



स्तनपान कराने वाले परिवारों के लिए जानकारी

स्थिति और लैच की अनिवार्यताओं के लिए जांच सूची

स्थिति

- ✓ शिशु को पीठ सीधी रखते हुए माँ के पास लिटाएं।
- ✓ शिशु के नितंबों को सहारा देने के लिए तकिये का उपयोग करें।
- ✓ सिर को कानों के पीछे से पकड़े, शिशु का सिर थोड़ा फैलाएं।
शिशु की नाक को निष्पल के साथ सरेखित करें।



लैच की जाँच करें

- ✓ लैच चेक करेलटकते होंठों को देखें, मुँह को 140 डिग्री तक खोलें।
- ✓ सुनिश्चित करें कि कोई दर्द न हो, निष्पल में कोई सिकुड़न या सिलवट न हो।
- ✓ जांच करें कि ठोड़ी स्तन को छू रही है, लैच असमित है।

स्तन की पेशकश करें

- ✓ अपनी उंगलियों को शिशु के होठों के साथ सरेखित करें, सुनिश्चित करें कि आपके स्तन का एक बड़ा हिस्सा शिशु को दिया गया है।
- ✓ सैंडविच होल्ड का उपयोग करें (धीरे से एरियोला को निचोड़ें)।
- ✓ अपने निष्पल को शिशु की नाक और ऊपरी होंठ के बीच रखें।
- ✓ शिशु के निचले होंठ को स्तन पर रखें, निष्पल से लगभग 1 इंच नीचे।
- ✓ शिशु को जल्दी से स्तन के पास लाएं, स्तन को शिशु के पास नहीं, पहले ठोड़ी को लाएं।



दूध के ट्रांसफर का आकलन करें

- ✓ चौड़े जबड़े की हरकतों पर ध्यान दें।
- ✓ लगातार चूसने पर ध्यान दें।
- ✓ निगलने की आवाज सुनें (दूध आने के बाद)।



प्रदान की गई जानकारी सिर्फ सामान्य शैक्षिक और सूचनात्मक उद्देश्यों के लिए है। इसका उद्देश्य न तो पेशेवर चिकित्सा सलाह का विकल्प बनाना है और न ही इसका निहितार्थ है। अपने या अपने शिशु की चिकित्सा स्थिति के बारे में किसी भी प्रश्न के लिए हमेशा अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता की सलाह लें। इस जानकारी में आपको जो कुछ भी मिला है, उसके कारण कभी भी पेशेवर चिकित्सा सलाह की अवहेलना न करें या इसे लेने में देरी न करें। क्रिएटिव कॉमन्स लाइसेंस CC BY-ND के अनुसार इसे कॉपी करने के लिए स्वतंत्र महसूस करें। स्तनपान शिक्षा संसाधन 2022।