सफलतापूर्वक स्तनपान कराने में पिता की भूमिका

पिता की भूमिका

- दूध पिलाने वाली माताओं को सफलतापूर्वक दूध पिलाने में समर्थ होने के लिए अपने पति तथा परिवार के सभी सदस्यों से समर्थन की जरूरत होती है।
- यह समर्थन सच्चा और प्रतिबद्ध होना चाहिए।
- स्तनपान कराने के दौरान अपनी पत्नी की मदद करने के लिए पति सर्वोत्तम व्यक्ति है।
- पति अनेक व्यावहारिक तरीकों से अपनी पत्नी की मदद कर सकता है और निम्नलिखित के माध्यम से स्तनपान कराने के उसके निर्णय के बारे में उसे अच्छा महसूस करा सकता है:
  - उसे यह बताकर कि वह अपने बच्चे को केवल स्तनपान कराकर समुदाय में माताओं के लिए एक अच्छा उदाहरण स्थापित कर रही है।
  - स्तनपान के बारे में स्वयं जानकर।
  - बच्चे की देखरेख में उसकी मदद करके ताकि वह आराम कर सके।
  - अपने बच्चे के साथ कुछ समय बिताकर तथा उसे गोद में लेकर और प्यार करके।

याद रखें

- मां गर्भावस्था तथा प्रसव की शारीरिक मांगों से उबर रही होती है और अपने शरीर में हॉर्मोन संबंधी परिवर्तनों को समायोजित कर रही होती है।
- पिता को पहल करने और घरेलू जिम्मेदारियां निभाने में मदद करने का भरपूर प्रयास करना चाहिए।
- वह बच्चे की प्रगति की निगरानी करने और यह आश्वस्त करने में मदद कर सकता है कि नई नवेली मां अच्छी तरह खाए व आराम करे।
- जब कोई पिता अपने बच्चे का लालन–पालन करता है और इन शुरूआती वर्षों के दौरान उसकी जरूरतों को अच्छी तरह पूरा करता है, तो वह अपने बच्चे के भावी विकास एवं प्रगति पर एक सकारात्मक प्रभाव डाल पाएगा और एक मजबूत पारिवारिक बंधन का सृजन कर सकेगा।

- उसकी मदद करने के लिए अपने बड़े बच्चों को अतिरिक्ति समय एवं ध्यान प्रदान करके।
- मां के रूप में उसके काम की प्रशंसा करके अपने साथी को अच्छा महसूस करा सकते हैं।
- उसके एवं अपने रिश्तेदारों को बता कर कि आप चाहते हैं कि आपकी पत्नी अपने बच्चे को अपना दूध पिलाए और यह कि आप जानते हैं कि मां का दूध आपके बच्चे के लिए सर्वश्रेष्ठ आहार है।

पिता/पति को क्या नहीं करना चाहिए

- ❖ उसे इस बात पर संदेह नहीं करना चाहिए कि उसकी पत्नी उसके बच्चे के लिए पर्याप्त दूध प्रदान करने में समर्थ होगी।
- ❖ यदि वह घर के बाहर बच्चे को दूध पिलाती है, तो पति को संकोचशील नहीं होना चाहिए।
- ❖ यदि वह धूम्रपान करता है, तो उसे अपने बच्चे के कमरे में धूम्रपान नहीं करना चाहिए।

आंगनवाड़ी कार्यकर्ता की भूमिका

- ❖ आंगनवाड़ी कार्यकर्ता महिला के सास–ससुर और पति को स्तनपान कराने के बारे में परामर्श देकर सकारात्मक पारिवारिक माहौल को प्रोत्साहित और सृजित कर सकती है।
- ❖ स्तनपान कराने, केवल स्तनपान कराने के महत्व तथा मां के दूध पर सामाजिक – मनोवैज्ञानिक कारकों के प्रभाव पर परामर्श प्रदान करें।
- ❖ जरूरत पड़ने पर धात्री माताओं को व्यावहारिक मदद प्रदान करें।
- ❖ पिता को उसके जीवन साथी तथा उसके बच्चे के प्रति नई जिम्मेदारियों का एहसास दिलाएं।