Dakshata

स्तनपान चेकलिस्ट

क्र.सं.	कार्य	अवलोकन
1	माँ को एक आरामदायक स्थिति में लेटने या बैठने के लिए कहते हैं और स्तनपान शुरू करवाने में माँ की मदद करते हैं	
2	निप्पल और स्तन को साफ करने के लिए कहते हैं	
3	रूटिंग रिफ्लेक्स का वर्णन और प्रदर्शन करते हैं	
4	सही पोज़िशन सुनिश्चित करते हैं और बताते है कि: ● शिशु के शरीर को अच्छी तरह से सहारा देना चाहिए ● सिर, गर्दन और धड़ एक ही स्तर (प्लेन) पर होने चाहिए ● शिशु का पूरा शरीर माँ की ओर मुँह किए हुए होना चाहिये ● शिशु के पेट का माता के पेट से स्पर्श होना चाहिए	
5	शिशु का माँ की छाती से अच्छी तरह जुड़ाव सुनिश्चित करते हैं और बताते हैं कि: ● शिशु का मुँह पूरी तरह से खुला हुआ हो ● नीचे वाला होंठ बाहर की ओर मुड़ा हुआ हो ● शिशु की ठोड़ी का माता के स्तन से स्पर्श होना चाहिए ● ऐरिओला का ज्यादा हिस्सा ऊपर की तरफ दिखाई देना चाहिए	
6	शिशु अच्छी तरह से निप्पल चूस रहा है को सुनिश्चित करते हैं और बताते हैं कि –शिशु धीरे–धीरे और गहरा निप्पल चूसता है और फिर बीच–बीच में विराम लेता है।	
7	स्तनपान करवाने के बाद शिशु को डकार दिलाने की सलाह देते हैं	
8	माँ को बताते हैं कि स्तनपान कितनी बार करवाना है (कम से कम 24 घण्टे में 8 बार रात को मिलाकर) और स्तनों को पूरी तरह से खाली करने के और बाद वाले दूध के महत्व को बताते है	
9	स्तनों में घाव, उनका कटना, फ़टना और खाली नहीं होने (एन्गोरजमेन्ट) का निरीक्षण करते हैं	
10	पहला दूध (कोलोस्ट्रम) पिलाने की उपयोगिता के बारे में परामर्श देते है और केवल और केवल स्तनपान करवाने पर बल देते हैं	
11	माता को सही भोजन, पर्याप्त आराम और चिंतामुक्त वातावरण में रहने की सलाह देते हैं	