नवजात में खतरे के लक्षण

खतरे के लक्षण

- नवजातों को कई बार जानलेवा समस्याएं हो जाती हैं।
- परिवारों को इन समस्याओं के लक्षणों की जल्दी से पहचान करनी चाहिए और शिशु को पास के अस्पताल में ले जाना चाहिए। ये लक्षण निम्न लिखित हैं:
  - बच्चा स्तनपान नहीं करता है या ठीक से स्तनपान नहीं करता है
  - बच्चा नहीं रोता है और/या उसे सांस लेने में कठिनाई होती है
  - बच्चा छूने पर ठंडा या गरम महसूस होता है
  - बच्चे की हथेलियां और तलवे पीले पड़ गए हैं
  - बच्चे की हलचल असामान्य है (ऐंठन)
  - बच्चा अत्यधिक निद्रालु है, दूध पीए बगैर लंबी अवधि तक सोता है या लगातार रोता रहता है
  - बच्चे के शरीर पर छाले हों अथवा नाभी लाल हो अथवा नाभी से पस/खून रिस रहा हो

आवश्यकता पड़ने पर अपने शिशु के लिए आप किससे संपर्क करें

- अपने आसपास किसी स्वास्थ्य केंद्र की पहले से ही पहचान करके रखें।
- जब आपका बच्चा बीमार हो तो आपको अस्पताल जाने या किसी स्वास्थ्यकर्मी से संपर्क करने की जरूरत होती है।
- ग्राम स्तर पर आशा/आंगनवाड़ी कार्यकर्ता जरूरत के समय आपकी मदद करने के लिए उपलब्ध हैं।
- आशा/आंगनवाड़ी कार्यकर्ता स्तनपान कराने, शिशु की देखरेख में तथा शिशु की या आपकी बीमारी के दौरान आपकी मदद करने के लिए हैं।
- ग्राम स्तर पर शिशु के लिए अनेक स्वास्थ्यकर सेवाएं निशुल्क उपलब्ध हैं, जैसे कि टीकाकरण, वृद्धि की निगरानी और पोषण सहायता सेवाएं।

संक्रमण की रोकथाम के लिए सामान्य साफ–सफाई

- सफाई की कुछ सरल व्यवहारों को अपनाकर अनेक बीमारियों एवं संक्रमणों को रोका जा सकता है। साफ हाथ, साफ बिस्तर, साफ कमरा, साफ हवा, साफ पानी, साफ शौचालय, आसपास के क्षेत्र की सफाई, शिशु एवं मां में अनेक संक्रमणों को रोक सकती है।
- साबुन से हाथ धोना, अतिसार जैसे संक्रमण की रोकथाम के सबसे कारगर तरीकों में से एक है।
- स्तनपान कराने, खाना पकाने, खाने से पहले, शिशु के मल/मूत्र को साफ करने अथवा नैपी बदलने के बाद, शौचालय का प्रयोग करने के बाद तथा इसके अलावा जब भी आप आवश्यक समझें तब अपने हाथ धोएं।
- शिशु के कमरे को साफ रखें। शिशु के लिए और अपने लिए साफ कपड़ों, कंबल/चादर का प्रयोग करें।
- अपने नाखूनों को नियमित रूप से साफ करें और काटें।
- परिवार के सभी सदस्यों को स्वच्छता की आदतों का अनुसरण करना चाहिए।

जन्म के समय कम वजन वाले शिशुओं की यदि ठीक से देखरेख नहीं होती है तो उन के बीमार होने और आगे चलकर कमजोर बने रहने का खतरा अधिक होता है। उनको स्तनपान करने में दिक्कत हो सकती है। ऐसी स्थिति में, स्तनो को दबा कर निकाला हुआ दूध शिशु को चम्मच से दिया जा सकता है।

आंगनवाड़ी कार्यकर्ता सुनिश्चित करे कि:

- यदि खतरे के किसी लक्षण की पहचान हो जाए तो शिशु को तुरंत अस्पताल ले जाना चाहिए।
- अस्पताल ले जाते समय शिशु को अच्छी तरह लपेटकर, गरम रखना चाहिए उसे दूध पिलाते रहना चाहिए।
- शिशु को ऐसे लोगों से दूर रखा जाए जो बीमार हैं या संक्रामक रोगों से ग्रसित हैं।
- परिवार को नजदीकी उप केंद्र एवं अस्पताल के बारे में पूरी तरह जानकारी है।
- परिवार को अपने नवजात तथा मां के लिए उपलब्ध विभिन्न सरकारी सेवाओं के बारे में जानकारी है।