

ਨਵਜਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਨਟੈਨਸਿਵ ਕੇਅਰ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣਾ

Feeding your baby in the Neonatal Intensive Care Unit

ਫੈਸਲਿਆਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਨਵਜਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਨਟੈਨਸਿਵ ਕੇਅਰ ਯੂਨਿਟ (ਐਨ ਆਈ ਸੀ ਯੂ) ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ, ਆਪਣੇ ਬੇਬੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਜ਼ ਇਹ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਾਜ਼ਾ ਸਟੱਡੀਜ਼ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਗੇ ਕਿ ਐਨ ਆਈ ਸੀ ਯੂ ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਕਿਵੇਂ ਪਿਆਉਣਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਦੇ ਐਨ ਆਈ ਸੀ ਯੂ ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਦੁੱਧ ਚੁੱਘਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ, ਕੁਝ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਦੁੱਧ ਨਾਲ ਜਾਂ ਡੋਨਰ ਮਿਲਕ (ਜਿੱਥੇ ਮਿਲਦਾ ਹੋਵੇ) ਨਾਲ ਜਾਂ ਇਨਫੈਂਟ ਫਾਰਮੂਲਾ ਨਾਲ ਵਾਪੂ ਦੁੱਧ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ।

ਮੇਰੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਫਾਇਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਸਟੱਡੀਜ਼ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਬੇਬੀਆਂ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ:

- ਟੱਟੀਆਂ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਤੋਂ
- ਜੁਕਾਮ, ਫਲੂ, ਕੰਨ ਦੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ, ਛਾਤੀ ਦੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ
- ਸੂਗਰ (ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼), ਮੁਟਾਪੇ, ਦਿਲ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਅਤੇ ਸਟਰੋਕ ਤੋਂ
- ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰਾਂ ਤੋਂ
- ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ
- ਸਡਨ ਇਨਫੈਂਟ ਡੈਂਚ ਸਿੰਡਰੋਮ (ਐੱਸ ਆਈ ਡੀ ਐੱਸ) ਤੋਂ

ਜਿਹੜੀਆਂ ਮਾਂਵਾਂ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੱਘਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਮਾਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਕੱਢ ਕੇ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ:

- ਸੂਗਰ ਤੋਂ
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੂਨ ਪੈਣ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ
- ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ
- ਓਵਰੀ ਦੀ ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ

ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰ ਬੇਬੀਆਂ ਲਈ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਕਿਉਂ ਚੰਗਾ ਹੈ?

ਸਟੱਡੀਜ਼ ਨੇ ਸਾਰੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁੱਧ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਲਾਸਟਰਮ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੇਬੀਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਦੁੱਧ ਨੈਕਰੋਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਇੰਟਰੋਕਲਾਈਟਸ (ਐਨ ਈ ਸੀ) ਨਾਂ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਆਂਤੜੀਆਂ ਦੀ ਇਕ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੇਬੀਆਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੋਲਾਸਟਰਮ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਦੁੱਧ ਦੀ ਬਹੁਤ ਥੋੜੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੇਬੀਆਂ ਦੀ ਵਧਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਐਨ ਈ ਸੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਕਿਵੇਂ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਜੇ ਉਹ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘ ਨਾ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ?

ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬਹੁਤੇ ਬੇਬੀ ਸਿਧੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਪਰ ਉਹ ਅਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਦੁੱਧ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਹੱਥ ਨਾਲ ਦੁੱਧ ਕੱਢ ਕੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਦੁੱਧ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਉਹ ਖਰਾਕੀ ਤੱਤ ਦੇਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਯੂਨਿਟ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੰਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੋਈ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨਰਸ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਕਿਵੇਂ ਕੱਢਣਾ, ਪੰਪ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁੱਧ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਪਲਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਰੀ ਹੀ ਦੁੱਧ ਕੱਢਿਆ ਜਾਂ ਪੰਪ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜਿਨ੍ਹੀਂ ਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਦੁੱਧ ਪੀਵੇਗਾ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚ 8 ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਓਰਲ ਇਮਿਊਨ ਥੈਰੇਪੀ

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਮੰਹ ਰਾਹੀਂ ਛੋਟੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਓਰਲ ਇਮਿਊਨ ਥੈਰੇਪੀ ਹੈ। ਯੂਨਿਟ 'ਤੇ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਇਹ ਹਰ 2 ਤੋਂ 4 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਰਿਜ਼ ਨਾਲ ਜਾਂ ਨੂੰ ਦੇ ਤੁੰਬੇ ਨਾਲ ਗੱਲ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਮਸੂਝਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਦੇਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਬੀ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੱਥ ਨਾਲ ਦੁੱਧ ਕੱਢਣਾ ਸੂਰੂ ਕਰੋ। ਇਹ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਬਣਨ ਅਤੇ ਕੱਢੇ ਜਾਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਸਟੱਡੀਜ਼ ਨੇ ਇਹ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਓਰਲ ਇਮਿਊਨ ਥੈਰੇਪੀ:

- ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ
- ਭਾਰ ਬਿਹਤਰ ਵਧਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਦੁੱਧ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਵਧਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਇਮਿਊਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਕੁਝ ਪ੍ਰੋਸੀਜਰਾਂ (ਸਰਜਰੀਆਂ) ਦੀ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ
- ਦੁੱਧ ਛੇਤੀ ਚੁਘਣਾ ਸੂਰੂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬੇਬੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਗਰਭ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇਹ ਦੇਖੋ:



fraserhealth.ca/pregnancy



healthlinkbc.ca/pregnancy-parenting

ਫਾਰਮੂਲਾ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ healthlinkbc.ca 'ਤੇ ਜਾਓ।

Healthy Eating & Physical Activity, Age and Stage ਸਲੈਕਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਿਰ *Infants, Children and Youth* ਸਲੈਕਟ ਕਰੋ।



[ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਫਾਰਮੂਲਾ ਦੇਣਾ: ਸੂਰੂ ਕਰਨਾ](http://perinatalservicesbc.ca)



[ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਫਾਰਮੂਲਾ ਦੇਣਾ: ਫਾਰਮੂਲੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਾਂਭਣਾ](http://patienteduc.fraserhealth.ca)

ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਨਟੈਨਸਿਵ ਕੇਅਰ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਲਗਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇਹ ਦੇਖੋ:



perinatalservicesbc.ca
kangaroo care information for parents ਸਰਚ ਕਰੋ



patienteduc.fraserhealth.ca
skin to skin neonatal ਸਰਚ ਕਰੋ

ਮਗੀਜ਼ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ patienteduc.fraserhealth.ca 'ਤੇ ਜਾਓ, ਫਿਰ ਸਰਚ ਕਰੋ:



[breastfeeding your newborn](http://patienteduc.fraserhealth.ca)



[expressing breast milk](http://patienteduc.fraserhealth.ca)



[bottle feeding baby](http://patienteduc.fraserhealth.ca)

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਤੋਂ ਇਹ ਮੰਗੋ:

- ਬਰੈਸਟ ਮਿਲਕ ਐਕਸਪਰੈਸ਼ਨ ਲੱਗ
- ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਵਿਚ ਪੰਪ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਲਿਸਟ

ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਡ ਮਨੁੱਖੀ ਦੁੱਧ

ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਮਾਂ ਕੋਲ ਕਾਢੀ ਦੁੱਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂ ਉਸ ਦਾ ਬੇਬੀ ਇੰਨਾ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਫਾਰਮੂਲਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਬੇਬੀ ਦੀ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਮਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪੁੱਛੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਡ ਮਨੁੱਖੀ ਦੁੱਧ ਦੇਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਦੁੱਧ ਉਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਾਇਦੇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਮਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਦੁੱਧ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦੁੱਧ ਅਸੀਂ ਬੇਬੀਆਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਮਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਲਈ ਕਾਢੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ।

ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਬਾਰੇ ਤਾਕੀਦ: ਆਪਣੇ ਬੇਬੀ ਨਾਲ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲਗਾਉਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਾਡੇ ਚਮੜੀ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਵਸੀਲੇ ਚੈਕ ਕਰੋ।