नवजात शिशु की देखभाल
नवजात शिशु नाजुक होता है तथा उसे सही देखभाल की ज़रूरत होती है। ऐसी देखभाल के बिना शिशु बीमार हो सकता है।

इस पुस्तिका में आपको नवजात शिशु की देखभाल के कुछ सरल टिप्पणियां दी गई हैं।
दिन में 8-10 बार

6 महीनों तक
स्तनपान से माँ तथा शिशु दोनों स्वस्थ रहते हैं। शिशु को दिन में कम से कम 8-10 बार स्तनपान कराएं।

पहले 6 महीने के लिए शिशु को माँ के दूध के सिवा कुछ दूसरा आहार नहीं देना चाहिए।
शिशु की सफाई के लिए उसे किसी गर्म, गीले कपड़े से पोंछें और उसके बाद मुलायम सूखे कपड़े से पोंछें। पहले ५-७ दिनों तक उसे नहलाने की बजाए इसी प्रक्रिया को अपनाएं।
शिशु को तबतक नहलाना नहीं चाहिए जबतक कि वह ७ दिनों का न हो जाए, खासकर जब वह जन्म के समय कम वजन का रहा हो। नहलाकर शिशु को गौरा या खुला खड़े पर उसे सर्दी लग सकती है और वह बीमार हो सकता है।

छोटे तथा समय पूर्व जन्म लेने वाले बच्चे को वजन बढ़ने और कम से कम २००० ग्राम के होने तक न नहलाएं। इसमें कुछ हफ्ते लग सकते हैं।

सामान्य जन्म भार के साथ सही समय पर जन्म लेने वाले शिशु के लिए भी अच्छा यही होगा कि उसे ५ दिनों के बाद ही नहलाएं।
तेल की हल्की मालिश से बच्चा साफ रह सकता है। पर इसका ध्यान रखें कि कमरा गर्म हो तथा तेल की मालिश हल्के से और आराम से होनी चाहिए।
शिशु को १० मिनट से अधिक तक खुला न रखें।
शिशु के नाक या कान में तेल न डालें।
शिशु को ढीले-ढाले तथा साफ कपड़े पहनाएं। उसे साफ कपड़े में ढीले रूप से लपेटें।
इसका ध्यान रखें कि शिशु को छूने तथा उठाने से पहले हाथ धो लिए जाएं।
शिशु को बीमार लोगों से दूर रखें। सर्दी-जुकाम, खांसी, बुखार, लचा के संक्रमण वाले नजदीकी रिश्तेदार भी शिशु को न छुएं।
शिशु को भीड़-भाड़ वाले स्थान पर या बीमार बच्चों वाले स्थान पर न ले जाएं।
नाभि नाल को साफ तथा सूखा रखना चाहिए। रक्त खाव या किसी प्रकार के खाव के न होने की स्थिति में किसी दवा की ज़रूरत नहीं।

जन्म के बाद नाभि नाल को कम से कम 24 घंटे तक चिमटी लगाकर रखना चाहिए। नाल को सूखा जाने पर चिमटी को खोल देना चाहिए।
शिशु की आंखों से यदि मवाद निकल रहा हो तो उसे डॉक्टर को दिखाना चाहिए। डॉक्टर कोई एंटीब्योटिक मलहम देंगे।

इसका ध्यान रखें कि मलहम को सही तरह से लगाना चाहिए और उस दौरान ट्यूब आंख से न स्पर्श करें।

यह देख लें कि कितनी बार मलहम लगाने की आवश्यता है।
जन्म के समय कम वजन वाले शिशु को विशेष देखभाल की ज़रूरत होती है। ऐसे शिशु को गर्म और अच्छी तरह लपेट कर रखें। ऐसे बच्चे को थोड़े-थोड़े समय के अंतराल में स्तनपान कराएं।

1.8 किग्रा से कम वजन वाले शिशु को उचित देखभाल के लिए डॉक्टर या नर्स को दिखाना चाहिए।