स्तनपान ,शिशु अनुकूल तरीका

मेरा नाम _____ है और मेरा लक्ष्य है अनन्य रूप से मेरे शिशु का स्तनपान करना।. **स्तनपान के लाभ मेरे और मेरे शिशु के लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं। मेरा अनुरोध है कि इन दिशानिर्देशों का समर्थन किया जाए जब तक ये मेरे और मेरे शिशु के लिए चिकित्सकीय रूप से सुरक्षित हों।.** यदि मैं चुनी गई शिशु को दूध पिलाने की प्रथाओं के बारे में प्रश्नों के उत्तर देने में असमर्थ रहती हूँ ,तो कृप्या मेरे प्रसव साथी _____ या मेरे डॉक्टर _____ ,से बात करें ,जो कि दोनों ही मेरे स्तनपान के निर्णय के समर्थक हैं।.

उन सभी को चुनें जो लागू होते हैं:

☐ **अनन्य रूप से स्तनपान**

मेरा लक्ष्य है अनन्य रूप से मेरे शिशु का स्तनपान करना। कृप्या मुझसे या मेरे प्रसाव साथी से बात किए बगैर मेरे शिशु को कोई परिशिष्ट खुराक) सप्लीमेन्ट (ना दें। मैं चाहती हूं कि मेरे शिशु का सारा चूषण मेरे स्तन पर हो ताकि मेरे दूध की आपूर्ती अच्छी हो सके।.

☐ **कोई बॉटल या चुसनी नहीं**

कृप्या मेरे शिशु को चूसनी या किसी प्रकार की बोतल जिसमें फॉरमुला ,पानी या ग्लूकोज़ जल हो इस सहित कोई भी कृत्रिम निपल) चूसनियाँ (ना दें। यदि परिशिष्ट खुराक देने के लिए कोई चिकित्सीय कारण हो ,तो मैं पहले किसी स्तनपान सलाहकार या शिशु चिकित्सक से दबा कर निकाले दूध से खिलाने के वैकल्पिक तरीके के बारे में बात करना चाहूंगी।.

☐ **त्वचा से त्वचा का संपर्क**

जब मेरे शिशु का जन्म हो मैं चाहती हूं कि उसे मेरी छाती पर त्वचा से त्वचा का संपर्क बनाकर कम से कम तीस मिनटों तक रखा जाए। यदि संभव हो , कृप्या मेरे शिशु के साथ नियमित नवजात मूल्यांकन उसे मेरी छाती पर रखकर किए जाएं। हमारे रहने के दौरान ,जितना संभव हो मैं अपने शिशु को त्वचा से त्वचा का संपर्क बनाकर पकड़ना चाहती हूं। यदि अधिक गर्मी की आवश्यकता हो तो एक कंबल हमारे ऊपर डाली जाए ,परंतु हमारे बीच में नही।.

☐ **पहला घंटा**

कृप्या प्रसाव के बाद 30 मिनट से 1 घंटे के अंदर मुझे स्तनपान प्रारंभ करने में सहायता करें। इसका मतलब है कि शिशु को जन्म के बाद जब मेरा शिशु तैयार हो)उदाहरणार्थ ,स्तन खोजना ,होंठ चाटना ,इत्यादी। (जितनी जल्दी हो सके त्वचा से त्वचा संपर्क बनाकर स्तनपान प्रारंभ करने में सहायता दी जाए। यदि मेरा शिशु तैयार होने के संकेत नहीं देता हो तो कृप्या उसे स्तन चूसने के लिए जबरदस्ती ना करें। इसके बजाय , जब तक वह स्तन पकडने के लिए तैयार ना हो मेरे शिशु को मेरे पास त्वचा से त्वचा का संपर्क बनाकर रखें।.

☐ **नियमित जांच**

कृप्या मेरे शिशु की जांच मेरी उपस्थिति मे करें और उसे तब तक मुझसे दूर ना ले जाएं जब तक उसे ऐसे

एक समान अवसर सकारात्मक कार्रवाई नियोक्ता। सेवा गैर भेदभावपूर्ण आधार पर प्रदान की जाती है।

किसी चिकित्सकीय उपचार की आवश्यकता ना हो जो मेरे कमरे में नही किया जा सकता है।.

☐ **आपातकालीन सिजेरियन**

यदि मेरा सिजेरियन किया जाता है तो मैं ऑपरेशन के बाद जितना जलदी हो सके अपने शिशु को त्वचा से त्वचा के संपर्क में पकडना चाहूंगी। यदि मैं प्रसाव के बाद कुछ समय तक ऐसा करने में असमर्थ रहूं तो , कृप्या मेरे साथी को शिशु को त्वचा से त्वचा के संपर्क में पकडने दें।.

☐ **कमरे में रहना**

मैं अपने शिशु को पर्याप्त त्वचा से त्वचा का संपर्क देने के लिए अपने शिशु के साथ 24 घंटे एक ही कमरे में रहना चाहूंगी ताकि मैं अपने शिशु के भूख के संकेतों को सीख सकूं और भूख के पहले संकेत पर ही उसे दूध पिला सकूं। यदि किसी कारणवश ,मेरा शिशु और मैं एक ही कमरे में ना हों। सर्व प्रथम भूख के संकेत नजर आने पर ,जैसे कि हाथों का चूसना ,चूषण की आवाजें निकालना ,तेजी से आंखों को हिलाना ,या स्तन खोजना ,कृप्या उसे मेरे पास लाया जाए।.

☐ **स्तनपान में सहायता**

कृप्या मुझे सिखाएं कि शिशु की अच्छी स्तन-पकड को कैसे पहचानना है और यदि आवश्यकता हो ते मेरे शिशु के आसन और स्तन-पकड को कैसे सुधारना है। कृप्या मुझे सिखाएं कि मेरे शिशु की भूख के प्रारंभिक संकेतों को कैसे पहचानना है और यह कैसे सुनिश्चित करना है कि मेरा शिशु अच्छी तरह स्तनपान कर रहा है।.

☐**स्तन पंप**

यदि मेरा शिशु स्तनपान करने में असमर्थ है या चिकित्सकीय कारणों से मुझसे दूर है तो ,मैं प्रसाव के 6घंटों के अंदर स्तन पंप का उपयोग करने में सक्षम होना चाहती हूं। यदि आपको लगता है कि मुझे पंप का उपयाग मेरे अस्पताल में ठहरने कि अवधि से अधिक करना होगा या अगर एक दोहरा बिजली वाला स्तन पंप उपलब्ध नही है ,कृप्या मुझे मेरे WIC कार्यालय को कॉल करने याद दिलाएं।.

☐ **अस्पताल से छुट्टी के बैग**

कृप्या मुझे अस्पताल से छुट्टी पर ऐसे कोई बैग ना दें जिनमें फॉर्मुला हो या मुझे कृत्रिम शिशु दूध के बारे में कोई भी प्रचार या विपणन सामग्री नही दिखाएं।.

☐ **अस्पताल से छुट्टी के बाद स्तनपान समर्थन**

मैं और मेरा शिशु घर आने के बाद यदि मुझे स्तनपान में सहायता की आवश्यकता हो तो मैं स्तनपान समर्थन के लिए संपर्क जानकारी प्राप्त करना चाहूंगी।