SmileTrain
Changing the World One Smile at a Time

# સ્માઇલ ટ્રેઇન દ્વારા કપાયેલા હોઠ અને કપાયેલ તાળવું ધરાવતા બાળકોને આહાર આપવાની પધ્ધતીઓનું માર્ગદર્શન

**1** અમુક બાળકો જન્મથી જ ફાટ(કાપ)સાથે જન્મે છે – હોંઠમાં કાણું, જગ્યા અથવા કાપો હોય છે અથવા તેઓનાં મોંના તાળવામાં કાણું હોય છે (જે બહારથી જોઇ શકાતુ નથી).

**2** ઓપરેશન ખુબ જ જરૂરી છે કારણ કે તેના વગર  કદાચ બાળક વ્યવસ્થીત રિતે બોલી શકશે નહીં, ઇન્ફેકશનનું જોખમ વધે છે, અને આહાર તેમજ દુધ લેવામાં પણ મુશ્કેલી થઇ શકે છે.

**3** સ્માઇલ ટ્રેન પાર્ટનર હોસ્પિટલમાં સ્માઇલ ટ્રેનનાં સર્જન વિનામુલ્યે આ ખામી સુધારી શકે છે. આ ખામીને સંપુર્ણપણે સુધારવા માટે ઓપરેશન એ એક માત્ર માર્ગ છે.

**4** ઓપરેશન કરાવવા માટે તંદુરસ્ત અને મજબુત રહેવુ જરૂરીc છે અને તેના માટે બાળકોએ પર્યાપ્ત માત્રામાં ખોરાક લેવો અગત્યનો છે.

**5** પરંતુ -ઘણી વખત કપાયેલાં હોઠ ધરાવતા બાળકને ખોરાક આપવો મુશ્કેલ હોય છે કારણ કે દૂધ નાક વાટે બહાર આવી શકે છે અથવા તો તેમના ફેફસામાં પણ જઈ શકે છે, અથવા કદાચ બાળક હવા ચૂસી લે છે અન પેટ ભરાઈ ગયુ હોય તેમ લાગેc છે અને પૂરતા માત્રામાં પોષણ મેળવ્યા વગર જ તેને ઊંઘ આવી જાય છે.

**6** ઓપેરેશન કરાવવા માટે બાળકે યોગ્ય માત્રામાં પોષણ મેળવવુ મહત્વનું છે. માતાઓએ તેનાં બાળકને પોષણ આપવા માટે વિવિધ રીતો અપનાવી જોઇએ અને કઈ રીત તેના તથા તેના બાળક માટે શ્રેષ્ઠ છે તે શોધી કાઢવુ જોઈયે.જો શક્ય હોય તો બાળકોને સિધુ સ્તન વડે જ સ્તનપાન કરાવવું શ્રેષ્ઠ છે તેમ છતાં અમુક પદ્ધતીઓ છે:

સિધા બેસીને બાળકને સ્તનપાન કરાવો.

જે ભાગ કપાયેલો ન હોય તે બાજુ નિપલને ગોઠવો.

દુધનો પ્રવાહ વધારવા માટે હળવેક થી સ્તનને દબાવો.

સામન્ય કરતા વધુ પ્રમાણમાં બાળકને સ્તનપાન કરાવો  અને ઓડકાર ખવડાવો.

**7** જો સ્તનપાન શક્ય ન હોય, ત્યારે માતા એ અન્ય માધ્યમ દ્વારા બાળકોને આહાર આપવાનું ચાલુ રાખવું જોઇએ. અમુક પદ્ધતીઓ છે:

માતા તેના સ્તન માંથી દુધ કાઢી અને બાળકને બોટલ કે ચમચી દ્વારા પિવડાવી શકે છે.

દુધનો પ્રવાહ વધારવા માટે માતા દુધ પિવડાવવાની બોટલની ટોચના ભાગમાં રહેલ કાણું થોડુક મોટુ કરી શકે છે

**8** જો ક્યાયથી પણ માતાનું દુધ મળે નહી તો,તો માતા ગાયનું દુધ અથવા ફોર્મ્યુલા વાપરી શકે છે. ખાતરી કરો કે ફોર્મ્યુલા માટે ગાયનું દુધ અને પાણી બંન્ને ઊકાળેલા અને ઠંડા હોવા જોઇએ.

**9** ખાતરી કરો કે બાળકને ખોરાક આપવામાં વપરાતી દરેક વસ્તુ ચોખ્ખી અને ઓછામાં ઓછી ૧૦ મિનિટ પાણીમાં ઊકાળેલી હોવી જોઇએ. સાફ કર્યા વગરની બોટલ અને ચમચી થી ઇન્ફેક્શન લાગી શકે છે અને તાવ આવી શકે છે.

**10** મહેરબાની કરીને તમારા બાળકને નજીકનાં સ્માઇલ ટ્રેઇન સેન્ટર પર લઇ જવાનું ભુલશો નહી. સેન્ટર પર એક ડોકટર દ્વારા તમારા બાળકનું પરિક્ષણ કરવામાં આવશે અને ઓપેરેશન માટે ક્યારે આવવું તે તમને કહેવામાં આવશે.

યાદ રાખો કે કોઇપણ સ્માઇલ ટ્રેઇન સેન્ટર પર મોંના કોઇપણ કપાયેલાં ભાગની સારવાર નિ:શુલ્ક છે.