संचालनालय स्वास्थ्य सेवायें,
छत्तीसगढ़

इन्द्रावती भवन, तृतीय तल, अटल नगर, रायपुर

क्रं./शि.स्वा./2019/36/314 अटल नगर, रायपुर, दिनांक 30/7/19

प्रति

मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी
जिला– समस्त
छत्तीसगढ़

विषयः– ''विश्व स्तनपान सप्ताह'' (1–7 अगस्त 2019) मनाये जाने के संबंध में।

संदर्भः– आयुक्त संचा. महिला एवं बाल विकास का पत्र क्रमाँक/4149/आई.सी.डी.एस.–1/2019–20 नवा रायपुर, दिनांक 26/07/2019।

––00––

उपरोक्त विषयान्तर्गत लेख है कि, प्रत्येक वर्ष की भांति इस वर्ष भी अगस्त माह का प्रथम सप्ताह ''विश्व स्तनपान सप्ताह'' के रूप में मनाया जा रहा हैं। यह सर्वविदित है कि शिशु के लिए स्तनपान सर्वोत्तम आहार तथा शिशु का मौलिक अधिकार हैं। माँ का दूध शिशु के मानसिक विकास, शिशु को डायरिया, निमोनिया एवं कुपोषण से बचाने और स्वास्थ्य के लिए आवश्यक हैं।

बच्चो के मानसिक एवं शारीरिक विकास हेतु स्तनपान अत्यंत महत्वपूर्ण हैं जिसका शिशु एवं बाल जीवितता पर अहम प्रभाव पड़ता है, जिन शिशुओं को 1 घण्टे के अन्दर स्तनपान नहीं कराया जाता हैं उनमें नवजात मृत्यु दर की संभावना 33 प्रतिशत अधिक होती हैं। 6 माह की आयु तक शिशु को केवल स्तनपान कराने पर आम रोग जैसे दस्त रोग एवं निमोनिया के खतरे में क्रमशः 11 प्रतिशत व 15 प्रतिशत कमी लाई जा सकती हैं। अधिक समय तक स्तनपान करने वाले बच्चों की बुद्धि उन बच्चों की अपेक्षा अधिक होती है जिन्हें माँ का दूध थोड़े समय के लिये प्राप्त होता हैं। स्तनपान स्तन कैंसर से होने वाली मृत्यु को भी कम करता हैं।

विभिन्न शोधों से यह स्पष्ट हो चुका है कि स्तनपान से न केवल शिशुओं और माताओं को बल्कि समाज और देश को भी कई प्रकार के लाभ होते हैं। स्तनपान की महत्ता तथा शिशु एवं बाल मृत्यु दर में कमी हेतु उसके प्रभाव को दृष्टिगत रखते हुए यह आवश्यक हैं किः–

- ❖ जन्म के 1 घण्टे के भीतर नवजात को स्तनपान प्रारंभ कराया जाये।
- ❖ 6 माह तक केवल स्तनपान कराया जायें।
- ❖ शिशु के 6 माह पूरे होने पर संपूरक आहार देना प्रारंभ किया जाये एवं शिशु के 2 वर्ष पूरे होने तक स्तनपान जारी रखा जाये।

अतः स्तनपान कराने में माताओं का सहयोग एवं स्तनपान को बढ़ावा दिया जाना एवं अत्यंत महत्वपूर्ण गतिविधि हैं। जन्म के छः माह तक केवल स्तनपान, दो साल तक सतत् स्तनपान और उसके बाद भी स्तनपान जारी रखने से शिशु उच्च गुणवत्ता वाली ऊर्जा एवं पोषक तत्व प्राप्त होती हैं। इससे भूख एवं कुपोषण की रोकथाम में मदद मिल सकती हैं।
भारत सरकार ने वर्ष 2016 में स्तनपान व ऊपरी आहार को बढ़ावा देने के लिये ''माँ'' कार्यक्रम की शुरूआत की। पोषण अभियान के अंतर्गत भी स्तनपान व ऊपरी आहार को अत्यंत महत्वपूर्ण हस्तक्षेपों के रूप में देखा गया हैं।

Scanned by CamScanner

माँ कार्यक्रम के अंतर्गत सभी चिकित्सा इकाइयों को बेबी फ्रेण्डली बनाने की आवश्यकता हैं। सफल स्तनपान के जरूरी नियम निम्नवत हैः–

- प्रशिक्षित स्वास्थ्यकर्मी नियमित रूप से माँ और समुदाय के साथ संपर्क मे रहे, जिससे गर्भवती महिलाओं और जन्म के समय से दो साल तक के बच्चों को नियमित रूप से सहयोग मिलता रहे।
- चिकित्सालय/स्वास्थ्य केन्द्र में होने वाले प्रसव में चिकित्सक, स्टाफ नर्स, एल.एच.वी. और ए.एन.एम सभी को स्तनपान के लिए परामर्श दें तथा जहां आवश्यकता हो वहां माँ की सहायता भी करें। ध्यान रखें की किसी भी अवस्था में व्यवसायिक शिशु आहार को बढ़ावा ना दें।
- एक लिखित स्तनपान नीति की उपलब्धता सुनिश्चित करें।
- इस नीति को लागू करने के लिए सभी स्वास्थ्य–देखभाल कर्मीयों का आवश्यक क्षमतावर्धन।
- स्वास्थ्य कर्मी द्वारा सभी गर्भवती महिलाओं को स्तनपान के लाभ और प्रबंधन के बारे में सूचना प्रदान करें।
- स्वास्थ्य कर्मी द्वारा माताओं को जन्म के एक घंटे के भीतर स्तनपान कराने में मदद करें।
- स्वास्थ्य कर्मी स्तनपान का सही तरीका माताओं व शिशुओं को माताओं से अलग किए जाने की स्थिति में स्तनपान को बनाए रखे जाने के तरीके को प्रदर्शित कर सहयोग करें।
- स्वास्थ्य कर्मी सुनिश्चित करें कि नवजात शिशुओं को केवल स्तनपान और स्तनपान के अलावा कोई भोजन या पेय न दिया जाए, जब तक चिकित्सकीय संकेत न हो।
- माँ और शिशुओं को दिन में 24 घंटे एक साथ रखने के व्यवहार को बढ़ावा दें।
- बच्चे के भूख संकेतों को पहचान, माँग पर स्तनपान कराने के लिए माँ को प्रोत्साहित करें।
- शिशुओं को स्तनपान के अलावा कोई कृत्रिम टीट या शांत कराने वाला पदार्थ ना दें।
- इसके साथ–साथ घर–परिवार में जाकर मितानिनों द्वारा धात्री माँ व शिशु को स्तनपान कराने में सहायता करें। प्रसवोत्तर सत्र के दौरान भी माताओं को जानकारी दें और सही प्रकार से स्तनपान कराना सिखायें।

छत्तीसगढ़ में 1 घण्टे के अन्दर स्तनपान की दर अभी भी मात्र 47.1 प्रतिशत हैं (नेशनल फेमिली हेल्थ सर्वे) जो कि काफी कम हैं। हमारी चिकित्सा इकाइयों में तथा समुदाय स्तर पर स्तनपान के व्यवहार को बढ़ावा देने के लिये अत्याधिक प्रयास करने की आवश्यकता हैं।

विश्व स्तनपान सप्ताह 2019

"विश्व स्तनपान सप्ताह" विगत वर्ष की तरह इस वर्ष भी दिनांक 1–7 अगस्त 2019 के मध्य मनाया जाना हैं। इस वर्ष 2019 का स्तनपान सप्ताह का थीम हैः–

"बेहतर आज और कल के लिये– माता पिता को जागरूक करें, स्तनपान को बढ़ावा दें।" "Empower Parents, Enable Breastfeeding Now and for the future."

इस वर्ष की थीम इस बात पर जोर देती है कि स्तनपान के लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए, माता–पिता दोनों का सहयोग और सशक्तिकरण किया जाना अनिवार्य हैं। स्तनपान को बढ़ावा देने के लिए अभिभावकों का सशक्तिकरण एक गतिविधि नहीं हैं बल्कि एक ऐसी प्रक्रिया है जो प्रसव पूर्व जांच के समय से शुरू होती हैं और प्रसवोपरांत तक जारी रहती हैं। इसलिए यह महत्वपूर्ण है कि माता–पिता को प्रसव पूर्व जांच के दौरान और शिशु के जन्म के समय आवश्यक सहायता प्रदान की

Scanned by CamScanner

जाए। एक माँ अपने बच्चें को केवल तभी स्तनपान करा सकती है जब उसे एक सक्षम वातावरण और पिता, परिवार, कार्यस्थल और समुदायों से आवश्यक सहयोग प्रदान किया जाए। स्तनपान एक टीम प्रयास हैं और इसे सकारात्मक बनाने के लिए सभी को इसे बढ़ावा देना चाहिए, व संरक्षण और समर्थन प्रदान करना चाहिए।

विश्व स्तनपान सप्ताह के दौरान की जाने वाली गतिविधियां

ब्लॉक स्तरीय बैठक– ब्लॉक स्तर पर सभी चिकित्सा इकाइयों, स्वंय सहायता समूहों, प्राइवेट अस्पतालों तथा विकासशील संस्थाओं के सहभागीयों के साथ मिलकर एक बैठक का आयोजन करें। बैठक के दौरान माँ कार्यक्रम के बारे में जानकारी, स्तनपान संबंधी लघु फिल्में, रेडियों जिंगल चलाये जायें।

ब्लॉक/चिकित्सा इकाइयों के स्तर पर की जाने वाली गतिविधियां–

- स्तनपान के लिये समर्पित एक घण्टा (Breastfeeding Hour) प्रत्येक चिकित्सा इकाईयों में पूरे सप्ताह के दौरान प्रतिदिन आयोजित किया जायेगा। इस दौरान स्तनपान संबंधी जागरूकता गतिविधियां आयोजित की जायेगी।
- सभी सरकारी अस्पतालों मे प्रसव के तुरंत बाद, एक घंटे के अन्दर स्तनपान को आरंभ करने में अस्पताल का स्टाफ माँ की सहायता करें। एक घंटे के अन्दर स्तनपान की शुरूआत करने के लिये आवश्यक है कि स्टाफ लेबर रूम के अन्दर ही माँ को सहयोग दें।
- सभी सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों के मेडिकल ऑफिसर, नर्सिग स्टाफ को अपनी–अपनी चिकित्सा ईकाइयों को बेबी फ्रेण्डली बनाने के दस नियम से परिचित करायें।
- ऊपर के दूध एवं बोतल के प्रयोग से होने वाली हानि तथा इसको रोकने के लिए लाये गये इन्फैन्ट मिल्क सब्स्टीट्यूट (आई. एम.एस.) एक्ट के संबधं मे अधिक से अधिक लोगो विशेषतः प्राइवेट अस्पताल के लोगो को जानकारी दी जाये।
- जिन ब्लॉक में पोषण पुनर्वास केन्द्र संचालित है, केन्द्र/इकाई पर तैनात चिकित्सक, फिडिंग डेमोस्ट्रेटर, स्टाफनर्स प्रसवोत्तर वार्ड में प्रतिदिन जाकर 1 घंटे के लिये स्तनपान के लाभ तथा कुपोषण से बचाव एवं रोकथाम के लिये छः माह तक केवल माँ का दूध तथा छः माह के उपरान्त सुपाच्य एवं सुविधाओं के विषय में जानकारी दें।

समुदाय स्तर गतिविधियांः–

- ग्राम सभा में आंगनबाड़ी एवं मितानिनों द्वारा समुदाय में स्तनपान को बढ़ावा देने के लिये व्यापक प्रचार प्रसार करें।
- आई.सी.डी.एस. विभाग से समन्वय कर अगस्त माह के दौरान आंगनबाड़ी केन्द्र पर आयोजित बैठक में भाग लेना सुनिश्चित करें। इस दौरान पोषाहार का प्रयोग करते हुये पौष्टिक भोजन बनाने पर भी बल दिया जाये।
- ग्राम स्तर पर आयोजित की जाने वाली वी.एच.एस.एन.सी की मासिक बैठक में स्तनपान व्यवहार, इसकी महत्वता के बारे में चर्चा करें व सामुदायिक स्तर पर स्तनपान को बढ़ावा देने के लिए किए जाने वाले कार्यो के बारे में चर्चा करें। इस बैठक में महिलाओं के साथ समुदाय के पुरूष सदस्यों भागीदारी भी सुनिश्चित करें।

Scanned by CamScanner

स्तनपान सप्ताह में चर्चा के मुख्य बिन्दुः–

1. माँ के दूध में शिशु की आवश्यकतानुसार पानी होता हैं। छः माह तक ऊपर से पानी देने की कोई आवश्यकता नही।
2. धात्री माताओं को प्रसव के बाद सफल स्तनपान के संबंध में बताया जाये तथा यदि किसी कारणवश बच्चें को माँ से दूर रखना पड़े तो भी स्तनपान की निरन्तरता बनाये रखने के बारे में बताया जाये।
3. स्तनपान बच्चों को बुद्धिमान बनाता हैं इसकी चर्चा की जाये कि माँ के पास जितना नवजात रहेगा नवजात में उतनी भावनात्मक वृद्धि होती है, सुरक्षा का आभास रहता है तथा माँ के दूध से कुपोषण का शिकार नही हो पाता है बच्चा स्वस्थ्य एवं बुद्धिमान होता हैं।
4. नवजात शिशु को केवल माँ का ही दूध दिया जाये, ऊपर से कुछ भी न दिया जाये तब तक कि चिकित्सक द्वारा न बताया गया हो।
5. नवजात शिशु की माँग के अनुसार स्तनपान कराया जाये, यानि जितनी बार शिशु चाहे उसे उतनी बार स्तनपान करायें।
6. बच्चें को चुसनी, निप्पल अथवा सूदर (चबाने के लिये मुलायम खिलौने) आदि न दिये जाये।

मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी व जिला कार्यक्रम अधिकारी ब्लॉक में भ्रमण कर मार्गदर्शन दें तथा बैठकों को सफल बनाने में सहयोग प्रदान करें।

वर्ष 2019 के आर.ओ.पी. के FMR Code 9.5.2.18 पर प्रत्येक जिले को दो बैच IYCF प्रशिक्षण हेतु कुल 3.41 लाख राशि आबंटित की गयी हैं। इस राशि से जिले के चिकित्सा अधिकारीयों, स्टाफ नर्सो तथा ANM का प्रशिक्षण इसी माह में संपन्न करावे। अन्य गतिविधियों हेतु महिला एवं बाल विकास विभाग से समन्वय करते हुये कार्यक्रम का सफल संचालन सुनिश्चित करें।

2017

संचालक
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण
अटल नगर, रायपुर छ0ग0

क्रं./शि.स्वा./2019/36/315 **अटल नगर, रायपुर दिनांक 30/7/19**

प्रतिलिपिः सूचनार्थ

1. सचिव, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, अटल नगर, रायपुर, छ.ग.।
2. आयुक्त, स्वास्थ्य सेवायें, अटल नगर, रायपुर, छ.ग.।
3. आयुक्त, महिला एवं बाल विकास विभाग, अटल नगर, रायपुर, छ.ग.।
4. संचालक, स्वास्थ्य सेवायें, अटल नगर, रायपुर, छ.ग.।
5. मिशन संचालक, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, अटल नगर, रायपुर, छ.ग.।
6. समस्त संभागीय संयुक्त संचालक, स्वास्थ्य सेवायें, छ.ग.।
7. जिला कार्यक्रम प्रबंधक, जिला– समस्त, छ.ग.।

2017

संचालक
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण
अटल नगर, रायपुर छ0ग0

Scanned by CamScanner