

Written by

Tuesday, 05 August 2008 13:45 -

பிறந்த உடனே குழந்தை பாவுக்கு அழுவதால் என்ன செய்வது?
டாக்டர் - ஜெசீர் கஜராஜ்

அப்...பாடா!... இத்தனை கஷ்டப்பட்டு ஒருவழியாக நல்லபடியாக குழந்தை பிறந்துவிட்டது!
பெரிய தொல்லைவிட்டது... என்று எந்தத் தாயும் பிரசவத்துக்குப் பின் நினைத்துவிட முடியாது.!

கர்ப்பப்பைக்குள் இருந்தவரை குழந்தைக்கான ஆகாரத் தேவையை தாய்தான் மறைமுகமாகப் பார்த்துக்கொண்டாள். அதாவது, அவள் சாப்பிட்ட உணவின் சத்துக்கள் குழந்தைக்கு, தொப்புள்கொடி மூலம் சின்றடன்தன். குழந்தை வளியே வந்ததும் தாயின் பொறுப்புகள் பல மடங்கு கட்டித்தான் போகிறதே தவிர குறவைதில்லை! அதில் முக்கியமான பொறுப்பு, குழந்தையின் ஆகாரத் தேவையை வளோவளோகைக்குப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியது.

பிரசவித்த தாய் அதற்கு ஏற்பாடு செய்யப் பெரிதாக மனக்கிட வேண்டாம் என்றும், பிப் போன்ற பட்டுப் பாப்பாவைக்கு பரிசுத்தமான, சத்தான ஆகாரம் கிடைக்க வேண்டும் என்கிற எண்ணத்திலும் தான் கடவுள், அந்த ஆகாரத்தையும் தாயின் உடலில் இருந்தே பாப்பாவைக்குக் கிடைக்கும்படியாகச் செய்திருக்கிறார்.

ஆனால், அதன் அருமை புரியாமல் இன்று பல பெண்கள், தங்கள் அழகு கெட்டுப் போய்விடும்போது என்கிற பயத்தில், குழந்தைக்கு, அதற்குக் கட்டாயம் கிடைக்க வேண்டிய இயற்கையான உணவைக் கிடைக்காமல் செய்துவிடுகின்றனர். இது மிகவும் வருத்தப்பட வகைக்கிற விஷயம்.

கருத்தரித்த காலம் தொடங்கி தாயின் மார்பகம், குழந்தை பிறந்ததும் தாய்ப்பால் கொடுப்பதற்கு ஏதுவாக அளவில் பெரிதாகத் தொடங்கும். அதிலும் குறிப்பாக, குழந்தை பிறக்க இன்னும் சில மாதங்களே இருக்கும் சமயத்தில் மார்பகத்தின் வளர்ச்சி அதிகப்படியாக இருக்கும். நிலிகிழிவிடலிலிகிளி ஜிமிஷிஷிஷிணிஷி என்னும் ஒருவித திசுக்களாலானது நம் முடைய மார்பகம். அதிலுள்ள சூரப்பிகள் வளர வளரத் தான் தாயின் மார்பகமும் அளவில் பெரிதாகத் தொடங்குகிறது.

குழந்தை பிறந்ததும் தாயின் உடல் தாய்ப்பால் ஊட்ட தன்னையும் அறியாமல் தயாராகிறது.

பிறந்த குழந்தைக்கு யாரும் கற்றுத்தராமலேயே தாயின் மார்பகத்தைக் கண்டுகொண்டு பாலை உறிஞ்சத் தொடங்குகிறது. அதுதான் தாயின் உடலுக்கு முக்கியமான ஒரு சமிக்ஞையாக அமைகிறது. பால் வராவிட்டாலும் குழந்தை, பாலை உறிஞ்சிக்கொள்ள முயலும் போது அந்தச் செய்கையானது தாயின் மூளையைக்கு, குழந்தை பிறந்தாகிவிட்டது என்கிற செய்தியைத் தெரிவிக்கிறது.

Written by

Tuesday, 05 August 2008 13:45 -

மஐளகைக்கு சமிக்ஞை கிடதைத்ததும் பால் கொடுக்க வணேட்டும் என்று அங்கிருந்தே கட்டளை மார்க்கத்தையே சீனேற்றுகிறது. இந்த சமிக்ஞை சரியானபடி மஐளகைக்குச் சீனேற்றதைத் தட்டளையாகத் திரும்பி வரச் சற்றே தாமதமாகலாம். அதனால் பாப்பாவைக்குப் பால் கிடகைக் 24_48 மணிநேரம் வரை கட்ட ஆகலாம்.

தாயின் மஐளையிலிருந்து சிக்னல் கிடகைக்காமல் போவது மட்டும் தாய்ப்பால் சூரக்கத் தாமதமாவதற்குக் காரணமில்லை.. பாலை உறிஞ்சிக் குடிப்பது என்பது பாப்பாவைக்குப் பூதிது என்பதாலும் கட்ட பால் சூரக்காமல் போகலாம்.

எனக்குத் தெரிந்து குழந்தை பிரசவமான ஓரிரு மணிநேரத்தில் வரக்கூடிய முதல் புகாரே, “அம்மாவைக்கு பால் வரலே... என்ன பண்ணறது டாக்டர்..?” என்ற, அம்மாவையும் பாப்பாவையும் சூற்றியிருக்கும் அத்தை, அம்மா, அக்கா போன்ற சொந்தக்காரர்களின் களேவிதான். இவர்களில் பலர், பல குழந்தைகள் பெற்ற அனுபவம் உடையவராக இருந்தாலும் டென்ஷனாகின்றனர். இவர்கள் பதறுவதோடு அம்மாவையும் பதறச் செய்வதுதான் கொடுமை.

பூதிதாகப் பிறந்த குழந்தையை எப்படித் தூக்குவது, கையாள்வது என்றுகூட அனுபவமில்லாத தாய்க்கு, இதனாலெல்லாம் பதற்றம் ஏற்பட்டது, பால் வராதது தடைப்பட்டதுக்கூடப் போகும் வாய்ப்பு உள்ளது. ஆகவே, அம்மாவைச் சூற்றியுள்ள சொந்தபந்தங்கள் அவரை டென்ஷன் படுத்தாமல் இருக்க வணேடியது மிக முக்கியம்!

இயற்கையில் எந்த ஒரு தாய்க்கும் தாய்ப்பால் சூரக்காமல் போகும் நிலை ஏற்பட வாய்ப்பே இல்லாது என்றுதான் சொல்லவேண்டும். குழந்தை பிறந்தால் பால் சூரந்தே தீர்வணேட்டும். இது, ஒரு மாதிரியான சூழற்சி முறையில் வரக்கூடிய விஷயம். அதற்காக நாம் தான் பொறுமையாகக் காத்திருக்க வேண்டும்.

“குழந்தை பசியால் அழுகிறதே... அதுவரைக்கும் எப்படிக் காத்திருப்பது?” என்று சிலர் கேட்பது புரிகிறது.. பிரசவமாகி மீண்டும் நாட்கள் வரை, எந்தவிதமான உணவும் இல்லாமல் இருக்க பாப்பாவின் உடல் தயார் நிலையில் தான் இருக்கிறது. நிலிசீ சிளிநிணிழி ஷிஜிளிஸிணிஷி என்கிற, குழந்தையின் உடலிலேயே சமேதித்து வகைகப்பட்டதுள்ள சத்தங்களே, உணவு கிடகை காத அந்த ஆரம்ப நாட்களில் பாப்பாவின் உடல் தன்னால் பயன்படுத்திக் கொள்ளமுடியும்! அதுவரை நாமும் பெரிதாகக் கவலைப்படத் தேவையில்லை.

இது புரியாமல் பலர் பாப்பா அழுகிறது என்று சொல்லி, அதற்கு சர்க்கரையைத் தண்ணீர் ரையோ பால் பவுடரையோ கலக்கிக் கொடுத்துவிடுகின்றனர். இது தேவையில்லாதது. குழந்தைக்கு தேவையானபடிப் போது தாய்தான் பால் தரவேண்டும். இது ஒரு சகைக்கிள் ரியாக்ஷன். இடையில் நாம் புகும்போதுதான் எல்லாமே குளறுபடியாகிவிடுகிறது. எப்படி?

குழந்தை அழுகிறது என்று நாம் சர்க்கரையைத் தண்ணீர் அல்லது பால் பவுடர் போன்ற எதையோ கொடுக்க, அதுவும் திரும்பியாகி அழுகையை நிறுத்திவிடுகிறது. இப்படி நாம் தாய்ப்பாலுக்குப் பதிலாக எதையோ கொடுப்பதால் குழந்தைக்குத் தாய்ப்பாலை உறிஞ்சிக் குடிக்க சந்தர்ப்பமே இல்லாமல் செய்துவிடுகிறோம். மலேம, தாய்ப்பால் இயற்கையில் இனிப்பில்லாமல் சப்பென்றுதான் இருக்கும். தாய்ப்பாலுக்குப் பதிலாக இனிப்பானதொரு விஷயம் கிடதைத் து விடுவதால் குழந்தை, சுவைக் காரணமாகக் கட்ட

Written by

Tuesday, 05 August 2008 13:45 -

தாய் ப்பாலனை நிராகரித்துவிடும் வாய்ப்புள்ளது.

இதில் இன்னொரு விஷயமும் இருக்கிறது. தாயின் மார்பிலிருந்து குழந்தை உறிஞ்ச உறிஞ்சத் தான் பால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சூரக்கும். பூட்டிப்பாலில் உள்ள நிப்பிளில் துளை பறிதாக இருப்பதால் ஒருமுறை உறிஞ்சும்போதே குழந்தைக்கு அதிகப்படியாகப் பால் கிடைத்துவிடுகிறது. எளிதாகவும், அதே சமயம் இனிப்பாகவும் பால் கிடைத்து விடுவதால் குழந்தை பூட்டிப்பாலையே அதிகம் விரும்பி, தாய்ப்பால் குடிப்பதைப் பெரும்பாலும் தவிர்த்துவிடும். பிறகெப்பி அம்மாவைக் குத்தொடர்ந்து பால் சூரக்க முடியும்?

அழும் குழந்தையை எப்படித் தான் சமாதானப்படுத்துவது என்றுதானே கேட்கிறீர்கள்.. பிறந்த குழந்தை சிறிது நேரம் அழுதால், தவறொன்றும் இல்லை. தொடர்ந்து அதிகநேரம் அழுது கொண்டே இருந்தால் மட்டும் குழந்தையை மருத்துவரிடம் காட்டலாம்..

சந்திப்பு: ஜி. கிருஷ்ணகுமாரி
nantri-kumutham-sinehithy

<http://kulanthaikal.blogspot.com/2004/11/blog-post.html>