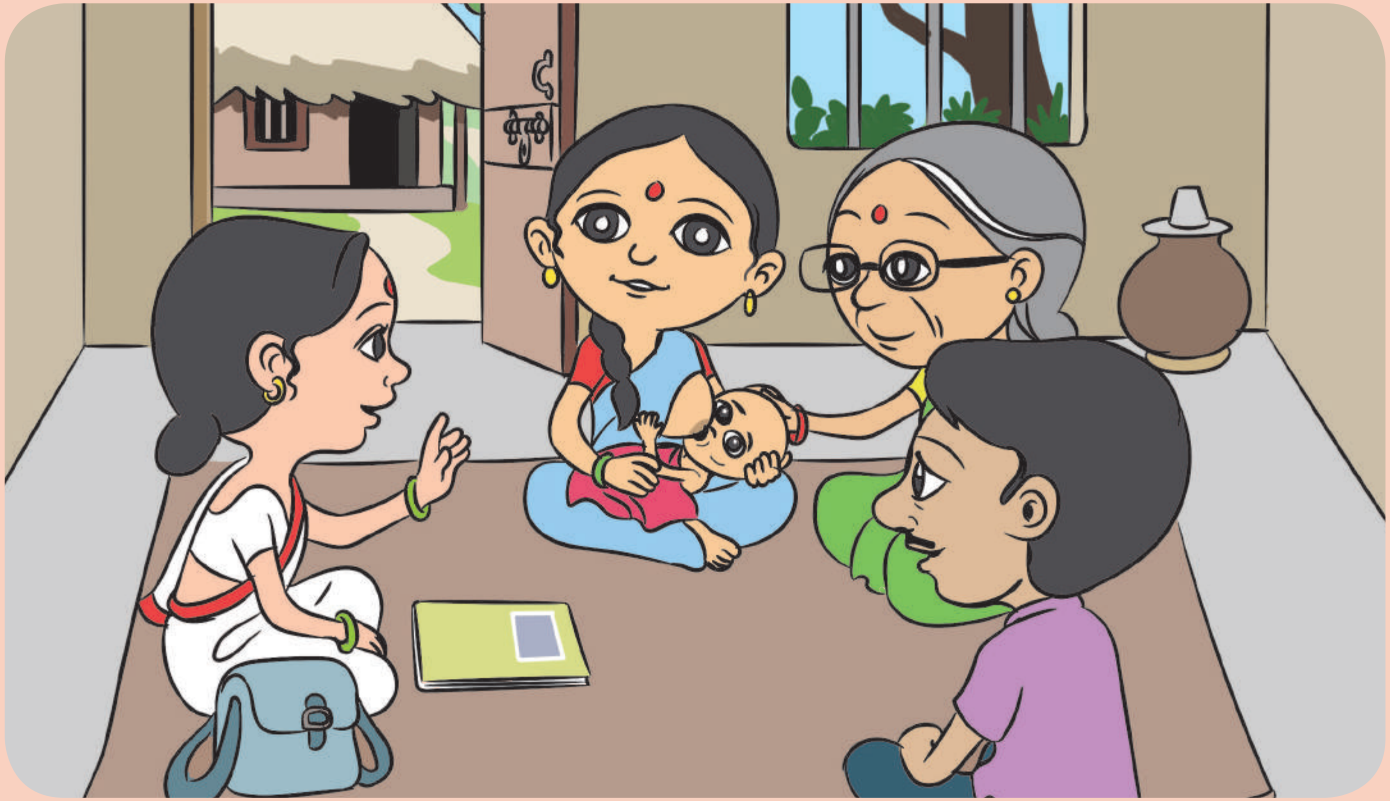
POSHAN Abhiyaan
PM's Overarching Scheme for Holistic Nourishment
सही पोषण - देश रोशन

सत्यमेव जयते

नए समाज की ओर

कमज़ोर नवजात शिशु की देखभाल –
आखिर कितने कमज़ोर बच्चे हम से छूट रहे हैं?



महिला एवं बाल विकास मंत्रालय
भारत सरकार, 2018

11

समीक्षा 1

कार्ड दिखा कर लिखा हुआ, पढ़ने को कहें।

पूछें:

क्या आपको याद है कि हम कमज़ोर नवजात शिशु की पहचान कैसे करते हैं? दाएं लिखी जानकारी का उपयोग करते हुए चर्चा को आगे बढ़ायें और सही जवाब तक पहुंचे।

चर्चा के दौरान पता करें कि क्या कार्यकर्ता एलएमपी का उपयोग करते हुए ये जान पा रही हैं कि शिशु समय पर हुआ है या नहीं।

जन्म के दिन निम्न तीन स्थितियों के अवलोकन से हम पहचान सकते हैं कि शिशु कमज़ोर हैं या नहीं:

1 क्या जन्म के समय बच्चे का वजन 2000 ग्राम या उससे कम है?

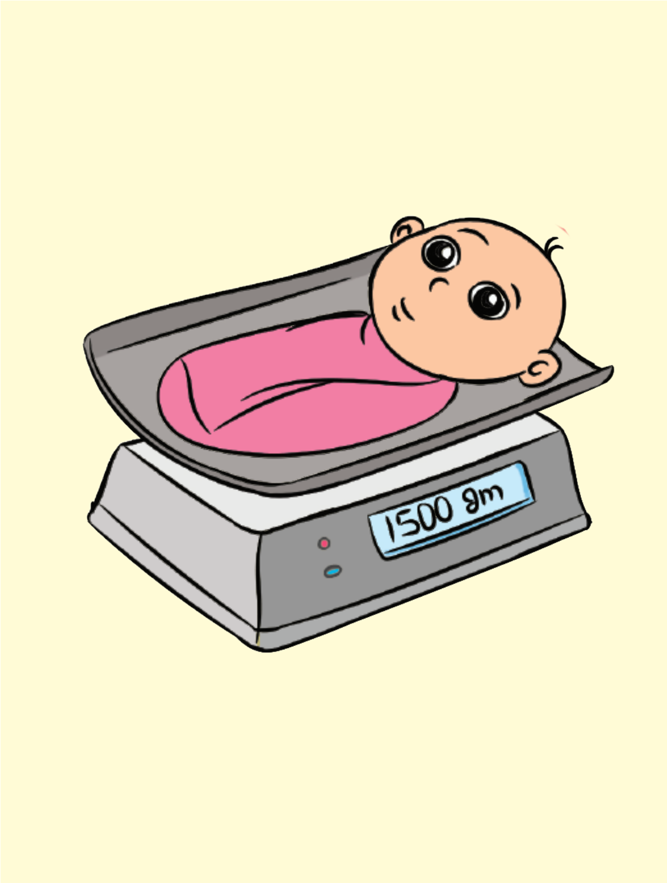
2. क्या शिशु गर्भावस्था के साढ़े आठ माह से पहले ही पैदा हो गया है?

3. क्या शिशु अच्छे से स्तनपान नहीं कर पा रहा है?

ऊपर लिखे तीन सवालों में से यदि एक का भी उत्तर हाँ है तो समझिए नवजात शिशु कमज़ोर है। ऐसे बच्चों को जीवित रखने के लिए खास देखभाल की आवश्यकता होती है।

समीक्षा 1

यह पता कैसे चलेगा कि नवजात शिशु कमज़ोर है?



समीक्षा 2

कार्ड दिखाएँ, सवाल पढ़ने को कहें और हर सहभागियों से एक–एक कर इसी सवाल का जवाब मांगे।

पूछें:

किस रजिस्टर में आप कमज़ोर शिशुओं की जानकारी पाएंगे?

सभी कार्यकर्ताओं से कहें कि पिछले तीन महीने में जन्में बच्चों का रिकॉर्ड गर्भवती/प्रसव के रजिस्टर से पता करें और देखें कि उनमें से कितने बच्चे कमज़ोर थे। उन कमज़ोर बच्चों को भी शामिल करें जिनकी जन्म के बाद मृत्यु हो गई।

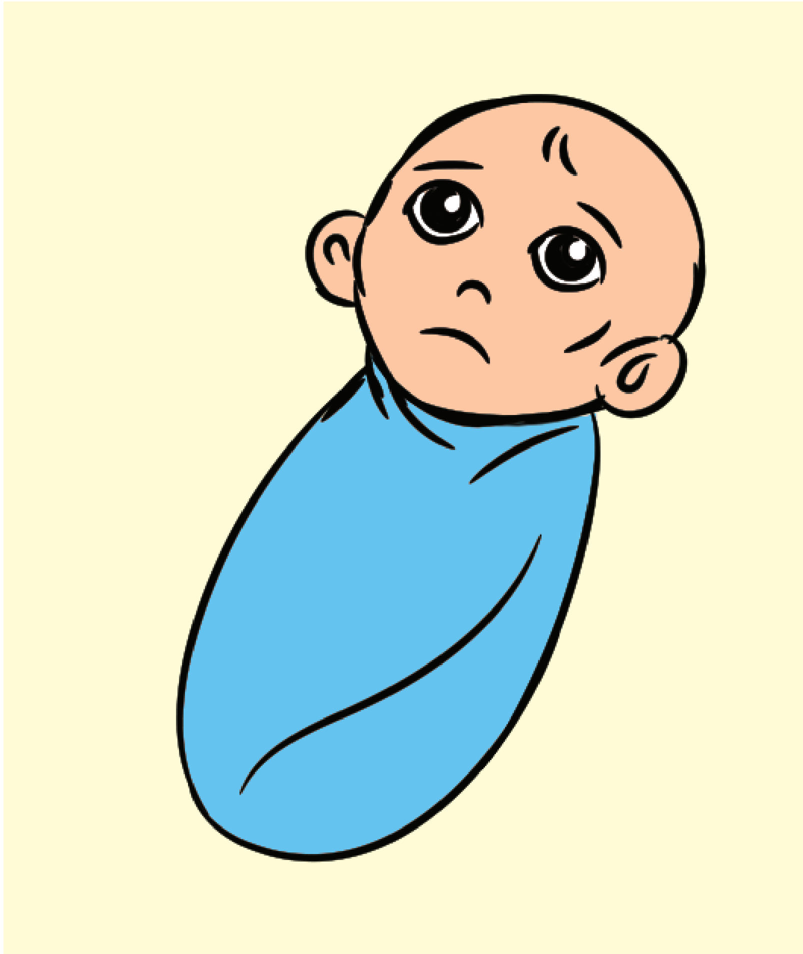
दाएं प्रस्तुत प्रारूप के उदाहरण का प्रयोग करते हुए सभी कमज़ोर बच्चों के आंकड़ों को जोड़े।

कमज़ोर बच्चों का प्रतिशत निकालें। यदि कुल बच्चों में से, कम से कम 10 प्रतिशत बच्चे कमज़ोर नहीं है तो समझें कि कुछ कमज़ोर शिशुओं का अभी पता नहीं लग पा रहा है। यह बात कार्यकर्ताओं को बताएं।

कुल आंगनवाड़ी केन्द्र जिनके आंकड़े अभी जोड़े	
इन केन्द्रों में पिछले तीन माह में जन्मे कुल बच्चे	
इनमें से कुल जन्म के समय कमज़ोर शिशु	

समीक्षा 2

मेरे गाँव में पिछले तीन माह में जन्में सभी बच्चों में से कितने बच्चे जन्म के समय कमज़ोर थे?



अभ्यास

कार्यकर्ताओं से कहें कि टूल किट निकालें और LMP-EDD चार्ट खोलें। गर्भवती पंजी भी खोलने को कहें।

- रजिस्टर में दर्ज, पिछले तीन माह में हुए प्रत्येक प्रसव के लिए लिखी LMP का उपयोग करते हुए EDD तथा DoM की गणना करें।
- DoM तथा DoD की तुलना करते हुए जाने कि किसी हिस्से में DoD, DoM से पहले तो नहीं आ रही।
- जरूरत पड़ने पर पन्ने के नीचे बने चित्र का उपयोग करते हुए कार्यकर्ता की मदद करें।
- इस अभ्यास के बाद पुनः कमज़ोर बच्चों (जिनकी DoD, DoM से पहले हो तथा वजन 2000 ग्राम या कम के आधार पर) की गिनती करें।

प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उन्होंने इनमें से किसी बच्चे के जन्म के दिन, स्तनपान का अवलोकन किया और पाया कि बच्चा ठीक से स्तनपान नहीं कर पा रहा है।

इस बात की तरफ ध्यान दिलवायें कि यदि उन्होंने जन्म के दिन सभी बच्चों के स्तनपान का अवलोकन किया होता तो उन्हें कुछ और भी कमज़ोर नवजात शिशुओं की पहचान होती।

DoM की गणना के लिए जरूरत अनुसार नीचे बने चित्र का उपयोग करें।

इस गिनती के बाद मिले कमज़ोर बच्चों की संख्या कार्ड पर लिखें। ये कार्ड सभी को दिखाए व सुनिश्चित करें कि कार्यकर्ताओं की समझ में आया है कि कितने कमज़ोर शिशुओं की पहचान हुई है।

अब अगले कार्ड पर जाएँ।

तालिका 3: प्रसव की सम्भावित तिथि (EDD) तथा प्रसव से पूर्व जन्म गणना

(परिपक्वता तिथि से पूर्व कोई भी जन्म असामायिक है)

जनवरी	**अन्तिम माहवारी का दिनांक (LMP)**	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	जनवरी
अक्टूबर	**प्रसव की सम्भावित तिथि (EDD)**	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	नवम्बर
सितम्बर	**परिपक्वता की तिथि (DOM)**	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	अक्टूबर

अभ्यास

LMP-EDD-DoM चार्ट का उपयोग करते हुए खोजें कि पिछले तीन महीने में हुए प्रसव में से कितने अपरिपक्व है।

एक बार फिर से गणना करें:

1.	मेरे आंगनवाड़ी केंद्र इलाके में कुल जन्म की संख्या:	
2.	कुल जन्में बच्चों में से कमज़ोर बच्चों की संख्या: क्या हमने सभी कमज़ोर बच्चों की गिनती कर ली है?	

क्या हम सभी कमज़ोर नवजात शिशुओं की पहचान कर पा रहे हैं?

कार्ड प्रदर्शित करें और कार्यकर्ताओं को सभी बिंदु पढ़ने को कहें।

सभी कार्यकर्ताओं को प्रत्येक सवाल का उत्तर देने को कहें।

अगर किसी भी सवाल का जवाब "ना" है तो उनसे इसकी वजह पूछें।

चर्चा होने दें और ना के कारणों को दर्ज करें।

दाएं लिखी जानकारी का उपयोग करते हुए चर्चा को आगे बढ़ायें।

1. कैसे निर्धारित करें की LMP एक दम सही है?
   - (क) गर्भावस्था का जल्द से जल्द पंजीयन करें, महिला के भूलने से पहले LMP पूछ कर दर्ज कर लें।
   - (ख) कुछ स्थितियों में LMP शायद सही न निकले।
     - जब महिला पहले प्रसव के बाद का मासिक धर्म आने से पहले ही फिर से गर्भधारण कर लें।
     - जब महिला का मासिक धर्म अनियमित हो।
2. EDD जानने के कुछ और तरीके भी है। EDD जानने के बाद, DoM की गिनती चार्ट के प्रयोग से की जा सकती है।
   - (क) पहली तिमाही की अच्छी अल्ट्रासाउंड रिपोर्ट उपलब्ध है तो उससे निकाला गया EDD, LMP से निकाले जाने वाली EDD की तुलना में अधिक सही होगी।
   - (ख) छटे या सातवें महीने में पेट की जांच से ANM या डॉक्टर कुछ हद तक EDD बता सकते हैं। किसी भी और जानकारी के न होने पर इसका उपयोग किया जा सकता है।
3. यदि जन्म अस्पताल में हुआ है तो जन्म के समय का वजन अस्पताल के रजिस्टर से भी प्राप्त किया जा सकता है।
4. यदि जन्म के दिन से ही बच्चा स्तनपान करने में कमज़ोर है तो बच्चे को कमज़ोर ही माना जायेगा, चाहे उसका वजन दो किलो से ज्यादा और जन्म DoM से पहले हो, तब भी।

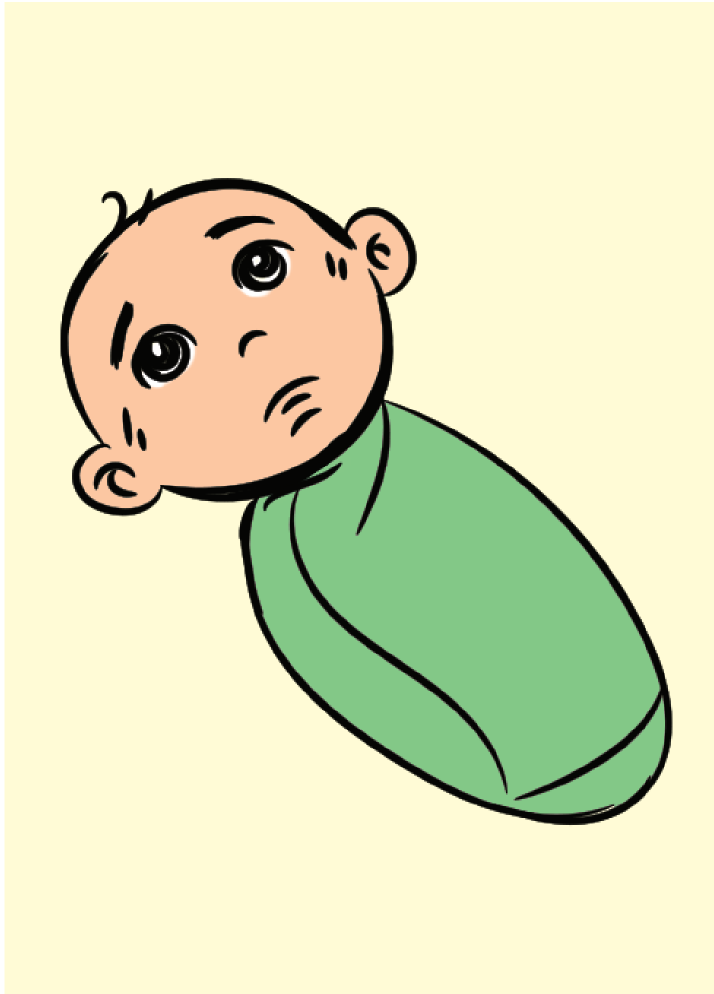
क्या हम सभी कमज़ोर नवजात शिशुओं की पहचान कर पा रहे हैं?

जन्में 10 बच्चों में से एक बच्चा कमज़ोर निकलना चाहिए।

क्या हमारे क्षेत्र में इस हिसाब से इतने कमज़ोर बच्चे मिले हैं?

यदि नहीं तो आखिर कहां हमसे चूक हुई है?

1. क्या हम सही LMP दर्ज कर रहे हैं?
2. क्या हम DoM की गणना ठीक से कर रहे हैं?
3. क्या हम जन्म लेते ही शिशु का सही वजन ले रहे हैं?
4. क्या हम स्तनपान का अवलोकन कर रहें हैं?



सारांश: कोई भी कमज़ोर नवजात शिशु हमसे छूटे ना इसके लिए हम क्या करें?

कार्ड दिखाएं, और सभी कार्यकर्ताओं को एक–एक कर हर एक बिंदु पढ़ने के लिए कहें।

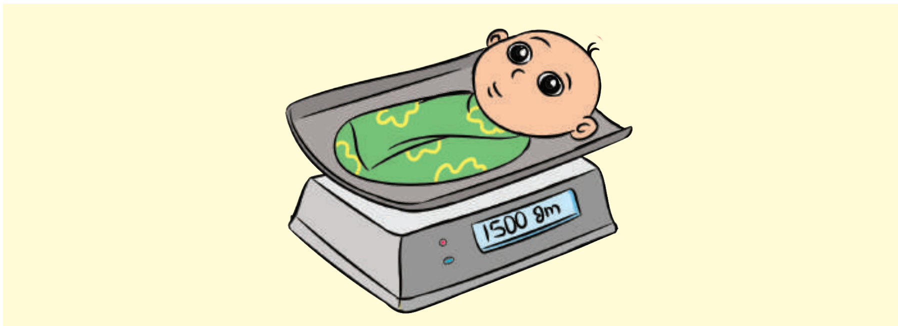
कार्यकर्ताओं से पूछें की क्या वो प्रत्येक बिंदु से सहमत है?

इस चर्चा का समापन करते हुए सभी को कहें

हम यह अभ्यास हर तीन महीने में दोहराएंगे और जानेगें कि हम कमज़ोर शिशुओं की पहचान करने में बेहतर हुए या नहीं।

सारांश: कोई भी कमज़ोर नवजात शिशु हमसे छूटे ना इसके लिए हम क्या करें?

1. गर्भावस्था का पंजीकरण जल्दी करें और LMP भी तुरंत दर्ज करें।
2. DoM की गणना सही करें और जल्द से जल्द माँ और परिवार को DoM के साथ EDD की भी सूचना दें।
3. बच्चे के जन्म के बाद जल्द से जल्द, हो सके तो 24 घंटे के भीतर ही शिशु के घर जाएँ।
4. जन्म के पहले दिन ही शिशु का वजन लें।
5. जन्म के पहले दिन ही स्तनपान का अवलोकन करें।



क्या हम कमज़ोर शिशु की पहचान के बाद उसकी पर्याप्त देखभाल सुनिश्चित कर रहे हैं?

कार्यकर्ताओं से पूछें:

आखिर क्यों हम कमज़ोर शिशुओं को पहचानने पर इतना जोर दे रहे हैं।

मुख्य कारण दायीं ओर लिखे हैं।

कार्ड कार्यकर्ताओं को दिखाते हुए सभी बिंदुओं को पढ़ने के लिए कहें। चर्चा होने दे। कमज़ोर शिशुओं की देखभाल के लिए दाई ओर लिखें बिंदुओं का उपयोग करते हुए चर्चा को समाप्त करें।

जोर दें

हर साल एक आंगनवाड़ी केंद्र के इलाके में हमे दो–तीन से ज्यादा कमज़ोर बच्चे नहीं मिलेंगे जिनको की खास देखभाल की जरूरत होगी।

कार्यकर्ताओं को सूचित करें

अगली कार्यशाला में हम KMC और स्तनपान में सहायता पर चर्चा करेंगे।

कमज़ोर शिशुओं की पहचान और देखभाल इसलिए जरूरी है, क्योंकि:

1 कमज़ोर शिशुओं की मृत्यु की सम्भावना, स्वस्थ शिशुओं की तुलना में बहुत अधिक होती है।

2 यदि उचित देखभाल की व्यवस्था हो तो कमज़ोर शिशओं का जीना सुनिश्चित किया जा सकता है।

3 अधिकतर स्थितियों में ये देखभाल घर पर ही की जा सकती है।

कमज़ोर शिशुओं की खास देखभाल के निम्न पहलू हैः

1 **बच्चे को गर्म रखने पर विशेष ध्यान दें।** जितना हो सके अधिक से अधिक KMC का उपयोग करें। इसके अलावा सूती कपड़े जैसे पुरानी साड़ी या धोती की कई परतों में बच्चे को लपेट कर रखें और शिशु को अपने शरीर से चिपका के रखें।

2 **स्वच्छता पर बहुत ध्यान दें,** किसी भी कारणवश शिशु को छूने से पहले जैसे साफ–सफाई, दूध पिलाने या कपड़े बदलने से पहले साबुन से हाथ धोए और धोने के बाद हाथ किसी कपड़े से नहीं पोंछे, उन्हें अपने आप हवा में सूखने दें।

3. **स्तनपान पर अधिक ध्यान दें।** शिशु को बार–बार स्तनपान करवाएं, हर 1–2 घंटे में जगा कर भी। यदि शिशु स्तनपान के समय सो जाए तो उसे नींद से जगा कर पिलाने की कोशिश करें। यदि शिशु एक बार स्तनपान करते हुए दोनों स्तन का दूध पूरा नहीं पी पाता तो क्रमवार स्तनपान करवाएं, मतलब एक बार में एक स्तन से दूध पिलाएं फिर अगली बार दूसरे से। जरूरत पड़ने पर दूध एक छोटी कटोरी में निकाल लें और छोटी कटोरी या कप से बच्चे को दूध पिलाएं।

जब तक की कमज़ोर नवजात शिशु ताकत से स्तनपान करना शुरू ना कर दे और उसका वजन पर्याप्त क्षमता से बढ़ने न लगे तब तक उसे खास देखभाल की जरूरत होती है।

क्या हम कमज़ोर शिशु की पहचान के बाद उसकी पर्याप्त देखभाल सुनिश्चित कर रहे हैं?

1. क्या हम माता–पिता को बता रहे हैं कि शिशु को खास देखभाल की जरूरत है?
2. क्या प्रसव के पश्चात पहले हफ्ते में हम हर दिन, कम से कम एक बार उस परिवार से मिल कर शिशु की खास देखभाल को सुनिश्चित कर रहे हैं?
3. क्या हमने पहचाना है कि किन शिशुओं का वजन 1500 ग्राम से भी कम है या दूध बिल्कुल ही नहीं निगल पा रहे हैं? क्या हम ऐसे शिशुओं को नजदीक के **SNCU** भिजवा रहे हैं?

लगातार स्तनपान

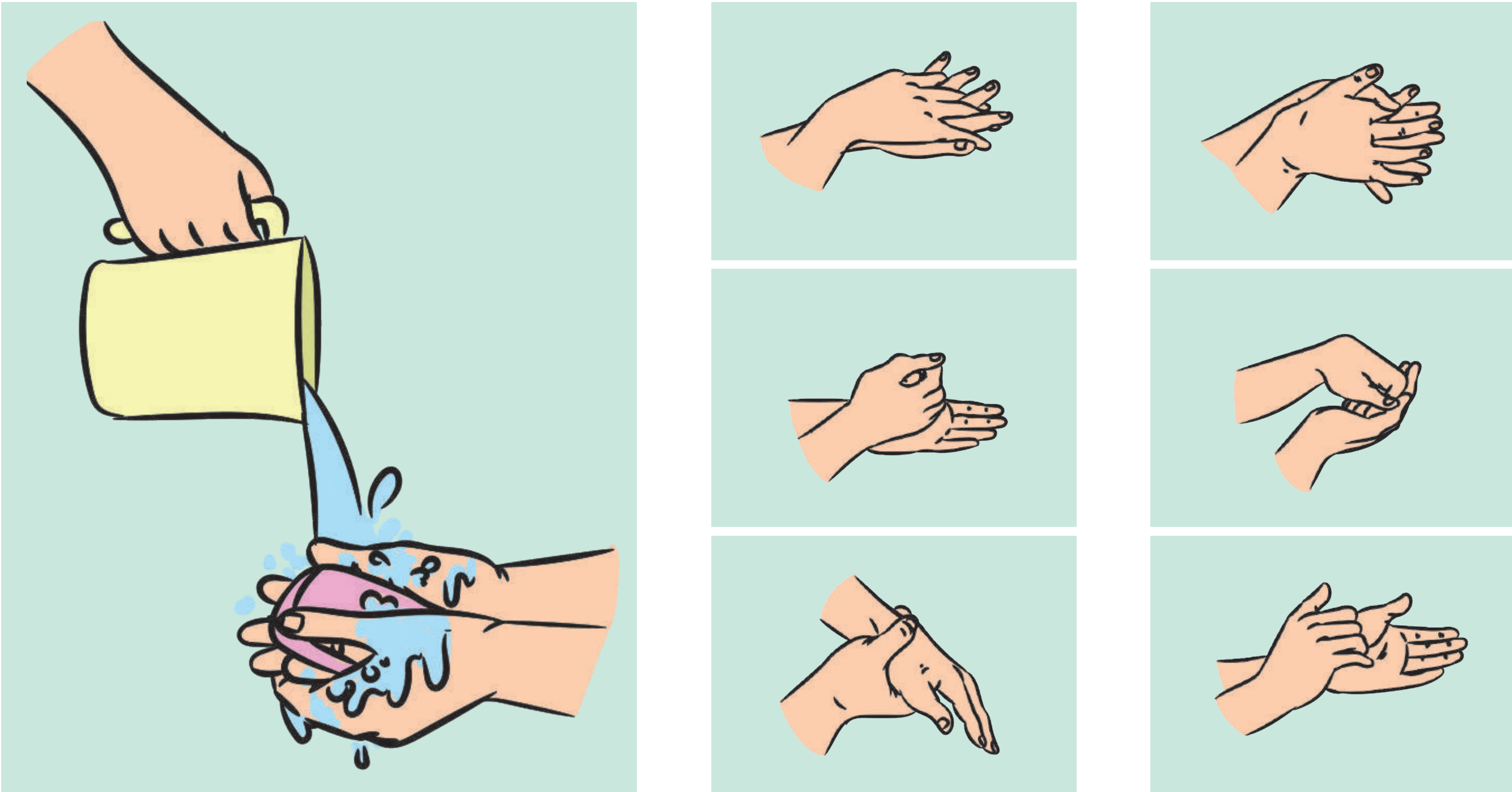
कंगारु देखभाल

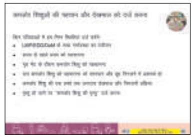
सफाई बहुत ही ज़रुरी

हाथ धोने का अभ्यास करें

कार्ड दिखाते हुए हाथ धोने के निर्देशों और चरणों का प्रयोग करते हुए, उपलब्ध पानी और साबुन से सभी कार्यकर्ताओं को हाथ धोने का अभ्यास करने दें।

हाथ धोने का अभ्यास करें





कमज़ोर शिशुओं की पहचान और देखभाल को दर्ज करना

कार्ड दिखाएं और हर कार्यकर्ताओं से एक–एक बिंदु पढ़ने को कहें।

चर्चा को आगे बढ़ायें

दाएं लिखें बिंदुओं का उपयोग करते हुए हर सवाल का उत्तर दें।

कमज़ोर शिशु के बारे में जानकारी कहां दर्ज करें:

आशा अपनी गृहभेंट योजना पंजी या राज्य सरकार द्वारा दी गई दूसरी पंजियों में जानकारी दर्ज करेगी।

आंगनवाड़ी कार्यकर्ता जानकारी को निम्न पंजिकाओं में दर्ज करेगी:

- गर्भावस्था LMP/EDD/DoM की जानकारी पंजिका नंबर 5 में दर्ज करें। यदि माँ का नाम पहले से परिवार के पृष्ठ में दर्ज नहीं है तो पंजिका नंबर 1 में दर्ज करें।
- समय से पहले प्रसव पीड़ा की पहचान को पंजिका संख्या 9 खण्ड 2 में दर्ज करें (गर्भावस्था से जुड़ी समस्या के लिए रेफर करें)।
- गृह भ्रमण के दौरान कमज़ोर बच्चे की पहचान: पंजी 8 (गृह भेंट योजना पंजी, कॉलम 5 अथवा 6), पंजी 9 खण्ड एक (बच्चों के केस प्रबंधन एवं रेफरल, कॉलम 8)।
- ऐसे शिशु की पहचान जो स्तनपान करने और दूध निगलने में असमर्थ हो, पंजी 8 (गृह भेंट के दौरान पायी गयी समस्या के रूप में चिन्हित करें) एवं पंजी 9 (रेफर की गयी समस्या के रूप में चिन्हित करें)।
- कमज़ोर शिशु की एक हफ्ते तक लगातार देखभाल ओर निगरानी: पंजी 8, कॉलम 6 एवं 7, जरूरत अनुसार।
- मृत्यु हो जाने पर ''कमज़ोर शिशु की मृत्यु'' दर्ज करेंगे पंजी 10, कॉलम 8 एवं पंजी 8।

कमज़ोर शिशुओं की पहचान और देखभाल को दर्ज करना

किन पंजिकाओं में हम निम्न स्थितियां दर्ज करेंगे:

- LMP/EDD/DoM के साथ गर्भावस्था का पंजीयन
- समय से पहले प्रसव को पहचानना
- गृह भेंट के दौरान कमज़ोर शिशु को पहचानना
- उस कमज़ोर शिशु को पहचानना जो स्तनपान और दूध निगलने में असमर्थ हो
- कमज़ोर शिशु की एक हफ्ते तक लगातार देखभाल और निगरानी प्रक्रिया
- मृत्यु हो जाने पर "कमज़ोर शिशु की मृत्यु" दर्ज करना

कार्य योजना

कार्ड दिखाएं

कार्यकर्ताओं को सारे बिंदु एक–एक करके पढ़ने के लिए कहें

दाहिने ओर लिखे बिंदुओं का उपयोग करते हुए सत्र का सार प्रस्तुत करें।

कार्यकर्ताओं से पूछें कि क्या वे इन बातों से सहमत हैं, और क्या वह एक भी कमज़ोर शिशु को छूटने नहीं देगे।

कार्यकर्ताओं को बताएं

हम कमज़ोर बच्चों की संख्या की गणना की प्रक्रिया को हर तीन महीने में इस बैठक में दोहराएंगे, इसके अलावा सुपरवाइजर एवं एएनएम अपनी ग्राम भ्रमण के दौरान आशा और आंगनवाड़ी कार्यकर्ता के साथ इस संख्या का अवलोकन करेंगे।

आजः

- हमने सीखा है कि हमसे कितने 'कमज़ोर' बच्चे छूट रहे है और क्यों छूट रहें है।
- हमने दोबारा समझा कि हम कैसे एक कमज़ोर बच्चे की पहचान और उसकी देखभाल करें।
- हमने समझा कि कमज़ोर बच्चे से संबंधित विवरण कहाँ दर्ज करें।
- हमने हाथ धोने की विधि का अभ्यास किया।

कार्य योजना

आगे से कमज़ोर शिशुओं को बचाने हेतु हम क्या करेंगे:

1. अब से हम अपने क्षेत्र में किसी भी कमज़ोर शिशु को पहचान की प्रक्रिया में छूटने नहीं देंगे।

2. हम सभी कमज़ोर शिशुओं के यहां तब तक गृह भेंट करेंगे जब तक वह खतरे से बाहर नहीं आ जाते।

3. हम सभी पहचाने गए शिशुओं और उनको दी गयी सहायता को ठीक से रिकार्ड करेंगे।

1 यह मासिक बैठक क्यों?

2 गृह भेंट योजना पंजी कैसे बनाएं या अपडेट करें, गृह भेंट की शुरूआत

3 आंगनवाड़ी केन्द्र पर आयोजित समुदायिक कार्यक्रम की योजना एवं आयोजन

4 नवजात शिशुओं में स्तनपान का अवलोकन - क्यों और कैसे?

5 कमज़ोर नवजात शिशु की पहचान और देखभाल

6 ऊपरी आहार - भोजन में विविधता

7 महिलाओं में एनीमिया की रोकथाम

8 शिशुओं में शारीरिक वृद्धि का आकलन

9 समय के साथ ऊपरी आहार में सुधार और वृद्धि

10 केवल स्तनपान सुनिश्चित करना

11 कमज़ोर नवजात शिशु की देखभाल - आखिर कितने कमज़ोर बच्चे हम से छूटे रहे हैं?

12 हम ऊपरी आहार की शुरूआत समय से कैसे सुनिश्चित करें?

13 गंभीर दुबलेपन को कैसे पहचाने एवं रोकें?

14 बीमारी के दौरान शिशु का आहार

15 स्तनपान संबंधित समस्याओं में माता को सहयोग

16 कंगारू मदर केयर की मदद से कमज़ोर शिशु की देखभाल कैसे करें?

17 बीमार नवजात शिशु की पहचान एवं रेफरल सेवा

18 कुपोषण और मृत्यु से बचने के लिए बीमारियों से बचाव

19 बच्चों और किशोरियों में खून की कमी/एनीमिया की रोकथाम

20 प्रसव पूर्व तैयारी - अस्पताल और घर पर होने वाले प्रसव के लिए

21 गर्भावस्था के दौरान तैयारी - नवजात शिशु की देखभाल और परिवार नियोजन