

తల్లిపాల ప్రోత్సాహం

కేవలం



10

సూచనలతో! ... శిశు మైత్రీ బాటలో!!



(తల్లిపాలిచ్చే తల్లులకు సహకరించడానికి ఇదొక పిలుపు)

ప్రతి సంవత్సరం ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఆగష్టు నెలమొదటి వారంలోజులు “తల్లిపాలవారోత్సవాలుగా” గడచిన 18 సంవత్సరాలుగా ‘వాబా’ (WABA) సంస్థ ఆధ్వర్యంలో WHO, Unicef ల సహకారంతో జరుపబడుచున్నది. మనదేశంలో BPNI సంస్థ కీలక పాత్ర వహిస్తున్నది.

అమూల్యమైన తల్లిపాలసంస్కృతి పునరుద్ధరణకు తల్లులను ప్రోత్సహించి, వారికి సహకరించి తద్వారా తల్లీ పిల్లలను రక్షించుకోవడానికి ప్రతి సంవత్సరం ఒక క్రొత్త సందేశంతో ఈ వారోత్సవాలు జరుగుచున్నాయి. ఇది 19వ వారోత్సవం.

పుట్టినప్పటి నుంచి మొదటి 6 నెలలవయస్సు వరకు తల్లిపాలు బిడ్డకు సంపూర్ణ ఆహారం.

బిడ్డకు కావలసిన అన్ని పోషక పదార్థాలు మరియు వ్యాధి నిరోధక శక్తి తల్లిపాలద్వారా లభిస్తుంది. చక్కటి పోషణ, బుద్ధి కుశలత, ప్రాణాంతకమైన జబ్బులనుంచి రక్షణ, వెలకట్టలేని తల్లీ పిల్లలఅనుబంధం, వివిధ దీర్ఘకాలిక జబ్బులనుండి రక్షణ పిల్లలకు లభ్యమవుతుంది. రొమ్ము క్యాన్సరు, అండాశయపు క్యాన్సరు, రక్తహీనత, ఎముకలబలహీనతలనుండి రక్షణ, సహజ గర్భనిరోధక శక్తి, ఊబకాయ నివారణ మొదలగునవి తల్లికి లభించే ఉపయోగాలు. కుటుంబ ఆర్థిక పరిస్థితికి, ఆరోగ్యవంతమైన సమాజానికి, పర్యావరణ పరిరక్షణకు కూడా తల్లిపాలు దోహదం చేస్తుందన్న విషయం మనందరికీ తెలిసినదే.



BPNI 2010

పిల్లలు ఆరోగ్యంగా ఎదగడానికి WHO/UNICEF సిఫారసు మేరకు భారత ప్రభుత్వము నిర్దేశించిన జాతీయ మార్గదర్శకాలు 2004 & 2006 (NATIONAL GUIDELINES ON IYCF).

- ☞ పుట్టిన గంటలోపే తల్లిపాలు ఇప్పించాలి.
- ☞ మొదటి 6 నెలలు కేవలం తల్లిపాలు మాత్రమే పట్టాలి.
- ☞ అటు పిమ్మట అనువైన సురక్షితమైన అదనపు (ఇంటిలో వండిన) ఆహారం అందిస్తూ
- ☞ తల్లిపాలు 2 సం॥ల వయస్సు వరకు కొనసాగించాలి.



5 సం॥లలోపు మరణాలలో సుమారు 40 శాతం, నెలలోపు శిశువులలో జరుగుచున్నది (సుమారు 4 మిలియన్లు). పుట్టిన గంటలోపే శిశువులకు తల్లిపాలు ఇప్పించినట్లైతే 22 శాతం శిశు మరణాలు (ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఒక మిలియన్ - మనదేశంలో 2.5 లక్షలు) నివారించవచ్చని 2006వ సం॥ 'ఘన' దేశంలో జరిగిన పరిశోధనలో నిరూపించ బడినది. అదే విధంగా మొదటి 6 నెలలు కేవలం తల్లిపాలు మాత్రమే ఇప్పించినట్లయితే సుమారు 15 శాతం 5 సం॥లలోపు మరణాలు, 6 నెలల మీదట అనువైన అదనపు ఆహారం అందిస్తూ తల్లిపాలు 2 సం॥ల వరకు కొనసాగించినట్లయితే మరో 6 శాతం మరణాలు నివారించవచ్చని మరియు కుపోషణను ఘననీయంగా తగ్గించవచ్చని పలు మార్లు శాస్త్రీయ పరిశోధనలలో (Lancet-2003, 04, 05, 06) రుజువైనది.

2009వ సం॥ తల్లిపాల వారోత్సవాలలో "అత్యవసర/విపత్కర పరిస్థితుల్లో తల్లిపాల ప్రోత్సాహం" గురించి చర్చించబడినది.

ఈ సం॥ (2010) "10 సూచనలతో, శిశుమైత్రి బాటలో- విజయవంతంగా తల్లిపాల ప్రోత్సాహము" అన్నది సందేశంగా తీసుకోవడం జరిగినది.

ఏమిటి ఈ 10 సూచనల తల్లిపాల ప్రోత్సాహం?

పది సూచనల తల్లిపాల ప్రోత్సాహక శిశుమైత్రీ ఆసుపత్రుల ప్రణాళిక.

ప్రసూతి మరియు నవజాత శిశువు (Newborn) లకు చికిత్సనందించే ఆసుపత్రులలో

- ❶ లిఖిత పూర్వక తల్లిపాల ప్రోత్సాహక ప్రణాళిక ప్రదర్శించబడి ఉండాలి, ఈ ప్రణాళికలోని అంశాలపై ఆసుపత్రిలో పనిచేసే సిబ్బంది అందరికీ అవగాహన ఉండాలి.
- ❷ ఈ ప్రణాళిక ఆచరణకు సిబ్బంది అందరూ తగిన శిక్షణ పొందియుండాలి.
- ❸ ఆసుపత్రికి వచ్చే గర్భిణీ స్త్రీలందరికీ తల్లిపాల ప్రాముఖ్యత మరియు తల్లిపాలకు సంబంధించిన అన్ని విషయాలు క్లుణ్ణంగా వివరించబడాలి. (ప్రసవించే సమయానికి బిడ్డకు పాలివ్వడానికి తల్లి సిద్ధంగా ఉండేటట్లు).
- ❹ ఆరోగ్యంగా ఉన్న నవజాతశిశువులకు ప్రసవించిన అర్థగంటలోనే తల్లిపాలు ఇప్పించడానికి తల్లులకు సహకారం అందించాలి.
- ❺ బిడ్డకు తల్లిపాలు అందించే సరియైన పద్ధతి (రోమ్ము సమస్యలు నివారించడానికి) మరియు అనారోగ్య కారణాలతో బిడ్డ తల్లిరోమ్ము చీకలేని పరిస్థితిలో, తన చేతితో రోమ్ము పితికి పాలను తరచుగా తీసివేస్తూ (అవసరమైతే ఆ పాలను కప్పుద్వారా బిడ్డకు త్రాగించడం) తల్లిపాల ఉత్పత్తి కొనసాగించడానికి తల్లులకు సహకారం అందించాలి.
- ❻ నవజాత శిశువులకు తల్లిపాలు మినహా ఏ ఇతర ఆహారము/ పానీయము ఇప్పించరాదు. (వైద్యరీత్యా అవసరమైతే తప్ప). మొదటి రోజులలో తక్కువ మోతాదులో లభ్యమయ్యే మురుపాలే బిడ్డకు సరిపోతాయన్న విషయము తల్లికి చెప్పాలి.
- ❼ 24 గంటలూ తల్లి బిడ్డలిద్దరూ కలిసే ఉండాలి. దీనివలన తల్లి బిడ్డల మధ్య అనుబంధం మరియు బిడ్డకు తల్లిపాలు చక్కగా అందించడం జరుగుతుంది.
- ❽ నిర్ణీత గడువుతో కాకుండా బిడ్డకు అవసరమైనప్పుడల్లా (ఆకలి సంజ్ఞలు గుర్తించి) తల్లిపాలు ఇప్పించబడాలి.
- ❹ తల్లిపాలు త్రాగుచున్న శిశువులకు రబ్బర్ నిప్పల్, పాలపీకలు మొదలగునవి అలవాటు చేయరాదు.
- ❺ పిల్లలకు చక్కగా తల్లిపాలు ఇస్తున్న వారు/ తల్లిపాల ప్రాముఖ్యత మరియు ప్రోత్సాహానికి సంబంధించిన విషయాలపై శిక్షణ/అవగాహన పొందినవారిని కలిపి ఒక సంఘంగా ఏర్పరచి (తల్లిపాల ప్రోత్సాహక సంఘాలు) ఆసుపత్రి నుంచి డిశ్చార్జ్ అయిన పిమ్మట అవసరమైతే ఆ సంఘాల సహకారాన్ని తీసుకోమని తల్లులకు సూచించాలి.

తల్లులకు సహకరించడానికి ఇదొక సువర్ణ మార్గం

మనదేశంలో తల్లిపాల సంస్కృతి ఎలా ఉన్నది?

తల్లిపాలు మరియు పిల్లలకు అదనపు ఆహారం అందించే విషయాల ప్రోత్సాహానికి ఉన్నటువంటి ప్రణాళికలు మరియు పథకాల (Policy & Programme)పై P.H.R.N. /BPNI./ IBFAN సంస్థలు 32 దేశాలలో (2008లో) నిర్వహించిన సమగ్ర పరిశీలనలో మనదేశం 27వ స్థానంలో ఉన్నట్లు తెలిసినది.

భారత ప్రభుత్వము 2005-06లో నిర్వహించిన (NFHS-3) సర్వే ప్రకారం కూడా అంత ఆశాజనకంగా లేదు.

1. మొదటి గంటలో తల్లిపాలు కేవలం 24.5% తల్లులు మాత్రమే అందిస్తున్నారు. 2007-08 సం॥లో 534 జిల్లాలలో నిర్వహించిన జిల్లా స్థాయి ఆరోగ్య సర్వేలో (DLHS), 40% పిల్లలు మొదటి గంటలో తల్లిపాలు త్రాగుచున్నట్లు తెలిసినది. (138 జిల్లాలో 0-29%, 197 జిల్లాలో 30-49%, 194 జిల్లాలో 50-89%, 5 జిల్లాలలో 90%పైబడి ఉన్నది.)

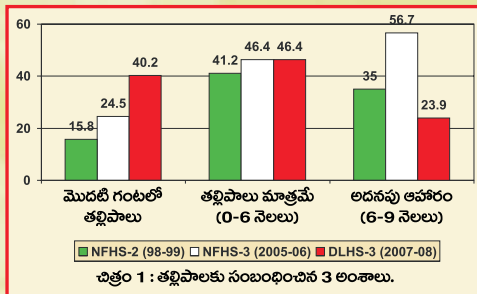
2. మొదటి 6 నెలలు కేవలం తల్లిపాలు 46.3% ఇస్తున్నారు. DLHS ప్రకారం 112 జిల్లాలలో 0-11%, 373 జిల్లాలో 12-49%, 49 జిల్లాలలో 50-89% ఉన్నది. ఒక్క జిల్లాలో కూడా 90-100% లేదు. ఇదికూడా క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి నట్లయితే మొదటి 6 నెలలు తల్లిపాలు మాత్రమే ఇచ్చేవారి శాతం, 6 నెలలలోపల, నెల నెలకీ క్రమేణా తగ్గుతూ వస్తున్నది. కేవలం 20% పిల్లలు మాత్రమే

మొదటి 6 నెలల పూర్తికాలం తల్లిపాలు తీసుకుంటున్నారు.



3. తల్లిపాలు కొనసాగిస్తూ 6-9 నెలల వయస్సులో అదనపు ఆహారం ప్రారంభించు వారు 55.8%. ఇది NFHS-2, (35%) కన్నా కొంత మెరుగు అని చెప్పవచ్చు. కానీ DLHS సర్వే ప్రకారం కేవలం 23.9% మాత్రమే అదనపు ఆహారం ప్రారంభిస్తున్నారు.

మొదటి గంటలో తల్లిపాలు ప్రారంభించడం మినహా మిగతా రెండు అంశాలలో గత 2 దశాబ్దాలుగా ఆశించిన



స్థాయిలో మరో గతిలేదని చెప్పవచ్చు. పాలపొడరు/శిశు ఆహారం తయారు చేసే పరిశ్రమలవారి విపరీత ప్రోత్సాహక పద్ధతులు, తల్లలకు (ఆసుపత్రులు, కుటుంబము, యాజమాన్యము నుంచి) సహకారం అందక పోవడం ముఖ్య కారణాలుగా చెప్పుకోవచ్చు. (సంబంధిత పరిశ్రమలవారి వ్యాపార పద్ధతులను క్రమబద్ధీకరించే తల్లిపాల ప్రత్యమ్నాయ చట్టం (IMS