

“ಮಗು ಜನಿಸಿದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಶಿಶುಮರಣ ತಡ್ಡಿಸಿ”



ಮುಖ್ಯದೈಯಗಳು

- ◆ ಮಗು ಜನಿಸಿದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗಾಗಿ ಎಲ್ಲ ತಾಯಂದಿರನ್ನು ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು.
- ◆ ಈ ಒಂದು ಕೃತಿ ಅನುಷ್ಠಾನದಿಂದ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಒಂದು ದಶಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ನವಜಾತ ಶಿಶು ಮರಣವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಬಲವನ್ನು ಎತ್ತಿ ಹಿಡಿಯುವುದು.
- ◆ ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲಾ ಸಮುದಾಯಗಳು ಈ ಅಂಶವನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ, ಪೋಷಣೆ ಹಾಗೂ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು.



B P N I

ಬಿ. ಪಿ. ಎನ್. ಐ. ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಘಟಕ
B. P. N. I. Karnataka State Branch.



ಸ್ವನ್ಯಪಾನದ ಮಹತ್ವ

ಮಗು ಜನಿಸಿದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಒಳಗೆ ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿಸುವುದು ಬಹಳ ಉತ್ತಮ.

ಮಗು ಜನಿಸಿದ ನಂತರ ಎಷ್ಟೋ ಜನರು ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಗುವನ್ನು ಬೇರೆಬೇರೆಯಾಗಿ ಮಲಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ. ಮಗುವನ್ನು ತಾಯಿಯ ಅತೀ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಮಲಗಿಸಬೇಕು, ಎಷ್ಟೆಂದರೆ, ತಾಯಿಯ ಎದೆಯ ಭಾಗವು ಮಗುವಿಗೆ ತಾಕುವಂತಿರಬೇಕು. ಆಗ ಮಗುವಿನ ಸುರಕ್ಷತಾ ಭಾವವು ಬಲಗೊಳ್ಳುವುದು. ಮಗುವಿನ ಸ್ವರ್ಶ ತಾಯಿಯ ಸ್ವನಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ.



ಆಗ ತಾನೇ ಜನಿಸಿದ ಮಗುವನ್ನು ತಾಯಿಯ ಮಡಿಲಿಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು.

1. ಮೊದಲ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ಏಕೆ ಮಾಡಿಸಬೇಕು ?
ಆಗ ಮಗುವಿಗೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಮತ್ತು ಮಗು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದ ಇರುತ್ತದೆ.
2. ತಾಯಿಯ ಅತೀ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ಏಕೆ ಮಲಗಿಸಬೇಕು ?
ಹಾಗೆ ಮಲಗಿದ ಮಗುವಿಗೆ ರಕ್ಷಣಾ ಭಾವವು ಬಲಗೊಳ್ಳುವುದಲ್ಲದೆ ಮಗುವು ಬೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.
3. ಮೊದಲ ಹಾಲು (ಕೊಲಸ್ಟ್ರಮ್) ಏಕೆ ಮಗುವಿಗೆ ಕುಡಿಸಬೇಕು ?
ಮಗು ಜನಿಸಿದ ತಕ್ಷಣ ತಾಯಿಯು ಮೊಲೆ ಉಣಿಸಿದರೆ ಅಂತಹ ಮಕ್ಕಳು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ವಿಟಮಿನ್ 'ಎ' ಪಡೆದು ಕಣ್ಣುಗಳ ಆರೋಗ್ಯ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ.
4. ಮಗುವಿಗೆ ಹಾಲುಣಿಸಿದಾಗ ತಾಯಿಗೆ ಆಗುವ ಬದಲಾವಣೆ ಏನು ?
ಮಗು ತಾಯಿಯ ಎದೆ ಚೀಪಿದಾಗ ಆಕ್ಸಿಟೋಸಿನ್ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭಕೋಶ ತಾನಾಗಿ ಕುಗ್ಗುವುದಲ್ಲದೆ ಬಾಣಂತಿಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ತಾಯಿಯ ಆರೋಗ್ಯವು ಸುಧಾರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ಅತಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಿಂದ ಆಗುವ ಬಾಣಂತಿ ಮರಣ ಪ್ರಮಾಣವೂ ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ.
5. ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗು ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿದರೆ ಆಗುವ ಲಾಭವೇನು ?
ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿಸಿದರೆ ಶೇಕಡ 22 ರಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳ ಸಾವಿನ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು.
6. ಮಗುವು ತಾಯಿಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ ?
ಮಗುವು ತಾಯಿಯನ್ನು ವಾಸನೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ಮಗು ತಾಯಿಯ ಸಾಮಿಪ್ಯದಲ್ಲಿ ಭದ್ರತಾ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದರಿಂದ ಮಗುವಿನ ಹೃದಯದ ಸ್ಥಿತಿ, ಉಸಿರಾಟದ ಸ್ಥಿತಿ ಸಹಜವಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ.

ಇತ್ತೀಚಿನ ಸಂಶೋಧನೆ

ಫಾನಾ ರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಬಂದಿರುವ ಮಾಹಿತಿ - ತಾಯಂದಿರು ತಮ್ಮ ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಹೆರಿಗೆಯಾದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಶೇಕಡಾ 22 ರಷ್ಟು ಶಿಶು ಮರಣವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸಿದರೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸತ್ಯಾಂಶ

99 ಪ್ರತಿಶತ ಹುಟ್ಟಿದ ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲಾ ಜನಿಸಿದ ಮೊದಲನೆಯ ದಿನದಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯ ಹಾಲು ಪಡೆದರೆ, ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ 8,67,000 ಶಿಶುಮರಣ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಅದೆ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಿದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ತಾಯಿ ಹಾಲು ಪಡೆದರೆ 31 ಪ್ರತಿಶತ ಶಿಶುಮರಣ ತಡೆಗಟ್ಟಬಲ್ಲದಲ್ಲದೆ, ಒಟ್ಟಾರೆ 1,117,000 ಎಂದರೆ ಒಂದು ದಶಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಶಿಶು ಸಾವುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿಸುವ ಮೊದಲು ಬೇರೆ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಮಗುವಿಗೆ ಕುಡಿಸಿದಾಗ ಆಗುವ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳೇನು ?

ಮಗುವಿಗೆ

1. ಮಗುವು ಮೊಲೆ ಚೀಪಲು ನಿರಾಕರಿಸಬಹುದು.
2. ಕೊಲಸ್ಟ್ರಮ್‌ನ ರಕ್ಷಣೆಯು ಮಗುವಿಗೆ ಲಭ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
3. ಡಯೇರಿಯಾ (ಅತಿಸಾರ ಬೇಧಿ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಮಗು ನರಳಬಹುದು.
4. ಹಸುವಿನ ಹಾಲು ಬೇಗ ಕುಡಿಸಿದರೆ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಮಗು ನರಳುತ್ತದೆ.

ತಾಯಿಗೆ

1. ಮಗು ಮೊಲೆ ಚೀಪದಿದ್ದರೆ ಎದೆ ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪಾದನೆ ನಿಧಾನವಾಗುತ್ತದೆ.
2. ಎದೆಯಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ನೋವು ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ.
3. ತಾಯಿ ಎದೆಹಾಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವಾಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾಳೆ.

ಕೇವಲ ಒಂದೆರಡು ಬಾರಿ ಬೇರೆ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುದರಿಂದ 'ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ವೈಫಲ್ಯ'ವಾಗಬಹುದು.



ಸಿಚೀರಿಯನ್ ಹೆರಿಗೆಯಾದ ತಾಯಿ ಅರ್ಧಗಂಟೆಯಲ್ಲಿ ದಾದಿಯರ ಸಹಾಯದಿಂದ ಸ್ವನ್ಯಪಾನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿರುವುದು.

ಕೊಲಸ್ಟ್ರಮ್ (ಗೀಬಿನ ಹಾಲು)ನ ಉಪಯೋಗಗಳು

1. ಇದು ತಾಯಿಯ ಸ್ತನಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುವ ಮೊದಲ ಹಾಲು.
2. ಇದು ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ದಪ್ಪನೆಯ ಹಾಲು.
3. ಈ 'ಅಮೃತ ಸಮಾನ' ವಾದಂಥ ಹಾಲನ್ನು ತಾಯಿ ಮಗುವಿಗೆ ಕುಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಜೀವದಾನ ಮಾಡುತ್ತಾಳೆ.
4. ಸೋಂಕುರಹಿತವಾದ, ರೋಗನಿರೋಧಕವಾದ ಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿದ ಮಕ್ಕಳು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ.



ಮಗುವನ್ನು ಎದೆಗೆ ಸಮಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವ ಸೂಕ್ತ ವಿಧಾನವೇನು ?

1. ತಾಯಿಯು ಮಗುವಿಗೆ ಹಾಲುಣಿಸಲು ತನಗೆ ಅನುಕೂಲವಾದ ಸೂಕ್ತ ಭಂಗಿಯನ್ನು ಆಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
2. ತಾಯಿಗೆ ಮಗುವನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿ ಮಲಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂದು ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಬೇಕು.
3. ಮಗುವಿನ ತುಟಗಳು ಆಗಲವಾಗಿ ತೆರೆದು ನಾಲಿಗೆ ಕೆಳಗಿರಬೇಕು.
4. ಮಗುವಿನ ಬಾಯೊಳಗೆ ಸ್ತನಾಗ್ರ (areola) ವು ಅಂದರೆ ಮಗು ಹಾಲನ್ನು ಎಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲವಾಗುವಂತೆ ಇರಬೇಕು.
5. ಸ್ವಲ್ಪಹೊತ್ತು ಹಾಲು ಕುಡಿದ ಮಗು ಹಾಗೆಯೇ ಮಲಗಿ ಮತ್ತೆ ಎಚ್ಚರವಾದಾಗ ಎದೆ ಚೀಪಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.
6. ಗಾಢನಿದ್ರೆ ಆವರಿಸಿದಾಗ ಮಗು ತಾನಾಗಿ ಎದೆಚೀಪುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ.

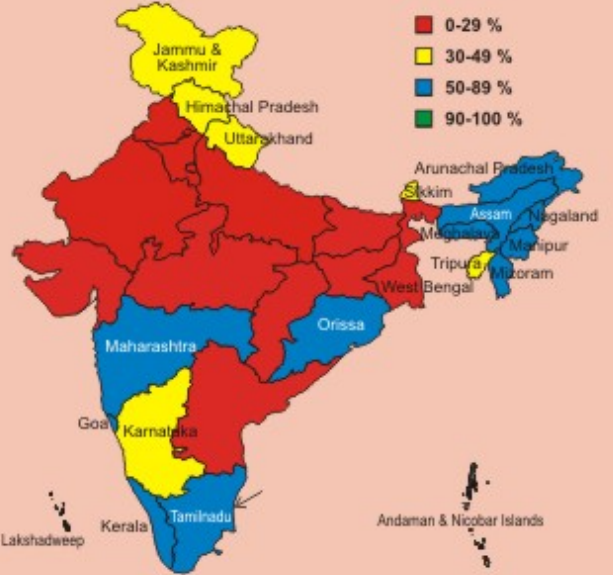
ಮಗುವು ಜನಿಸಿದಾಗ ಬೇಗನೆ ತಾಯಿಯ ಎದೆಗೆ ಹಾಕಿದಿರಲು ಕಾರಣಗಳೇನು ?

1. ತಾಯಿಯು ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಹಾಲನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಇರುವ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ.
2. ಸಿಸೇರಿಯನ್ ಹೆರಿಗೆ.
3. ಬಾಣಂತಿಗೆ ಆಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆಂದು ಬೇರೆ ಕಡೆ ಮಗುವನ್ನು ಮಲಗಿಸುವುದು.
4. ಮಗುವಿಗೆ ತಕ್ಷಣ ಹಾಲು ಬೇಕಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವ ಅಪನಂಬಿಕೆ.
5. ಪೋಷಕ ಮತ್ತು ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳ ಅಜ್ಞಾನ.
6. ಸಾಮಾಜಿಕ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ.
7. ಬೇರೆ ದ್ರವಗಳನ್ನು ಉದಾ : ಜೇನುತುಪ್ಪ, ಸಕ್ಕರೆ ನೀರು, ಆಕಳಹಾಲು, ಬತ್ತಿಹಾಲು ಇತ್ಯಾದಿ ಮಗುವಿಗೆ ಕೊಡುವುದು.
8. ಕೊಲಸ್ಟ್ರಮ್ ಅಥವಾ ಗೀಬಿನಹಾಲು ಇದು "ಕೆಟ್ಟ ಹಾಲು - ಕಟ್ಟಿದ ಹಾಲು" ಮಗುವಿಗೆ ಕೊಡಬಾರದೆನ್ನುವ ಬಲವಾದ ಅಪನಂಬಿಕೆ.
9. ಬಾಣಂತಿಯ ಮುಟ್ಟಿನ ದೋಷದ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಇರುವ ಅಜ್ಞಾನ.
10. ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗುವನ್ನು ಸಗಣೆ ಸಾರಿಸಿದ ಮೊದಲಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವುದು.
11. ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕರ್ತರು ಸರಿಯಾದ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡದಿರುವುದು.
12. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಸಹಾಯಕ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯವರು ಸಕ್ಕರೆ ನೀರು, ಗ್ಲುಕೋಸ್ ನೀರನ್ನು ಕೊಡಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು.
13. ಮಗುವಿಗೆ ಬಾಟಲ್, ನಿಪ್ಪಲ್ ಮುಖಾಂತರ ಮೇಲಿನಹಾಲು ಕೊಡುವ ದುರಭ್ಯಾಸ.
14. ಮಗು ಅತ್ತಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಸಮಾಧಾನ ಪಡಿಸಲು ಬಾಯಲ್ಲಿ ರಬ್ಬರ್ ನಿಪ್ಪಲ್ (ಪ್ಯಾಸಿಫೈಯರ್) ಇಡುವ ದುರಭ್ಯಾಸ.

ಇತ್ತೀಚಿನ ವರದಿಯ ಅನ್ವಯ ಸ್ತನ್ಯಪಾನ ಸಮೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಸ್ಥಾನವೇನು ?

National Family Health Survey (N.F.H.S.-III, 2006) ತಿಳಿಸುವುದೇನೆಂದರೆ ; 2006 ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಶೇಕಡ 23.4 ರಷ್ಟು ಹುಟ್ಟಿದ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಿದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಸ್ತನ್ಯಪಾನದ ಲಾಭ ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ತನ್ಯಪಾನದ ಉಪಯೋಗ ಪಡೆಯುವ ಮಕ್ಕಳ ಅಂದರೆ ತಕ್ಷಣ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಮೊಲೆಯುಣಿಸುವುದು ಇದರ ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ವಿವರ ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಇವೆ.



ಮಿಜೋರಾಮ್	65.4 %	ಗೋವಾ	59.7 %
ಮೇಘಾಲಯ	58.6 %	ಕೇರಳ	55.4 %
ಒರಿಸ್ಸಾ	54.3 %	ಅರುಣಾಚಲ ಪ್ರದೇಶ	55.0 %
ನಾಗಾಲ್ಯಾಂಡ್	51.5 %	ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ	51.8 %
ತಮಿಳುನಾಡು	55.3 %	ಅಸ್ಸಾಂ	50.6 %
ಕರ್ನಾಟಕ	45.0 %		

ಬಿಹಾರ, ಉತ್ತರಪ್ರದೇಶ, ಪಂಜಾಬ್, ಜಾರ್ಖಂಡ್, ರಾಜಸ್ಥಾನ್, ಮಧ್ಯಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ದೆಹಲಿ ಶೇಕಡ 40 ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ.

ಉತ್ತರಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ಬಿಹಾರ ಅತೀ ಕಡಿಮೆ ಎಷ್ಟೆಂದರೆ ಶೇಕಡ 7.2 ಮತ್ತು 4 % ಮಾತ್ರ.

ತಾಯಿಯು ಎದೆಹಾಲು ಕೊಡುವುದನ್ನು ಹುಟ್ಟಿದ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರೆ ಸಾಕೇ ?

ಮುಂದೆ ಅವಳಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಸರಿಹೋಗುವುದೇ ?

ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದ ತಕ್ಷಣ ಒಂದು ಗಂಟೆಯೊಳಗೆ ಎದೆಹಾಲು ಕೊಟ್ಟರೆ ಸಾಲದು, ನಂತರದ 48 ರಿಂದ 72 ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರತಿ ವಾರವೂ ತಾಯಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಯು ಹೆರಿಗೆ ಆದ ಮೊದಲ 6 ತಿಂಗಳು ತುಂಬುವವರೆಗೆ ಕೇವಲ ತನ್ನ ಹಾಲು ಕೊಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಮಗುವಿಗೆ 6 ತಿಂಗಳು ತುಂಬಿದ ನಂತರ ಎದೆಹಾಲಿನ ಜೊತೆಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ತಯಾರಿಸಿದ ಪೂರಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾ ಎದೆಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸುವುದನ್ನು 2 ವರ್ಷದವರೆಗೆ ಮುಂದುವರೆಸಲು ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚಿಗೂ ತಾಯಿಯ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಬೆಳೆಸುತ್ತಾ ಬೆಂಬಲವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ತಾಯಿಯ ಹತ್ತಿರದ ಸಂಬಂಧಿಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಹಕಾರ ವಿರಬೇಕು.

ಬಿ. ಪಿ. ಎನ್. ಐ. ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಘಟಕ

ಡಾ ನಿರ್ಮಲಾ ಕೇಸರೀ	ಅಧ್ಯಕ್ಷರು	ಡಾ ಶೋಭಾ ಬಾಣಾಪುರಮಠ್	ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು
ಡಾ ಸಿ. ಆರ್. ಬಾಣಾಪುರಮಠ್	ರಾಜ್ಯ ಸಂಚಾಲಕರು	ಡಾ ಎಂ. ಬಿ. ಕೌಜಲಗಿ	ಖಜಾಂಚಿ

ಕಛೇರಿ : ಬಾಪೂಜಿ ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರ,
ದಾವಣಗೆರೆ - 577 004. ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ.

ಫೋನ್ : 08192-250350 ಫ್ಯಾಕ್ಸ್ : 08192-257132 ಈ-ಮೇಲ್ : beabchi@hotmail.com

ಬಿ.ಪಿ.ಎನ್.ಐ. ಜಿಲ್ಲಾ ಘಟಕ	ಅಧ್ಯಕ್ಷರು	ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಗಳು
ಚಿತ್ರದುರ್ಗ	ಡಾ ಕೋಮಲಾ ವಿ. ಮರೆಗುದ್ದಿ	ಡಾ ಎಂ. ರವಿ
ಶಿವಮೊಗ್ಗ	ಡಾ ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ಉಡುಪ	ಡಾ ಎಚ್. ವಿ. ಕೊಟ್ಟುರೇಶ
ದಾವಣಗೆರೆ	ಡಾ ಆರ್. ಜಿ. ಗೀತಾಲಕ್ಷ್ಮಿ	ಡಾ ಎನ್. ಕೆ. ಕಾಳಪ್ಪನವರ್
ಬಾಗಲಕೋಟೆ	ಡಾ ಜಿ. ಎಂ. ನಂಗ್ರಾಣಿ	ಡಾ ಭುವನೇಶ್ವರಿ ಸಿ. ಯಳಮಲಿ
ಮೈಸೂರು	ಡಾ ಎನ್. ನಾರಾಯಣಪ್ಪ	ಡಾ ಪ್ರಶಾಂತ ಎಸ್. ಎನ್.
ಬೆಂಗಳೂರು	ಡಾ ಲೀಲಾ ಭಗವಾನ	ಡಾ ಚಿತ್ರಾ ನರಸಿಂಹನ್
ಗುಲ್ಬರ್ಗ	ಡಾ ಎಚ್. ವೀರಭದ್ರಪ್ಪ	ಡಾ ದಿನಕರ ಮೋರೆ
ಬೆಳಗಾಂ	ಡಾ ಮಹಾಂತಶೆಟ್ಟಿ ಎನ್. ಎಸ್.	ಡಾ ರೂಪಾ ಎಂ. ಬೆಲ್ಲದ
ಕೊಪ್ಪಳ	ಡಾ ಅನಂತರಾಜ ಎನ್. ಗೋಗಿ	ಡಾ ಸಿ. ಶರಣಪ್ಪ
ಬಳ್ಳಾರಿ	ಡಾ ಶ್ರೀನಿವಾಸಲು	ಡಾ ಜಿ. ಶಂಕರ
ಧಾರವಾಡ	ಡಾ ಐ. ಬಿ. ಮುಜಾಹಿದ್	ಡಾ ಎಸ್. ಎ. ಯಾದವಾಡ

This brochure is sponsored by
Dr. Nirmala Kesaree Pediatric Academic Trust, Davangere.

Trustees :

Dr. C. R. Banapurmath	Dr. P. S. Suresh Babu
Dr. Shobha Banapurmath	Dr. G. Guruprasad
Dr. S. N. Krishnamurthy	

ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುವಾದ : ಶ್ರೀಮತಿ ಸುಧಾ ವಸಂತ್

Acknowledgements

We are highly thankful for the input provided by Ms. Deepika Shrivastava, Dr. Tarsem Jindal, Dr. C. R. Banapurmath, Dr. Sunita Katyayan, Dr. Jagdish C. Sobti and Dr. J. P. Dadhich.

This action brochure has been produced under the BPNI-UNICEF Project Cooperation Agreement 2003-07, "Strengthening Infant and Young Child Feeding in India", with the support of the Ministry of Women and Child Development, Government of India.

Compiled & Edited by : Dr. Kuldip Khanna & Dr. Arun Gupta

Designed by : Amit Dahiya

What is BPNI

BPNI is a registered, independent, non-profit, national organisation that works towards protecting, promoting and supporting breastfeeding and appropriate complementary feeding of infants and young children. BPNI works through advocacy, social mobilization, information sharing, education, research, training and monitoring the company compliance with the IMS Act, BPNI does not accept funds or sponsorship of any kind from the companies producing infant milk substitutes, feeding bottles, related equipments, or infant foods (cereal foods)

unicef



Breastfeeding Promotion Network of India (BPNI)

BP-33, Pitampura, Delhi - 110 034

Tel. : 91-11-27343608, 42683059, Fax : 91-11-27343606

e-mail : bpni@bpni.org, website : www.bpni.org

Your Local Contact :