



સફળતાપૂર્વક સ્તનપાનના

દસ પગલાં

1



હોસ્પિટલની નીતિઓ

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- નવજાત માટે ડબ્લ્યુન્ડુ, બોટલ અથવા ટીટસને પ્રોત્સાહન ન આપવું
- સ્તનપાન દ્વારા સારસંભાળને પ્રમાણભૂત પદ્ધતિ ગણવી
- સ્તનપાન માટે મળતી મદદ પર નજર રાખવી

3



પૂર્વ પ્રસૂતિ સારસંભાળ

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- શિશુઓ અને માતાઓ માટે સ્તનપાન કેટલું મધ્યત્વનું છે તેની ચર્ચા કરે
- બાળકને સ્તનપાન કઇ રીતે કરાવવું તે વિશે માતાને તૈયાર કરવી

6



પૂરક વ્યવસ્થા

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- કોઈ તબીબી કારણો સિવાય શિશુને માત્ર માતાનું દૂધ આપવું.
- પૂરક વ્યવસ્થાની જરૂર પડે ત્યારે દાતાના માનવ દૂધને પ્રાયોરિતી આપવી
- જે માતા પેકેટનું દૂધ આપવા માંગતી હોય તેમને બાળક માટે સુરક્ષિત રોટે ખોરાક તૈયાર કરવામાં મદદ કરવી

8



પ્રેમાળ સંવાદ સાથે સ્તનપાન

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે..

- પોતાનું બાળક કયારે ભૂખ્યું છે તે જાણવામાં માતાને મદદ કરવી
- સ્તનપાનનો સમય મર્યાદિત ન કરવો
- સ્તનપાન કેટલી વાર કરાવવું તેની માત્રા મર્યાદિત કરવી.

9



બોટલ અને વિવિધ પ્રકારના ચૂસિયા



2



કર્મચારીઓની ક્ષમતા

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- માતાઓને સ્તનપાન કરાવવામાં સહાયતા કરવા કર્મચારીઓને તાલીમ આપવી
- આરોગ્ય કર્મચારીઓના જ્ઞાન અને કૌશિયતની ચકાસણી કરવી



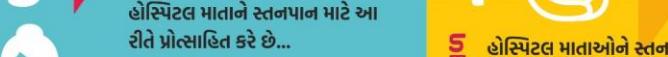
4



મસ્તિ પણીની સારસંભાળ

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- જન્મ પછી તરત બાળક અને માતા વચ્ચે ચામડીથી ચામડી સાથે સંપર્કને પ્રોત્સાહન આપે
- જન્મ પછી તુરેત જ પોતાના બાળકને સ્તનપર વળગાડવામાં મદદદાર થણે.



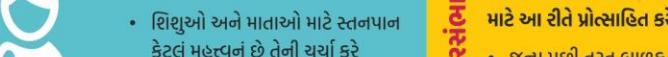
5



માતાઓને સ્તનપાન કરાવવામાં મદદ કરે

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- શિશુઓ અને માતાઓ માટે સ્તનપાન કેટલું મધ્યત્વનું છે તેની ચર્ચા કરે
- બાળકને સ્તનપાન કઇ રીતે કરાવવું તે વિશે માતાને તૈયાર કરવી



6

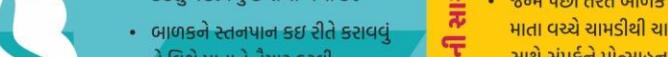


7

બાળક અને માતા એકબીજાની વધુનજીબ

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- માતા અને બાળકને દિવસ-રાત એકબીજાની સાથે રાખવા
- બીમાર બાળકની માતાઓ તેમના શિશુની નજીક રહી શકે તે સુનિશ્ચિત કરવું



7



10

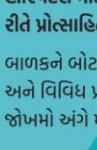
હોસ્પિટલમાંથી રખી આપવી

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- સ્તનપાનના મદદ માતાને સામૃદ્ધાયિક સંસ્થાઓની ભલામણ કરવી
- સ્તનપાન માટે વિવિધ મદદદાર સુવિધાઓ સુધારવા સામૃદ્ધાયો સાથે કામ કરવું.



8





સફળતાપૂર્વક સ્તનપાનના દસ પગલાં

2. કર્મયારીઓની ક્ષમતા

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- માતાઓને સ્તનપાન કરાવવામાં સહાયતા કરવા કર્મયારીઓને તાતીમ આપવી
- આરોગ્ય કર્મયારીઓના જ્ઞાન અને કોર્સાનાની ચકાસણી કરવી



3. પૂર્વ પ્રશ્નુતિ સારસંબાળ

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- શિશુઓ અને માતાઓ માટે સ્તનપાન કેટલું મહત્વાનું છે તેની ચર્ચા કરે
- બાળકને સ્તનપાન કઈ રીતે કરાવવું તે વિશે માતાને તૈયાર કરવી



5. માતાઓને સ્તનપાન કરાવવામાં મદદ કરે

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- શિશુઓ અને માતાઓ માટે સ્તનપાન કેટલું મહત્વાનું છે તેની ચર્ચા કરે
- બાળકને સ્તનપાન કઈ રીતે કરાવવું તે વિશે માતાને તૈયાર કરવી



6. પૂર્ક વ્યવસ્થા

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- કોઇ તંબેની કારણો સિવાય શિશુને માત્ર માતાનું દૂધ આપવું
- પૂર્ક વ્યવસ્થાની જરૂર પડે ત્યારે દાલાના માનવ દૂધને પ્રાપ્તિકરિતા આપવી
- જે માતા ખેડેટનું દૂધ આપવા માંગતી હોય તેમને બાળક માટે સુખીકારી રીતે ખોરાક તૈયાર કરવામાં મદદ કરવી



8. પ્રેમાણ સંવાદ સાથે સ્તનપાન

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે..

- પોતાનું બાળક ક્યારે લૂભ્યું છે તે જાણવામાં માતાને મદ્દ કરવી
- સ્તનપાનનો સમય મર્યાદિત ન કરવો
- સ્તનપાન કેટલી વાર કરાવવું તેની માત્રા મર્યાદિત કરવી.



9. બોટલ અને વિવિધ પ્રકારના ચૂસિયા

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે.

બાળકને બોટલ દ્વારા દૂધ પીવાનાવા અને વિવિધ પ્રકારના ચૂસિયા સંબંધિત જોખમો અંગે માતાને માર્ગર્વાન આપવું



1. હોસ્પિટલની નીતિઓ

હોસ્પિટલ માતાને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- નવજાત માટે ડિફેન્યુ દૂધ, બોટલ અથવા ટીટનને પ્રોત્સાહન ન આપવું
- સ્તનપાન દ્વારા સારસાખાને પ્રમાણાંખત પદ્ધતિ ગણવી
- સ્તનપાન માટે મળતી મદદ પર નજર રાખવી



4. પ્રશ્નુતિ પણીની સારસંબાળ

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- જન્મ પછી તરત બાળક અને માતા વચ્ચે ચાર્ચાની બામાડી સાથે સંપર્કને પ્રોત્સાહન આપી
- જન્મ પછી તુરુંબ જ પોતાના બાળકને સ્તનપાન વળગાડવામાં મદદરૂપ થશે.



7. બાળક અને માતા એકબીજાની વધુ નજીક

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- માતા અને બાળકને દિવસ-રાત એકબીજાની સાથે રાખવા
- બીમાર બાળકની માતાઓ તેમના શિશુની નજીક રહ્યી શકે તે સુનિશ્ચિત કરવું



10. હોસ્પિટલમાંથી રજ આપવી

હોસ્પિટલ માતાઓને સ્તનપાન માટે આ રીતે પ્રોત્સાહિત કરે છે...

- સ્તનપાનમાં મદ્દ માટે માતાને સામુદ્દર્યક સંબંધાનોની લાભાન્સ કરવી
- સ્તનપાન માટે વિવિધ મદદરૂપ સુવિધાઓ સુધ્યારવા સામુદ્દર્ય સાથે કામ કરવું.



બાળ મિત્ર દવાખાના માટેના પગલાં

મહત્વની સંયાલન પદ્ધતિઓ:

- 1a. સ્ટાનપાના દૂધના પ્રોડક પદાર્થોના માર્કેટિંગ વિશે આંતરરાષ્ટ્રીય યોરણોનું તથા વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના સંબંધિત હઠાપોનું પાલન કરો.
- 1b. શિશ્યના આધારની એક લેખિત નીતિ તૈયાર કરો જેના વિશે સ્ટાન અને વાલીઓને નિયમિત રીતે જણાવો.
- 1c. સંતત દેંઘેરણીના અને મહિનીના વ્યવસ્થાપની સુધાર વ્યવસ્થા સ્થાપો.
2. સ્ટાનપાનમાં મદદ કરવા માટે સ્ટાન પૂરતા પ્રમાણમાં જાણકારી, ક્ષમતા અને કૌશલ્ય ધરાવતા હોય તે સુન્નિશ્ચિત કરો.

મહત્વની તંબીબી પદ્ધતિઓ:

3. સ્ટાનપાનના મહત્વ અને તે કઇ રીતે કરાવવું તે વિશે ગર્વવતી માતા અને તેમના પરિવારો સાથે ચર્ચા કરો.
4. નવજાત શિશ્ય અને માતા વચ્ચે તાકાલિક અને નિરેર ચામડી બી ચામડીનો સંપર્ક વાય તેવી સુવિધા આપો અને પ્રસ્તુત પછી તરત સ્ટાનપાન શારી રહેતું પાલન કરો.
5. માતાને સ્ટાનપાન શરીરાવા અને જાળવવામાં થતી સામાન્ય તકલીફોનું ઉકેલ લાવવામાં મદદ કરો.
6. સ્ટાનપાન કરતા નવજાત શિશ્યને સ્ટાનપાન દૂધ સિંવાય અન્ય કોઈ આધાર કે પ્રાપ્તી ન આપો, સિવાય કે તંબીબી કારણોથી સ્થૂન કરવામાં આવ્યું હોય.
7. માતા અને શિશ્યને એક સાથે રહેવાની સુવિધા આપો અને 24 x 7 તેમને એક જ ઝમાં રાખો.
8. બાળક સ્ટાનપાન કરવા માંગે છે તેને ઓળખવા અને તેનો યોગ્ય પ્રતિસાદ આપવામાં માતાઓને મદદ કરો.
9. બાળક માટે દૂધ પીડાવવાની બોટલ, વિવિધ પ્રકારના ચૂસિયાના ઉપયોગ અને તેના જોખમો અને માતાના માહિતીગ્રાહ કરો.
10. હોસ્પિટલમાંથી જ્ઞા આપવી વખતે એવી રીતે સંકલન કરો જેથી માતાપિતા અને તેમના શિશ્યને સમયસર મદદ અને સારસંભાળ મળી રહે.

વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા અને યુનિસેફ એ સહનતાપૂર્વક સ્ટાનપાનના દ્વારા પગલા લાગુ કરવા માટે બાળ મિત્ર દવાખાના (બેબી કેન્ટલી હોસ્પિટલ ઇન્સિયેટિવ-BFHI) ની શરૂઆત કરી છે વિશ્વભરમાં માતૃત્વ અને નવજાતને લગતી સેવાઓ પૂરી પાડવામાં મદદ કરવાની પેદેલ છે. આ દશ પગલાંમાં એવી નીતિઓ અને પ્રક્રિયાઓ સામેલ છે જે સ્ટાનપાનમાં સહયતા કરવા માટે જડરી માતૃત્વ અને નવજાત શિશ્યની સેવાઓ પૂરી પાડો પાડ છે. WHOએ વિશ્વભરમાં માતૃત્વ અને નવજાતને લગતી સેવાઓ પૂરી પાડાની તમામ સંસ્થાઓને આ દશ પગલાં ના વધુ અમલીકરણ માટે હંકદ કરી છે.

બાળ મિત્ર દવાખાના માટે અમલીકરણની માર્ગદર્શિકા સાર્વાનિક રીતે વિસ્તારાન અને લાંબા સમય સુધી તેને ટકાવી રાખવાની વ્યૂહરથના પર લાર મુકે છે. આ માર્ગદર્શિકા આરોગ્ય સારસંભાળ વ્યવસ્થાના કાર્યક્રમને વધારે સંકલિત કરવા પર કેન્દ્રિત છે જેથી દેશની તમામ આરોગ્ય સંસ્થાઓ આ દશ પગલાંને લાગુ કરે. તમામ દેશોને એક રાષ્ટ્રીય કાર્યક્રમ દ્વારા નવ મુખ્ય જવાબદિતીઓ પૂર્ણ કરવા માટે હાલક કરવામાં આવી છે.



બાળ મિત્ર દવાખાના માટેના પગલાં



વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા અને યુનિસેફ એ સફળતાપૂર્વક સ્તરનપાનના દવા પગલાં લાગુ કરવા માટે બાળ મિત્ર દવાખાના (બેબી ડેન્કલિટ હોસ્પિટલ ઇન્સિટેટિવ-બફી) ની શરૂઆત કરી છે જે વિશ્વભરમાં માતૃત્વ અને નવજાતને લગતી સેવા પૂરી પાડવામાં મદદ કરવાની પણેલ છે. આ દવા પગલાંમાં એવી નતિઓ અને પ્રક્રિયાઓ સામેલ છે જે સ્તરનપાનમાં સહયોગ કરવા માટે જરૂરી માતૃત્વ અને નવજાત શિશ્યની સેવાઓ પૂરી પાડી છે. WHOએ વિશ્વભરમાં માતૃત્વ અને નવજાતને લગતી સેવાઓ પૂરી પાનારી તમામ સરસ્વતાઓને આ દવા પગલાં ના વધુ અમલોકરણ માટે હાલક કરી છે.

બાળ મિત્ર દવાખાના માટે અમલોકરણની માર્ગદર્શિકા સાર્વચિક રીતે વિસ્તારાય અને લાંબા સમય સુધી તેને ટકાવી રાખવાની વ્યૂહરસ્થના પર લાંબું રહ્યું છે. આ માર્ગદર્શિકા આરોગ્ય સારસંલાળ વ્યવસ્થાના કાર્યક્રમને વધારે સંકલિત કરવા પર કેન્દ્રિત છે જેથી દેશની તમામ આરોગ્ય સંસ્થાઓ આ દવા પગલાંને લાગુ કરે. તમામ દેશોને એક રાષ્ટ્રીય કાર્યક્રમ દ્વારા નવ મુખ્ય જ્યાંદારીઓ પૂર્વી કરવા માટે હાલક કરવાના આવી છે.

મહાત્વની સંચાલન પદ્ધતિઓ



સ્તરનપાન દૂધના પૂરક પદાર્થોમાં માર્કાઉંગ વિશે આંતરરાષ્ટ્રીય ધોરણોનું તથા વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના સંબંધિત કચાળનું પાલન કરો.



સતત દેખરેખની અને માહિતીના વ્યવસ્થાપની સુયાસ વ્યવરસા સ્થાપો.



શિશ્યના આધારની એક લેખિત નીતિ તૈયાર કરો જેના વિશે રસાક અને વાતીઓને નિયમિત રીતે જણાવો.



સ્તરનપાનમાં મદદ કરવા માટે રસાક પૂર્તી પ્રમાણમાં જાપાનારી, કામતા અને કોણાલ્ય ધરવતા હોય તે સુનાશીત કરો.



સ્તરનપાનના મહાત્વ અને તે કદ્ય રીતે કરાવવું તે વિશે ગર્ભવતી માતા અને તેમના પરિવારો સાથે ચર્ચા કરો.



માતા અને શિશ્યને એક સાથે રહેવાની સુવિધા આપો અને 24 x 7 તેમને એક જ ઝમાં રાખો.



નવજાત શિશ્ય અને માતા વચ્ચે તાત્કાલિક અને નિર્દેશર ચામડી બી ચામડીનો સંપર્ક થાય તેવી સુવિધા આપો અને પ્રસૂતિ પછી તરત સ્તરનપાન શરૂ કરવાવામાં માતાને મદદ કરો.



માતાને સ્તરનપાન શરૂ કરાવવા અને જાળવવામાં થતી સામાન્ય તકલીફોનો ઉકેલ લાવવામાં મદદ કરો.



બાળક માટે દૂધ પીવાવાળાની બોટલ, વિવિધ પ્રકારના ચુંબિકાના ઉપયોગ અને તેના જોખમો અંગે માતાને માહિતગર કરો.



સ્તરનપાન કરતા નવજાત શિશ્યને સ્તરનપાન દૂધ સિવાય અન્ય કોઈ આંતર કે પ્રાવાહી ન આપો, સિવાય કે તંનીબી કારણોથી સૂચન કરવામાં આવ્યું હોય.



ધોસ્પિટલમાંથી રજા આપતી વાખે એવી રીતે સકલન કરો જેથી માતાપાપીને અને તેમના શિશ્યને સમયરસ મદદ અને સારસંલાળ મળી રહે.

બાળ મિત્ર દવાખાના માટેના પગાલાં



વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા અને યુનિસેફ એ સકળતાપૂર્વક સ્તળપાનના દશ પગાલાં લાગુ કરવા માટે બાળ મિત્ર દવાખાના (બેન્બી કેન્દ્રલી હોસ્પિટલ ઈન્શિયેટિવ-BFHI) ની શાંતાત કરી છે જે વિશ્વભરમાં માતૃત્વ અને નવજાતને લગતી સેવા પૂરી પાડવામાં મદદ કરવાની પહેલ છે. આ દશ પગાલાં આવી નીતિઓ અને પ્રક્રિયાઓ સામેલ છે જે સ્તળપાનમાં સહાયતા કરવા માટે જરૂરી માતૃત્વ અને નવજાત શિશ્યની સેવાઓ પૂરી પાડે છે. WHOએ વિશ્વભરમાં માતૃત્વ અને નવજાતને લગતી સેવાઓ પૂરી પાડાનારી તમામ સંસ્થાઓને આ દશ પગાલાં ના વધુ અમલીકરણ માટે હાલક કરી છે.

બાળ મિત્ર દવાખાના માટે અમલીકરણની માર્ગદર્શિકા સાચાનિક રીતે વિસ્તારવા અને લાંબા સમય સુધી તેને ટકાવી રખવાની વ્યકૃતિગત પર લાં મૂકે છે. આ માર્ગદર્શિકા આરોગ્ય સારંસેણ વ્યવસ્થાના કાર્યક્રમને વધારે સંકળિત કરવા પર કેન્દ્રિત છે જેથી દેશની તમામ આરોગ્ય સંસ્થાઓ આ દશ પગાલાંને લાગુ કરે. તમામ દોષોને એક રાષ્ટ્રીય કાર્યક્રમ દ્વારા નવ મુખ્ય જ્યાબાદારીઓ પૂર્ણ કરવા માટે હાલક કરવામાં આવી છે.

મહત્વની સંચાલન પદ્ધતિઓ



સ્તળના દૂધના પૂર્ક પદાર્થના માર્કેટિંગ વિશે આંતરરાષ્ટ્રીય ઘોસ્થાનું તથા વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થાના સંબંધિત દરાવાનું પાલન કરો.



સતત દેખરેખની અને માહિતીના વ્યવસ્થાપનની સુયાસ વ્યવસ્થા સ્થાપો.



શિશ્યના આધારની એક લેન્જિન નીતિ તૈયાર કરો જેના વિશે સ્ટાઇલ અને વાતીઓને નિયમિત રીતે જણાવો.



સ્તળપાનમાં મદદ કરવા માટે સ્ટાફ પ્રેટ્રા પ્રમાણમાં જાણકારી, કામતા અને કાંશાલ્ય ધરાવતા હોય તે સુનિશ્ચિત કરો.

મહત્વની તબીબી પદ્ધતિઓ



સ્તળપાનના મહત્વ અને તે કદ રીતે કરાવવું તે વિશે ગર્વલતી માતા અને તેમના પરિવારો સાથે ચર્ચા કરો.



માતા અને શિશ્યને એક સાથે રહેવાની સુવિધા આપો અને 24 x 7 તેમને એક જ ઝમાં રાખો.



નવજાત શિશ્ય અને માતા વચ્ચે તાત્કાલિક અને નિદેશરત ચામડા થી ચામડાનો સપર્ક થાય તોને સુવિધા આપો અને મનુષી પણ તેણે તરત સ્તળપાન શરૂ કરાવવામાં માતાને મદદ કરો.



માતાને સ્તળપાન શરૂ કરાવવા અને જાળવવામાં થતી સામાન્ય તકલીફોનો ઉકેલ લાવવામાં મદદ કરો.



બાળ માટે દૂધ પૌદાવાળાની બોટલ, વિવિધ પ્રકારના ચુસ્તિયાના ઉપયોગ અને તેના જોખમો અને માતાને માહિતગર કરો.



સ્તળપાન કરતા નવજાત શિશ્યેનું સ્તળના દૂધ સિંદિર અન્ય કોઈ આખર કે પ્રયારી ન આપો, સિંદિર કે તબીબી કારણોથી સૂચ્યન કરવામાં આવ્યું હોય.



લોસ્પિટલમાંની રજા આપતી વખતે એનો રીતે સંકળન કરો જેણી માતાપિતા અને તેમના શિશ્યેની સમયસર મદદ અને સારાંસેણ મળી રહે.