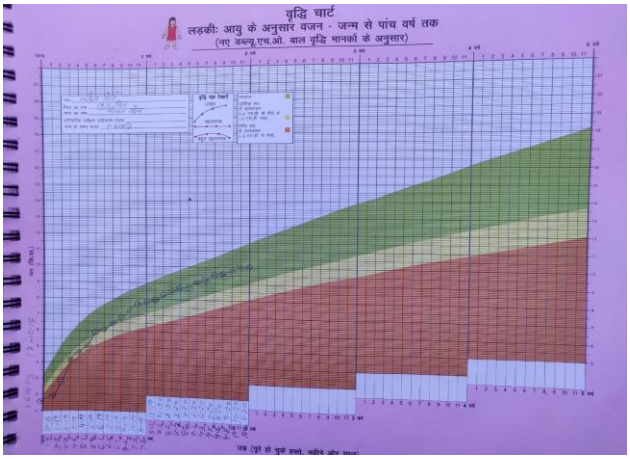
सरीना और सुबानी की कहानी

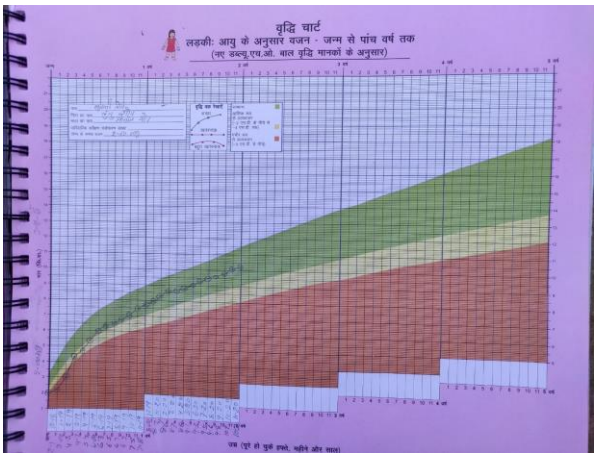
झारखण्ड राज्य के पश्चिमी सिंहभूम जिला बासाहातु सी. एच. सी. से तीन किलोमीटर दूरी में कुस्तुईया गांव बसा है उसी गांव में सोनम गोप रहती ह ै।

जब सोनम की षादी लुटू गोप से हुआ वो 19 साल की थी।षादी के छः साल बाद सोनम गर्भवती हुई उस समय कुस्तुईया गांव में पी. एल. ए बैठक चल रही थी वो हर बैठक में आ कर शग लेती थी।

छः साल बाद गर्भवती हुई इसलिए सोनम बहुत खुष थी और खुद का ध्यान बहुत अच्छी तरह से कर रही थी, जैसे गर्भावस्था के दौरान आराम ,खानपान में ध्याान देना, समय में टीका सुई ले रही थी ।

सोनम 5 वां माह में सहिया के साथ अस्पताल गई तो आल्ट्रासाऊन्ड के दौरान पता चला गर्भ में दो बच्चा है तब सोनम चिंतित हो गई कैसे दो बच्चा का देखभाल करूंगी। लेकिन सहिया हर समय सोनम को हौसला देती रही। इस समय बहुत भारी काम नहीं करना , पौष्टिक आहार खाना,साथ में दिन में दो घंटा आराम करना, । 3 दिसंबर 2018 सुबह सोनम का दर्द षुरू हुआ। सोनम की सास सहिया को खबर दिए और बासाहातु सी एच सी ले कर गए। सोनम दो बच्ची को जन्म दिए एक का नाम सरीना 2 किलो, दूसरी सुबानी 1 किलो 6 सौ ग्राम। जन्म के तुरंत बाद गर्म कपड़ा से लपेट कर स्तनपान कराए। डाक्टर बोले सुबानी को एस एन सी यू. लेकर जाए परंतु सोनम को लगा कि इतने सालों के बाद मां बने है । हम अपने दोनों बच्चों से कैसे अलग रह पाएंगे । ये सोचकर सोनम वापस घर आती है । उसके बाद पी एल ए बैठक के दवरा जो जानकारी प्राप्त किए थे उसे सोनम और परिवार वाले ने अपनाए जैसे बच्चे को बार बार स्तनपान कराना और छाती से कैसे गर्म रखना और नहीं नहलाना है इत्यादि । जिस वजह से उसका वजन धीरे–धीरे बढ़ने लगा।





घर में सास और पति का सहयोग भी मिला। हर माह में सहिया और सेविका बच्चा का वजन लेते थे और ग्रोथ चार्ट में अंकित करते थे जिसमें पता चल रहा था कि बच्चा का वजन वृधि हो रहा है। अभी सुबानी का वनज 10 किलो 200 ग्राम और सरीना की वनज 10 किलो है । 6 माह के बाद दोनों बेटी को उपरी आहार देना षुरू किये अभी वो मीट,मछली,अंडा, हरा साग सब्जी इत्यादि खाती है और दोनों स्वस्थ हैं।परिवार में सब लोग खुष हैं । अभी भी सोनम हर माह की बैठक में लगातार षामिल हुआ करती है ।