शिशु की देखरेख

नीलम रानी -
विषय - गृह विज्ञान
B.A. Part I Hons
[illegible]
Date - 17.4.2020.

शिशु का आहार —

बच्चे ईश्वर की सबसे बड़ी देन है। बच्चों के पालन-पोषण का भार माता-पिता, गुरु एवं अभिभावक पर होता है। परन्तु सबसे अधिक महत्वपूर्ण स्थान माता का होता है। जीवन के प्रारंभिक काल में शिशु का सबसे अधिक सम्पर्क माँ से ही रहता है। माँ के ऊपर ही शिशु का सब कुछ निर्भर करता है। माँ ही राष्ट्र को सुदृढ़ बनाने में सफल सुदृढ़ और नागरिक दे सकती है।

जन्म के उपरान्त से ही शिशु के पोषण के लिए आहार का प्रबन्ध अनिवार्य होता है। शिशु के पोषण के लिए प्रकृति ने माँ के स्तनों में दूध दिया है। गर्भावस्था से ही स्तनग्रंथियाँ आहार निर्माण की तैयारी में लग जाती है। ये प्रबन्ध प्रकृति प्रदत्त है। शिशु का इस आहार पर जन्म सिद्ध अधिकार है। परन्तु कभी-कभी विशेष परिस्थितियों के कारण माँ का दूध शिशु को उपलब्ध नहीं हो पाता है। जैसे - माँ किसी रोग से पीड़ित हो या बच्चा मातृविहीन हो गया हो तो ऊपरी दूध का प्रबन्ध [illegible]

Scanned with CamScanner

[illegible] माता का दूध बच्चों की वृद्धि के साथ-साथ बदलता रहता है। माता का दूध जिस शिशु को पीना होता है उसी के अनुसार निर्मित बनता है। अर्थात शिशु के आयु वृद्धि के साथ उसमें परिवर्तन होता जाता है। इस प्रकार माँ का दूध ही शिशु के लिए स्वाभाविक है यह अनुसंधानों द्वारा सिद्ध तथ्य है कि जीवन के प्रारम्भिक काल में शिशु को माता का दूध मिलना ही चाहिए क्योंकि कुछ इम्यूनोग्लोब्युलिन एवं कोलोस्ट्रम आदि दूध के द्वारा ही मिलते हैं जिसे शिशु को देना अति आवश्यक है।

(ii) कृत्रिम आहार (बोतल फीडिंग) कभी-कभी विशेष परिस्थिति में शिशु को ऊपरी दूध देना पड़ता है जैसे मातृ विहीन शिशु के लिए ऊपरी दूध का प्रबन्ध करना पड़ता है। इसके अलावा यदि माँ किसी रोग से पीड़ित हो जैसे तपेदिक, एक्जिमा, कैंसर, हृदयरोग तो ऐसी परिस्थिति में भी ऊपरी दूध का प्रबन्ध करना पड़ता है।

ऊपरी दूध भी दो प्रकार का होता है।

(i) गाय का दूध,

(ii) डिब्बा बंद दूध

(i) गाय का दूध — गाय का दूध अपने मौलिक रूप में शिशु के आवश्यकता के अनुकूल नहीं रहता है। गाय का दूध का संगठन एवं उसके पौष्टिक तत्वों की मात्रा माँ के दूध से भिन्न होती है, गाय के दूध में माता के दूध की अपेक्षा अधिक मात्रा होती है। यह प्रोटीन की मात्रा भी दुगुनी होती है वसा भी अधिक मात्रा में रहती है। अतः शिशु की आयु के अनुरूप उसमें परिवर्तन करके ही व्यवहार करना चाहिए। शिशु के लिए बकरी का दूध भी उत्तम रहता है। माता का दूध स्वतः ही शिशु की आयु के साथ-साथ अधिक गाढ़ा होता जाता है परन्तु गाय के दूध में भिन्न-भिन्न आयु के अनुसार परिवर्तन लाकर देना पड़ता है।

(ii) डिब्बा बंद दूध — वर्तमान जीवन में गाय के दूध के बाद डिब्बे के दूध का स्थान है। डिब्बे के दूध को तैयार करने की विधि अत्यन्त वैज्ञानिक एवं बड़े प्रयोग से उन सभी तत्वों से युक्त किया जाता है जो माँ के दूध के संयोग में पाये जाते हैं। माँ के दूध के समान इसे बार-बार उबालने और कीटाणुओं की आवश्यकता नहीं पड़ती है। गाय के दूध के समान इसमें व्यवस्था की विशेष आवश्यकता नहीं रहती है। केवल [illegible] और पानी की मात्रा से इसे कभी भी बनाया जा सकता है। डिब्बे के दूध कई निर्माण संस्थानों द्वारा बनाए जाते हैं परन्तु अलग-अलग नाम होते हैं जैसे — अमूल्या, लैक्टोजन, अमूल स्प्रे आदि। शुद्ध दूध, मक्खन निकाला दूध, आधा मक्खन निकाला दूध डिब्बे के दूध बनाने में विभिन्न प्रयोग किया जाता है।

Scanned with CamScanner