# पेटल्स

## बच्चों का अस्पताल

भीमसेन भवन मार्ग, समता कॉलोनी, रायपुर (छ.ग.)

फोन नं. 0771-4917721 मो. 9111007079


# समय से पहले जन्म लेने वाले शिशुओं की समस्या समस्याऐं

**प्रश्न1) प्रीटर्म का क्या अर्थ है ?**

गर्भधारण से 37 सप्ताह पहले पैदा हुए शिशु को प्रीटर्म कहते है, आमतौर पर गर्भावस्था लगभग 40 सप्ताह तक रहती है |

**प्रश्न 2) प्रीटर्म शिशु होने के मुख्य क्या - क्या कारण होते है ?**

समय से पहले जन्म लेने के कारण मूलतः गर्भावस्था में होने वाली समस्याये जैसे की जुड़वाँ, ट्रिपल, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, संक्रमण, गर्भाशय से संबंधित तकलीफे या पिछली प्रीटर्म जन्म आदि| किशोरावस्था भी प्रीटर्म का एक प्रमुख कारण है| कई कारण अस्पष्ट भी होते है |

**प्रश्न 3) प्रीटर्म शिशुओं की विशेष देखभाल की आवश्यकता क्यों होती है ?**

प्रीटर्म शिशु अपनी माँ के गर्भ से बाहर दुनिया में रहने के लिए पूरी तरह से तैयार नहीं होते है उन्हें पूर्ण अवधि में जन्मे शिशुओं की तुलना में अधिक जटिलताएँ होती है, जैसे की शरीर का तापमान बनाए रखना, साँस लेने में तकलीफ, संक्रमण, पीलिया, साँस का रुकना आदि |

**प्रश्न 4 ) प्रीटर्म बच्चो में किन समस्यायों व चुनोतियो का सामना करना पड़ता है**

**01 ) गर्म रखना -** प्रीटर्म शिशु शरीर की गर्मी को अधिक आसानी से खो देते हैजिससे उन्हें हाइपोथर्मिया होने का खतरा रहता है। उन्हें गर्म रहने और बढ़ने के लिए अतिरिक्त


Petals Newborn And Children Hospital
Raipur (C.G.)

ऊर्जा और देखभाल की आवश्यकता होती है। गहन चिकित्सा यूनिट (NICU) में उन्हें वार्मर या इनक्यूबेटर में रखा जाता है

**02 ) साँस की तकलीफ** - समय से पूर्व जन्मे शिशु के फेफड़े पूर्णतः विकसित नहीं हुए रहते है व उनमे सर्फेक्टेंट की कमी होती है| सर्फेक्टेंट एक पदार्थ है जो फेफड़े को विस्तारित रखने में मदद करता है| जन्म के तुरंत पश्चात शिशुओं की सांस लेने में कठिनाई होती है इनके निदान के लिए शिशु को सर्फेक्टेंट का इंजेक्शन, सांस की मशींने जैसे CPAP \ वेंटीलेटर की आवश्कता भी पड़ती है|

**03 ) संक्रमण** -प्रीटर्म शिशुओं में गंभीर संक्रमण एक आम समस्या है, इनकी प्रतिरोधक प्रणाली पूर्ण विकसित नहीं होती है, जिसके कारण उन्हें संक्रमण होने पर जान का खतरा भी अधिक होता है|

**04 ) दूध पिलाना** - प्रीटर्म शिशु को दूध पिलाने में परेशानी होती है क्योकि सामविन्त चूसना व निगलना पूरी तरह विकसित नहीं हुआ होता है, उन्हें दूध पिलाने के लिए पाइप या कटोरी चमच्च की आवश्यकता हो सकती है|

**05 ) मस्तिष्क:** प्रीटर्म शिशुओं को जन्म के दौरान या जन्म के बाद पहले कुछ दिनों में मस्तिष्क में रक्तस्राव का खतरा होता है| जितना शिशु का जन्म समय में पूर्व होता है उतनी ही ज्यादा सम्भावनाये, ब्रेन में रक्तश्राव होती है| इसके लक्षण अचानक से साँस रुकना ,झटके आना, सफेद पड़ जाना आदि हो सकते है| इन तकलीफो के कारण से मस्तिष्क में विकासात्मक देरी और सीखने की कठिनाइयां भविष्य में हो सकती है।

**06 ) आंखें:** प्रीटर्म शिशुओं की आंखें बाहरी दुनिया के लिए तैयार नहीं होती हैं। वे रेटिना में रक्त वाहिकाओं की असामान्य वृद्धि से क्षतिग्रस्त हो सकती हैं। स्थिति आमतौर पर बहुत समय से पहले के बच्चों में अधिक गंभीर होती है । इससे दृश्य हानि का भी परिणाम

Newborn And Children Hospital
Raipur (C.G.)

हो सकता है। इनकी जांच, ROP स्क्रीनिंग डॉक्टर की सलाह से अनिवार्य रूप से करवानी चाहिए|

**07 ) सांस का रोकना (Apnea)** - समय से पूर्व शिशु 20 सेकेण्ड से अधिक समय सांस को रोक लेते है व धड़कन धीमी हो सकती है या नीले पड़ सकते है, इसे **Apnea** कहते है|

**08 ) Feeding Intolerance** - दूध का नहीं पचना प्रीटर्म में आम समस्या है शुरूवात के दिनों के इन्हे इंजेक्शन द्वारा ग्लोकोज व प्रोटीन दिया जाता है| पेट का फूलना, उल्टी करना, दूध का नहीं पचना, हरे रंग की पानी आना व आंतो में सुजन व संक्रमण आदि इसके लक्षण होते है|

**अन्य समस्यायें जैसे की :...**

खून की कमी, PDA, BPD, CLD, Jaundice आदि जटिलतायें भी प्रीटर्म जन्म से जुड़े रहते है|

**यह जानकारी केवल माता पिता को सरल भाषा में प्रीटर्म शिशु की समस्याऐ समझने के लिए के लिए प्रेषित की गई|**


डॉ. पुजा धुप्पड़ (एम.डी.,डी.एन.बी.)

डॉ. अरूण कुमार (एम.बी.बी.एस.,डी.सी.एच.)

डॉ. कुलदीपक वर्मा (एम.बी.बी.एस.,डी.सी.एच.)


Petals Newborn And Children Hospital
Raipur (C.G.)

# पेटल्स बच्चों का अस्पताल

भीमसेन भवन मार्ग, समता कॉलोनी, रायपुर (छ.ग.)
फोन नं. 0771–4917721, मो. 91110–07079

दूध निकालने की विधि (मां के लिए) :

- बर्तन को कीटाणुरहित करने की विधि–
  एक बड़ा बर्तन ले उसमें आधे से अधिक पानी लें और उस बर्तन में उस छोटी कटोरी को लें जिस में मां का दूध निकाला जाना है और उस बड़े बर्तन को आधे घंटे तक उबालें और किसी कपड़े से साफ न करें, उसमें का केवल पानी झड़ा दें।
- दूध निकालने से पहले अपना हाथ साबुन पानी से अच्छी तरह धो लें।
- आराम से बैठकर या खड़े होकर साफ बर्तन (कटोरी) को अपने स्तन के पास पकड़े।
- अपने सीधे हाथ का अंगूठा स्तन के एरियोला और निप्पल से उपर रखें और पहली उंगली अंगूठे के विपरीत।
- अपनी बाकी उंगलियों से स्तन को सहारा दें।
- अब अपने अंगूठे और पहली उंगली को छाती पर अंदर की तरफ दबाएं।
- अपने स्तन को एरियोला और निप्पल के पीछे अपने अंगूठे और उंगली से दबाएं। उसे अपने स्तन में मौजूद एरियोला के नीचे मौजूद दूध इकट्ठा करने वाली नलियों को दबाना चाहिये। कभी–कभी दूध बनाने वाले स्तन में इन नलियों को महसूस करना मुमकिन होता है। यह महसूस करने में मटर के दाने जैसी महसूस होती है। अगर मां उसको महसूस कर सके तो वह उनको दबाएं और छोड़ें, यह प्रक्रिया बार बार करें। इससे मां को कष्ट नहीं होना चाहिये। अगर कष्ट होता है तो तरिका गलत है। शुरूआत में दूध नहीं निकलेगा, परंतु थोड़ी देर तक दबाकर छोड़ने के बाद दूध बूंद–बूंद कर आने लगता है।
- एरियोला को इसी तरह हर तरफ से दबाएं जिससे यह सुनिश्चित हो कि स्तन के हर भाग से दूध निकाल लिया गया है।
- स्तन की चमड़ी पर उंगलियों या अंगूठे से मसलना या रगड़ना नहीं चाहिए। उंगलियों का चलना घुमाने जैसा होना चाहिये।
- निप्पल को दबाकर न खींचे। निप्पल को दबाना या खींचना दूध निकालने में सहायक नहीं होता है।
- एक स्तन से कम से कम 3 से 5 मिनट तक दूध निकालें जब तक दूध निकलना धीमा न हो जाए। दूसरी तरफ के स्तन से निकाले और फिर दोनों तरफ दोबारा करें।

Petals Newborn And Children Hospital
Raipur (C.G.)

- यह जानना आवश्यक है कि पर्याप्त मात्रा में दूध निकालने के लिये 20–30 मिनट लग सकते हैं। दूध निकालने वक्त मां अगर बच्चे को नजदीक रखें या दूध निकालने से पहले बच्चे की देखभाल कर लें तो दूध निकालना आसान हो जाता है। यह जरूरी है कि कम समय में दूध निकालने की कोशिश न की जाए। दूध बनने की किया को जारी रखने और प्रोत्साहित करने के लिये बार–बार दूध निकालें, कम से कम 8 बार 24 घंटों में।

**निकाले गए दूध का भंडार :**

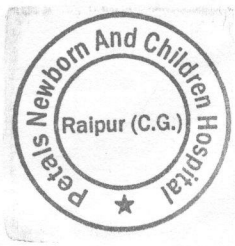
- निकाले गए दूध की कटोरी को ढक्कन से ढक दें।
- निकाला गया दूध (ई.बी.एम.) कमरे के तापमान पर 8 घंटे तक, रेफ्रिजरेटर में 24 घंटे तक और शीतल कक्ष (–20 डिग्री) तापमान पर 3 महीनों तक भंडार किया जा सकता है।
- मां का दूध जानवर के दूध के मुकाबले ज्यादा समय तक अच्छी हालत में रह सकता है। क्योंकि उसमें बचाव तत्व मौजूद होता है। निकाले गए दूध को उबालना नहीं चाहिये।
- धीरे–धीरे से उस बरतन को हिलाएं जिससे वसा के बुलबुले जो अलग–अलग होते हैं दूध में घुल जाएं।
- दूध चम्मच से या पलाड़ी से पिलायें न कि बोतल से।

**मां का भोजन :–**

दूध पिलाने वाली माता को सामान्य से अधिक भोजन की आवश्यकता होती है। भोजन में सामान्य रूप से खाने वाली हर चीज खा सकती है। भोजन में दूध पदार्थ, हरे पत्तोंवाली व अन्य सब्जियां, फल, सभी प्रकार की दालें व अनाज आदि सम्मिलित करें। दिन में कम से कम 5–6 बार भोजन व नाश्ता करें।

**जब मां का दूध नहीं दिया जा सकता :–**

माता की कुछ गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं में बच्चे को अपना दूध देना संभव या उचित नहीं होता है। ऐसी स्थिति में परिवार की या परिचित, स्वस्थ, अन्य माता का दूध पिलाया जा सकता है। यह उपलब्ध नहीं होने की स्थिति में डिब्बाबंद पावडर का दूध बना कर पिला सकते हैं। इसके बनाने की विधि बराबर समझ लें। बोतल व निप्पल से दूध पिलाना संक्रमण व दस्त लगने का प्रमुख कारण है। इसका उपयोग हमारे देश में नहीं करने की सलाह दी जाती है।



PETALS
NEWBORN & CHILDREN HOSPITAL
Bheemsen Bhawan Marg,
Samta Colony, Raipur (C.G.)

0771-4917721/22,
91110 07079, 72258 94079,
info@petalschildrenhospital.com
www.petalschildrenhospital.com

## डिस्चार्ज के समय सलाह

- छः माह की उम्र तक मां का दूध ही पिलाना चाहिये। बच्चे को बोतल से दूध नहीं पिलाना और घुट्टी या Gripe Water भी नहीं देना चाहिये।
- दूध पिलाने के बाद कंधे पर रखें या सिर ऊंचा करके रखना चाहिये , ऊपरी आहार छः माह के बाद ही चालू करें।
- बच्चे को छुने से पहले हाथों को साबुन से अच्छी तरह धोएं।
- बच्चे के नाक और मुंह में तेल न डालें व आंखों में काजल न लगायें।
- मालिश करने के लिए सरसों का तेल उपयोग न करें।
- नियमित टीकाकरण करवायें।
- विटामिन डी 3 (400आईयू/दिन) 1 वर्ष की आयु तक देना चाहिये।

## खतरे के संकेत

- तेजी से सांस लेना (श्वसन दर –60 बार प्रति मिनट)।
- तेजी से छाती का चलना (तेजी से छाती का ऊपर–नीचे होना )।
- बुखार (तापमान 100.4°F से ज्यादा)।
- तापमान कम होना (तापमान 96°F से कम)।
- सुस्त होना।
- दूध ठीक से नहीं पीना ।
- झटके आना।
- पीलिया का तेजी से बढ़ना।
- नाभि से मवाद या खून बहना
- हरे रंग का उल्टी होना, पेट का फूलना ।

किसी भी खतरे के संकेत मिलने पर तुरंन्त बच्चों के डॉक्टर को दिखायें।