SIDDHI
MEMORIAL HOSPITAL
सिद्धि स्मृति अस्पताल

विश्व स्तनपान सप्ताह

साउन १६–२२

जीवनको दिगो सुरुवातका लागि स्तनपान:
प्रभावकारी अभ्यासहरुलाई सुदृढ पार्नुहोस्

२०८३

भिमसेन स्थान, भक्तपुर–७, नेपाल 01-5971442 www.smf.org.np

आमाको दूध संकलन तथा आपूर्ति सेवा दैनिक स्तनपान राउण्ड मार्फत नवजात शिशु सेवाको सुदृढीकरण

आमाको दूध संकलन तथा आपूर्ति सेवा
(Breastmilk Collection and Supply Unit - BCSU)

स्तनपान नवजात शिशुको लागि सबैभन्दा उत्तम पोषणको आधार हो र जीवनको उत्कृष्ट सुरुवात पनि हो। यसले शिशुको जीवन रक्षा, स्वस्थ वृद्धि तथा विकासलाई प्रवर्द्धन गर्नुका साथै आमा र शिशुबीचको भावनात्मक सम्बन्धलाई अझ सुदृढ बनाउँछ। यस महत्वपूर्ण भूमिकालाई आत्मसात गर्दै सिद्धि मेमोरियल अस्पतालले वि.सं. २०८१ भदौदेखि आमाको दूध संकलन तथा आपूर्ति इकाई (Breastmilk Collection and Supply Unit - BCSU) सञ्चालनमा ल्याको छ। यो सेवा परिवार–मैत्री तथा प्रमाणमा आधारित मातृ तथा नवजात शिशु स्वास्थ्य सेवाप्रतिको अस्पतालको प्रतिबद्धताको प्रतीक हो, जसले प्रत्येक शिशुलाई पूर्ण स्तनपानको अवसर सुनिश्चित गर्ने लक्ष्य राखेको छ।

यस इकाईले प्रत्यक्ष स्तनपान गराउन नसक्ने आमाहरूलाई विशेष सहयोग प्रदान गर्दछ। आमा वा शिशुको स्वास्थ्य अवस्था, आमा–शिशुको अस्थायी छुट्टिनु वा नवजात शिशु एनआईसीयू (NICU) मा भर्ना हुनुपर्ने अवस्थाहरूमा यो सेवा अत्यन्त उपयोगी हुन्छ। आमाहरूलाई हातले दूध निकाल्ने तथा ब्रेस्ट पम्प प्रयोग गर्ने तरिकाबारे व्यक्तिगत रूपमा प्रशिक्षण दिइन्छ, जसबाट उनीहरूको आफ्नै स्तनदूध शिशुलाई उपलब्ध गराउन सकिन्छ।

संकलित आमाको दूध लाई पूर्ण रूपमा सुरक्षित र संक्रमणरहित विधिबाट संकलन, लेबलिङ, भण्डारण तथा सिफारिस गरिएका मापदण्डअनुसार ढुवानी गरिन्छ, जसले यसको पोषण तथा रोग प्रतिरोधात्मक गुणलाई सुरक्षित राख्छ। आवश्यक परेका अवस्थामा शिशुलाई उपलब्ध गराइन्छ वा अस्पतालमा आवश्यक पर्ने अन्य नवजात शिशुलाई दानस्वरूप प्रदान गरिन्छ।

यो सेवा विशेषगरी समयपूर्व जन्मिएका, कम तौल भएका तथा गम्भीर अवस्थाका नवजात शिशुहरूका लागि अत्यन्त लाभदायक छ। आमाको दूधले संक्रमणको जोखिम घटाउने, आन्द्राको विकासमा सहयोग गर्ने, मस्तिष्क विकासलाई प्रोहन गर्ने तथा अस्पतालमा बसाइको अवधि कम गर्न महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। यस सेवामार्फत आवश्यक समयमा आमाको दूध उपलब्ध गराइने भएकाले अनावश्यक रूपमा कृत्रिम दूध (Formula Milk) प्रयोग गर्नुपर्ने आवश्यकता पनि कम भएको छ। अस्पतालले प्रत्येक नवजात शिशुलाई जन्मपछि पहिलो आहारका रूपमा आमाको दूध नै उपलब्ध गराउने सुनिश्चितता गरेको छ।

दैनिक स्तनपान राउण्ड (Daily Breastfeeding Rounds)

आमाको दूध संकलन तथा आपूर्ति सेवासँगै सिद्धि मेमोरियल अस्पतालले वि.सं. २०७९ सालदेखि दैनिक स्तनपान राउण्ड सञ्चालन गर्दै आएको छ। प्रशिक्षित नर्सहरूले प्रसूति वार्ड, प्रसवपश्चात वार्ड, एनआईसीयू, बालवार्ड, शल्यक्रियापश्चात वार्ड, एएनसी ओपीडी, खोप क्लिनिक तथा क्याबिनहरूमा दैनिक रूपमा स्तनपान सम्बन्धी सेवा प्रदान गर्दै आएका छन्।

स्तनपान टोलीले आमाहरूलाई व्यावहारिक प्रदर्शन, भावनात्मक सहयोग तथा प्रमाणमा आधारित परामर्श प्रदान गरी स्तनपानका चुनौतीहरू समाधान गर्न तथा आत्मविश्वास बढाउन सहयोग गर्दछ। परिवारका सदस्यहरूलाई पनि परामर्श प्रक्रियामा सहभागी गराइन्छ, जसले अस्पतालमा रहँदा र घर फर्किएपछि पनि सफल स्तनपानलाई निरन्तरता दिन सहयोग पुर्‍याउँछ। यस सेवाले विशेषगरी समयपूर्व जन्मिएका शिशुहरूको पोषण अवस्था सुधार गर्न तथा उपचार प्रक्रियालाई प्रभावकारी बनाउन उल्लेनीय योगदान दिएको छ।

दैनिक स्तनपान राउण्डमार्फत स्वास्थ्यकर्मीहरूले स्तनपानसम्बन्धी समस्यालाई प्रारम्भिक चरणमै पहिचान गरी समयमै समाधान गर्न सक्छन्। आमाहरूलाई शिशुको आवश्यकता अनुसार स्तनपान गराउने (Responsive Feeding), छालासँग छालाको सम्पर्क (Skin-to-Skin Contact), पहिलो ६ महिनासम्म पूर्ण स्तनपान, स्तनदूध निकाल्ने तथा सुरक्षित रूपमा भण्डारण गर्ने विधि, र काममा फर्किएपछि पनि स्तनपानलाई निरन्तरता दिने उपायबारे शिक्षा प्रदान गरिन्छ।

यस क्रममा प्रत्येक आमाको स्तनपान गर्ने तरिका, शिशुको सही रूपमा स्तन समात्ने (Latch), सही अवस्था (Positioning), दूध पिउने प्रक्रिया तथा दूधको प्रर्याप्तताको मूल्याङ्कन गरिन्छ। साथै स्तनको घाउ (Sore Nipples), स्तन सुन्निने (Breast Engorgement), दूध ढिलो आउने तथा शिशुले राम्रो ग स्तन समात्न नसक्ने जस्ता समस्याहरू को प्रारम्भिक पहिचान र व्यवस्थापन गरिन्छ।

सुत्केरी बेला घरभेटमा स्तनपान परामर्श

पूर्ण स्तनपानलाई प्रवर्द्धन गर्न तथा आमा र नवजात शिशुको निरन्तर स्वास्थ्य सुनिश्चित गर्न **सिद्धि मेमोरियल अस्पताल**ले सुत्केरी बेला घरभेट (PNC Home Visit) कार्यक्रममा पनि स्तनपान परामर्श प्रदान गर्दै आएको छ।

अस्पतालबाट डिस्चार्ज भएपछि प्रशिक्षित नर्सहरूले घरमै पुगेर स्तनपानको अभ्यासको मूल्याङ्कन गर्ने, शिशुको सही रूपमा स्तन समाल्ने तरिका अवलोकन गर्ने, स्तनपानका कठिनाइहरू पहिचान गर्ने तथा स्तन दुख्ने, स्तन सुन्निने वा दूध कम भएको जस्तो महसुस हुने समस्याहरु समाधान गर्न व्यावहारिक सुझाव प्रदान गर्छन्।

यस क्रममा आमा तथा परिवारका सदस्यहरूलाई पहिलो ६ महिनासम्म पूर्ण स्तनपान, शिशुको आवश्यकता अनुसार स्तनपान, आमाको पोषण, स्तनदूध निकाल्ने र सुरक्षित रूपमा भण्डारण गर्ने विधि तथा नवजात शिशुमा देखिन सक्ने खतरा संकेतहरूको बारेमा परामर्श दिइन्छ। घरमै प्रदान गरिने यस व्यक्तिगत सहयोगले आमाको आत्मविश्वास बढाउनुका साथै परिवारको सक्रिय सहभागिता सुनिश्चित गर्दै स्तनपानसम्बन्धी समस्याहरु समयमै समाधान गर्न मद्दत गर्दछ।

यस सामुदायिक सेवामार्फत सिद्धि मेमोरियल अस्पतालले अस्पताल बाहिर पनि गुणस्तरीय मातृ तथा नवजात शिशु सेवा विस्तार गर्दै प्रत्येक आमालाई सफल स्तनपानका लागि आवश्यक सहयोग तथा प्रत्येक नवजात शिशुलाई स्वस्थ जीवनको उत्कृष्ट सुरुवात प्रदान गर्ने प्रयासलाई निरन्तरता दिएको छ।

निष्कर्ष

आमाको दूध संकलन तथा आपूर्ति सेवा र दैनिक स्तनपान राउण्डले सिद्धि मेमोरियल अस्पतालमा मातृ तथा नवजात शिशु सेवाको गुणस्तरमा उल्लेनीय सुधार ल्याको छ। यी सेवाहरूबाट जन्मपछि छिटो स्तनपान सुरु गर्ने दरमा वृद्धि, अस्पतालमा भर्ना भएका शिशुका लागि स्तनदूधको उपलब्धता बढ्नु, आमाहरूको आत्मविश्वास अभिवृद्धि हुनु तथा कृत्रिम दूधको अनावश्यक प्रयोगमा कमी आउनु जस्ता सकारात्मक उपलब्धिहरु हासिल भएका छन्।

यी पहलहरूले बेबी फ्रेन्ड्ली अस्पताल पहल (Baby-Friendly Hospital Initiative - BFHI) का सिद्धान्तहरूलाई सुदृढ गर्दै शिशुको सर्वोत्तम पोषणका रूपमा स्तनपानलाई प्रवर्द्धन गरेका छन्। नर्स, बालरोग विशेषज्ञ, प्रसूति तथा स्त्री विशेषज्ञ र पोषणविद्हरूको समन्वित प्रयासका कारण प्रत्येक आमाले आवश्यक सहयोग र प्रत्येक नवजात शिशुले उत्कृष्ट पोषण प्राप्त गर्ने वातावरण सुनिश्चित भएको छ।

भविष्यमा पनि स्तनपान सहयोग सेवालाई अझ प्रभावकारी बनाउँदै सिद्धि मेमोरियल अस्पतालले आमाहरूलाई सशक्त बनाउने, परिवारलाई सचेत गराउने तथा प्रत्ये क नवजात शिशुलाई आमाको दूधको अमूल्य लाभ उपलब्ध गराउने आफ्नो प्रतिबद्धतालाई निरन्तर अगाडि बढाइरहेको छ। यस मार्फत स्वस्थ आमा, स्वस्थ शिशु र स्वस्थ समुदाय निर्माणमा महत्वपूर्ण योगदान पुग्ने विश्वास गरिएको छ।