தாய்ப்பாலின் சிறப்பு
தாய்மையின் பூரிப்பு.

தாய்மையின் இயற்கைச் செல்வத்தை
உங்கள் குழந்தைக்கு வழங்குங்கள்.

கல்விசார் பொருட்கள் தயாரிப்பலகு
சமுதாய மருத்துவத்துறை,
மருத்துவபீடம்,
யாழ்பல்கலைக்கழகம்.

தாய்ப்பாலூட்டும் போது கவனிக்க வேண்டியவை.

1. குழந்தை பிறந்து 30 நிமிடங்களுக்குள் பாலூட்டுங்கள்.

2. கடும்புப் பால் ஊட்டச்சத்துக்கள், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகமுள்ளது.

3. குழந்தை பிறந்து 3 மாதம் வரை தாய்ப்பால் மட்டுமே ஊட்டுங்கள்

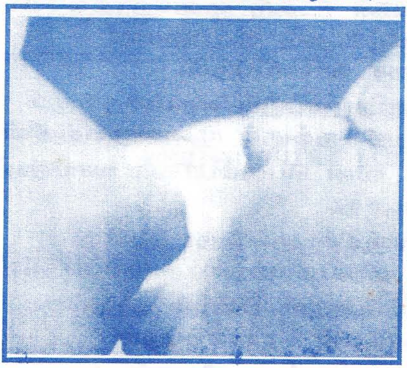
4. குழந்தையின் உறுஞ்சும்தூண்டலே பால் சுரப்பை அதிகரிக்கும்.

5. குழந்தைக்கு இரண்டு வயதுவரை பாலூட்டலாம்.

6. தாய்ப்பால் ஊட்டுவதால் சூல்கொள்ளல் பிற்போடப்படுகிறது.

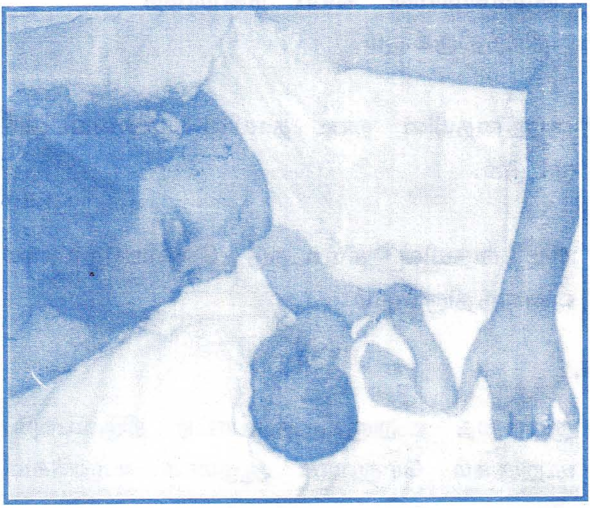
இருந்த வண்ணம் பால்கொடுக்கும் முறை.

1. தாய் வசதியாக கதிரையிலோ அல்லது பாயிலோ இருத்தல் வேண்டும்.
2. குழந்தையின் தலை உடம்புடன் நேராக இருக்கும் நிலையில் மார்பகங்களை பார்த்த வண்ணம் அணைத்துப்பிடிக்கவும்



- குழந்தையின் கீழ் உதட்டை முலைக்காம்பினால் வருடவும் (இதை மீண்டும் மீண்டும் செய்யவும்)
- குழந்தை தனது வாயை நன்றாகத்திறக்கும் வரை பொறுத்திருக்கவும் (கொட்டாவி விடும்போது வாயைத் திறப்பது போல்)
- அப்போது குழந்தையை முலைக்குக் கொண்டுவரவும்.
- மார்பகங்களை குழந்தையிடம் கொண்டு செல்லல் ஆகாது.

படுத்திருந்து பாலூட்டல்



☞ தாய் ஒருபக்கத்தில் படுத்திருத்தல் குழந்தை தாயைப்பார்த்த வண்ணம் ஒருபக்கத்தில் சரித்து படுக்கவைத்தல்

☞ எந்தவொரு தாய்க்கும் உகந்தநிலை குறிப்பாக சிசேரியன் சத்திரசிகிச்சைக்குப்பின் பாலூட்ட உகந்த நிலை.

குழந்தை தாயின் மார்பகங்களோடு நன்றாக அணைந்துள்ளதற்கான அறிகுறிகள்

☞ குழந்தையின் வாய் நன்றாகத் திறந்திருக்கும்.

☞ குழந்தையின் நாடி தாயின் முலையுடன் முட்டும்.

☞ குழந்தையின் கீழ் உதடு வெளிப்பக்கமாக வளைந்திருக்கும்.

☞ குழந்தை உறுஞ்சி நிற்பாட்டி திரும்பவும் உறுஞ்சும் மெதுவாக ஆழமாக உறுஞ்சும்.

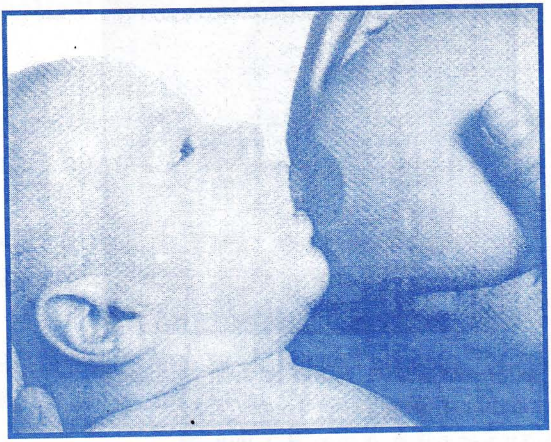
☞ குழந்தை விழுங்கும் சத்தம் தாயினால் உணரப்படும்.

☞ பால் உறுஞ்சிக்குடிக்கும் போது குழந்தையின் கன்னங்கள் உப்பி இருக்கும்.

☞ பால் குடித்ததன் பின்னர் குழந்தை சந்தோசமாகக் காணப்படும்.

☞ தாய்க்கு மார்பகத்தில் வலியிருக்காது.

தவறாக அணைந்திருப்பின் அதன் அறிகுறிகள்



- ☞ குழந்தையின் வாய் நன்றாகத் திறந்திருக்காது.
- ☞ குழந்தையின் உதடு முன்நோக்கியோ அல்லது கீழ்உதடு உட்புறமாக வளைந்தோ காணப்படும்.
- ☞ முலைக்காம்பு மட்டும் வாயிலிருக்கும் அதைச்சுற்றியிருக்கும் முலைமுகத்தின் (Areola) வின் பெரும்பாகம் வாயினுள் எடுக்கப்படாது.
- ☞ பால் உறுஞ்சிக் குடிக்கும் போது குழந்தை திருப்தியற்றுக் காணப்படும்.
- ☞ பாலூட்டும்போதும் பின்பும் தாய்க்கு முலைக்காம்பில் நோ ஏற்படும்.
- ☞ தாயின் முலைகள் பாலினால் வீங்கியிருக்கும்.
- ☞ முலையிலிருந்து திறமையாகப் பால் அகற்றப்படாமலிருக்கும்.
- ☞ முலைக்காம்பும், முலைமுகமும் (Areola) முழுமையாக குழந்தையின் வாயினுள் அடக்கப்படல் வேண்டும்.

யூனியன் அஷ்யூரன்ஸ்
குழந்தைகள் காப்புறுதி (சிசுமக)
ஆதரவில் வெளியிடப்பட்டது.

ஸ்ரீராம் ஓவ்(f)செற் பிறின்ரேர்ஸ், கந்தர்மடம்.