

অসুস্থ হওয়া



এই সমস্যাটির নিজে থেকে সেরে ওঠার সম্ভাবনা আছে

প্রথম সপ্তাহগুলিতে বাচ্চাদের অসুস্থ হওয়া সাধারণ ব্যাপার কারণ তারা খেতে অভ্যস্ত হয়ে যায় এবং তাদের শরীরের বিকাশ হয়। মুখ দিয়ে সামান্য দুধ তোলাকে বলা হয় পসেটিং। আপনার শিশু যখন বমি করে তখন অনেক বেশি পরিমাণ বেরিয়ে আসে। আপনার শিশু তাতে ভয় পায় তাই তারা কেঁদে ওঠে। আপনার শিশু অসুস্থ হওয়ার পিছনে প্রচুর কারণ আছে।

স্বনপান বা বোতোল দিয়ে খাওয়ানোর সময়ে আপনার শিশুকে অবশ্যই সঠিক ভঙ্গিতে রাখবেন। ভঙ্গি ঠিক না থাকলে শিশু অসুস্থ হতে পারে। আপনার ধাত্রী বা স্বাস্থ্যকর্মী এই ব্যাপারে আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

অসুস্থ হওয়া সচরাচর বা অধিকাংশ ক্ষেত্রে ‘গ্যাসট্রিক রিফ্লাক্স’-এর দরুন হতে পারে যেখানে পেট থেকে অ্যাসিড আবার উঠে আসতে পারে। শিশুরা খিটখিটে হতে পারে এবং অনেক সময় তার জন্য তারা ঠিকমত খায় না। আপনার শিশু ঠিকমত খেলে কিন্তু অন্যমনস্ক থাকলে আপনাকে হয়ত শিশুর ভঙ্গি বদলাতে হবে খাওয়ানোর সময়ে যাতে সে আরও খাড়া থাকতে পারে। ঘনঘন কম পরিমাণ খাওয়ালেও কাজ দিতে পারে।

1.

আমার একটি সদ্যোজাত শিশু আছে। আমি এইমাত্র আমার শিশুকে দুধ খাওয়ালাম।

2.

তারা মনে হয় সবসময় সামান্য পরিমাণ দুধ তোলে।

3.

একে বলা হয় ‘পসেটিং’। ওদের বিকাশ হওয়ার সাথে সাথে এটা স্বাভাবিকভাবে খেমে যাবে। আপনার স্বাস্থ্যকর্মীর সাথে কথা বলুন।

জিপি-র মরামর্শ

প্রথম কয়েক মাসের পরেই, আপনার শিশু হঠাত্ অসুস্থ হয়ে পড়লে তা পসেটিংয়ের বদলে পেটের ভাইরাসের দরুন হতে পারে। গ্যাসট্রোএন্টেরাইটিস একটি পেটের জীবাণু যা উদরাময়ের সাথে আসতে পারে (পাতলা পায়খানা হওয়া)।

বয়স্ক বাচ্চাদের তুলনায় শিশুদের ক্ষেত্রে এটা বেশি গুরুতর কারণ এর ফলে শিশুরা অনায়াসে অত্যধিক তরল পদার্থ হারিয়ে ফেলতে পারে এবং ডিহাইড্রেটেড হয়ে যেতে পারে। তারা ডিহাইড্রেটেড হয়ে গেলে তাদের যথেষ্ট হিসি হয় না, তাদের অরুচি হয় এবং তাদের হাত পা ঠান্ডা হয়ে যায়।

আপনার শিশু অসুস্থ থাকলে অথবা বমির সাথে সবুজ পিতি লাগা তরল বেরিয়ে আসলে বা একদিনের বেশি অসুস্থ থাকলে অবিলম্বে আপনার জিপির পরামর্শ নিন।

স্বাস্থ্যকর্মীর পরামর্শ

দুধ খাওয়ার সময়ে বা দুধ খাওয়ার পরে পসেটিং হওয়া 'স্বাভাবিক'। অন্য সময় হতে থাকলে, দুবার দুধ খাওয়ার অন্তর্বর্তী সময়ে হলে তা পেটের জীবাণু হতে পারে। ডিহাইড্রেশন বন্ধ করার জন্য শিশুদের প্রচুর পরিমাণ তরল পান করা জরুরি।