

१२-माता को चिन्तित करने वाले प्रश्न

हर बार दोनों तरफ स्तनपान कराएं कि एक तरफ?

शुरुआत के दूध में शर्करा और बाद में चर्बी की मात्रा अधिक होती है। शिशु एक तरफ का स्तन पूरा खाली करता है तो उसे दोनों तत्वों का लाभ मिलता है। एक तरफ का स्तन खाली हो जाने के बाद शिशु स्वतः छोड़ देगा। उसके बाद दूसरे स्तन से दूध पिलाएं। किसी भी स्तन से दूध पिलाने से कोई फर्क नहीं पड़ता।

शिशु का पेट भरने में कितना समय लगता है?

यह समय सीमा निश्चित नहीं है। हर शिशु के लिए अलग हो सकता है। किसी का पेट ५ से १० मिनट में भर जाता है तो किसी को ३० से ३५ मिनट लगती है। अधिकतर शिशु का पेट १५ से २० मिनट में भर जाता है। शिशु का पेट भर जाता है तो वह स्वयं स्तन छोड़ देता है। स्तनपान कराने का समय निर्धारित नहीं करें बल्कि शिशु पर छोड़ दें। घड़ी की सूइयां देखकर स्तनपान ना कराएं।

कुछ लोगों का मानना है कि लम्बे समय तक स्तनपान कराने से निप्पल में सूजन हो जाती है, लेकिन ऐसा नहीं होता। पहले बताया जा चुका है कि स्तनपान के दौरान शिशु की गलत स्थिति निप्पल की तकलीफों का मुख्य कारण है।

एक दिन में कितनी बार स्तनपान कराएं?

कई अस्पतालों में शिशु को जन्म के बाद प्रत्येक तीन-चार घंटे में स्तनपान कराने की छूट मिलती है। इससे माताएं मानती हैं कि हर चार घंटे बाद में स्तनपान कराना चाहिए। इस बीच शिशु रोने लगे तो दूध ना देकर पानी देना चाहिए। यह ठीक नहीं। तय समय के अनुसार स्तनपान कराने का क्रम उचित नहीं है। शिशु को जब-जब भूख लगे तब-तब स्तनपान कराएं।

स्तनपान अति आवश्यक है। परन्तु यह भी याद रखें, हर बार शिशु भूख से ही नहीं रोता। भूखा शिशु स्तन मुंह में लेते ही चुप हो जाता है। दूसरा कारण हो तो शिशु स्तन से लगाने से भी रोता रहता है।

शिशु को भूख लगे और रोना शुरु कर दे तो सारा काम छोड़कर स्तनपान कराएं। इससे अच्छा है कि शिशु भूख से रोए इसके पहले की स्तनपान करा दें। मोटे तौर पर शिशु शुरुआती दिनों चार से छह बार स्तनपान करता है। बाद में भूख बढ़ने लगती है और पन्द्रह दिन के बाद हर एक - दो घंटे के बाद भूखा हो जाता है।

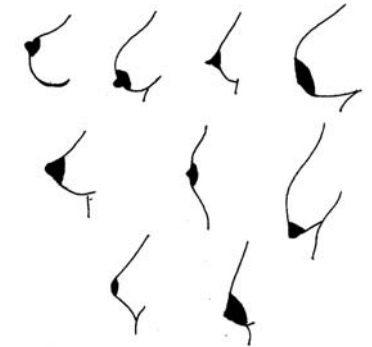
धीरे-धीरे दूध पीने का क्रम शिशु स्वयं तय कर लेता है। बाद में दिन में तीन से पांच घंटे तथा रात में एकाध-दो बार स्तनपान की जरूरत पड़ सकती है। ढाई-तीन महीने के बाद किसी शिशु को रात में स्तनपान की जरूरत नहीं भी पड़ती है। आवश्यकतानुसार शिशु स्वयं ही दूध पीने का समय तय कर लेता है। बीमारी में ज्यादा बार स्तनपान चाहिए।

क्या स्तनपान करानेवाली माता को अधिक पानी पीना चाहिए?

यह भी मान्यता है कि अधिक पानी पीने से स्तन में अधिक दूध उतरता है। इसलिए कई परिवार में स्तनपान कराने वाली माता को प्यास मिट जाने के बावजूद पानी पीने की सलाह दी जाती है। जितनी प्यास लगे उतनी ही पानी पीना चाहिए।

क्या स्तन छोटा होने से दूध कम मात्रा में उतरता है?

छोटे स्तन वाली माता हमेशा चिन्तित रहती है। वह सोचती रहती है कि शिशु को सफल स्तनपान नहीं करा पाएगी। सच्चाई तो यह है कि स्तन का आकार - कद तथा स्तनपान कराने की क्षमता के बीच कोई सीधा सम्बन्ध नहीं है। छोटे स्तनवाली माता अपने शिशु को पर्याप्त मात्रा में स्तनपान करा सकती है। स्तन का आकार और कद दूध तैयार करने वाली पेशियों पर निर्भर नहीं करता। हालांकि ये उन पेशी के आसपास की जमा चर्बी पर निर्भर करता है।



विभिन्न आकार तथा स्वरूप के स्तन का स्तनपान की क्षमता को प्रभावित नहीं करता है

क्या स्तनपान कराने से शारीरिक सुन्दरता बिगड़ जाती है?

स्तनपान कराने से शारीरिक सुन्दरता बिगड़ जाती है, स्तन ढीले पड़ जाते हैं, झुक जाते हैं जैसी मान्यताओं के कारण माताएं शिशु को बोतल में दूध पिलाती हैं। पहले यह चलन शहरों में था अब गांवों में भी देखा जा रहा है। कुछ हद तक पति भी ऐसी मान्यताओं के लिए जिम्मेदार हैं। हकीकत कुछ और है। स्तनपान कराने से ऐसा कुछ नहीं होता। हां, स्तन थोड़ा बड़ा जरूर हो जाता है। हालांकि, स्तनपान कराने से सुन्दरता और बढ़ जाती है। त्वचा में अधिक तनाव नहीं हो इससे बचने के लिए स्तन को सहारा देने की आवश्यकता पड़ती है। इसके लिए दिन-रात उचित माप का ब्रेथियर पहनना चाहिए।

क्या स्तनपान कराने से थकावट अधिक लगती है?

प्रसव के बाद दो-चार सप्ताह तक माताएं काफी थकावट महसूस करती हैं। यह थकावट स्तनपान के कारण नहीं होता है। थकावट का मूल कारण महिला की मानसिक स्थिति है। प्रसव के बाद परिजनों तथा शिशु के बारे में सोचकर प्रसूता चिन्तित रहती है और थकावट महसूस करती है। शिशु बीमार पड़ जाए या घरेलू काम की जिम्मेदारी महसूस कर भी माताएं परेशान रहती हैं। ऐसी समस्याओं के लिए माताओं को मानसिक रूप से तैयार रहना चाहिए। स्तनपान से थकावट नहीं होती है।

हां, दूध के रूप में प्रसूता के शरीर से पोषक तत्व बाहर जरूर जाता है। दैनिक आहार से इसकी पूर्ति हो जाती है। यदि प्रसूता का वजन घटने लगे तथा अपने को बीमार महसूस करे तो डॉक्टर से सम्पर्क करना आवश्यक है।

निप्पल सामान्य से अधिक लम्बी हो तो क्या होता है?

निप्पल छोटा, सपाट, अंदर की ओर धंसा हो तो शिशु को स्तनपान करने में तकलीफ होती है। यदि निप्पल सामान्य से ज्यादा लम्बी हो तो शिशु के गले में अंदर तक पहुंच जाता है। ऐसी परिस्थिति में शिशु को स्तनपान करने में कठिनाई होती है और शिशु रोने लगता है। निप्पल सामान्य से लम्बा हो तो शिशु को थोड़ा दूर रखकर स्तनपान कराएं।

क्या स्तनपान करने वाले सभी शिशु को विटामिन-टॉनिक जरूरी है?

नहीं, स्तनपान करने वाले हर शिशु को विटामिन अथवा टॉनिक की जरूरत नहीं पड़ती। इस बारे में शिशु को लेकर माता-पिता चिन्तित रहते हैं। उन्हें लगता है कि विटामिन देने से शिशु का विकास ठीक से होगा। इसी सोच से हर शिशु को विटामिन का ड्रॉप पिलाया जा रहा है। सचमुच विटामिन की जरूरत है? अगर है तो कब और कब नहीं? नहीं तो, कारण बिना विटामिन देने से क्या नुकसान हो सकता है? जैसे सवाल के बारे में लोगों को जानकारी नहीं है।

स्तनपान करने वाले स्वस्थ शिशु को किसी प्रकार की विटामिन की आवश्यकता नहीं होती है। सिर्फ जन्म के बाद विटामिन 'के' का एक डोज दिया जाता है। गर्भावस्था में सात महीने तक माता को व्यवस्थित आहार दिया गया हो तो शिशु को लौह तत्व की भी जरूरत नहीं पड़ती है।

स्तनपान कर रहे स्वस्थ शिशु को मात्र लौह तत्व (आयरन) की जरूरत पड़ती है और वह छः महीने के बाद। इसके पहले मात्र माता का ही दूध आवश्यक है। स्वस्थ

शिशु को बिना कारण विटामिन 'डी' भी दिया जाता है। शिशु को नियमित पहली सुबह की धूप में प्रतिदिन आधा घंटे तक 'सूर्य स्नान' (धूप में रखा जाए) कराया जाए तो इसकी भी आवश्यकता नहीं रहती। सूर्य के प्रकाश में शिशु को रखने से त्वचा के निचले हिस्से की चर्बी स्वयं विटामिन 'डी' उत्पादन कर लेता है।

हां, विटामिन की आवश्यकता स्तनपान करने वाले कुछ विशेष शिशुओं को पड़ सकती है। जन्म के समय दुर्बल, वजन २.५ किलोग्राम से कम अथवा समय पूरा होने से पहले पैदा हुआ हो तो शिशु को माता के दूध के अतिरिक्त विटामिन की जरूरत पड़ती है। विटामिन 'डी', 'ई' तथा टॉनिक में आयरन (लौह तत्व), जिंक तथा कैल्शियम व फॉस्फोरस दी जाती है। इसके अतिरिक्त सभी पोषक तत्व माता के दूध में पाए जाते हैं।

बाजारों में उपलब्ध अधिकतर टॉनिक में आवश्यकता से अधिक विटामिन का मिश्रण रहता है। इससे धन का अपव्यय भी होता है। आवश्यकता से अधिक विटामिन के उपयोग से शिशु को बचाए रखना चाहिए। सभी माता-पिता को याद रखना चाहिए कि विटामिन ए, डी, ई तथा के लम्बे समय तक आवश्यकता से अधिक दिया जाए तो शिशु को गंभीर नुकसान हो सकता है। किसी भी शिशु को बिना जरूरत के आवश्यक मात्रा से अधिक विटामिन अथवा टॉनिक ना दें।

विटामिन तथा कैल्शियम की आवश्यक मात्रा दूध में हो तथा पर्याप्त मात्रा में स्तन में दूध उतरे इसके लिए माता को ऋतुफल खाना चाहिए। प्रत्येक ऋतु के अलग-अलग फल, हरी पत्तीवाली सब्जी, दलहन, दूध तथा दूध से बनी वस्तुएं जैसे दही, पनीर खमीर आदि पर्याप्त मात्रा में लेना चाहिए।

क्या स्तन से दूध का स्वतः टपकना जरूरत से अधिक दूध बनने का संकेत है?

यह सामान्य रूप से देखने को मिलता है कि शिशु जब एक स्तन से दूध पीता है तो दूसरे स्तन से दूध टपकने लगता है। कभी-कभी शिशु के स्तनपान करने से पहले ही सिर्फ शिशु के रोने अथवा स्तनपान कराने की इच्छा होने मात्र से दूध टपकने लगता है। काफी देर तक स्तनपान नहीं कराने से भी ऐसा होता है। कुछ लोग इसे आवश्यकता से अधिक दूध बनने की निशानी मानते हैं।

सच्चाई यह नहीं है। इस परिस्थिति में स्तन की संकुचनशील पेशियां काम करने लगती हैं और दूध बाहर निकलने लगता है। यही दूध टपकने लगता है। इससे प्रसूता को भी परेशानी होती है।

ऐसी माता को चाहिए कि वे निप्पल पर कपड़ा बांध लें अथवा रुई मोड़कर निप्पल पर रखें। कभी-कभी स्तनपान ना कराने वाली सामान्य स्त्री के साथ भी ऐसा होता है। सामान्य स्त्री में ऐसा होना एक प्रकार की बीमारी तथा दवा का असर है। सामान्य स्त्री के साथ ऐसा हो तो चिकित्सक से अवश्य सलाह लेनी चाहिए।

क्या दूध के माध्यम से माता की बीमारी शिशु को लग सकती है?

सामान्यतया ऐसा प्रश्न तब पूछा जाता है जब माता को सर्दी हो। सर्दी के लिए सीधा जवाब है, नहीं। सामान्य सर्दी वायरस के कारण होता है। वायरस दूध में प्रवेश नहीं कर सकता। फिर भी ऐसा देखने को मिलता है कि माता को सर्दी होने से शिशु को भी हो जाती है। ऐसा क्यों? सर्दी के वायरस छींक, खांसी, नजला (नाक से निकलने वाला पानी) के माध्यम से हवा में फैल जाता है और संक्रमण फैलाता है। जिस कपड़ा अथवा रुमाल से नाक पोंछा गया हो वही शिशु के नाक के सम्पर्क में आता है तो शिशु को सर्दी लग सकती है।

माता की सर्दी का संक्रमण शिशु को ना हो इसके लिए विशेष सावधानी बरतें। माता अथवा किसी को सर्दी हो तो छींक अथवा खांसी करते समय शिशु से दूर चले जाएं। छींक के साथ निकलकर वायरस नाक अथवा मुंह के रास्ते शिशु में संक्रमण फैलाता है। नजला साफ किया हाथ अथवा रुमाल शिशु के मुंह के पास नहीं ले जाएं। हाथ अच्छी तरह साबुन से धो लें। माता जब बीमार होती है तभी उस बीमारी के रोग प्रतिकारक तत्त्व स्तनपान में जरते हैं। इसलिए स्तनपान कराना और भी आवश्यक हो जाता है।

यह हुई सर्दी की बात। इसके अतिरिक्त माता को यदि उल्टी, दस्त, संक्रामक पीलिया जैसी बीमारी हो तो दूध में संक्रमण नहीं फैलता है। स्वच्छता पर ध्यान देने से शिशु को इसका संक्रमण नहीं लगता है।

टीबी की बीमारी वाली माता को भी स्तनपान नहीं कराने की सलाह दी जाती है। इसका कारण यह नहीं की टीबी माता के दूध से फैल सकती है। टीबी भी सर्दी की तरह खांसी से फैलती है। माता या अन्य कोई यदि टीबी से पीड़ित हो तो शिशु के आसपास खांसें नहीं।

माता का उपचार कराएं। माता को खांसी हो रही हो तो शिशु को टीबी से सुरक्षित रखने के लिए डॉक्टर की सलाह के अनुसार दवा दें। लेकिन दवा शुरू करने के बाद स्तनपान बन्द ना कराएं। विरले ही कोई बीमारी होती है जिसमें शिशु को स्तनपान कराने से मना किया जाता है।

क्या बीमार माता स्तनपान कराने से कमजोर नहीं हो जाती है?

नहीं, सामान्य बीमारियों में स्तनपान कराने से माता कमजोर नहीं होती हैं। माता को १०४ डिग्री फारेनहाइट बुखार की हालत में भी स्तनपान कराते देखा गया है। इससे माता को कोई खास तकलीफ नहीं होती है।

किसी गंभीर बीमारी के कारण माता बहुत कमजोर पड़ गई हो और बिछावन से लग गई हो तो ही स्तनपान बन्द कराएं। शेष परिस्थिति में स्तनपान चालू रखने की सलाह दी जाती है।

सिजेरियन अथवा अन्य ऑपरेशन से शिशु जन्म लिया हो, तो स्तनपान कराना बन्द कर देना चाहिए?

अधिकतर माताएं मानती हैं कि सिजेरियन ऑपरेशन के बाद स्तनपान नहीं कराया जा सकता। हां,



ऑपरेशन के बाद शुरुआत के एक-दो सप्ताह तक स्तनपान कराने में, शिशु को उठाने में, करवट बदलने में ऑपरेशन की जगह पर दर्द होने से स्तनपान कराने में थोड़ी कठिनाई हो सकती है। लेकिन सिजेरियन या अन्य ऑपरेशन में दूध की मात्रा अथवा गुणवत्ता पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है। इसलिए ऑपरेशन के बाद तुरंत माता को लेटकर ही स्तनपान कराना शुरू किया जा सकता है। ऊपर दिए गए चित्र के अनुसार पीठ के बल लेटकर तथा छाती पर शिशु को लिटाकर स्तनपान कराया जा सकता है। ऐसी परिस्थिति में माता को प्रोत्साहित करना चाहिए। व्यवस्थित तरीके से समझाकर तथा हिम्मत देने से माता सफल स्तनपान करा सकती है।

क्या शिशु भूख से उंगली चूसता है?

भूखा शिशु उंगली चूसकर शांत नहीं बैठता है। रोने लगता है तथा स्तनपान करने के लिए तत्पर रहता है। अधिकतर बालक पेट भर जाने के बाद स्तन छोड़ देता है। बाद में सिर्फ चूसने की आवश्यकता रहती है। इसके लिए कभी-कभी शिशु उंगली चूसता है तथा आनन्द महसूस करता है। इसलिए उंगली चूसने वाला शिशु को हमेशा भूखा नहीं मान लेना चाहिए। भूखा रहने से शिशु रोता रहता है तथा उसकी वजन बढ़ने की गति रुक जाती है अथवा घट जाती है।

एक शिशु स्तनपान कर रहा हो और माता गर्भ धारण कर ले तो?

एक सामान्य धारणा है। एक साथ दो जीव का पोषण पूरा होना संभव नहीं है। पेट में बच्चा हो तो पहले जन्म लिए शिशु को स्तनपान नहीं कराना चाहिए। इसलिए स्तनपान बन्द कर शिशु को ऊपर का दूध शुरू कर देना चाहिए। स्तनपान कराने से पेट में पल रहा बच्चा तथा जन्म लिया शिशु तथा माता को हानि पहुंच सकता है... आदि मान्यताएं हैं।

हां। देखने से यह सच मालूम पड़ता है। एक साथ दोनों बच्चे के पोषण की जिम्मेदारी माता पर है। ऐसी परिस्थिति में माता को भरपूर पोषणयुक्त आहार लेना चाहिए (प्रतिदिन लगभग 8 कैलोरी)। पोषणयुक्त आहार लेने से तीनों में किसी को हानि नहीं पहुंचता है। लेकिन स्तनपान बन्द कराने की सलाह नहीं दी जाती है। कुछ खास परिस्थितियों में माता को स्तनपान बन्द कराने की नौबत आ सकती है। माता को प्रसव के समान कष्ट हो, काफी रक्तस्राव हो रहा हो अथवा गर्भावस्था के दौरान कोई दूसरी बीमारी हो, तो स्तनपान बन्द कराया जा सकता है।

ऐसा देखने में आया है कि कभी-कभी किसी गर्भवती का निप्पल काफी संवेदनशील हो जाता है। स्तनपान कराते समय परेशानी होने लगती है। ऐसी हालत में स्तनपान से शिशु मिलने वाले लाभ के बारे में विचार कर माताएं इस परेशानी को टाल सकती हैं। स्तनपान चालू रख सकती हैं। अभ्यस्त हो जाने के बाद परेशानी अपने आप खत्म हो जाएगी।

रात में स्तनपान कराना उचित है?

यदि शिशु नींद में भूखा हो तो उसे स्तन से लगाया जा सकता है। यदि माता नींद में हो तो बालक को स्तनपान कराए तो कोई बात नहीं। रात में किसी भी समय भूखा शिशु स्तनपान करना चाहे तो रोके नहीं। रात में शरीर से प्रोलेक्टिन नामक अंतःस्राव की मात्रा बढ़ जाती है जो स्तन में दूध तैयार करने में सहायता करता है। यदि स्तन में दूध कम होने लगे तो रात में बार-बार स्तनपान कराया जाना चाहिए।

शिशु का रंग पीला दिखने लगे तो माता को क्या खुराक लेना चाहिए

सामान्य परिस्थिति में जन्म के तीसरे और चौथे दिन शिशु हल्का पीला दिख सकता है। दसवें-बारहवें दिन से वास्तविक रंग में आ जाता है। इसे शिशु का पीलिया कहा जा सकता है। इस पीलिया से माता के खुराक का कोई सम्बन्ध नहीं है। माता को चाहिए कि इस परिस्थिति में भी शिशु को स्तनपान कराना चाहिए।

शिशु दिनभर सोया रहे तथा रात में जगकर दूध मांगे तो क्या करें?

पहले छह-सात महीने तक शिशु को दिन-रात का ज्ञान नहीं होता है। जब भूख लगती है तभी दूध पीना चाहता है। दिन हो या रात, जब भी शिशु भूखा हो स्तनपान अवश्य कराएं।

स्तन को साफ रखने के लिए क्या करें?

स्तनपान कराने वाली माता को स्वच्छता के लिए हमेशा सजग रहना चाहिए। लेकिन हर बार दूध पिलाने से पहले निप्पल को साबुन अथवा किसी अन्य पदार्थ से धोने का प्रयास नहीं करना चाहिए।

बार-बार साबुन से धोने से निप्पल के ऊपर प्राकृतिक रूप से तैयार होने वाला तैलीय आवरण नष्ट हो जाता है। इससे स्तन सूख जाता है तथा चीरा पड़ने का डर रहता है। स्नान करते समय शरीर के अन्य अंगों जैसे ही स्तन की सफाई कर लेनी चाहिए।

दूध से एलर्जी होती है?

नहीं। सामान्य परिस्थिति में माता के दूध से शिशु को किसी प्रकार की एलर्जी नहीं होती है। माता के दूध के अतिरिक्त अन्य प्राणियों के दूध से एलर्जी होने की संभावना बढ़ जाती है।

ग्राईप वाटर, बालागोली, घुट्टी वगैरह कब से शुरू करें?

शिशु स्वस्थ हो, पेट में गैस ना हो, दर्द ना हो, पखाना सही हो, दूध बराबर पच रहा हो तब भी स्तनपान कर रहे शिशु को तरह-तरह की वस्तुएं जैसे ग्राईप वाटर, बालागोली, घुट्टी, केसरिया गोली, देशी दवा, हर्से-बहेड़ा जैसे वस्तुएं दी जाती हैं। सच्चाई यही है कि तंदरुस्त बच्चे को इस प्रकार की कोई दवा नहीं देनी चाहिए। प्रकृति की व्यवस्था पर विश्वास रख शिशु को मात्र स्तनपान ही कराएं। आवश्यकता हो तो डॉक्टर से सलाह लेकर बीमारी के अनुसार दवा दें।

कभी-कभी ऐसी दवा नुकसानदेह भी साबित हो सकती है। इन दवाओं का कोई वैज्ञानिक आधार नहीं होता है और ना ही डोज निश्चित होता है। ज्यादातर ग्राईप वाटर में अल्कोहल (शराब) होता है। बालागोली में अफीम के तत्व होते हैं। सोमवा तथा हर्से से दर्द मिटने के बजाय शिशु का पेट दर्द बढ़ भी सकता है, दस्त भी हो सकता है।

क्या एक माता का दूध दूसरे शिशु को पिलाया जा सकता है?

अपनी माता का दूध नहीं मिल सके तो शिशु का दूसरा उत्तम आहार अन्य माता का दूध है। इसके बाद ही डब्बा अथवा ऊपर के दूध का स्थान आता है। ऐसा अक्सर संयुक्त परिवार में देखने को मिलता है। ननद-भौजाई दोनों का बच्चा छोटा हो और दूध पी रहा हो तो एक माता दोनों शिशुओं को दूध पिलाती है।

विदेशों में स्तन के दूध के लिए “मिल्क-बैंक” चलाया जाता है। जिस माता को ज्यादा दूध होता है वह अपना दूध बैंक में जमा कर देती है तथा दूसरे शिशु को यह दूध पिलाया जाता है।

एक माता का दूध जब दूसरे शिशु को पिलाना हो तो एक बात का विशेष ध्यान रखें, दूध देने वाली माता के स्तन पर फुन्सी, घाव वगैरह ना हो, वह माता कोई ऐसी दवा तो नहीं ले रही है जो दूध के माध्यम से शिशु को नुकसान पहुंचा सकती हो। दूध से फैलने वाली बीमारी जैसे हेपेटाइटिस-बी, एच.आई.वी. वगैरह तो नहीं है। ऐसा नहीं हो तो स्तन से दूध निकालकर शिशु के लिए संभाल कर रखा जा सकता है।

भूख से रोता नहीं है, बहुत कम दूध पीता है।

कोई स्वस्थ शिशु का स्वभाव होता है कि उसे बार-बार भूख नहीं लगती है। पूरे दिन में दो-चार बार स्तनपान करता है। ऐसा शिशु तीन-चार घंटे में नहीं रोए तो भी स्तनपान कराना चाहिए। लेकिन जबरदस्ती स्तनपान नहीं कराएं।

दूध में रक्त जाता हो तो क्या करें?

कभी-कभी माता के दूध में रक्त देखने को मिलता है। साधारणतया निप्पल पर पड़े हल्के चीरे से यह रक्त निकलता है लेकिन स्पष्ट दिखता नहीं है। रक्त दोनों तरफ के निप्पल में देखने को मिलता है। दस-पन्द्रह दिनों में यह स्वयं ठीक हो जाता है। ऐसा हो तब भी स्तनपान कराना चालू रखें।

यदि एक ही तरफ से ज्यादा दिनों तक रक्त निकले तथा स्तन में गांठ बन जाए या दर्द हो अथवा शरीर के अन्य जगह से रक्त निकलता हो अथवा चमड़ी पर लाल चकता जैसा हो जाए तो अतिशीघ्र डॉक्टर से सम्पर्क करें।