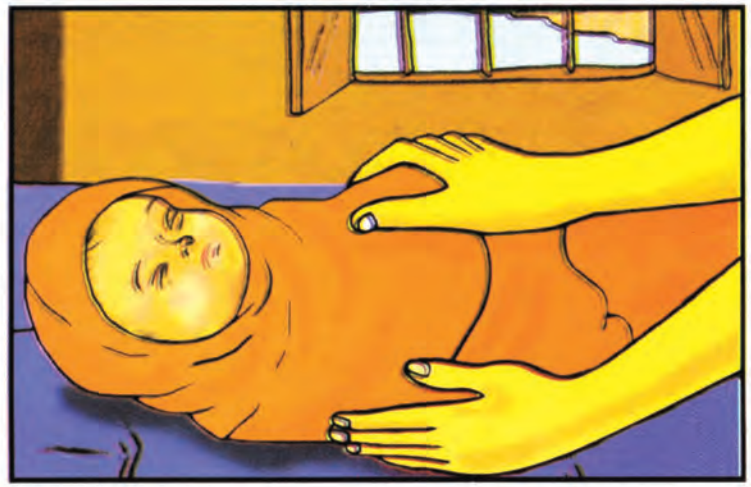
BRAC

নবজাতকের যত্ন

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন

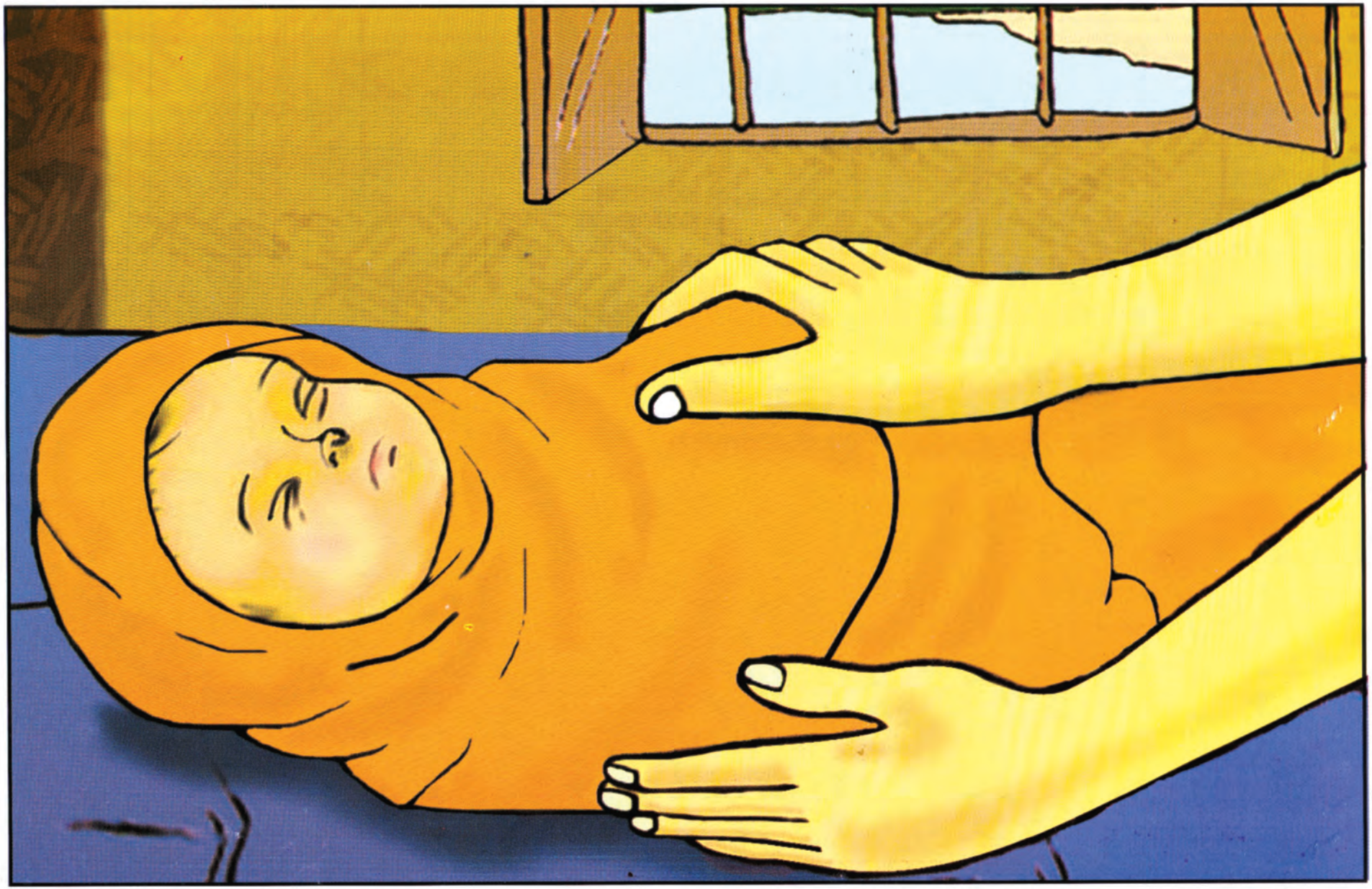
জন্মের সাথে সাথে গর্ভফুল পড়ুক বা না পড়ুক পরিষ্কার কাপড় দিয়ে নবজাতকের মাথাসহ সমস্ত শরীর ঢেকে রাখুন।



কারণঃ

শিশুর ত্বক খুব পাতলা থাকে। ঢেকে না রাখলে সহজেই শরীর থেকে তাপ বেরিয়ে যায় । এছাড়াও মায়ের পেটের ভেতর শিশু পানির থলির মধ্যে বাইরের পরিবেশের চেয়ে বেশি তাপমাত্রায় থাকে । এজন্য বাইরের ঠান্ডা পরিবেশে পরিষ্কার কাপড়ে ঢেকে না রাখলে শরীর ঠান্ডা হয়ে নবজাতকের মৃত্যুও হতে পারে।

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন



চার্ট - ১

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন

শিশুকে মায়ের পেটের উপর অথবা কোন গরম জায়গায় শুইয়ে পরিষ্কার কাপড় দিয়ে সমস্ত শরীর মুছে দিন।

কারণঃ

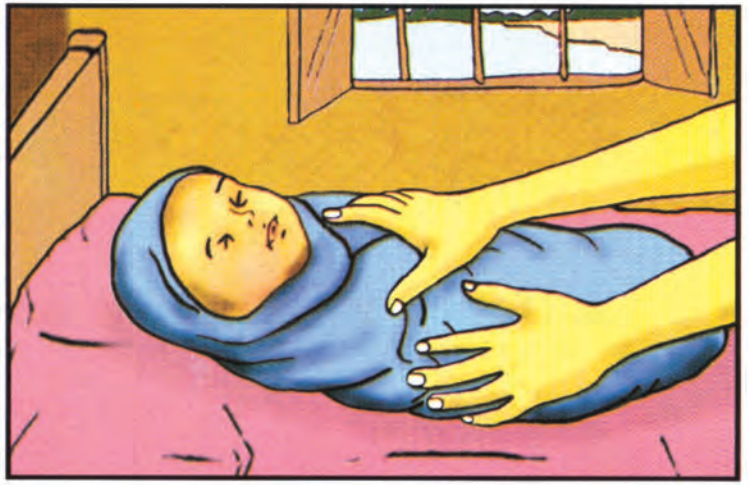
মাটিতে ঠান্ডা জায়গায় রাখলে শরীর ঠান্ডা হয়ে নবজাতকের মৃত্যুও হতে পারে।

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন

চার্ট - ২

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন

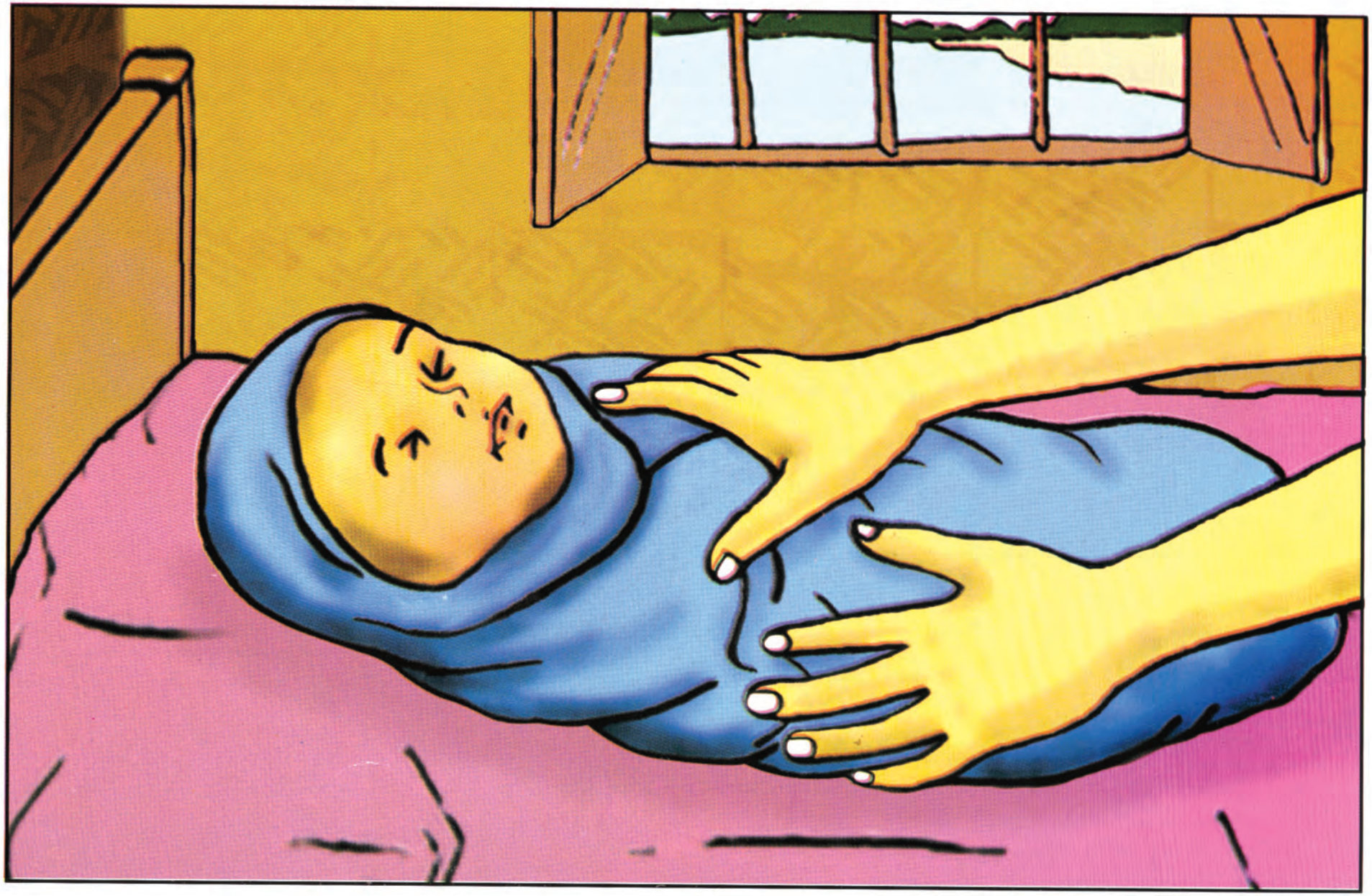
শিশু কাঁদছে কি না, ঠিকমতো শ্বাস নিচ্ছে কি না এবং গায়ের রং গোলাপী কি না তা লক্ষ্য করুন।



কারণঃ

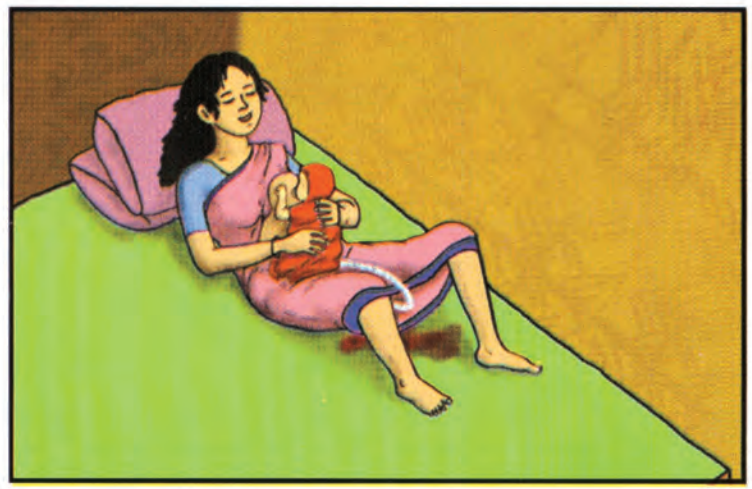
জন্মের পরপর নবজাতক শ্বাস না নিলে অথবা না কাঁদলে এবং গায়ের রং নীল বা ফ্যাঁকাশে হয়ে যেতে থাকলে বুঝতে হবে নবজাতকের শ্বাসরুদ্ধতা হয়েছে। ৩০ সেকেন্ডের মধ্যে ব্যবস্থা না নিলে শিশুর মৃত্যু হতে পারে।

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন



জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন

গর্ভফুল পড়ুক বা না পড়ুক জন্মের সাথে সাথে শিশুকে শালদুধ খাওয়ান।



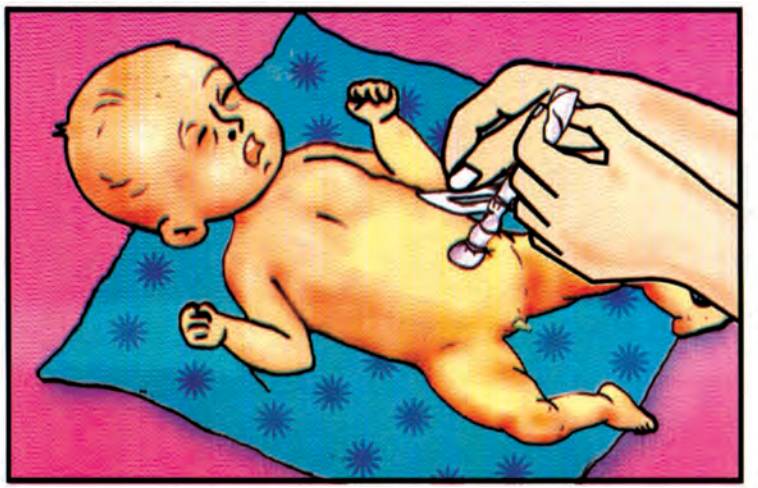
কারণঃ

শালদুধ শিশুর জন্য সবচেয়ে পুষ্টিকর যা তাকে বিভিন্ন রোগ থেকে রক্ষা করে। অল্প পরিমান শাল দুধ শিশুর জন্য যথেষ্ট এবং পুষ্টিকরও যা তাকে বিভিন্ন রোগ থেকে রক্ষা করে। এছাড়াও মায়ের গর্ভফুল দ্রুত পড়তে সহায়তা করে ও প্রসবপরবর্তী রক্তক্ষরণ কমায়।

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন

জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন

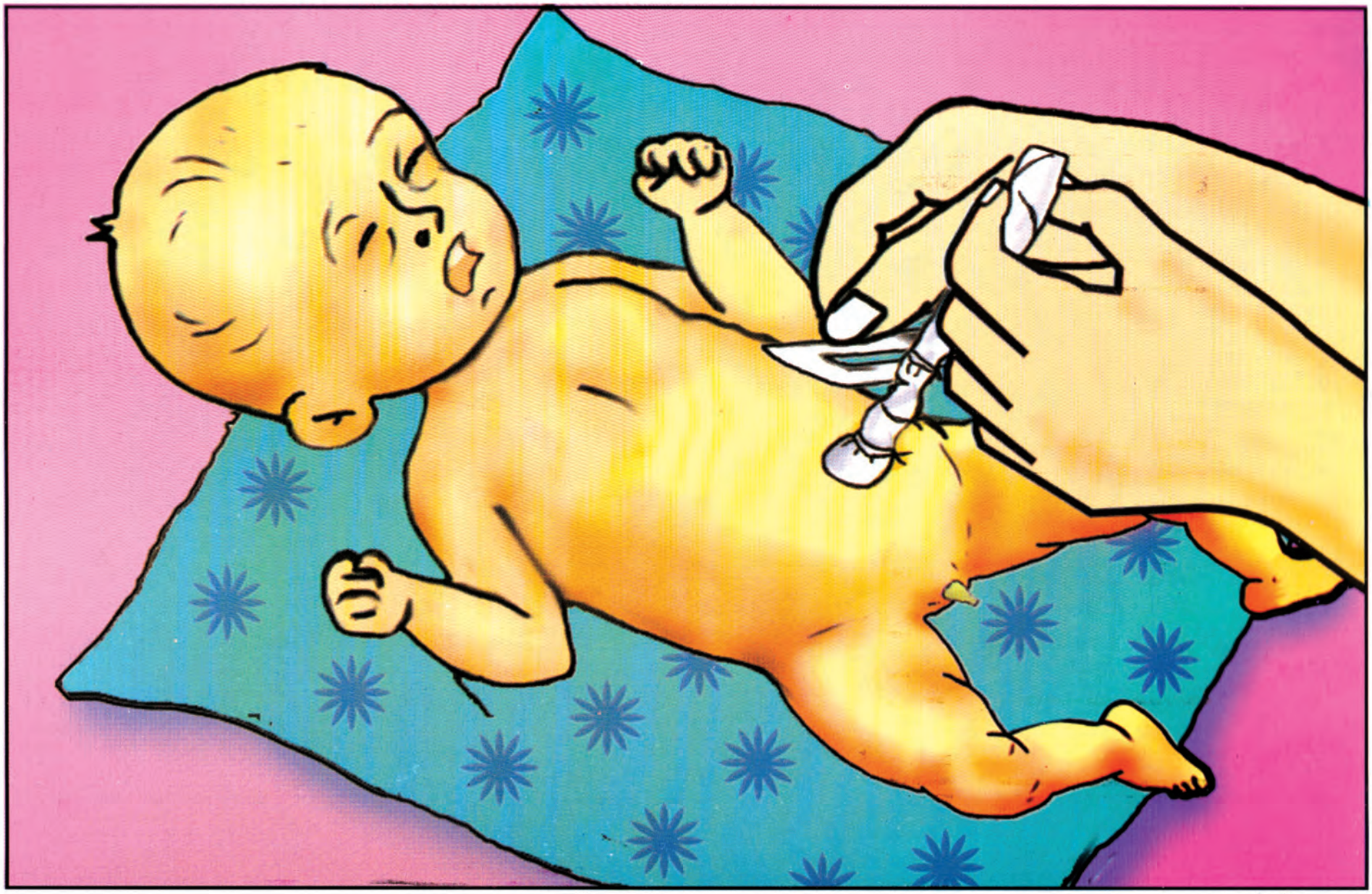
পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত (সিদ্ধ করা) সুতা দিয়ে নির্দিষ্ট দূরত্বে তিনটি বাঁধন দেবার পরে জীবাণুমুক্ত ব্লেড দিয়ে নাড়ি কাটুন।



কারণঃ

পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত সুতা ও ব্লেড দিয়ে নাড়ি বাঁধলে ও কাটলে শিশুর নাভীতে সংক্রমন হয়না। শিশুর নাভীতে দুটি বাঁধন থাকলে রক্তক্ষরণের ঝুকি কমে যায়।

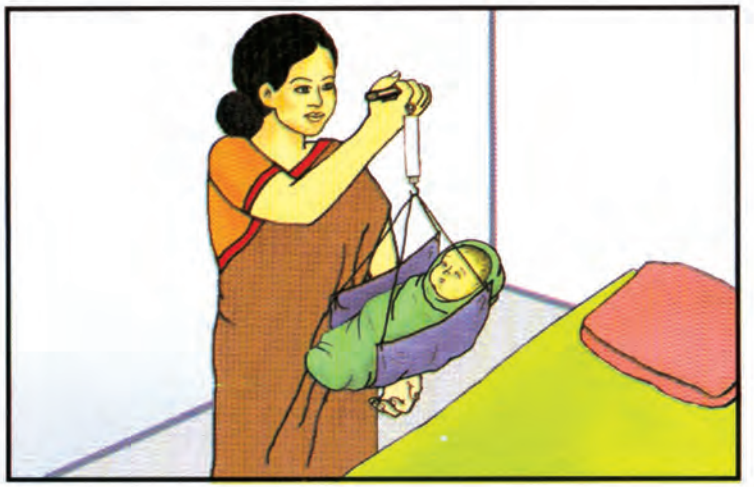
জন্মের সাথে সাথে নবজাতকের যত্ন



চার্ট - ৫

নবজাতকের যত্ন

জন্মের ২৪ ঘন্টার মধ্যে নবজাতকের জন্ম ওজন নেওয়ার ব্যবস্থা করুন।



কারণঃ

যথাসময়ে নবজাতকের ওজন নিলে কম ওজনের নবজাতক সনাক্ত করা যায় এবং সে অনুযায়ী ব্যবস্থা নিয়ে শিশুর জীবন রক্ষা করা যায়।

কম জন্ম ওজনের শিশুর যত্নঃ

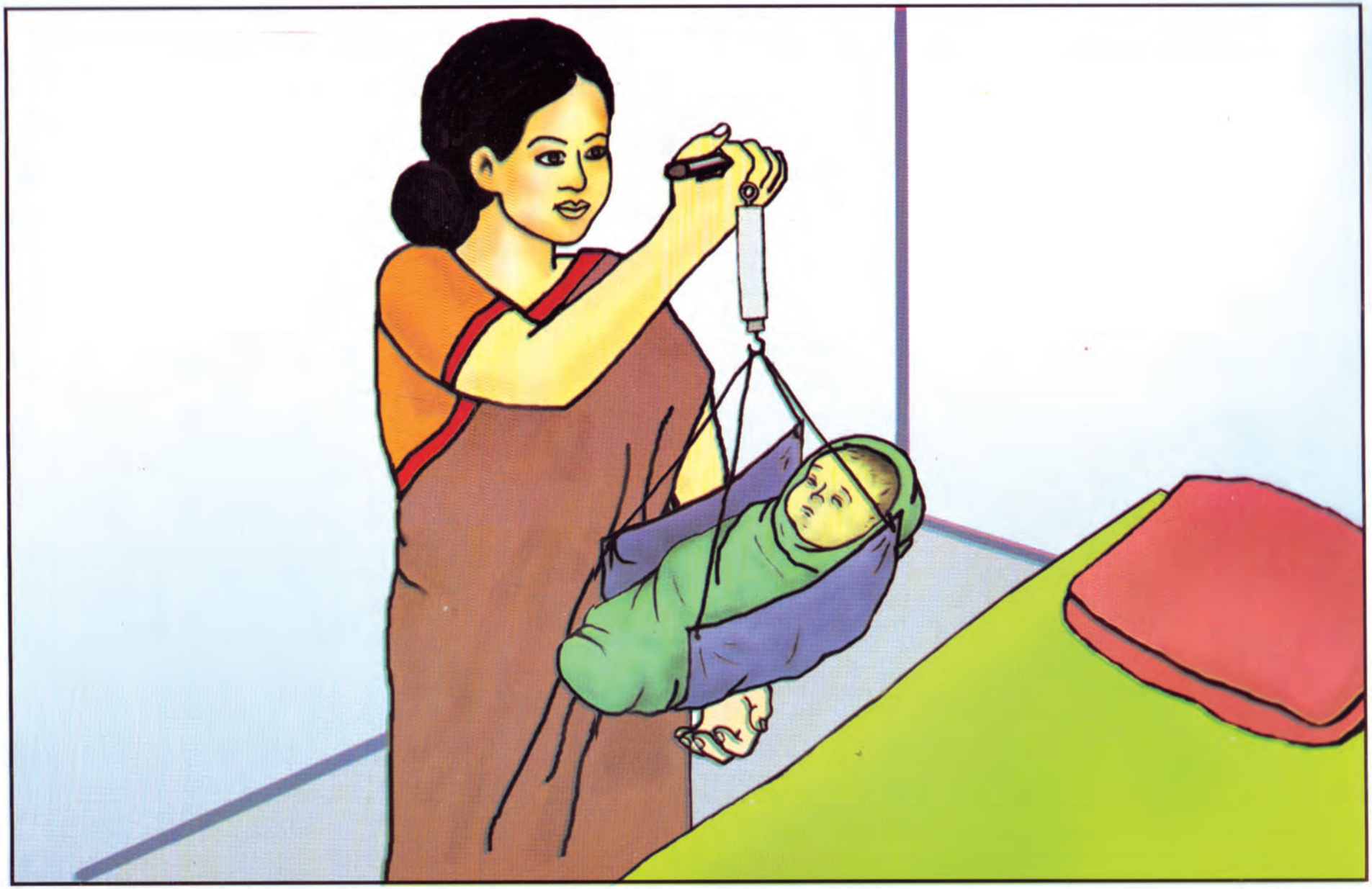
১. মায়ের ত্বকের সাথে লাগিয়ে রাখুন। যখন সম্ভব হবেনা তখন শিশুকে জ্যাকেটের মধ্যে রাখুন।

২. ঘনঘন শুধুমাত্র মায়ের দুধ খাওয়ান।

৩. শিশুকে ধরার আগে ও পরে সাবান দিয়ে ভাল করে হাত পরিষ্কার করে ধুয়ে নিন।

৪. শিশুকে খাওয়ানো না গেলে বা বিপদচিহ্ন দেখা দিলে দ্রুত হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

নবজাতকের যত্ন



নবজাতকের যত্ন

৬ মাস বয়স পর্যন্ত শিশুকে শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ান।

কারণঃ

৬ মাস বয়স পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের দুধ শিশুর পুষ্টির সকল চাহিদা পূরণ করে এবং রোগ প্রতিরোধ করে। এ সময় অন্য কোন খাবার, এমনকি একফোঁটা পানিও দেওয়ার দরকার হয়না।

নবজাতকের যত্ন

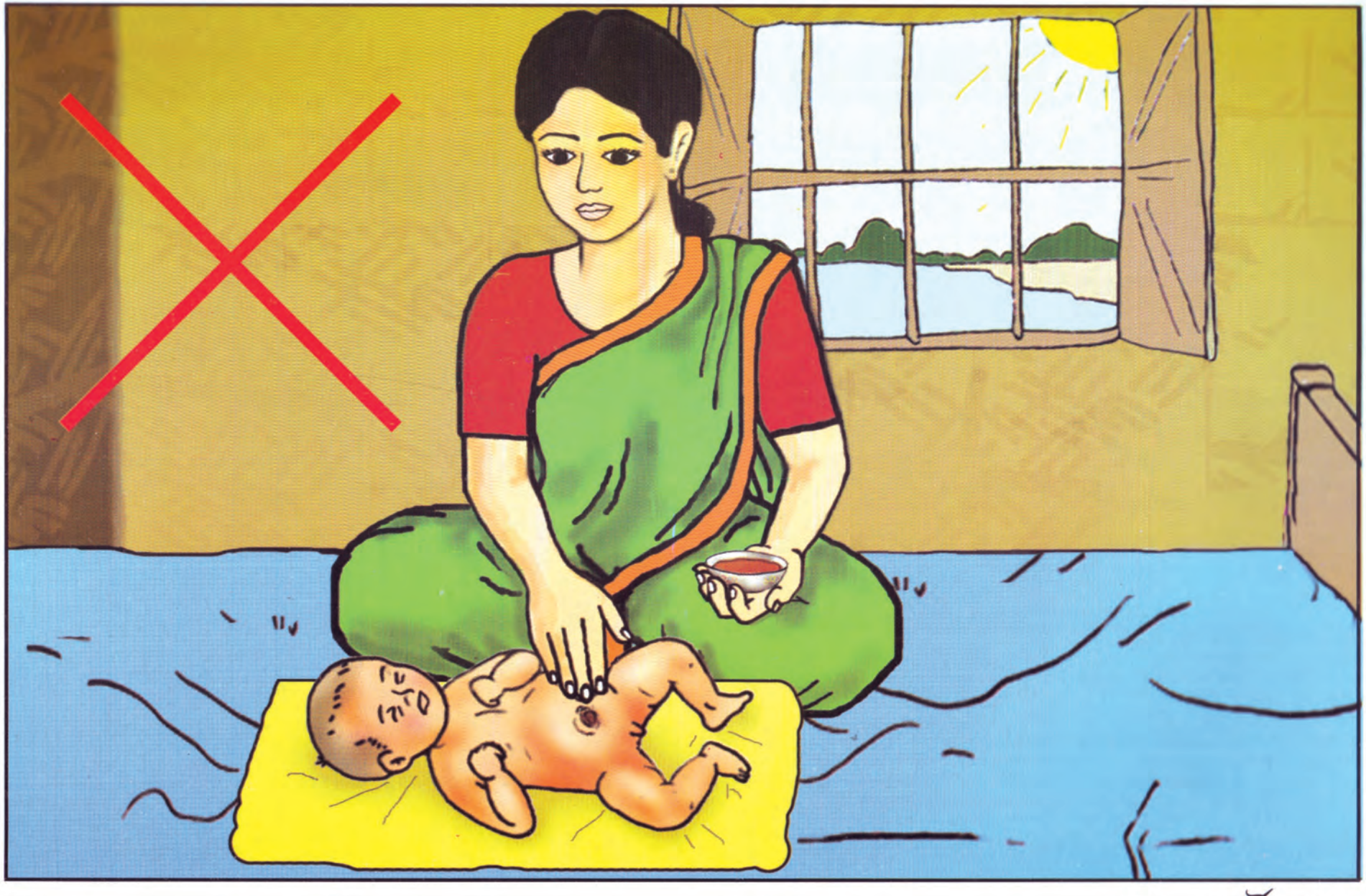
নবজাতকের যত্ন

শিশুর নাভীতে কোন কিছু লাগাবেন না।

কারণঃ

নাভী শুকনো থাকলে খুব সহজেই শুকিয়ে ১০ দিনের মধ্যে পড়ে যায়। কিন্তু কোন কিছু লাগালে নাভী পেকে যেয়ে শিশু মারাত্মক অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে।

নবজাতকের যত্ন



নবজাতকের যত্ন

স্বাভাবিক জন্ম ওজনের নবজাতককে ৩ দিনের আগে গোসল করাবেন না।

কম জন্ম ওজনের নবজাতককে ৭ দিনের আগে গোসল করাবেন না।

কারণ:

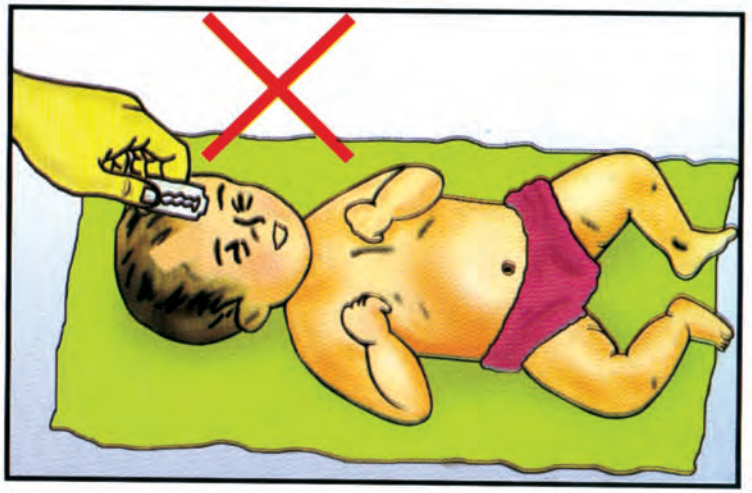
জন্মের সাথে সাথে গোসল করালে শিশুর শরীর ঠান্ডা হয়ে যেতে পারে অথবা ঠান্ডা লেগে শিশু মারাত্মক অসুস্থ হয়ে পড়তে পারে। শরীরের তাপমাত্রা কমে গিয়ে শিশুর মৃত্যুও হতে পারে।

নবজাতকের যত্ন

চার্ট - ৯

নবজাতকের যত্ন

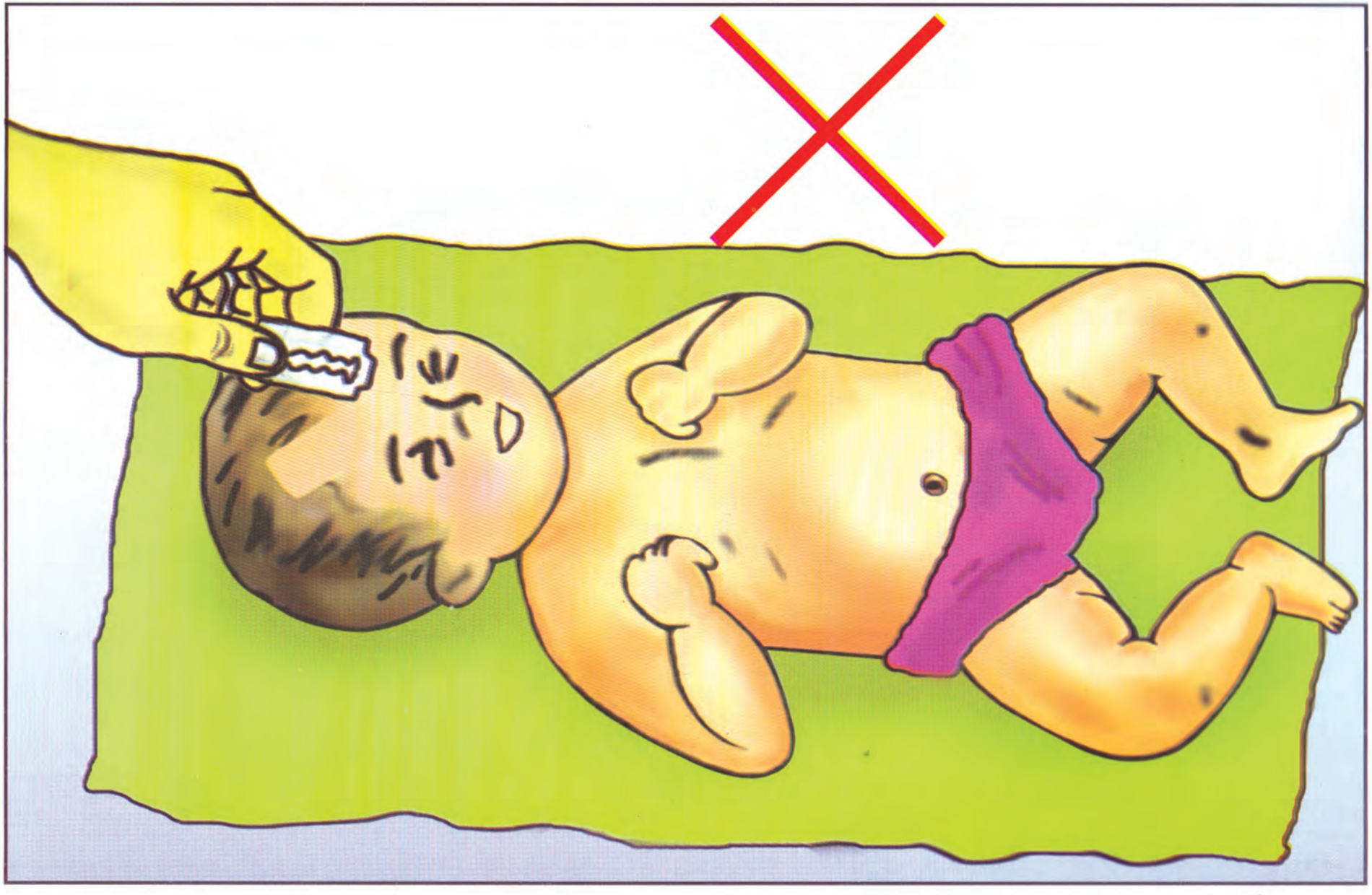
১ মাসের আগে নবজাতকের মাথার চুল ফেলবেন না।



কারণঃ

নবজাতকের মাথা দিয়ে সবচেয়ে বেশী তাপ বের হয়ে যায়। চুল টুপির মতো কাজ করে বলে তাপ ধরে রেখে শরীর গরম রাখে। এতে নবজাতকের সর্দিকাশি কম লাগে ও নবজাতক সুস্থ থাকে।

নবজাতকের যত্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ১

মায়ের দুধ টেনে খেতে না পারা

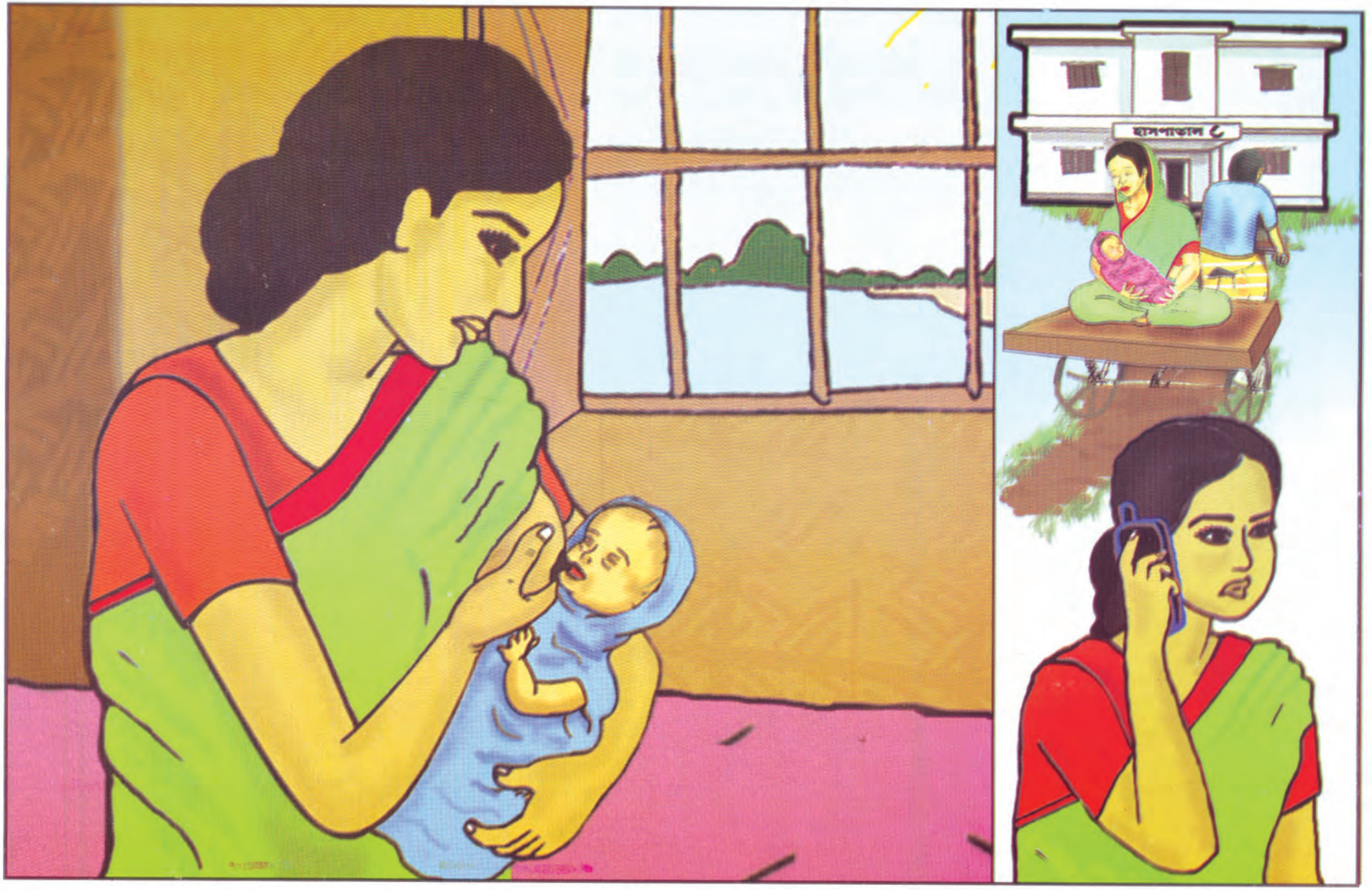
বার্তা:

নবজাতক হঠাৎ করে মায়ের দুধ টেনে খাওয়া বন্ধ করে দিলে, দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

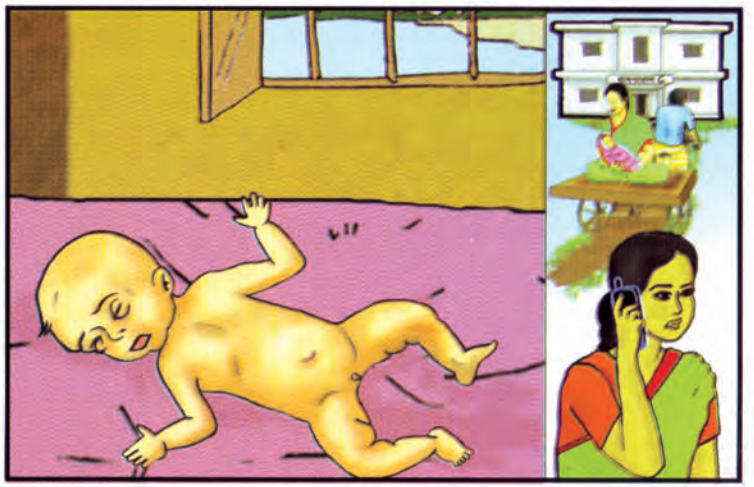
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ২

নিস্তেজ হয়ে যাওয়া



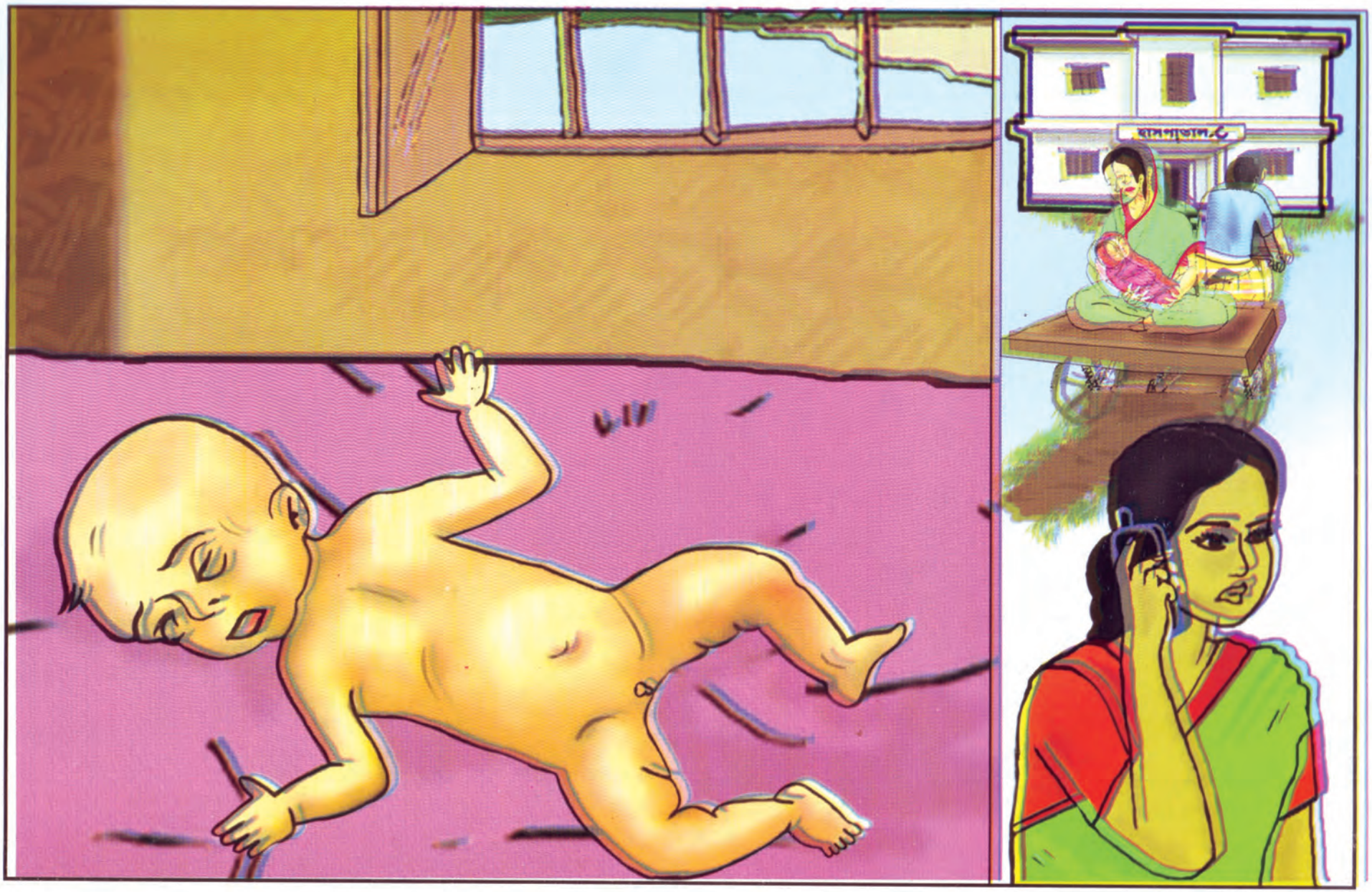
বার্তা:

নবজাতকের শরীর নিস্তেজ হয়ে গেলে বা হাত পা ছেড়ে দিলে বা নড়াচড়া না করলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

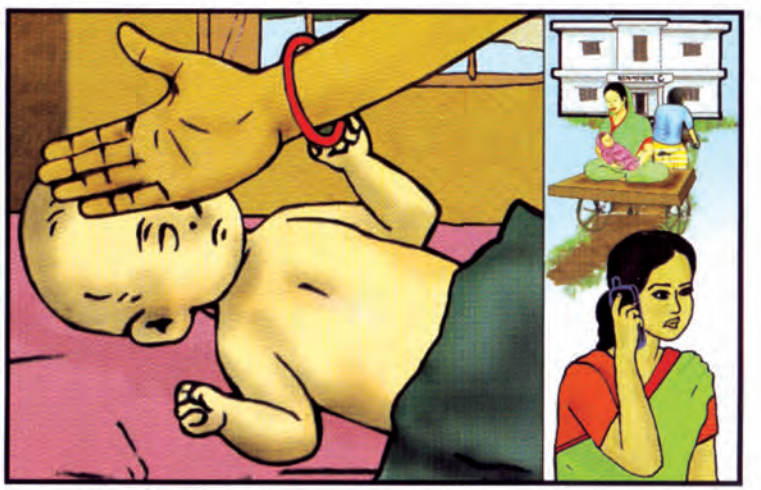
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ৩

জ্বর অথবা শরীর ঠান্ডা হয়ে যাওয়া



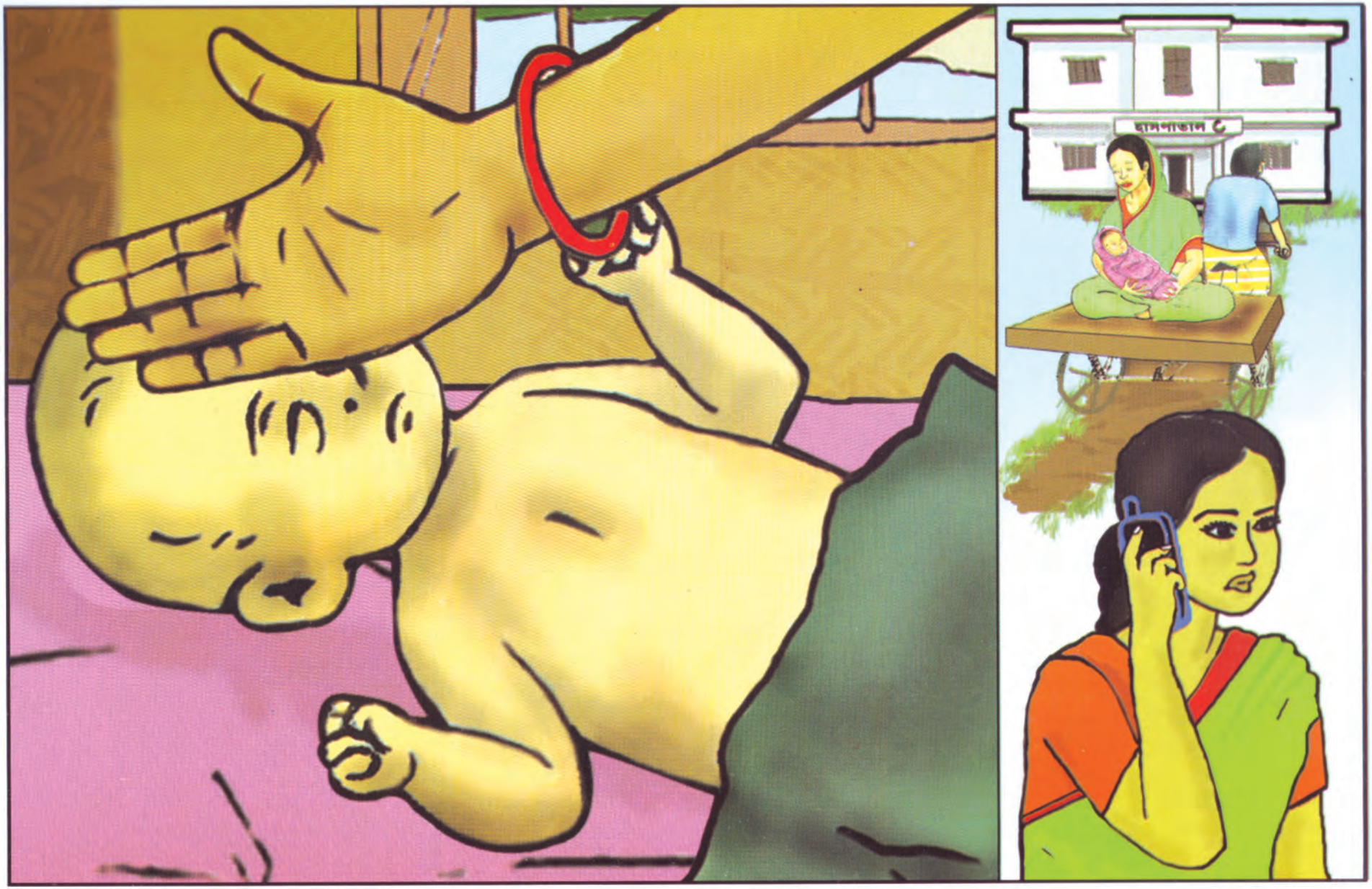
বার্তা:

নবজাতকের জ্বর হলে বা শরীরের তাপমাত্রা স্বাভাবিকের চেয়ে কমে গেলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

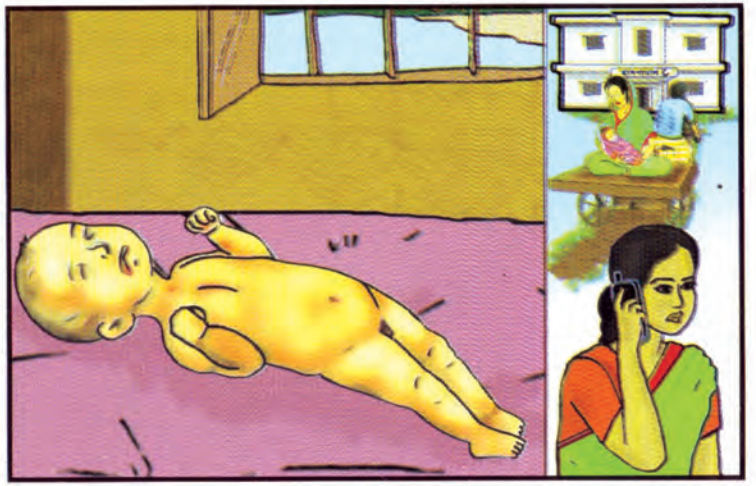
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ৪

খিঁচুনী হওয়া



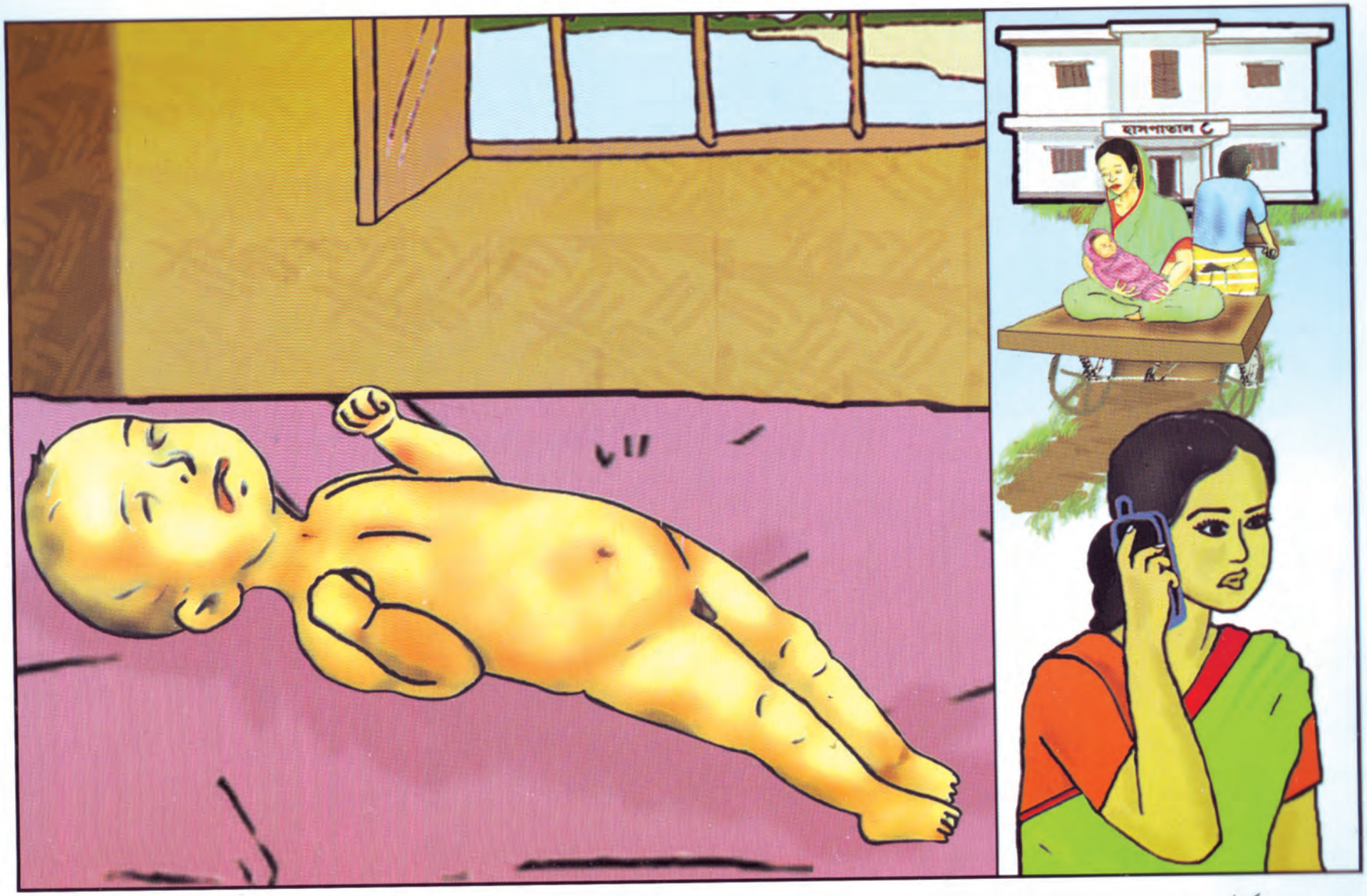
বার্তা:

নবজাতকের খিঁচুনী দেখা দিলে, হাত পা শক্ত হয়ে গেলে বা ঘাড় শক্ত হয়ে গেলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

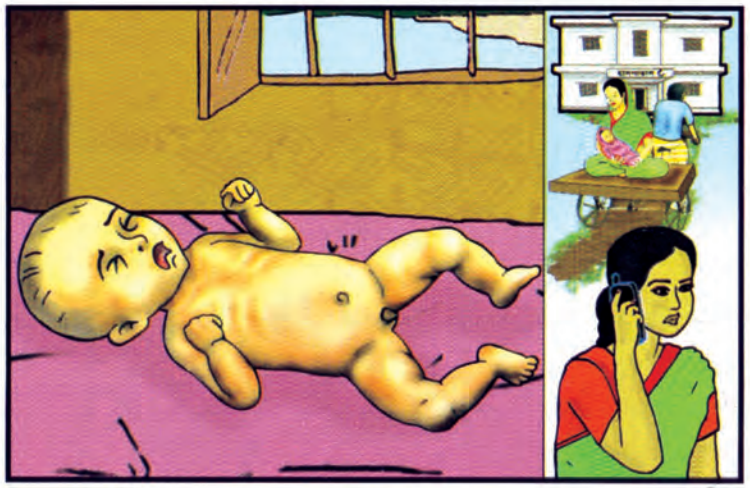
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ৫

দ্রুত শ্বাস বা শ্বাসের সময় বুক ডেবে যাওয়া



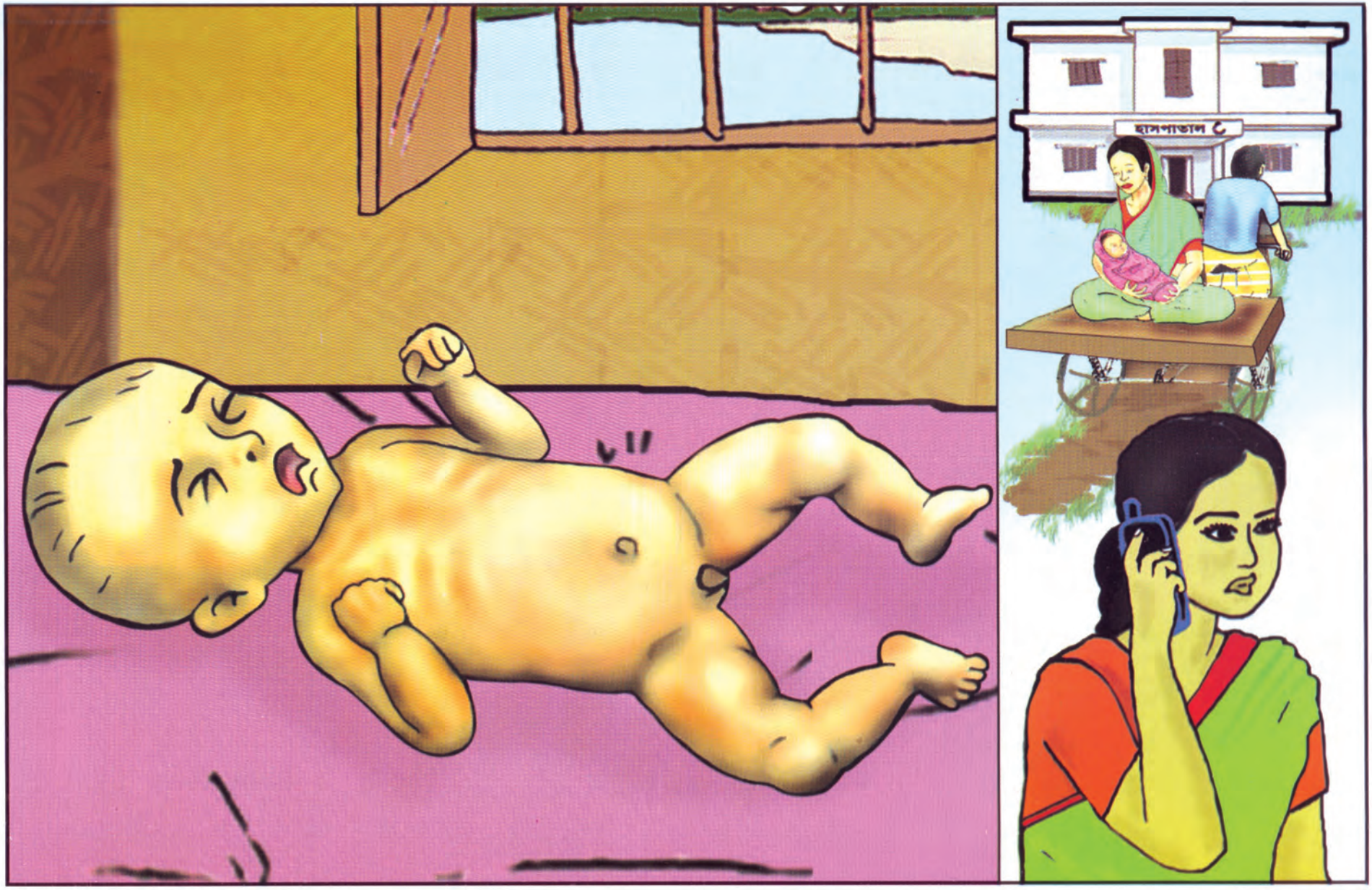
বার্তা:

নবজাতক মিনিটে ৬০ বা তার বেশী বার শ্বাস নিলে বা শ্বাসের সময় বুক ডেবে গেলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

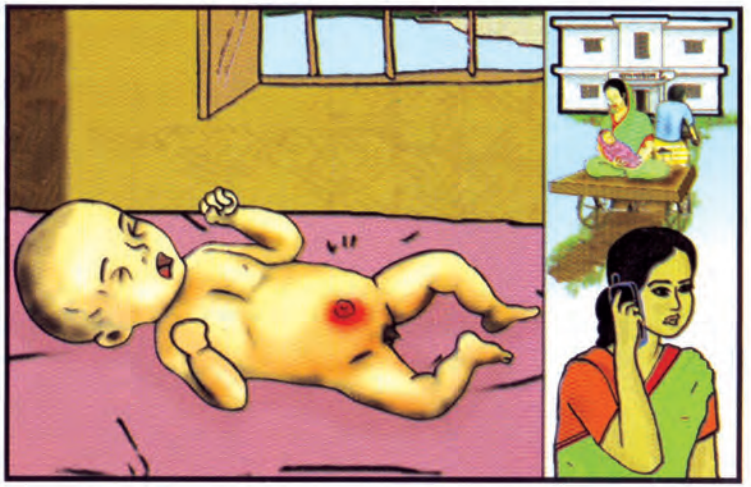
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ৬

নাভি পাকা



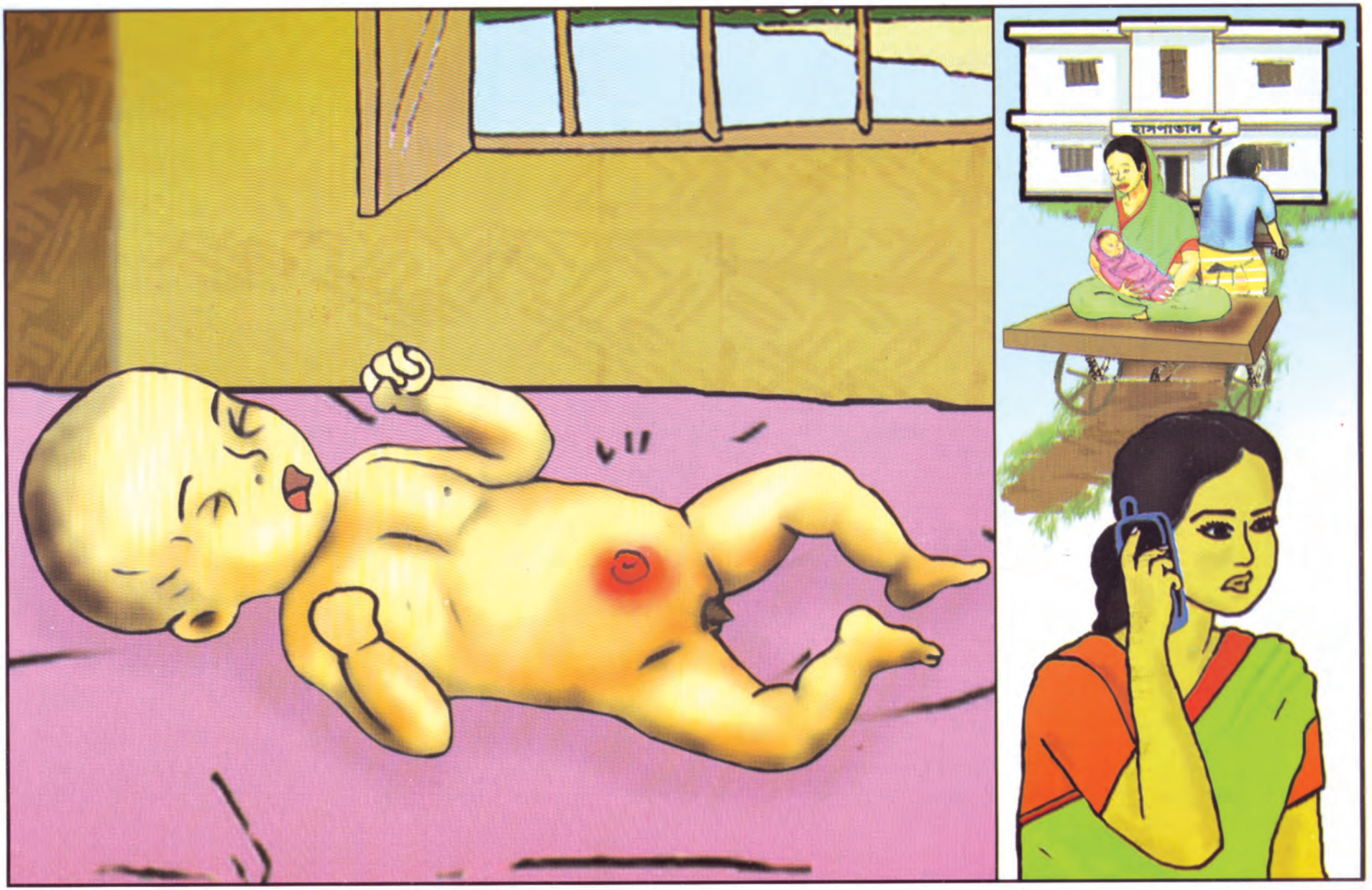
বার্তা:

নবজাতকের নাভি লাল হয়ে গেলে বা পুঁজ হলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

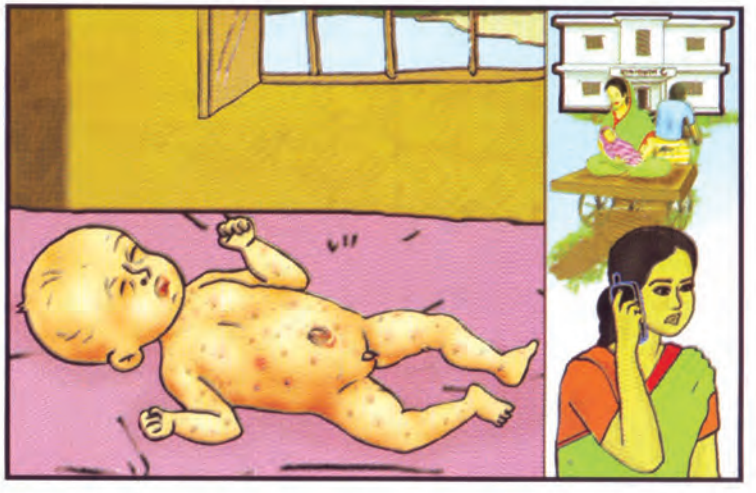
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ৭

গায়ে পানিযুক্ত বা পুঁজযুক্ত ফুসকুড়ি হওয়া



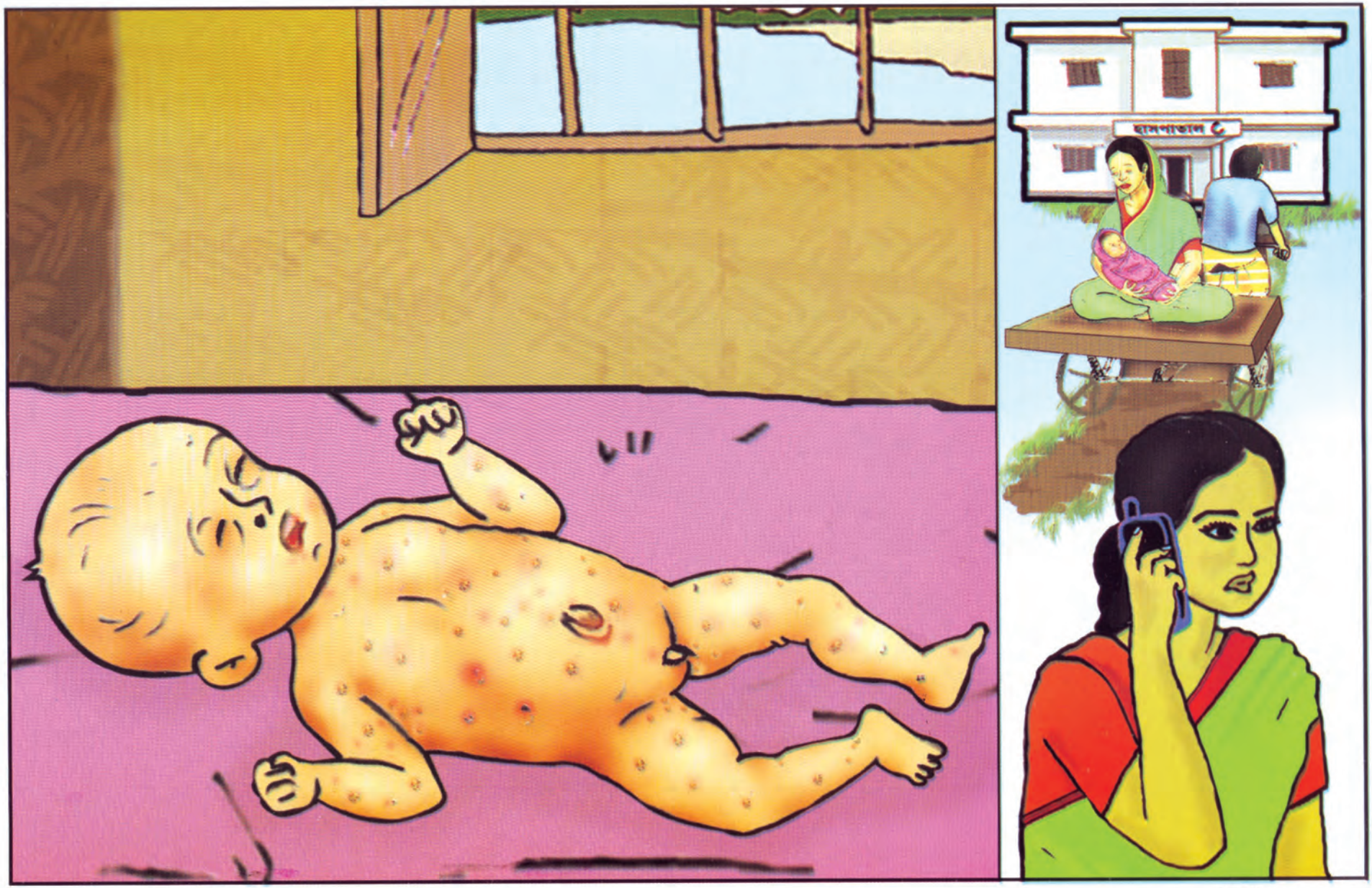
বার্তা:

নবজাতকের শরীরের বিভিন্ন স্থানে অথবা সব জায়গায় পানিযুক্ত বা পুঁজযুক্ত ফুসকুড়ি হলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

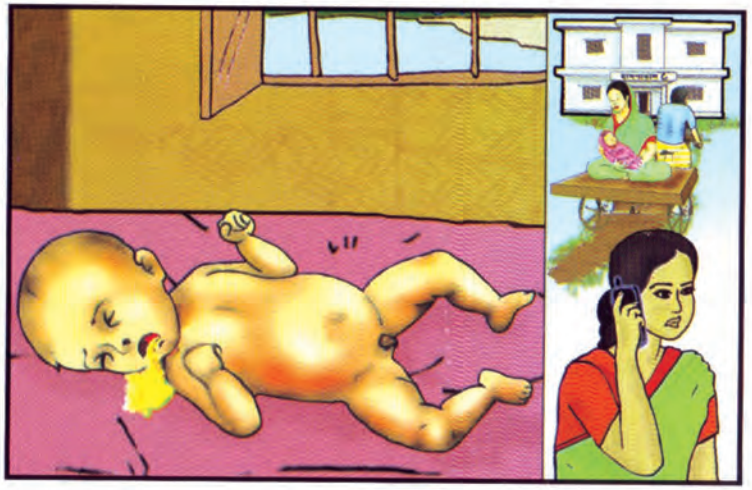
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ৮

পেট ফুলে যাওয়া ও অনবরত বমি হওয়া



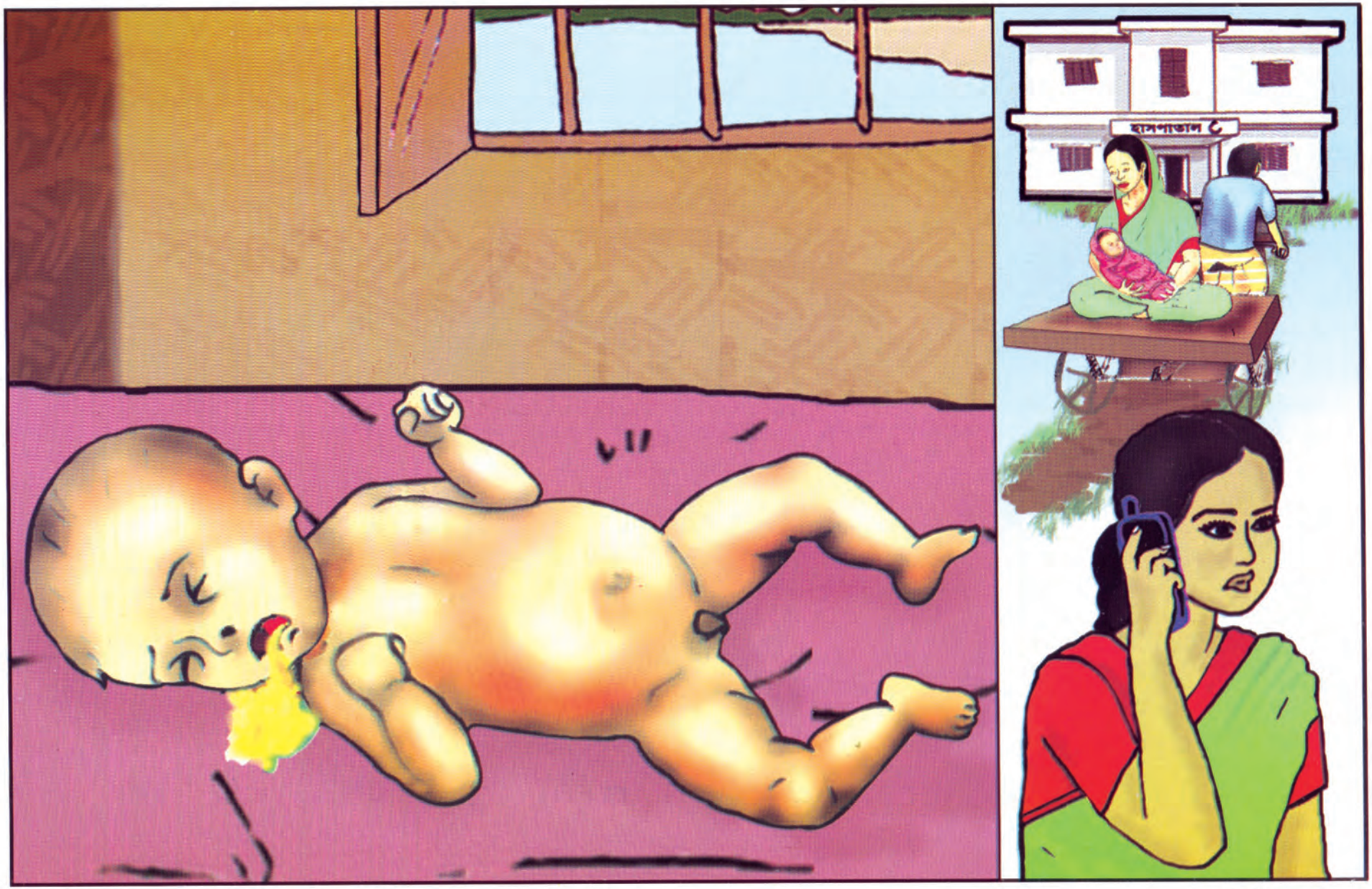
বার্তা:

নবজাতকের পেট ফুলে শক্ত হয়ে গেলে এবং বারে বারে বমি হতে থাকলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

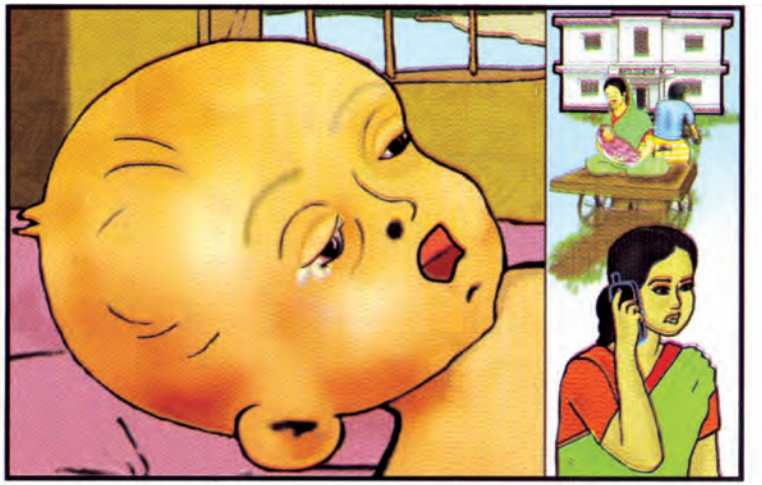
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের বিপদচিহ্ন ৯

চোখ ফুলে লাল হয়ে পুঁজ পড়া



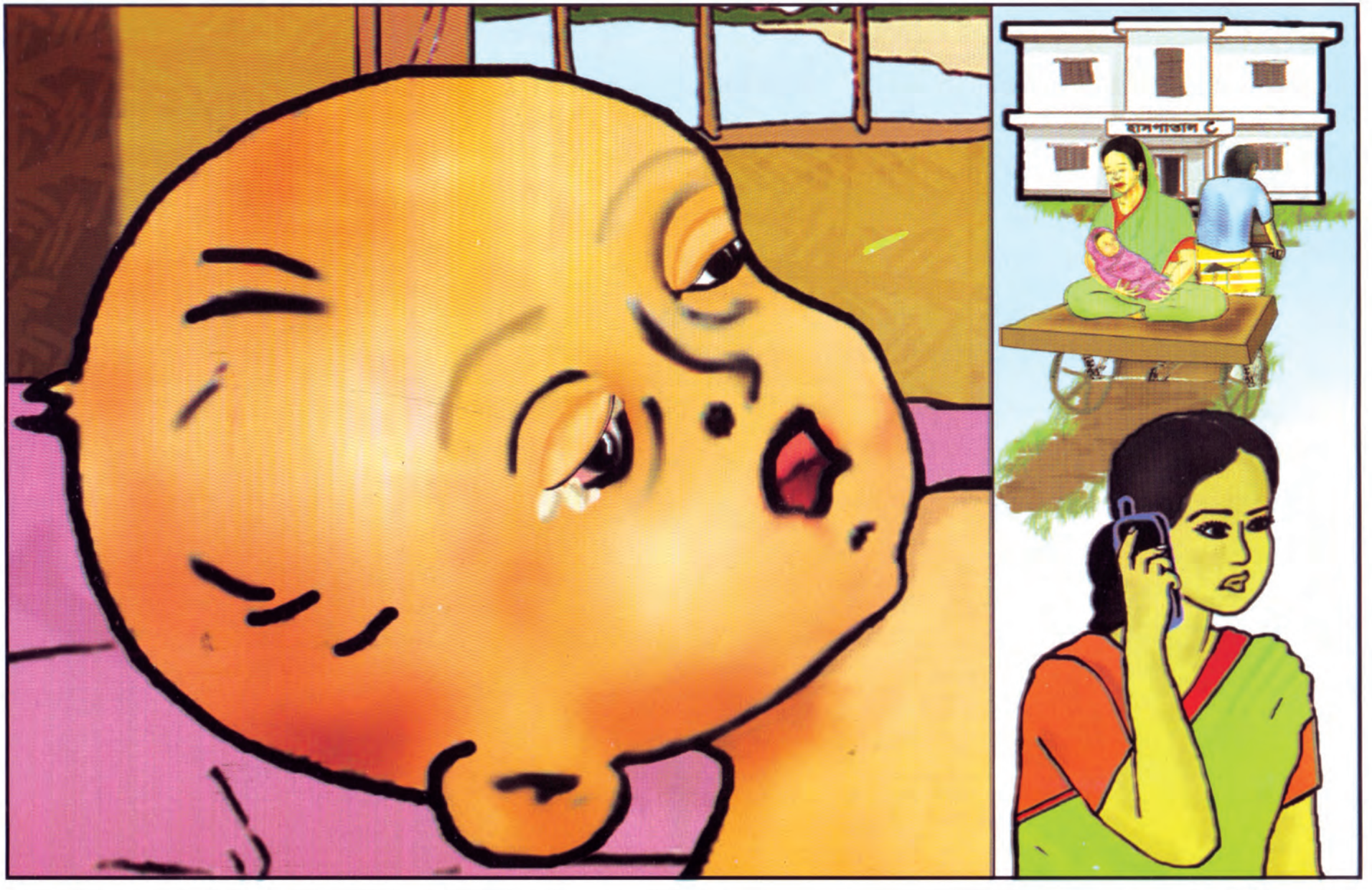
বার্তা:

নবজাতকের চোখ ফুলে লাল হয়ে গেলে এবং পুঁজ দেখা গেলে দেরি না করে সাথে সাথে হাসপাতালে নিয়ে যান এবং মোবাইলে ব্র্যাকের কর্মীকে জানান।

কারণ:

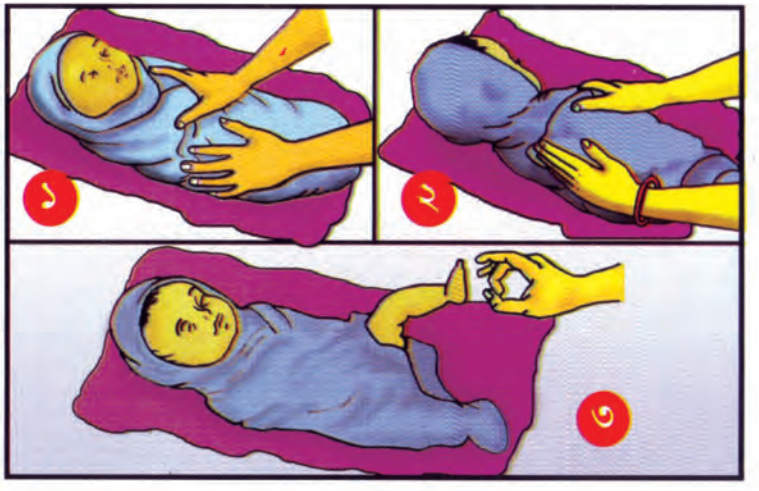
বিপদচিহ্ন দেখা দিলে সাথে সাথে হাসপাতালে গেলে নবজাতকের জীবন বাঁচানো সম্ভব। ব্র্যাকের কর্মীগণ রোগীর যাতায়াত এবং হাসপাতালে চিকিৎসা পাবার ক্ষেত্রে বিভিন্নভাবে সাহায্য ও সহযোগিতা করে থাকেন।

নবজাতকের বিপদচিহ্ন



নবজাতকের জন্মকালীন শ্বাসরুদ্ধতা

জন্মের পরপর নবজাতক শ্বাস না নিলে অথবা না কাঁদলে এবং গায়ের রং নীল বা ফ্যাঁকাশে হয়ে যেতে থাকলে বুঝতে হবে নবজাতকের শ্বাসরুদ্ধতা হয়েছে। এই অবস্থায় দ্রুত নবজাতককে হাসপাতালে নেওয়ার ব্যবস্থা করতে বলুন এবং পরিবারের মতামত নিয়ে ৩০ সেকেন্ডের মধ্যে নিম্নলিখিত কাজগুলো শুরু করুন:

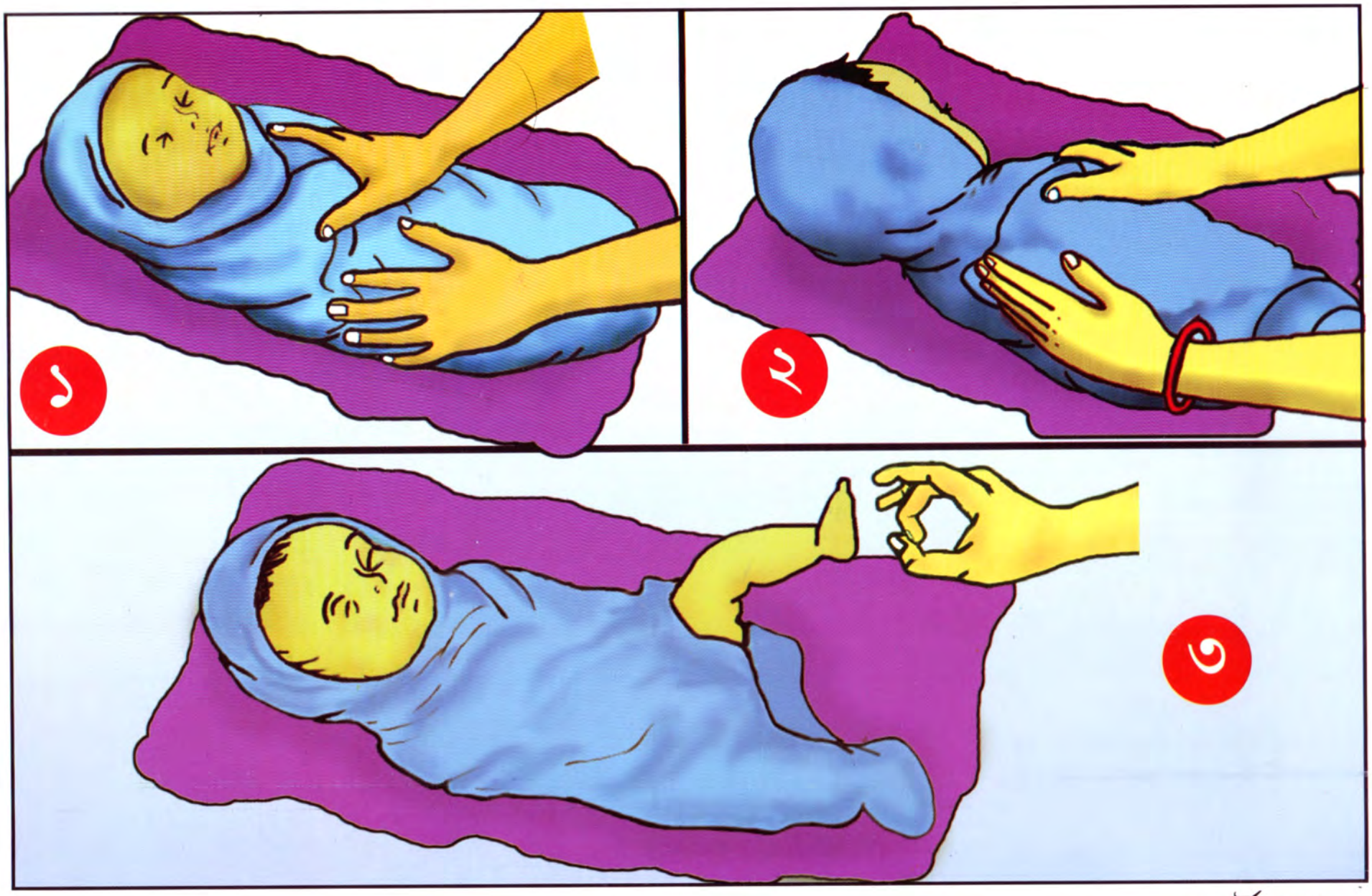


১। পরিস্কার নরম কাপড় দিয়ে শিশুর শরীর একটু জোর দিয়ে চেপে চেপে মুছুন।

২। নবজাতককে কাত করে পিঠের শিরদাঁড়া বরাবর ঘষুন।

৩। হাতের আঙুল দিয়ে নবজাতকের পায়ের পাতায় জোরে জোরে টোকা দিন।

নবজাতকের জন্মকালীন শ্বাসরুদ্ধতা



নবজাতকের জন্মকালীন শ্বাসরুদ্ধতা

এর পরেও নবজাতক শ্বাস না নিলে
নিম্নলিখিত ব্যবস্থা নিন:

৪। নবজাতকের কাঁধের নিচে একটি কাপড় ভাঁজ করে ১ ইঞ্চি পুরু করে দিয়ে একটি গরম ও সমান জায়গায় শোয়ান।

৫। এক টুকরো কাপড় দিয়ে মুখ-নাক পরিষ্কার করে দিন।

৬। গাল ফুলিয়ে গালের ভেতরের বাতাসটুকু নবজাতকের মুখে দিন। এভাবে ১ মিনিটে ৪০ বার শ্বাস দিন।

নবজাতকের জন্মকালীন শ্বাসরুদ্ধতা

সম্পাদনা

ডাঃ মোর্শেদা চৌধুরী
মা নবজাতক ও শিশু স্বাস্থ্য উন্নয়ন প্রকল্প
ব্র্যাক স্বাস্থ্য কর্মসূচি

মা, নবজাতক ও শিশু স্বাস্থ্য প্রকল্প
ব্র্যাক সেন্টার, ৭৫ মহাখালী, ঢাকা - ১২১২
ফোন: ৯৮৮১২৬৫ এক্স: ২৫২৫ **ফ্যাক্স :** ৮৮-০২-৮৮২৩৬১৪, ৮৮২৩৫৪২
ই-মেইল: healthcentre@brac.net
ওয়েবসাইট - www.brac.net