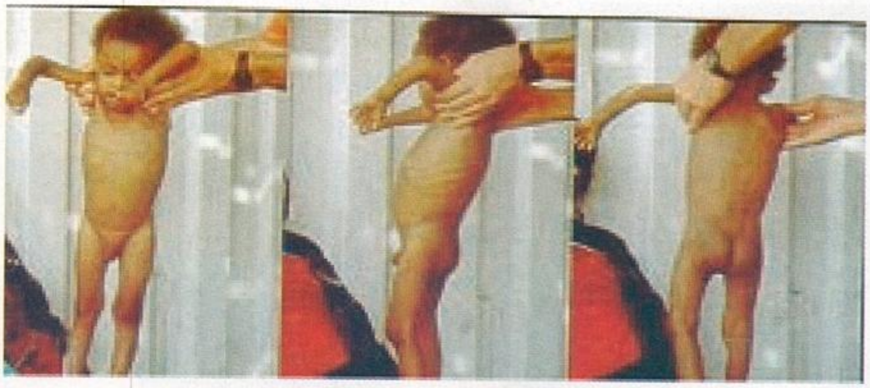
फोटो 10

फोटो 11

फोटो 12

फोटो 13

फोटो 14



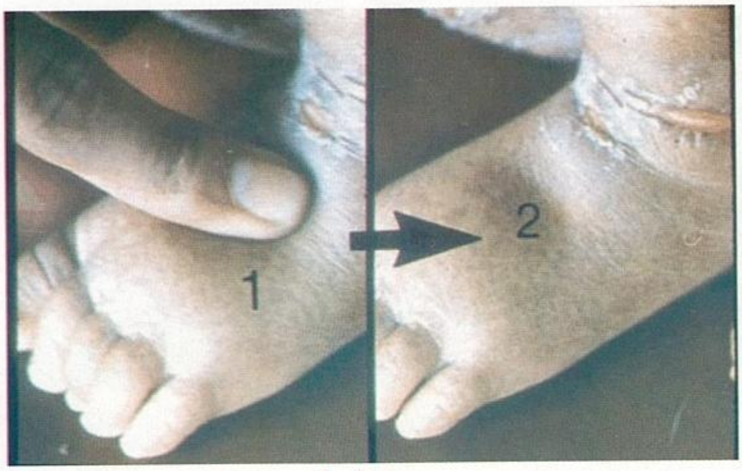
फोटो 15

फोटो 16

फोटो 17

फोटो 18

फोटो 19



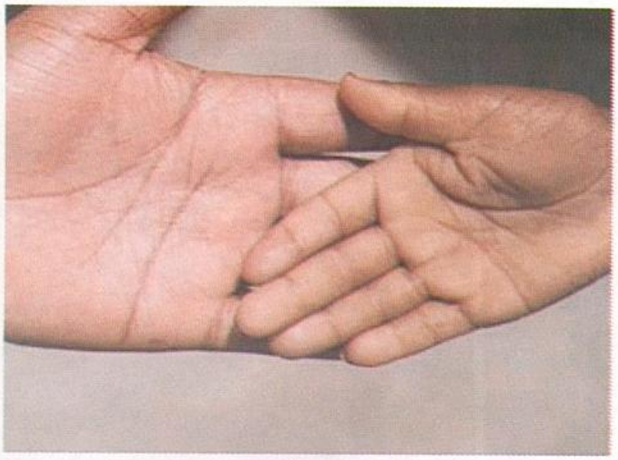
फोटो 20

फोटो 21

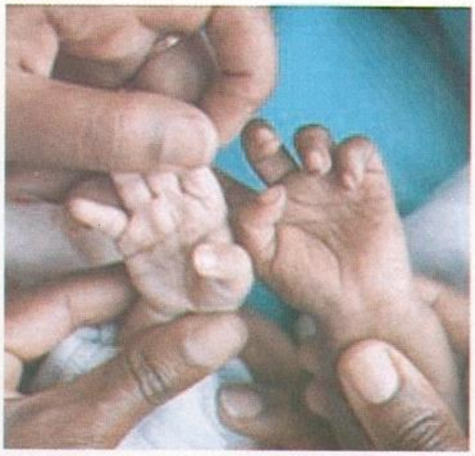
फोटो 22

फोटो 23

फोटो 24



फोटो 25



फोटो 26

फोटो 27

फोटो 28

फोटो 29