अध्याय १५

बच्चा जन्मेपछिको पहिलो हप्ता

सुत्केरी भएको केही दिन र हप्ताहरूमा, आमाको शरीर तङ्ग्रिन थाल्दा उनको पाठेघर सानो हुँदै गएको र रक्तस्राव रोकिएको हुनुपर्छ। उनको दूध आएको हुनुपर्छ। बच्चाले सामान्य अवस्थामा दूध चुस्न सक्छ र उसको तौल बढ्न थाल्छ।

सुत्केरी आमा र बच्चा दुवैलाई मातृशिशु स्वास्थ्य सहयोगी सेवा यति बेलासम्म दिनु पर्छ। उनीहरूले सुत्केरी भएको भोलिपल्ट कम्तीमा दुई पटक र त्यसपछि हप्ता दिनसम्म कम्तीमा एकपटक सुत्केरीकहाँ जाने गर्नुपर्छ। यदि अझ धेरै पटक सुत्केरीलाई सेवा दिइयो भने धेरै समस्या रोक्न सहयोग पुग्छ।

आमाका लागि के गर्ने ?

आमालाई पनि बच्चालाई जस्तै स्याहार चाहिन्छ।

आमालाई आफ्नो स्याहार गर्न सहयोग गर्न सिकाउने

सुत्केरी भएपछि, आमाको शरीर शिथिल हुन्छ र पाठेघर खुल्ला हुन्छ। यसो हुँदा उनलाई सङ्क्रमण सजिलै हुन सक्छ । त्यसकारण उनले तङ्ग्रिन र सङ्क्रमण हुन नदिन निम्न कामहरू गर्नुपर्छ।

- प्रशस्त आराम गर्ने
- विभिन्न प्रकारका पोसिला खाना खाने
- प्रशस्त झोलिलो पदार्थ पिउने
- सफा रहने, हात, जननेन्द्रिय र स्तनहरू सफा राख्ने

यी कामहरू गर्नका लागि परिवारले राम्ररी सहयोग र प्रबन्ध गरिदिनुपर्छ

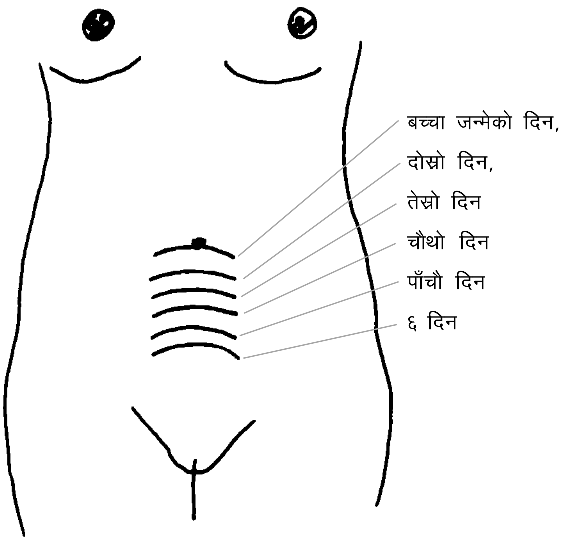
केही परम्पराअनुसार, सुत्केरीलाई दुईहप्ता वा सोभन्दा बढी बच्चासँगै आराम गराउने चलन छ। यो असल रीतिरिवाज हो यसले आमालाई तङ्ग्रिन सहयोग गर्छ तथा आमा र शिशुबीच घनिष्ठता बढाउन सहयोग गर्छ अनि आमालाई बाहिरफेरबाट हुने सूक्ष्म जीवहरूबाट बचाउँछ। सकेसम्म आमालाई ६ हप्तासम्म शारीरिक परिश्रम पर्ने काम गराउनु हुँदैन। दम्पतीलाई सुत्केरीको रक्तस्राव रोकिन छाडेपछि मात्र यौन सम्पर्क राख्न सकिने कुरा मातृशिशु सहयोगीले सम्झाउनु पर्छ। यसका साथै दम्पतीलाई परिवार नियोजन बारे जानकारी समेत दिनुपर्छ।

आमाको पाठेघर तथा रक्तस्रावको अवस्थामा ध्यान राखिरहनुपर्छ

साधारण चिन्हहरू : सुत्केरी भएपछि, आमाको महिनावारीमा हुने रक्तस्रावको मात्रा जति वा सोभन्दा कम रक्तस्राव हुने गर्छ। यस्तो रक्तस्राव दुई-तीन हप्तासम्ममा रोकिनुपर्छ। उनको पाठेघर कडा र दिनप्रतिदिन सानो हुँदै जानुपर्छ।

खतराका चिह्हरू :
- पाठेघर नरम (गिलो) वा ठूलो भएको जस्तो लाग्नु
- रक्तस्राव धेरै हुनु

पाठेघरको टुप्पो कहाँ हुनुपर्छ भनेर हेर्न तलको चित्र-तालिका प्रयोग गर्नुहोस्

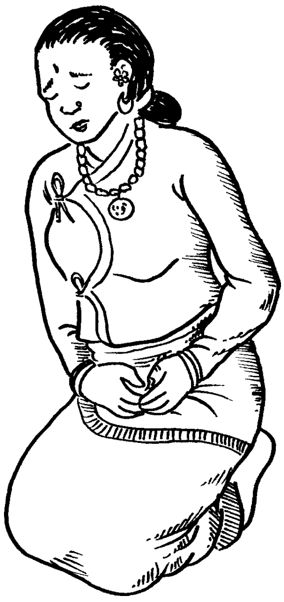


आमाको पाठेघर
पाठेघर गिलो/नरम भयो भने, यो कडा नहुञ्जेल मालिस गर्नुपर्छ। मातृशिशु सहयोगीले मालिस गर्ने तरिका परिवारजनलाई देखाउनु पर्छ। यसो भएमा तपाईं नभएका बखत उनीहरूले पनि आफैं गर्न सक्छन्। आमालाई पटक–पटक स्तनपान गराउन प्रेरित गर्नुहोस्। अति नै ज्यादा रक्तस्राव हुन्छ कि भनी ध्यान दिनुहोस्। साथै, पाठेघर सामान्य आकारमा फर्किरहेको छ छैन भनी यकिन गर्न पाठेघर छाम्नुहोस्। सुत्केरी भएको क्षणमा, पाठेघर कोखास्थलका हाड र भण्डै मध्यभागमा हुन्छ। त्यसपछि हरेक दिन खुम्चिँदै जानुपर्छ।

आमाको रक्तस्राव
यदि आमाको योनिमा राखेको कपडा/प्याड एकघण्टाभित्र भिज्छ भने, ज्यादै नै रक्तस्राव भइरहेको छ। पाठेघरलाई खुम्चिन सजिलो पार्न मालिस गर्ने गर्नुपर्छ। त्यसकारण आमालाई आरामको आवश्यकता छ भनेर परिवारलाई पटक पटक सम्झाउनुपर्छ प्रायः सुत्केरीपछि परिश्रम पर्ने काम गर्दा रक्तस्राव हुन्छ।

यदि यी उपायहरूले काम गरेनन् भने र रक्तस्राव लगातार भइरहेमा, तुरुन्तै अस्पताल लगेर चिकित्सकको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनु पर्छ।

आमाको पाठेघरमा सङ्क्रमणका चिह्न छन् कि ध्यान पुऱ्याउने



स्वस्थ महिलाको सामान्य तापक्रम करीब ९८.६ फरेनहाइट हुन्छ।

खतराका चिह्न

- ज्वरो ९९ फरेनहाइट वा सोभन्दा बढी हुनु
- काम छुट्नु
- नाडी छिटो–छिटो चल्नु
- अत्यधिक रक्तस्राव हुनु
- जननेन्द्रिय वा रक्तस्रावबाट दुर्गन्ध आउनु
- पेट दुख्नु

कुनै सुत्केरी महिलामा माथिका चिह्नहरू देखिएका छन् भने उनलाई पाठेघरको सङ्क्रमण भएको हुनसक्छ। पाठेघरका सङ्क्रमण धेरै खतरनाक हुन्छन्। सम्भव छ भने, पाठेघर सङ्क्रमण भएजस्तो लागेका महिलाले तुरुन्तै स्वास्थ्य केन्द्र गइहाल्नुपर्छ। उनको सङ्क्रमण कुन एन्टिवायोटिक्स औषधिले निको पार्न सक्छ भन्ने कुराको जाँच गराउनुपर्ने हुन्छ। यदि अस्पताल लान सकिँदैन भने महिलाको उपचार घरमा नै गर्नुपर्छ। पाठेघरको सङ्क्रमणले ज्यानको खतरा पनि हुनसक्छ।

घरमा एन्टिबायोटिक्स दिएर उपचार गर्ने तरिका

प्रयोगशालामा नजाँची पाठेघर सङ्क्रमण कुन सूक्ष्मजीवका कारण भएको हो भन्ने निश्चित गर्न सकिँदैन, त्यसैले धेरै सूक्ष्मजीवहरू मार्नका लागि ३ प्रकारका एन्टिबायोटिक्स एकै समयमा दिनुपर्ने हुन्छ। यदि सबै थरीका औषधीहरू छैनन् भने पनि कुनै पनि नदिनु भन्दा १-२ थरिका भएपनि दिनुपर्छ।

एन्टिबायोटिक्स सङ्क्रमणको चिह्न नहराउञ्जेल सम्मका लागि दिनुपर्छ । सामान्यतया ५ दिनका लागि दिनुपर्छ।

पाठेघर सङ्क्रमणको उपचार गर्न

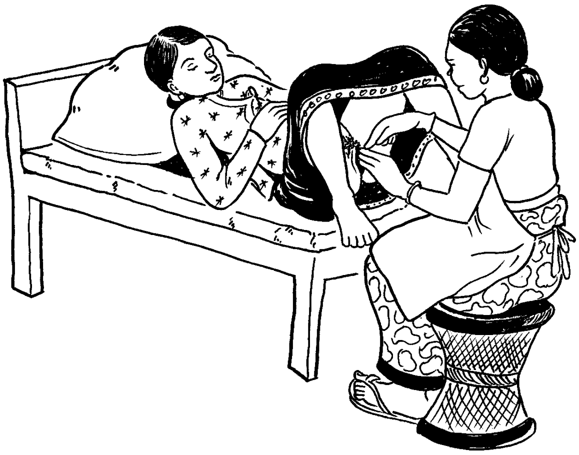
जेन्टामाइसिन सुई (८० मिग्रा) का दरले	- मांशपेशीमा एक दिनमा ३ पटक गरी जम्मा ५ दिनसम्म
र	
एम्पिसिलिन क्याप्सुल, ५०० मि.ग्रा. को हुन्छ।	- दिनमा ४ पटक ५ दिनसम्म खान दिने । २५० मि.ग्रा.को पाइएमा सङ्ख्या दोब्बर गरी मात्रा मिलाउनु पर्छ।
मेट्रोनिडाजोल ४०० ग्राम देखि ५०० ग्रामका दरले	- दिनको ३ पटक ५ दिनसम्म खान दिने।

-यी तीनै थरीका ओखती सँगसँगै दिनुपर्छ।

योनिमार्ग सङ्क्रमणका चिन्ह छन् कि ध्यान दिने

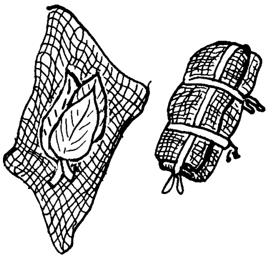
स्वस्थ चिन्हहरू
योनि च्यातिएको स्थान निको भइरहेको हुन्छ । छाला सुन्निएको वा तातो हुँदैन ।

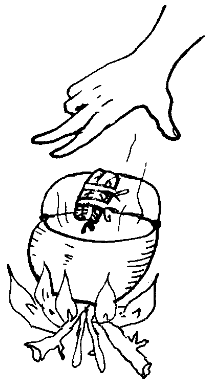
खतराका चिह्नहरू
- योनि दुख्नु
- योनिबाट पीप वा दुर्गन्ध निस्कनु
- योनि सुनिनु, रातो बन्नु वा कडा गाँठो बन्नु



मातृशिशु सहयोगीले सुत्केरीको योनि जाँच्नुपर्दा हात राम्ररी धुनुहोस्, पन्जा लगाउनुहोस् र महिलाको योनिभित्र हेर्नुहोस् । यदि कुनै खतराका चिन्हहरू देख्नुभयो भने टिपोट गर्नुहोस्, सम्भवतः उनलाई सङ्क्रमण भएको हुनसक्छ । यदि तपाईंले पीप देख्नुभयो भने, त्यो पीप योनिभन्दा भित्रबाट त आइरहेको छैन यकिन गर्नुहोस् । यदि भित्रैबाट आइरहेको छ भने, सम्भवतः उनलाई पाठेघर सङ्क्रमण भएको पनि हुन सक्छ ।

यदि पीप महिलाको जननेन्द्रियको च्यातिएको स्थान वा कडा गिर्खा/गाँठाबाट आइरहेको छ भने अस्पतालको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ वा आफैले पीप निखार्न तल उल्लेखित उपायहरू अपनाउनुपर्छ ।





यदि च्यातिएको स्थान खुला छ भने
- उमालेको पानीमा डुबाएको निर्मलीकृत कपडा सङ्क्रमित (पीप आएको) ठाउँमाथि राख्नुहोस् ।
- यदि गाउँघरमा पीप सोस्न सक्ने कुनै जडिबुटी (जस्तो तितेपाती, निम) प्रचलनमा छन् भने त्यसलाई कपडा वा गजको टुक्रामा नखस्ने गरी बेर्नुहोस् ।
- बेरेको जडिबुटीलाई उमाल्नुहोस्, सेलाएपछि त्यसलाई संक्रमण भएको ठाउँमा राख्नोस् ।

यदि छालामा कडा गिर्खा/गाँठो छ भने
यदि छालामा कडा गाँठो/गिर्खाजस्तो छ भने, त्यो सम्भवतः पीप वा रगत छालाभित्र जमेको हुन्छ । गाँठोलाई हरेक दिन नियाल्नुहोस् । यदि यो ठूलो भएर पीप जम्मा भयो भने अस्पतालको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ ।

अन्य खतराका चिन्हहरू छन् कि ध्यान दिने

आमाका गोडा राता, कडा, दुखेको वा सुन्निएका छन् भने

खतराका चिन्हहरू

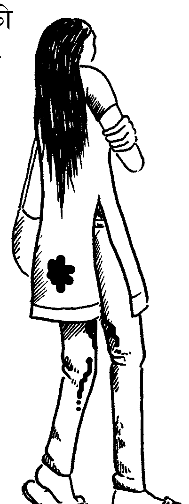
- सुत्केरीपछि कसैलाई गोडामा रगत जमेर दुख्छ ।
- कुनै एक गोडा वा पैतालामा सुन्निनु वा तातो हुनु
- हिँड्डुल गर्दा वा खुम्च्याउँदा दुख्नु
- गोडा रातो हुनु
- गोडामा कडा मुस्लो/गाँठो हुनु ।

रगत जम्नु धेरै खतरनाक हो । यदि जमेको ढिक्का फुटेर निस्किने रगत शरीरको अरू ठाउँमा पऱ्यो भने, यसले शरीरको थप समस्या उब्जाउन सक्छ ।

यदि महिलामा रगत जमेको चिह्न छ भने, तुरुन्तै स्वास्थ्य केन्द्रको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ । बाटोमा, महिलालाई उनको नितम्बभन्दा उनका गोडा पट्टिको भाग उचो पारेर राखिएको हुनुपर्छ । सुन्निएको ठाउँमा न्यानो कपडा राख्नुपर्छ तर दबाब पार्नु वा मालिस गर्नुहुँदैन ।

दिसा पिसाब चुहिएमा

पिसाब वा दिसा आफै निस्कन्छ भने, उनको योनिभित्रको छालामा प्वाल परेको छ -जसलाई फिस्टुला (Fistula) भनिन्छ । यो प्वाल बेथा लागेको बेला बच्चाको टाउकोले पिसाब थैली र योनिको छालामा वा कहिलेकहीँ गुदद्वार र योनिबीचको छालामा दबाब परेको कारणले बन्न सक्छ । बच्चाको टाउकोको दबाब यति बेस्सरी पर्छ कि दबाब परेको छाला मर्छ र त्यस ठाउँमा सुत्केरी भएको ३ देखि १२ दिनभित्र प्वाल पर्न सक्छ ।



फिस्टुला शल्यक्रिया गरेर उपचार गर्नुपर्छ ।

यस्तो शल्यक्रिया अस्पतालमा र सुत्केरी भएको करीब ३ महिनापछि गरिन्छ । यस्तो अवस्थामा महिलालाई अस्पतालको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनु पर्छ ।

फिस्टुलाको रोकथाम गर्न सकिन्छ

कुनै महिलालाई लामो समयसम्म बेथा लागेको अवस्थामा फिस्टुला हुन सक्छ । त्यसैले महिलालाई लामो समय बेथा लाग्नेजस्तो अनुभव भयो भने अस्पतालको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ ।

भावनात्मक प्रोत्साहन दिने

आमालाई भावनात्मक ढाडस दिनु ज्यादै महत्वपूर्ण हुन्छ।

आमाले ज्यादै निराशा वा उदासी भावना लिइन् भने के गर्ने

केही महिलाको बच्चा जन्माएपछि मन उदास हुन्छ। यस्तो हुनु सामान्य अवस्था हो। केही महिला केही दिन, हप्ता वा महिनासम्म उदास वा दुखित हुन्छन्। यस्तो भएको बखत महिलाको भावना बुझेर यस्तो पनि हुनसक्छ भनी राम्ररी सम्झाउनु पर्छ।

यदि साह्रै उदासीका भावना छन् भने यो अवस्था मानसिक विरक्ति हो। यस्तो अवस्थामा महिलालाई आफ्नो वा उनको बच्चाको स्याहार गर्न कठिनाइ हुनसक्छ। मानसिक विरक्ति भएको महिलालाई सहयोगको आवश्यक पर्छ उनलाई घर परिवारले स्याहार गर्न, सहयोग दिनु आवश्यक छ। उनलाई उदासी भावना रोक्नका लागि समेत सहयोगको आवश्यकता छ। यदि सम्भव छ भने, महिलालाई सहयोग गर्न र उनले आफैलाई र बच्चालाई क्षति गर्न नसक्ने यकिन गर्न भनी एकजना सहयोगी हमेसासँगै बस्नु आवश्यक छ।

आमालाई सान्त्वना दिन र मन दरो पार्न आधुनिक उपचार जस्तै गाउँघरमा परम्परागत आचारविचार र उपचार विधिहरू उपयोगी बन्नसक्छन्। आधुनिक औषधीहरू कडा अवस्थामा मात्र प्रयोग गरिनुपर्छ।

पहिलो बच्चा जन्माउँदा पनि आमामा यस्तै उदासीको भावना आएको थियो भने यस पटक बच्चा जन्माउँदा यस्तै हुने सम्भावना बढी हुन्छ।

बच्चाको लागि गर्नु पर्ने कामहरू

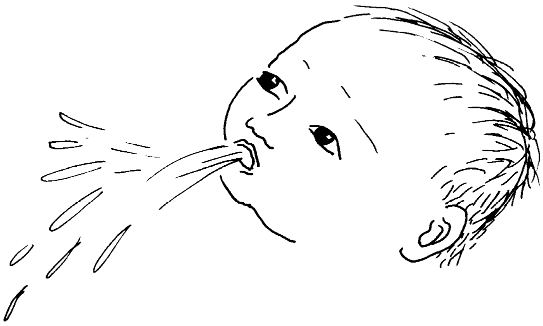
बच्चालाई स्तनपान गर्न प्रोत्साहित गर्नुपर्छ र कसरी ऊ बढिरहेको छ भन्ने पनि हेर्नुपर्छ।

- बच्चा जन्मेको एक घण्टापछि बच्चालाई स्तनपान गराउनुपर्छ। स्तनपान पर्याप्त गराइएका वा स्वस्थ बच्चाले राम्ररी पिसाब र दिसा गर्छ, उसमा जल वियोजनका चिह्नहरू देखिदैनन् र उसको तौल बढ्छ।

बच्चाले जन्मेको २४ घण्टाभित्र दिसा वा पिसाब गरेन भने

बच्चाले जन्मेको एकदिन भित्र पिसाब र दिसा गर्न थाल्नुपर्छ। यदि बच्चाले गरेन भने, उसको मूत्रनली या आन्द्रामा अवरोध भएको हुनसक्छ। तुरुन्तै अस्पतालको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ।

बच्चाले "फोहरा" दिएर बान्ता गऱ्यो भने

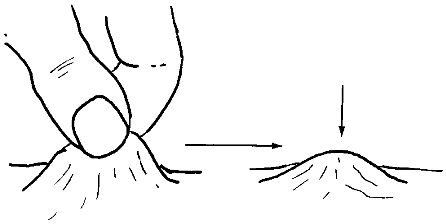


अलिअलि बान्ता सबै बच्चाले गर्छन् । खाइसकेपछि मुखबाट पितिक पितिक निकाल्छिन् । तर हरेक पटक खाइसकेपछि बच्चाको मुखबाट जोडसँग "फोहोरा" छुटे जसरी बान्ता आउँछ भने, उसलाई सङ्क्रमण भएको हुन सक्छ । यस्तो अवस्थामा तुरुन्त उपचार गर्नुपर्छ ।

बच्चामा जलवियोजनका चिह्नहरू देखिएमा

यदि बच्चाले पर्याप्त स्तनपान नगरेमा, यदि पखाला वा बान्ता गरेमा वा ज्वरो आएमा, उसलाई जलवियोजन हुन सक्छ । शरीरमा पर्याप्त पानी नभए जलवियोजन हुने गर्दछ । यो खतरनाक हुन्छ र यसले बच्चाको ज्यान लिनसक्छ ।

जलवियोजनका चिह्नहरू



- बच्चाको टाउकोको नरम भाग धसिनु
- आखा धसिनु
- मुख सुक्नु र ओठ फुट्नु
- दिनमा ४ पटकभन्दा कम पिसाब गर्नु
- पिसाब गाढा हुनु
- नाडी र श्वासप्रश्वास चाँडो चल्नु
- छालामा चाउरी पर्नु ।

छालाको लचकताको जाँच गर्न, पहिला आफ्नो पाखुराको छाला तान्नुहोस् र छोड्नुहोस् । तानिएको छाला कति चाँडो पहिलाकै अवस्थामा बस्छ नियाल्नुहोस् । अब बच्चाको पेटको छाला तान्नुहोस् र छाड्नुहोस् । यदि तपाईंको छालाभन्दा धेरै बिस्तारै मात्र बच्चाको छाला खुम्चियो भने, बच्चालाई जलवियोजन भएको छ ।

जलवियोजन भएको बच्चालाई सहयोग गर्ने तरिका

बच्चालाई हरेक १-२ घण्टामा स्तनपान गराउनका लागि आमालाई प्रोत्साहन दिनुपर्छ । बच्चालाई जीवनजल जस्तो पुनर्जलीय झोल पिउन पनि दिनुपर्छ । यो पेय बच्चालाई राम्रो नहुञ्जेल हरेक मिनेट केही थोपाका दरले दिनुपर्छ ।

सङ्क्रमण भएका कारणले पनि जलवियोजन हुन्छ । यदि बच्चा ४ घण्टासम्म पनि राम्रो अवस्थामा आएन भने अस्पतालको सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ ।

धुलो दूध दिने गर्दा पनि जलवियोजनको कारण बन्छ

बच्चालाई पखाला चल्नु र जलवियोजन हुनुको सामान्य कारण उसलाई धुलो दूध दिनु पनि हो। यस्तो दूधमा पानीको मात्रा प्राकृतिक तरिकाले मिलेको हुँदैन। त्यसैले बच्चालाई जल वियोजन हुनसक्छ। सम्भव भएसम्म, आमाले स्तनपान गराउनपर्छ। सम्भव छैन भने, परिवारले सफा पानी प्रयोग र उपयुक्त मात्रामा धुलो दूध मिसाउनु ज्यादै आवश्यक छ।

बच्चाको तौल बढेन वा सामान्य रूपमा विकास भएन भने

जन्मेको केही दिनसम्म बच्चाको तौल घट्यो नै भने पनि सामान्य अवस्था हो, तर दुई हप्ता पुगेपछि भने जन्मदाको तौलभन्दा बढी हुनैपर्छ र लगातार तौल बढ्दै जानुपर्छ।

कुनै बच्चाको तौल नबढ्नु वा विकास नहुनु पर्याप्त दूध नपाएका कारणले हुन सक्छ। उसलाई कुनै सङ्क्रमण, पखाला वा अन्य स्वास्थ्य समस्या पनि हुनसक्छ।

बच्चालाई कति पटक दूध चुसाइएको छ नियाल्नुहोस्। आमाले बच्चालाई उसले चाहेका बेला र जतिबेलासम्म चुसिरहन्छ दूध खुवाउनुपर्छ -कम्तीमा हरेक दुई-तीन घण्टामा कम्तीमा २० मिनेटसम्म उनको स्तनमा दूध ननिखिन्जेलसम्म चुसाउनुपर्छ। यदि बच्चाले स्तनपान नै गर्न चाहेन भने ऊ बिरामी भएको हुनसक्छ। बच्चालाई तुरुन्तै स्वास्थ्य केन्द्र लैजानुहोस्।

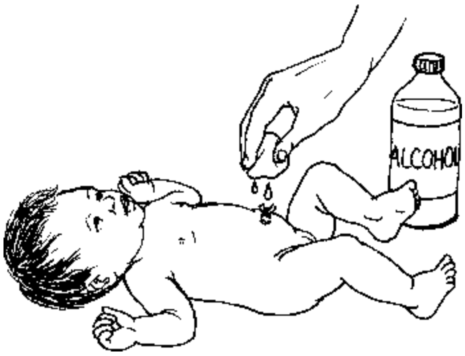
आमाको स्वास्थ्यप्रति ध्यान दिनुहोस्। यदि आमा बिरामी छिन् वा पर्याप्त भोजन वा झोलिलो पदार्थ खान पिउन पाइरहेकी छैनन् भने उनको शरीरले पर्याप्त दूध बनाउन सक्दैन। परिवारलाई आमाको स्याहार गर्न र उनलाई थप भोजन दिन सल्लाह र प्रोत्साहन दिनुहोस्।

स्तनपानका बारे थप जान्न अध्याय १६ मा हेर्नुहोस्। यदि बच्चाको शारीरिक विकास राम्ररी भएको छैन भने, अस्पतालको सेवा लिनुपर्ने सल्लाह दिनुहोस्।

नालको स्याहार

बच्चाको नाल टुटेमा सङ्क्रमण हुनबाट जोगाउन, यसलाई सफा र सुक्खा राखिनुपर्छ। यसको स्याहार कसरी गर्ने तरिका परिवारलाई गरेर देखाउनु होस् :

- नाल छुनुभन्दा अघि तपाईंको हातहरू सधैं धुनुहोस्
- यदि नाल फोहोर भयो वा यसमा रगतका सुकेका पाप्रा बसेका छन् भने स्प्रिट वा कडा रक्सी वा जेन्सन भ्वाइलेटले सफा गर्नुहोस् । साबुन पानीले पनि सफा गर्न सकिन्छ । त्यसपछि यसलाई सुक्खा राख्नुपर्छ ।



- नालमा केही पनि लगाइदिनु हुँदैन । खासगरी धुलो वा गोबर अत्यन्त हानीकारक हुन्छन्, यिनबाट धनुष्टङ्कार रोग पनि हुनसक्छ ।
- झिँगा ज्यादै भन्किरहेको स्थानमा, नालको ठुटोमा झिँगा बस्न नदिन सफा र सुक्खा कपडाले ढाकिदिने गर्नुहोस् । तर प्रायजसो झिँगा नभन्कने स्थानमा भने नाललाई खुला नै राखिनुपर्छ ।
- नालको ठुटो प्रायशः ५-७ दिनमा आफै झर्छ । यो झरेका बखतमा पनि यसमा केही थोपा रगत र म्यूकस हुनसक्छ, तर यो सामान्य अवस्था हो । यदि यसमा धेरै रगत वा पीप छ भने यसको उपचार गर्नुपर्छ ।

सङ्क्रमणका चिन्हहरू छन् कि हेर्नुहोस्

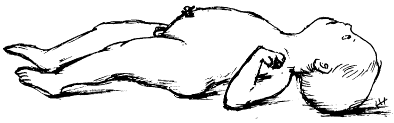
खतरनाक चिन्हहरू

- बच्चा कमजोर र थकित देखिन्छ वा स्तनपान गर्न छाड्छ
- बच्चालाई पखाला लाग्छ
- बच्चालाई १००.४ फरेनहाइट भन्दा बढी ज्वरो हुन्छ
- बच्चाको मुटुको धड्कन मसिनो/झिनो र छिटो छिटो हुन्छ

नाल सङ्क्रमण

बच्चामा ज्यादै हुने सङ्क्रमण नालको ठुटोभित्र सूक्ष्मजीव परेका कारणले हुन्छ । जब नाल सङ्क्रमित हुन्छ, नाल वरिपरिका क्षेत्रमा रातो हुन्छ, पीप बग्छ, तातो जस्तो हुन्छ वा गन्हाउँछ ।

धनुष्टङ्कार



निर्मलीकृत नगरिएका औजारले नाल काटे भने, वा नालको ठुटोमा धुलो वा गोबर राखिएको भए बच्चालाई धनुष्टङ्कार हुनसक्छ। धेरैजसो धनुष्टङ्कार भएका बच्चाहरूको मृत्यु हुने धेरै सम्भावना हुन्छ।

धनुष्टङ्कार रोकथाम गर्न, गर्भवती महिलाले खोप लिनु ज्यादै आवश्यक छ।

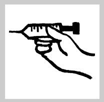
धनुष्टङ्कार भएको बच्चाको टाउको पिठ्यूँतिर फर्कन्छ, जरो हुन्छ र उसको शरीर कडा र अररो (रेफ्लेक्स) हुन्छ। धनुष्टङ्कारको चिन्ह थाहा पाउन बच्चाको रेफ्‌लेक्सको जाँच गर्नुहोस्।

बच्चाको गोडालाई अलिकति माथि उचाल्नुहोस र आफ्नो औंलाले उसको घुडाको ठीक मुनि प्याट्ट गर्नुहोस्।

यदि खुट्टा अलिकति मात्र झल्काउछ भने त्यो सामान्य हो।

यदि ज्यादै भई झड्कार्‍यो भने बच्चालाई धनुष्टङ्कार भएको हुन सक्छ।

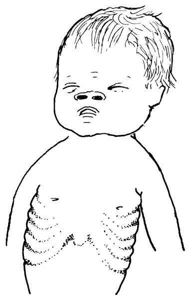
यदि धनुष्टङ्कारका चिन्हहरू देख्नु भयो भने तुरुन्तै अस्पताल सेवा लिने प्रबन्ध दिलाउनु होस्



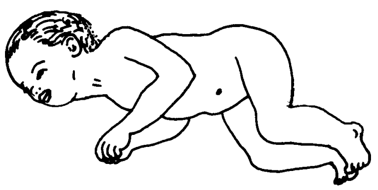
यदि अस्पताल पुर्‍याउन २ घण्टाभन्दा बढी लाग्छ भने	
बेन्जायल पेन्सिलिन एक लाख युनिटको सुई	- एकपटक बच्चाको तिघ्राको मांशपेशीमा (बाहिर मासुमा) दिनुहोस्।

न्यूमोनिया (फोक्सोको सङ्क्रमण)

सङ्क्रमण बच्चाको फोक्सोमा पनि हुने गर्दछ। यदि आमाको पानी थैली बच्चा जन्मनु अघि २४ घण्टा अघि फाटेको थियो वा उनलाई बेथा लाग्दा ज्वरो थियो भने बच्चालाई न्यूमोनिया हुने सम्भावना बढ्छ।



बच्चामा हुने न्यूमोनियाका चिन्हहरू : चाँड्चाँडो सास फेर्ने (प्रतिमिनेटमा ६० भन्दा बढी) हुनु, सास फेर्दा घ्वार्र घ्वार्रको आवाज आउनु, स्वास फेर्दा करङ्गहरू बीचको छाला प्वाल जस्तो गरी धसिनु आदि। यस्तो अवस्थामा सकेसम्म चाँडो अस्पताल सेवा लिने प्रबन्ध मिलाउनु होस्। खासगरी बच्चा सानो वा भर्खरै जन्मेको छ भने अस्पताल लैजाने बेला एन्टिबायोटिक्स दिनुहोस्।



मेनिन्जाइटिस् (मस्तिष्क सङ्क्रमण)

यदाकदा, बच्चाको मस्तिष्कमा सङ्क्रमण पनि हुने गर्दछ। यस्तो सङ्क्रमण भएको बच्चाको टाउको पछाडि झुकेको र घाँटी अरट्ठो भएको हुन्छ। उसले बान्ता गर्छ। उसको टाउको तालुको नरम भागमा उठेको जस्तो हुन्छ र ऊ बेहोस पनि हुनसक्छ। मस्तिष्क सङ्क्रमण भएको बच्चाको छिटै उपचार नभए मृत्यु पनि हुन्छ। बच्चालाई तरुन्तै अस्पताल पुर्‍याउनु होस्।

यदि तपाईंसँग एन्टिबायोटिक्स छ भने, अस्पताल लाँदालाँदैको अवस्थामा दिनुहोस्।

नवजात शिशुमा सङ्क्रमणका लागि एन्टिबायोटिक्स दिनुपरेमा

जस्तै न्युमोनिया, मेनिन्जाइटिस र अन्य सङ्क्रमणहरूमा

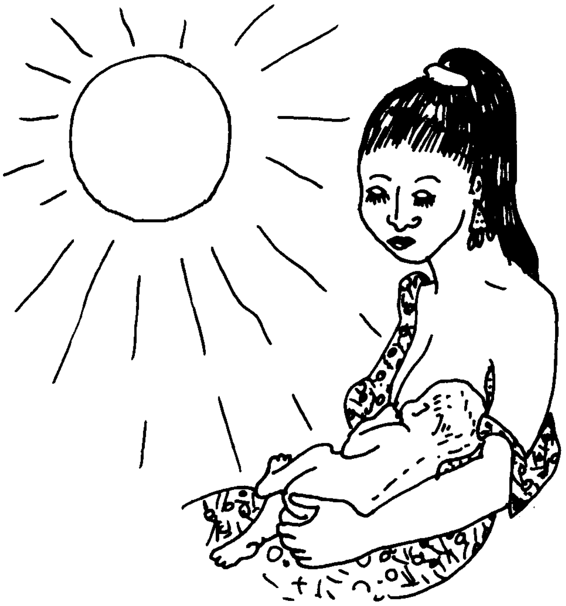
एम्पिसिलिन ३०० मिग्राको सुई	- बच्चाको तिघ्राको मांशपेशी बाहिरको मासुमा दुई पटक एक दिनमा, ७ दिनसम्म
	र
जेन्टामाइसिन सुई दुईकिलो भन्दा कम तौलका -८ मिग्रा तीन किलो तौलका -१२ मिग्रा ४ किलो तौलका -१६ मिग्रा	- बच्चाको तिघ्राको मांशपेशी बाहिरको मासुमा दिनमा एकपटक ७ दिनसम्म ।

बच्चाको छाला र आँखाहरूको रङलाई नियाल्नुहोस्

जन्मेको केही दिनपछि धेरै बच्चाहरूको छाला वा आँखा पहेंलिएका हुन्छन् । यसैलाई जन्डिस हुनु भनिन्छ । यस्तो पहेंलो हुनु शरीरले बनाउने पहेंलो वस्तु विलिरुवीनको कारणले हुन्छ । सामान्यतया नवशिशुको शरीरले विलिरुविन केही दिनपछि बिस्तारै फ्याँक्दै गर्न थाल्छ र पहेंलो रङ्ग हराउँदै जान्छ ।

यदाकदा बच्चालाई कडा जन्डिस भएको हुनसक्छ, र यो खतरनाक हुन्छ । कडा जन्डिसका चिन्हहरू यस प्रकारका हुन्छन् ।

- बच्चाको जन्म भएको दिनदेखि नै पहेंलो हुन्छ
- पहेलो रङ्ग हट्न दुई हप्ताभन्दा बढी लाग्छ
- पहेंलो रङ्ग बच्चाको हात र गोडामा पनि फैलिन्छ
- बच्चा सुताहा जस्तो हुन्छ र स्तनपान गराउँदा पनि बिउँझिदैन
- बच्चा जाडोले कामिरहन्छ ।



यदि बच्चामा माथि भएमा कुनै पनि चिन्हहरू देखिए भने तुरुन्तै अस्पताल सेवा लिन प्रबन्ध मिलाउनुहोस् ।

अर्को तरिका, बच्चालाई चाँड्चाँडो स्तनपान गराउन सहयोग गर्नुहोस् र घाममा केही बेर राख्नुहोस् । घामले विलिरुविनलाई सा-साना टुक्रा पार्छ । बच्चालाई ज्यादै तातो भए लुगा फुकालिदिनुहोस् र आँखा भने छोपिदिनुहोस् र दिनको दुई पटक ५/५ मिनेट राख्नुहोस् । धेरैबेर लामो समय राख्नु भयो भने बच्चाको छाला पोल्छ ।