



తల్లిపాల వారోత్సవాలు 2011 (1-7 ఆగష్టు)



“తల్లిపాలు గురించి మాట్లాడుదాం,
తల్లిపాలపై స్పష్టమైన సమాచారాన్ని అందరికీ చేరవేద్దాం”

-యువత కోసం



తల్లిపాల ప్రాముఖ్యతను
స్పష్టమైన సమాచార రూపంలో
యువతకు చేరవేసి
వారిని ప్రభావితులను చేయడమే
ఈ సం॥ తల్లిపాల వారోత్సవాల (2011)
ముఖ్య ఉద్దేశ్యము.

ప్రతి సంవత్సరం ఆగష్టునెల మొదటివారం రోజులు “తల్లిపాల వారోత్సవాలు”గా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా గడిచిన 19 సం॥లుగా “వాబా” (WABA) సంస్థ ఆధ్వర్యంలో WHO, Unicef సహకారంతో జరుపుకుంటున్నాం. ఈ వారోత్సవ నిర్వహణలో “BPNI సంస్థ” మన దేశంలో కీలక పాత్ర వహిస్తున్నది. తల్లి, తన కడుపున పుట్టిన బిడ్డకు తల్లిపాలు త్రాగించడం ఒక సహజమైన జీవక్రియ. తల్లిపాలు బిడ్డకు ఆహారంగానే కాకుండా, తల్లి పిల్లల అనుబంధానికి / ప్రజారోగ్యానికి (Public Health) కూడా ఒక వారధి వంటిది.



BPNI 2011

అమూల్యమైన తల్లిపాలసంస్కృతి (Breastfeeding Culture) పునరుద్ధరణకు తల్లులను ప్రోత్సహించి (Promote), వారికి సహకరించి (Support), తద్వారా తల్లి పిల్లలను రక్షించకోవడానికి (Protect) ప్రతి సంవత్సరము ఒక క్రొత్త సందేశంతో ఈ వారోత్సవాలను ఒక వేదికగా చేసుకుని తల్లిపాలపై విస్తృత ప్రచారము నిర్వహించబడచున్నది. ఇది 20వ వారోత్సవము

సమాజ శ్రేయస్సును ఉద్దేశించి నిర్ణయించబడిన సహస్రాబ్దివృద్ధి లక్ష్యాలను (Millennium Development Goals-MDG) సాధించడానికి కూడా తల్లిపాలు ఎంతగానో దోహదం చేస్తున్నది.

MDG1 (ఆకలి మరియు పేదరికం నివారణ) :-

పిల్లల మరణానికి ప్రధాన కారణమైన పౌష్టికాహార లోపం నివారణకు మరియు పిల్లల సమగ్ర ఆరోగ్యాభివృద్ధికి - **ప్రతి బిడ్డకు పుట్టిన గంటలోపే తల్లిపాలు ప్రారంభించడం, 6 నెలల వయస్సు వరకు కేవలం తల్లిపాలు ఇప్పించడం, అటు పిమ్మట ఇంటిలో వండిన ఆహారం అదనంగా అందిస్తూ, తల్లిపాలు 2 సం॥ల వయస్సు వరకు కొనసాగించడం శాస్త్రీయంగా రుజువైన పోషకాహార పద్ధతి.** కుటుంబ ఆర్థిక పరిస్థితితో సంబంధం లేకుండా నిరుపేదైనా దీన్ని పాటించి ప్రతి బిడ్డ ఆకలిని తీర్చవచ్చు.

MDG3 (లింగవివక్ష లేకుండా) :- పైన

వివరించిన విధంగా ప్రతిబిడ్డ, ఆడ/మగ అనే లింగవివక్ష లేకుండా 2 సం॥ల వయస్సు వరకు మంచి ఆహారం తీసుకుంటూ చక్కగా ఎదిగే అవకాశం ఉన్నది.

MDG4 (పిల్లల మరణాలతగ్గుదల) :- MDG1 లో వివరించినట్లుగా పిల్లలందరికి తల్లిపాలు / అదనపు అనుబంధ



ఆహారం అందించినట్లయితే సుమారు 13-20% వరకు 5 సం॥లలోపు పిల్లలమరణాలు నివారించవచ్చు.

MDG5 (తల్లి ఆరోగ్యం) :- ప్రాణాంతకమైన ప్రసవానంతర రక్తస్రావము, రక్తహీనత, ఊబకాయము, రొమ్ముక్యాన్సరు, అండాశయపు క్యాన్సరు మొదలగు ప్రమాదకర జబ్బుల నుండి రక్షణ మరియు సహజ గర్భనిరోధక శక్తి తల్లికి లభిస్తుంది.

తన ఆరోగ్యం మెరుగుపడడంతో పాటు, ఖరీదైన పాలపొడరు/శిశు ఆహారం కొనే అవసరం లేకుండా తన బిడ్డను తనే పోషించుకోవడం వలన తల్లి, ఆత్మ విశ్వాసానికి మరియు ఎంతో తృప్తికి లోనవుతుంది.

చక్కటి పోషక పదార్థాలతోపాటు, అతిముఖ్యమైన వ్యాధినిరోధక శక్తి, మేధా సంపత్తి, అంటువ్యాధులు / పలు దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల నుండి రక్షణ తల్లిపాలద్వారా బిడ్డకు లభిస్తుంది. కుటుంబ ఆర్థిక పరిస్థితికి, పర్యావరణ పరిరక్షణకు, ఆరోగ్య వంతమైన సమాజానికి కూడ తల్లిపాలు దోహదం చేస్తున్నదన్న విషయం కూడా గుర్తుంచుకోవాలి.

తల్లిపాలవలన ఇన్ని ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ పిల్లలకు తల్లిపాలు యిచ్చే వారి సంఖ్య అంతంత మాత్రంగానే వుంది. దీనినిగల కారణాలను విశ్లేషించినట్లయితే

- (1) కుటుంబము / ఆసుపత్రులు / యాజమాన్యము / సమాజము నుంచి తల్లులకు తగిన ప్రోత్సాహక సహకారము లేకపోవడము.
- (2) సమాజంలో మారుతున్న ఆర్థిక పరిస్థితుల దృష్ట్యా కుటుంబాన్ని ఆర్థికంగా ఆదుకోవడానికి మహిళలు కూడా తప్పనిరిగా ఉద్యోగం చేయవలసిరావడంతో, బడ్డ పోషణపై తగినంత శ్రద్ధ చూపలేక పోవడం.
- (3) మరో వైపు పాలపొడరు / శిశు ఆహారములు తయారు చేసే పరిశ్రమలవారు, వారి వ్యాపార అభివృద్ధి లక్ష్యంగా చేసుకుని తమ ఉత్పత్తులను తల్లిపాలకు భీతినవని, సరైన ప్రత్యమ్నాయమని, మరెన్నో విపరీత ప్రకటనలతో తల్లులను అభద్రతాభావానికి గురిచేయడం.
- (4) ప్రసవించిన వెంటనే తల్లిబడ్డ కలిసి వుండడం ఇద్దరి ఆరోగ్యానికి క్షేమమని తెలిసినా, పరిశ్రమలవారి ప్రభావంతో ఇప్పటికీ చాలా ఆస్పత్రులలో పుట్టిన వెంటనే బిడ్డను తల్లి నుంచి దూరంచేసి, విలువైన మురుపాలు బదులు పొడరుపాలు త్రాగించడం -

మొదలగునవి తల్లిపాల సంస్కృతిని దెబ్బతీస్తున్నాయి.

ఎందుకు ఇలా జరుగుతున్నది?

నేడు ఇంటర్నెట్ ద్వారా ఏ విషయం గురించి అయినా, ప్రపంచములో ఎక్కడి నుంచైనా సమగ్ర సమాచారం క్షణాల్లో తెలుసుకునే అవకాశం ఉన్నది. గత 20 సం॥లుగా తల్లిపాలపై జరిగిన పరిశోధనలలో ఎన్నో విషయాలు వెలుగుచూశాయి. దీని ద్వారా ప్రతి తల్లి తన బిడ్డకు సరిపడే తల్లిపాలు ఇవ్వగలదు అనే విషయం తేటతెల్లమవుతున్నది. ప్రభుత్వంవారు కూడా తల్లిపాలయొక్క ప్రాముఖ్యతను ప్రకటనలద్వారా ప్రజలకు తెలియపరుస్తూ ఉన్నారు. అయినా ఎందుకోమరి అందరు తల్లులు తమ పిల్లలకు తల్లిపాలు యివ్వలేక పోతున్నారు?

ఈ సంవత్సరపు తల్లిపాలవారోత్సవ సందేశం!

గడచిన 19 సం॥లుగా తల్లిపాలగురించి ప్రస్థావన రెండు కోణాలనుంచే జరుగుతూ వస్తోంది. **1. సమయం (Time)**

2. స్థితి (Place)

1. సమయం అంటే (తల్లిపాలు ఎప్పటినుంచి - ఎప్పటివరకు) గర్భం రాకముందు నుంచే తల్లిని సమాయత్తం చేసి తల్లిపాలను బిడ్డకు ప్రసవానంతరం ఎంతకాలం వరకు యివ్వవలెను అనే విషయం.

2. స్థితి అంటే కుటుంబ సభ్యులు / ఆసుపత్రివారు / యాజమాన్యము / సమాజము నుంచి తల్లులకు తగిన ప్రోత్సాహక సహకారము అందించే విషయం.

ఈ రెండింటితో పాటు **“సమాచారం చేరవేయడం” (Communication) అనే మూడవ కోణం (“3D”) తోడైతే తల్లిపాలపై ప్రచారం మరింత పటిష్ఠంగా కొనసాగించ వచ్చని తెలుస్తోంది.**

“మాట్లాడటం” (Voice) ప్రతి మనిషికి ఒక వరము.

ఇది ఒక గొప్ప సాధనం. మాటల ద్వారా ఏ విషయాన్నైనా సులభంగా యితరులకు చేరవేస్తున్నాము. ఎన్నో క్రొత్త విషయాలు నేర్చుకుంటున్నాము, మనకు కావలసినవారితో పంచుకుంటున్నాం. ఒక విషయాన్ని మరొకరికి చక్కగా చేరవేయడమనేది ఒక కళ. నేటి సమాజంలో విషయాలను (Information) సమాచార (Communication) రూపంలో చేరవేయడం అనేది ఒక పెద్ద ప్రక్రియ. కొందరు ఉదాహరణలతో, కొందరు గణాంక లెక్కలతో, మరికొందరు స్వీయ అనుభవాలతో విషయాలను చేరవేస్తుంటారు. ఇందంతా నిత్యం మనం చూస్తున్నదే.



ఒక విషయాన్ని బాగా అర్థము చేసుకుని, ఆచరించి, ఆ అనుభవంతో, ప్రోత్సాహకరంగా, ఎదుటి

వారి అవసరాలకు అనుగుణంగా చేరవేయడం ద్వారా వారిని ప్రభావితులు చేసి, వారికి అదే విషయంపై ఇదివరకు ఉన్న అభిప్రాయంలో విజయవంతమైన మార్పు (Behavioral Change) తీసుకురావచ్చు.

తల్లిపాల గురించి వెల్లడవుతున్న విషయాలన్నిటినీ పైన చెప్పిన విధంగా సమాజంలో అందరికీ తెలియజేయగలిగితే మనము విజయం సాధించినట్లే. ప్రస్తుతం ఎన్నో రకాల సమాచార, ప్రసార సాధనాలు (Communication Channels)



వాడుకలో ఉన్నాయి. నేడు ఏ విషయమైనా, ఏ వస్తువైనా వీటి ద్వారానే పరిచయం / ప్రాచుర్యం పొందుతున్నాయి. తల్లిపాలవిషయాన్ని పరిశీలించినట్లయితే అందరూ తెలుసుకోవలసిన అవసరం ఉంది. ముఖ్యంగా యువతకు దీని ఆవశ్యకత చాలా ఉన్నది. నూతన ప్రసార సాధనాలు ఉపయోగించడంలో యువత ఎంతో ముందున్నది. నిత్యం ఎన్నో ప్రత్యేక విషయాలు ఎంతో ఆసక్తితో తెలుసుకుంటున్నారు. వారి ఆసక్తిని కొంతవరకు తల్లిపాల ప్రాముఖ్యతపై కూడా మరల్చవలసిన బాధ్యత మనందరిపై ఉన్నది. అందుకే ఈ సంవత్సరం యువతను ఉద్దేశించి, వారికి అర్థమయ్యే రీతిలో, తల్లిపాలపై స్పష్టమైన సమాచారాన్ని అందుబాటులో ఉన్న అన్ని ప్రచార సాధనాల ద్వారా తెలియజేసి ప్రభావితులను



చేయడానికి **“తల్లిపాల గురించి మాట్లాడుదాం - తల్లిపాలపై స్పష్టమైన సమాచారాన్ని అందిరకీ చేరవేద్దాం”** అన్నది తల్లిపాల వారోత్సవ సందేశంగా తీసుకో బడినది.

యువతకు తల్లిపాలపై సమాచారం ఎప్పుడు? ఎలా? చేరవేయాలి?

- ☞ పాఠ్యాంశాల ద్వారా విద్యార్థి దశలో (తల్లిపాల వలన కలిగే అన్ని ప్రయోజనాల గురించి)
- ☞ యువన దశలో - అమ్మాయిలైతే వారి ఆరోగ్యానికి దోహదపడే అంశాలు, అమ్మాయిలైతే కాబోయే ఇల్లాలికి వారు అందించవలసిన సహకారం,
- ☞ పెళ్ళైన తర్వాత గర్భస్థదశ నుంచి ఆసుపత్రుల ద్వారా - పుట్టబోయే బిడ్డకు, పుట్టిన గంటలోనే తల్లిపాలు ప్రారంభించడం, బిడ్డకు 2 సంవత్సరాల వయస్సు వరకు తల్లిపాలు కొనసాగించాలనే విషయాలు, ఐ.ఎం.ఎస్. చట్టం ద్వారా, అభద్రతా భావానికి గురిచేసే పరిశ్రమల వారి విపరీత ప్రకటనల పట్ల ఆకర్షితులు కాకుండా జాగ్రత్తగా ఉండమని వివరిస్తూ తల్లిపాలకు సరిసమానమైనది ఏదీలేదనే విషయం తెలియపరచుట (శిశుమైత్రి ఆసుపత్రులు).
- ☞ ఉద్యోగస్తులైతే - ఉద్యోగం చేసుకుంటూ బిడ్డకు తల్లిపాలు కొనసాగించేందుకు యాజమాన్యం / ప్రభుత్వం నుంచి లభ్యమవుతున్న ప్రోత్సాహక సహకార సమాచారం (Maternity Policies)



Breastfeeding Education Campaign in School
Dr Rajinder Gulati, BPNI National Trainer
(Photo taken from WABA BWB 2011 Action Folder)

The World Breastfeeding Conference 2012

Date: 3rd to 7th December 2012
New Delhi, India.

Overall Theme: Where Do We Stand,
Where Do We Go!



<http://www.ibfanasia.org/WBC2012/WBC-2012-announcement.pdf>

మనము ఏమి చేయాలి?

సమాజములోని అందరిని (పలు సంఘాలు, సంస్థలు, విద్యాలయాలు) ముఖ్యంగా యువతను భాగస్వాములుగా చేసి తల్లిపాల ప్రాముఖ్యతను స్పష్టమైన సమాచార రూపంలో అందుబాటులో ఉన్న ప్రసార సాధనాల ద్వారా తెలియపరచే ప్రయత్నం మన వ్యవహారంలో భాగంగా మలచుకోవాలి.



Breastfeeding Promotion Network of India (BPNI)

Asia Regional Coordinating Office for IBFAN
South Asia Regional Focal Point for WABA

Address: BP-33, Pitampura, Delhi 110 034. Tel: +91-11-27343608, 42683059.
Tel/Fax: +91-11-27343606. Email: bpnii@bpni.org. Website: www.bpni.org

BPNI's WBW Action Folder : 2011 Telugu Version

Prepared by :

Dr. K. Kesavulu, CCC Member-BPNI
Civil Surgeon Paediatrician,
Govt. Dist. Hospital, Hindupur - 515 201 A.P.
Email : doctorkesavulu@rediffmail.com

Resource : WABA & BPNI's WBW Action Folder : 2011