सामान्य नवजात की आवश्यक देखभाल

Essential Newborn Care for Normal Crying Baby

उद्देश्य

जन्म के तुरन्त पश्चात् नवजात की प्रमाणिक रुटीन केयर (Immediate Newborn Care) के बारे में जानना।

आवश्यक सामग्री

- बेबी मेनीक्विन
- तोलिए, ब्लेड या सिज़र, क्लेम्प या धागा
- इन्जेक्शन विटामिन ’के‘
- आई ऑइन्टमेंट, कॉटन स्वाब
- नवजात के लिए टोपी, मोजे, लंगोट
- वजन मशीन, डिजिटल थर्मामीटर
- नवजात को सुखाने, लपेटने के लिए कपड़े

परिचय

- जन्म के बाद का पहला घन्टा नवजात के जीवित रहने व भविष्य के स्वास्थ्य के लिए बहुत महत्वपूर्ण होता है ।
- स्वास्थ्य कार्यकर्ता का इसमें एक महत्वपूर्ण योगदान होता है। इस दौरान की गई देखभाल ही नवजात के जीवित रहने एवं उसे खतरों/जटिलताओं से बचाने में अहम होती है।

सामान्य नवजात

- जिसका जन्म के समय वजन 2500 ग्राम या उससे अधिक हो
- जिसकी सांस की दर सामान्य एवं नियमित हो
- जिसके शरीर व पगतली गरम हो (36.5-37.4°C)
- शरीर का रंग गुलाबी हो
- सामान्य बॉडी मूवमेन्टस हो
- सक्रिय रुप से स्तनपान करता हो

जन्म के समय नवजात की मूलभूत आवश्यकता

- शरीर गरम रहे
- श्वास की दर सामान्य रहे
- स्तनपान
- संक्रमण से सुरक्षा

नवजात की देखभाल के चरण

नवजात शिशु की आवश्यक देखभाल के चरण

जन्म के ठीक पहले पूर्व में गर्म किये हुये कपड़े माँ के पेट पर बिछा लें

जन्म के तुरन्त बाद नवजात को माँ के पेट पर सीधा लेटा दें (मिकोनियम देखें)

- **मिकोनियम नहीं** → नवजात को सुखाएं एवं श्वास का आकलन करें
  - रो रहा है →
    - दोनों आंखों को अलग-अलग गॉज़पीस से पोछें
    - नवजात को कपड़े से ढक दें
    - नवजात को माँ के पेट पर ही रहने दें
  - नहीं रो रहा है → तुरन्त नाल काटें → नवजात को पुनर्जीवन प्रक्रिया के लिए लेकर जायें
- **मिकोनियम है**
  - रो रहा है → नवजात को सुखाएं एवं श्वास का आकलन करें
  - नहीं रो रहा है → सक्शन करें → नवजात को सुखाएं एवं श्वास का आकलन करें

↓

- दूसरे बच्चे के लिए माँ का पेट देखें
- अगर दूसरा बच्चा नहीं है तो माँ को 10 I.U. ऑक्सीटोसिन का IM इंजेक्शन या 600mg मिजोप्रोस्ट्रोल टेबलेट दें

↓

- 1 से 3 मिनट में नाल काट दें
- नाल से रक्तस्त्राव तो नहीं हो रहा है जाँच करें
- माँ एवं नवजात के बीच त्वचा से त्वचा संपर्क स्थापित करें

↓

- स्तनपान में सहयोग करें जिससे जल्दी स्तनपान प्रारंभ हो सके
- नवजात को गर्म रखें

↓

- नवजात का पूर्ण परीक्षण करें
- वजन लेकर नोट करें
- नवजात को विटामिन K का इंजेक्शन दें
- टीकाकरण करें बीसीजी (1 mg टर्म के लिये 0.5 mg प्रीटर्म के लिये), ओपीवी एवं हैपेटाइटिस-बी

जन्म के समय नवजात की आवश्यक देखभाल

- नवजात की तुरन्त देखभाल (प्रथम 60 मिनट)
- नवजात की देखभाल (जन्म के बाद 60 मिनट से लेकर 6 घंटे तक)
- डिस्चार्ज करने से पहले की देखभाल

चरण : नवजात की त्वरित देखभाल (प्रथम 60 मिनट)

नवजात की त्वरित देखभाल (प्रथम 60 मिनट)

- समय क्रमः पेरिनियल बल्जिंग के साथ प्रजेंटिंग पार्ट दिखाई पड़ता है (प्रसव का दूसरा चरण)
- समय क्रमः प्रथम 30 सेकण्ड के अन्दर
- समय क्रमः 1–3 मिनट
- समय क्रमः जन्म के 60 मिनट के अन्दर

समय क्रमः पेरिनियल बल्जिंग के समय जब प्रेजेंटिंग पार्ट दिखाई देने लगे

1 प्रसव कक्ष साफ सुथरा हो और कमरे का तापमान 25 डिग्री सेल्सियस से ज्यादा हो।

2 हाथ धोएं (हाथ धोने के चरण देखें)।

3 दो जोड़े दस्ताने पहने।

4 रिससिटेशन उपकरण को जांच लें।

5 रेडिएंट वार्मर का स्विच ऑन करें।

6 स्टेरलाईज्ड प्रसव किट की उपलब्धता सुनिश्चित करें।

समय क्रमः प्रथम 30 सेकण्ड के अन्दर

- जन्म का समय **तेज आवाज** में बोलें

- मां को नवजात का **लिंग** बताए

समय क्रमः प्रथम 30 सेकण्ड के अन्दर

नवजात को प्रसव के बाद मां के पेट पर लिटाएं

1 जन्म के तुरन्त बाद नवजात को मां के पेट पर पहले से रखे साफ, सूखे एवं गर्म कपड़े पर रखें।

2 यदि पेट पर रखना संभव न हो तो नवजात को साफ, गरम एवं सुरक्षित जगह पर मां के पास रखना चाहिए।

समय क्रमः प्रथम 30 सेकण्ड के अन्दर

नवजात को सुखाएं और गर्माहट दें

1 नवजात को मां के पेट पर रखें।

2 नवजात को अच्छी तरह सुखाने के लिए साफ और गर्म तोलिए/कपड़े का उपयोग करें। उसकी आंखें, सिर, चेहरा, आगे और पीछे, हाथ और पैर पोंछें।

3 गीला कपड़ा हटा दें और नवजात को सूखे तोलिए/कपड़े में लपेटें।

4 पोंछने–सुखाने के दौरान नवजात के श्वसन का आंकलन करें।

समय क्रमः प्रथम 30 सेकण्ड के अन्दर

5 नवजात को मां के पेट या उसकी छाती पर इस तरह लिटा दें कि त्वचा से त्वचा सम्पर्क बना रहे।

6 कीटाणुरहित किए हुए दो अलग–अलग गॉज़ से उसकी दोनों आंखें पोंछ दें।

7 नवजात की पीठ किसी गर्म कपड़े से और उसका सिर किसी टोपी से ढक दें।

समय क्रमः प्रथम 30 सेकण्ड के अन्दर

नवजात के टखने पर **पहचान टैग लगाएं।**

1 टैग में नवजात के लिंग के साथ अन्य जानकारी होती है।

2 नवजात जब तक अस्पताल में रहे टैग लगा रहना चाहिए।

समय क्रमः प्रथम 30 सेकण्ड के अन्दर

- यह **सुनिश्चित** करें
  - मां के पेट में दूसरा बच्चा तो नहीं है,
  - मां को 10 IU ऑक्सीटोसीन IM इंजेक्शन अथवा 600 ug मिसोप्रोस्टोल टैबलेट मुख के माध्यम से दिया गया हो।

ध्यान रखें

- नवजात को मां से अलग न रखें।
- नवजात को ठंडी या गीली सतह पर न रखें।
- वरनिक्स यदि मौजूद हो तो उसे पोंछे नहीं।
- जन्म के तुरन्त बाद नवजात को नहलायें नहीं।
- पैर को चिन्हित (फुट प्रिटिंग) न करें।

समय क्रम– 1 से 3 मिनिट

देरी से नाल काटें

1 समान्य अवस्था में नाल की स्पन्दन/धड़कन बंद हो जाने के बाद ही नाल बांधें। **(1 से 3 मिनट)**

2 रिससिटेशन की आवश्यकता पर तुरन्त क्लेम्प करें।

3 कॉर्ड को नवजात की नाभि से दो अंगुल एवं चार अंगुल पर डिस्पोजेबल क्लेम्प (साफ धागे) लगायें।

4 कॉर्ड काटने हेतु नये ब्लेड या स्टेरलाईजड सिज़र का उपयोग करें।

समय क्रम– 1 से 3 मिनिट

5 कॉर्ड कट करते समय नवजात को कोई चोट न लगे अतः अपना एक हाथ कटिंग औजार व नवजात के बीच रखें।

6 कॉर्ड के कटे भाग को साफ व स्टेरलाईजड गॉज पीस से ढकें ताकि कॉर्ड से रक्त नहीं उछले।

7 कॉर्ड पर कुछ भी नहीं लगाए हवा में खुला छोड़ दें।

समय क्रम– 1 से 3 मिनिट

8 यह देखें कि नाल से यदि रक्तस्त्राव हो रहा है तो पहली गांठ और नाभि के बीच एक और गांठ बांध दें।

समय क्रम–जन्म के 60 मिनट के अंदर

त्वचा से त्वचा का संपर्क

- जैसे ही नाभिनाल काटें नवजात को तुरन्त मां की छाती पर दोनों स्तनों के बीच में रखें ताकि त्वचा से त्वचा के संपर्क द्वारा नवजात गर्म रहे इससे स्तनपान को भी बढ़ावा मिलता है।

समय क्रम–जन्म के 60 मिनट के अंदर

नवजात को गर्म रखना

1 नवजात को गरम कपड़े पहनाएं एवं गर्म कपड़े में लपेटें।

2 सिर पर टोपी अवश्य पहनाएं क्योंकि सिर से सबसे ज्यादा ताप का ह्रास होता है।

3 साथ ही मोजे एवं लंगोट भी पहनाएं।

4 मां और नवजात को साथ रखें।

समय क्रम–जन्म के 60 मिनट के अंदर

स्तनपान तुरन्त आंरम्भ करना

1 मां की स्थिर होते ही तुरन्त स्तनपान आरम्भ कराने में मदद करें।

2 मां को स्तनपान हेतु सही स्थिति व जुड़ाव के बारे में जानकारी दें।

समय क्रम–जन्म के 60 मिनट के अंदर

आंखों की देखभाल

1 पहले स्तनपान अथवा जन्म के एक घन्टे के बाद आखों की देखभाल आरम्भ करें।

2 सबसे पहले हाथ धोएं।

3 नीचे की पलक एक उंगली से नीचे की और कर एक चावल के दाने के बराबर 1 प्रतिशत टेट्रासाईक्लिन नीचे की पलक की लाईन के साथ अंदर से बाहर की और डालें।

समय क्रम–जन्म के 60 मिनट के अंदर

4 ध्यान रखें कि टयूब के सिरे से आंख में कोई चोट नहीं लगे एवं आंख को नहीं छूएं।

5 इसी प्रकार दूसरी आंख में दवा डालेंगे।

6 दोबारा हाथ धोएंगे।

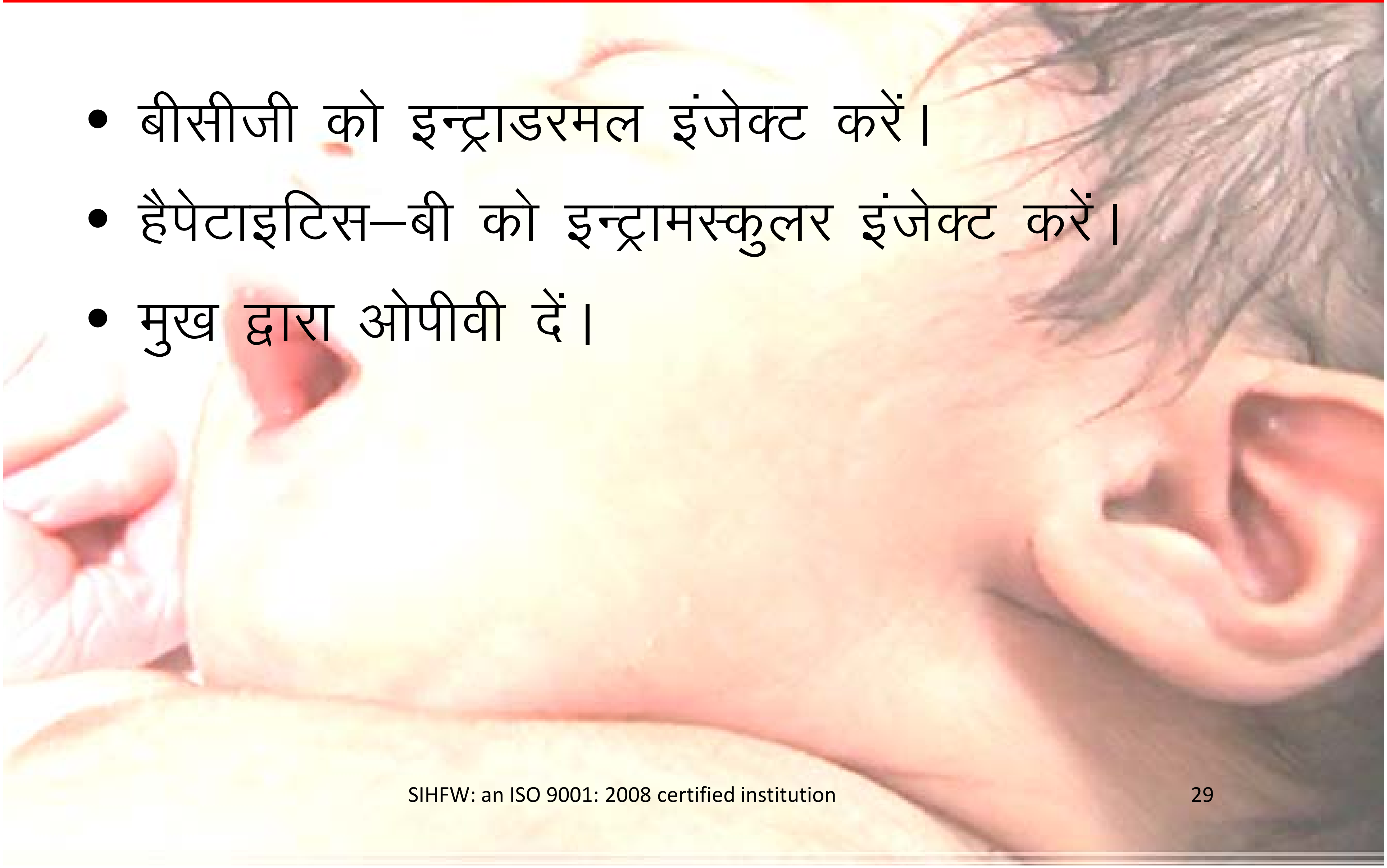
समय क्रम–जन्म के 60 मिनट से लेकर 6 घंटे तक नवजात की अत्यावश्यक देखभाल

विटामिन ‘के’ प्रोफॉइलेक्सिस

- हाथों को धो लें।
- समय पर जन्म लेने वाले नवजातों के लिए विटामिन ’के’ 1 mg IM का एकल खुराक और समय से पहले जन्म लेने वाले नवजात के लिए 0.5 mg का इंजेक्शन दें।

टीकाकरण करें

- बीसीजी को इन्ट्राडरमल इंजेक्ट करें।
- हैपेटाइटिस–बी को इन्ट्रामस्कुलर इंजेक्ट करें।
- मुख द्वारा ओपीवी दें।



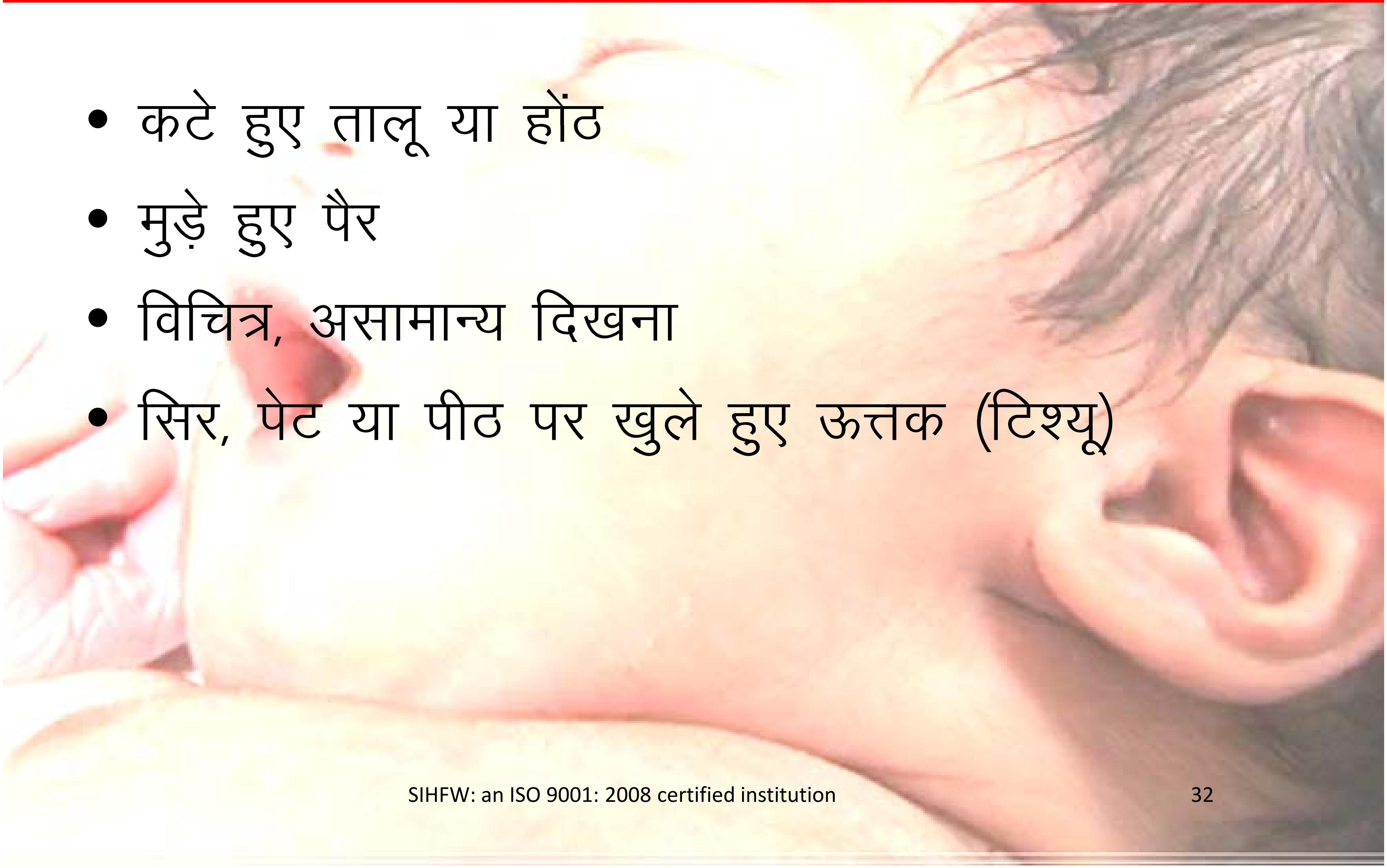
नवजात का निरीक्षण करना एवं वजन लेना

- नवजात का सम्पूर्ण परीक्षण करें।
- नवजात का वजन करें और रिकार्ड करें।
- यदि यह वजन 2500 या अधिक है तो यह सामान्य है यदि यह 1500 या उससे कम है तो नवजात को तुरन्त सुरक्षित रेफर करें।

जन्म के समय शिशु में संभावित चोटों की जा

माथे के एक ओर या दोनों ओर गुम्मर, घाव या कूल्हों पर सूजन, पांवों की असामान्य स्थिति (ब्रीच प्रेजेंटेशन के बाद) अथवा बांहों की अ–रेखिक चाल (asymmetrical arm movement) या किसी बांह का न घूम सकना, इत्यादि बातों की जांच करें।

विकृतियों का निरीक्षण



- कटे हुए तालू या होंठ
- मुड़े हुए पैर
- विचित्र, असामान्य दिखना
- सिर, पेट या पीठ पर खुले हुए ऊत्तक (टिश्यू)

नाल की देखभाल

- कॉर्ड (नाल के छोर) पर कुछ न लगाएं।
- कॉर्ड के नीचे डायपर को मोड़ दें। नाल के छोर को स्वच्छ व ढीले कपड़े से ढक दें।
- यदि नाल का छोर गंदा हो तो उसे साफ कपड़े से अच्छी तरह सुखा दें।
- माँ को यह बता दें कि यदि नाभि लाल हो या उससे पस निकल रही हो तो उस पर ध्यान दिया जाना चाहिए।

समय क्रम–जन्म के 6 घंटे के बाद लेकिन डिस्चार्ज करने से पहले

महत्वपूर्ण बिंदु

- दिन–रात, नवजात द्वारा मांग किए जाने पर अप्रतिबंधित रूप से स्तनपान में सहायता दें।
- नवजात को गर्म रखने का ध्यान रखें।
- नवजात को नहलाएं नहीं।
- नवजात को पीठ के बल या करवट से लेटने दें।
- नवजात को धुएं या धूम्रपान करते लोगों से दूर रखें।

गंभीर बीमारी के लक्षणों पर नजर रखें

1 तेजी से श्वास चलना (प्रति मिनट 60 या उससे अधिक श्वास)

2 मंद गति से श्वास चलना (प्रति मिनट 30 से कम श्वास)

3 छाती में गंभीर किस्म का संकुचन

4 कराहना

5 दौरे आना

6 शिथिल (Fluffy) या सख्त (Stiff)

गंभीर बीमारी के लक्षणों पर नजर रखें

7 बुखार (तापमान $37.4^{0}C$ से ज्यादा)

8 तापमान $36.5^{0}C$ से कम या गर्माहट देने के बाद भी तापमान का न बढ़ना

9 त्वचा पर 10 से भी अधिक छाले या धब्बे या सूजन या लालिमा या त्वचा का कड़ापन (स्केलरिमा)

10 नाल के छोर या कटे हुए हिस्से से खून निकलना

11 पीलापन

धन्यवाद