कमजोर शिशु के बेहतर पालन पोषण एवं देखभाल के प्रयास

मै पिनू देवी, जिला मुख्यालय लातेहार से 46 किलोमीटर एवं प्रखंड मुख्यालय चंदवा से 19 किलोमीटर बैरगड़ा गाँव में रहती हूँ। यह गांव पहाड़ों से घिरा हुआ है और आने जाने का रास्ता बहुत दुर्गम है। लगभग 1 किलोमीटर पैदल चलने के बाद ही आने जाने के लिए कुछ साधन मिल पाता है

Figure 1: पिनु देवी का गाँव

यहां आंगनबाड़ी केंद्र भी नहीं है। यहाँ के लोगो को टीकाकरण के लिए 4 किलोमीटर दूर तोरार गांव जाना पड़ता है। इस गांव में अनुसचित जाति एवं अनसूचित जनजाति के लोग रहते है तथा यहां का जनसंख्या 320 एवं 75 घर है।

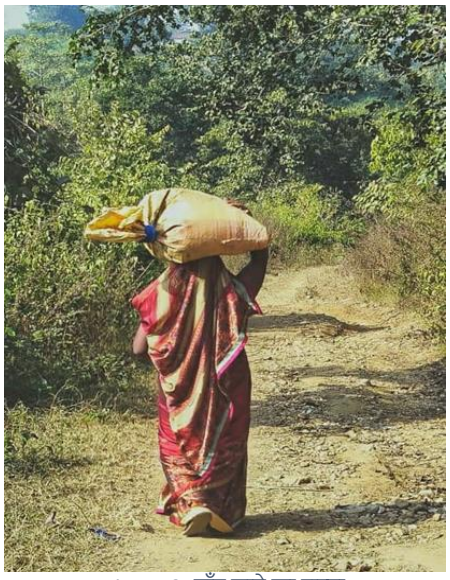

Figure 2: गाँव जाने का रास्ता

यहां के लोगों का जीविका का मुख्य साधन मजदूरी है इसी चलते मेरे पति पुसा गंझु काम के तलाश में बाहर गए लेकिन अच्छा काम नहीं मिलने के कारण घर वापस लौट गए और यही मजदूरी करने लगे। परिवार में आमदनी का स्रोत काफी सीमित है और इसी से पूरा परिवार का जीवन यापन होता है।

Figure 3:पिनु घर मे अनाज एकत्रित करती हुई

Figure 4: स्वास्थ उप केंद्र

जब मैं पहली बार गर्भधारण की उस समय गर्भावस्था के 3 महीना बाद सहिया दीदी के सहयोग से आंगनबाड़ी केंद्र में जाकर पंजीकरण कराई, उसके बाद दो बार स्वास्थ्य उप केंद्र में जाकर जांच कराई। जांच के दौरान ANM दीदी द्वारा बताया गया कि मैं

बहुत कमजोर हूँ और मुझे पौष्टिक आहार एवं आयरन की गोली खाने की सलाह दी। लेकिन गरीबी के कारण मैं पौष्टिक आहार जैसे दूध मांस मछली एवं हरा साग सब्जी का सेवन नहीं कर पाई।

Figure 5: सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र

गर्भावस्था के 9 महीने पूरा होने के बाद मुझे प्रसव पीड़ा शुरू हुआ। प्रसव पीड़ा शुरू होने के कुछ ही देर बाद मैं बेहोश होकर गिर गई। इस हालत में ही मुझे 1 किलोमीटर पैदल जाना पड़ा और मेरे परिवार के लोग मुझे एंबुलेंस के माध्यम से स्वास्थ्य उप केंद्र ले गए । वहां भी बेहोश ही रही , बेहोशी के कारण मुझे रेफर किया गया। इसके बाद परिवार बाले मुझे साईं नर्सिंग होम चंदवा लेकर गए लेकिन वहाँ से भी रेफर कर दिया। इसके बाद सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र चंदवा ले गए वहां भी बेहोश रही जिसके कारण मुझे रांची रिम्स रेफर किया गया। यह सब देखते हुए मेरे परिवार के लोग हिम्मत हार गए और मुझे उसी हालत में घर वापस लेकर आ गए।

Figure 6: रोहित को खाना खिलाती हुई

उसी दिन 24/12/2018 को घर मे ही करीब 2 : 00 बजे रात को बेहोशी के हालत में एक लडके को जन्म दी। जिसका वजन 1 किलो 700 ग्राम था। प्रसव होने के बाद फूल (प्लसेंटा) बाहर नहीं निकलने के कारण मेरे परिवार के लोग सहिया दीदी से संपर्क किए। उन्होने सलाह दी कि मुझे अस्पताल ले जाना पड़ेगा। उसके बाद परिवार वाले महिला सहायता समूह से कुछ पैसे उधार लेकर मिशन अस्पताल लोहरदगा ले गए वहा पर फूल (प्लसेंटा) निकाला और धीरे धीरे होश आईं।

4 दिन मुझे अस्पताल में ही रखा गया। अस्पताल में एवं सहिया दीदी के द्वारा बताया गया कि बच्चा बहुत कमजोर है इसे अच्छा से देखभाल करना पड़ेगा तब मुझे गांव में होने वाले पीएलए बैठक के बारे में याद आया उसमे बताया गया था कि कमजोर एवं कम वजन वाले बच्चे को कैसे देखभाल करना है और उसमें यह भी बताया गया था कि बच्चे को ज्यादा से ज्यादा स्तनपान करने , साफ़ सुथरा रखना एवं सिने से सटा के रखने से वजन बढ़ता है और ठंड के दिनों में बच्चे को अच्छे से कपड़ों में लपेट कर रखना चाहिए ताकि बच्चे को ठंड से बचाया जा सके। बैठक में बताए गए सारे बात को ध्यान में रखते हुए मैं अपने बच्चे को लगातार स्तनपान कराई और 6 महीने के बाद थोड़ा थोड़ा ऊपरी आहार देना शुरू की। आज मेरा बच्चा 2 साल का हो गया है और बिल्कुल स्वास्थ है

Figure 7: पिनु देवी घरेलू काम करती हुई